

# SPIRITUALITÄT

## Karriere eines Wortes

Ein Wort hat Karriere gemacht. Es heißt „Spiritualität“. Gemeint ist die Offenheit für ein geisterfülltes, beseeltes, religiöses, ja vielleicht sogar ein frommes Leben. Das Wort signalisiert, dass es da mehr geben könnte im Leben als unreflektiertes Dahinleben, als Konsum, Vergnügungen, mehr auch als Hoffnungslosigkeit und Resignation, Zynismus und Fatalismus.

Doch das Wort „Spiritualität“ ist zugleich schillernd, offen und unklar. Es ist ein Begriff ohne eindeutige inhaltliche Füllung, eine Art Zauberwort - von vielen aufgegriffen, weil sie das Wort Religiosität meiden wollen und das Wort Frömmigkeit erst recht.

Die Suche nach Spiritualität, nach spirituellen Erfahrungen zeigt zumindest an, dass es bei vielen Menschen den Wunsch, ja die Sehnsucht gibt, das eigene Leben aus einer Haltung heraus zu leben, die das eigene Ich und den Alltag übersteigt; oder es - andersherum - in eine Tiefe führt, die zufrieden, stimmig, ja vielleicht sogar in manchen Momenten glücklich macht, und die dadurch dem Leben einen Sinn verleiht...

(Hartmut Messmann.  
in: Publik-Forum. Nr  
13/2006, S.36)



## Begriffsgeschichte

„Spiritualität“ kommt vom lateinischen Adjektiv „spiritualis“. Dies ist die Übersetzung des griechischen Wortes „pneumatikos“; damit ist die christliche Existenz aus dem Geist Jesu gemeint. Das Substantiv „spiritualitas“, das es seit dem fünften Jahrhundert gibt, wird kaum verwendet. Bis etwa 1950 gibt es im Deutschen den Begriff „Spiritualität“ nicht. Im romanischen Sprachraum taucht etwa 1900 der Begriff „spiritualité“ in Frankreich auf. Gemeint ist die Lehre vom religiös-geistlichen Leben. Von hier kommt der Begriff nach Deutschland, setzt sich ab 1970 durch und ist seitdem in der evangelischen und katholischen Kirche von Bedeutung.

Ab 1870 gibt es das Wort „spiritualité“ im angelsächsischen Sprachraum. Gemeint ist hier die persönliche, nicht vermittelte Gotteserfahrung. „Spiritualité“ meint „die Verinnerlichung von Religion; sie ist universal, transzendiert die Grenzen von Religionen, Kulturen und Nationen.“

„Spirituality“ kann im weitesten Sinn gefasst sein als Bezogenheit auf das umgreifende eine Sein, das den Menschen als unfassbares Geistiges, Transmaterielles, Metaphysisches erscheint“ (Paul M. Zulehner).

„Spiritualität“ ist also vom Wort her und auf Grund seiner Wortgeschichte ursprünglich christlich, auch wenn andere als christliche Spiritualität existiert.

## Was ist Spiritualität?

Unter Spiritualität verstehe ich den bewussten Umgang mit dem eigenen Bewusstsein, d.h. vor allem die Schulung der Wahrnehmung und die Entwicklung von Achtsamkeit in allen Lebensbezügen. Entwickelt sich die Spiritualität, kommt es zu neuen Deutungen der Welt, des Lebens und der Rolle des Menschen, zu einer Veränderung in den Religionen also. [...]

Michael von Bruck, *Wie können wir leben?* Verlag CH. Beck. München.

Es wäre vermessen, mit der Definition von „Spiritualität“ aufwarten zu wollen. Globaldefinitionen stellen nicht zufrieden und werden der Vielfalt subjektiver Theorien zu diesem Phänomen nicht gerecht. Infolgedessen ist es unumgänglich, im Sinne von Arbeitsdefinitionen „Spiritualität“ stets zu präzisieren, beispielsweise in der Form: Spiritualität als Beziehung zu Gott oder einer höheren Macht; Spiritualität als Erfahrung der Verbundenheit mit allem Leben; Spiritualität als Selbstverwirklichung und Wachsen der Persönlichkeit; Spiritualität als intensive Sozialbeziehung etc.

Ich plädiere für ein Verständnis von Spiritualität, in dem diese wesentlich Verbundenheit und Beziehung ist, und zwar zu einem den Menschen übersteigenden, umgreifenden Letztgültigen, Geistigen, Heiligen, das für viele nach wie vor das Göttliche ist; aber auch die Beziehung zu den Mitmenschen und zur Natur. Diese Öffnung setzt voraus, dass der Mensch vom eigenen Ego absehen bzw. dieses transzendieren kann.

Anton Bucher, *Psychologie der Spiritualität*. Basel 2007

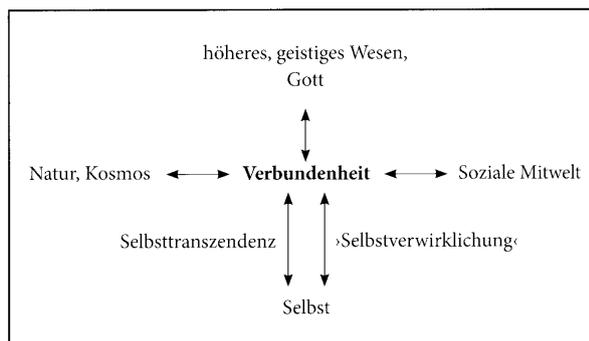
## Spiritualität als Verbundenheit

Die **horizontale Verbundenheit** bezieht sich zum einen auf Natur und Kosmos. Es ist ein grundsätzlich anderes Lebensgefühl, sich in die Natur eingebettet zu fühlen, mit ihr verbunden zu sein, als sich in ihr ausgesetzt und bedroht zu sehen. Zum anderen bezieht sich horizontale Verbundenheit auf die soziale Mitwelt, auf die Menschen, mit denen man lebt oder auch mit der ganzen Menschheit..

Die **vertikale Verbundenheit** richtet sich nach oben, hin zu „Gott“ oder wie immer dieses Größere, dieses letzte Geheimnis benannt werden mag. Gott ist das Ganze, die Einheit, das ganze Universum.

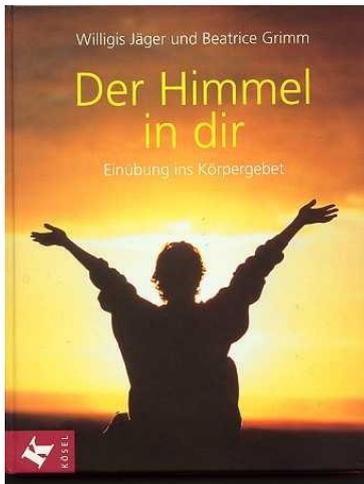
Und nicht zuletzt beinhaltet Spiritualität auch die Beziehung zum „Selbst“, ein schwieriges psychologisches Konstrukt, von dem aber angenommen wird, breiter und umfassender zu sein als das bewusste Ich. Wenn Menschen permanent auf ihr Ego fixiert sind, dann tun sie sich schwer, Verbundenheit einzugehen. Anders hingegen, wer das Ego transzendieren kann, von

diesem abzusehen vermag, um sich ganz etwas anderem oder anderen zuzuwenden. Ein - scheinbares - Paradox: „Selbstverwirklichung“ geschieht offensichtlich gerade dann, wenn sie nicht ichzentriert angestrebt wird.



## Phänomenologie neuer Spiritualitäten

**1. Die Suche nach dem Ich.** Moderne Menschen sind dabei, ihre Mitte bzw. ihr Ich zu verlieren. Respiritualisierung ist die



Suche nach dem eigenen Ich, nach der Mitte, nach der Berührung mit der eigenen Tiefe. Das Ich zu entdecken führt die Suchenden in unterschiedliche Tiefen: Die einen landen selbstzufrieden bei sich selbst, andere hingegen graben weiter und finden in sich Urbilder, lernen sich als Gottes Gedanken verstehen und erleben darin eine Würde, die ihnen niemand mehr nehmen kann.

**2. Suche nach Verwebung und Vernetzung.** Moderne Kulturen vereinzeln den Menschen. Verwebungen und Vernetzungen finden sich auf ganz unterschiedliche Weise. Manche erleben sich eins mit dem Kosmos, erleben sich verkettet mit einem unentrinnbaren Schicksal, fühlen sich eingebunden in den schicksalhaften Lauf der Welt und sehen in der Reinkarnation einen sinnvollen Ausdruck für eine solche Verwebung. Andere greifen auf alte mystische Traditionen zurück und erleben sich als ein Teil des Göttlichen, des Ganzen, des Ursprungs und des Anfangs.

**3. Suche nach umfassender Heilung.** Modernes Leben macht viele Menschen in oft diffuser Weise krank. Spirituell Suchende haben den Verdacht, dass die Ursachen der Krankheit tiefer sitzen: Es ist der Verlust der Rückbindung an den Anfang, an die ursprünglichen Quellen des Lebens und die sie formenden Bilder. Es wächst die Sehnsucht nach dem neuen Menschen, nach einer neuen Welt, nach Visionen, die tragen und nach Gemeinschaften, in denen all das auch Wirklichkeit wird: Oasen einer neuen heilen Welt inmitten einer alten verdorbenen.

**4. Suche nach einer Ethik umfassender Liebe.** Auf vielen Feldern modernen Lebens, in Beziehungen, in Büros, in der Freizeit herrscht nicht selten ein Lebensstil vor, der nicht aufbaut. Was dabei auf der Strecke bleibt, sind der Respekt vor dem anderen, Solidarität mit dem anderen, letztlich die Liebe. Dagegen begehren aber jene auf, die sich auf eine spirituelle Suche gemacht haben. Sie suchen nach einer neuen Ethik, einer Ethik umfassender Liebe, die aufrichtet und nicht hinrichtet. „Umfassend“ meint: zu den anderen, zu sich, zur Schöpfung, zu Gott.

Nicht alles, was heute an spiritueller Unterstützung auf dem „religiösen Markt“ anzutreffen ist, ist wahr, gut und heilsam. Die alte Lehre der Unterscheidung der Geister bekommt ein neues Gewicht. Jede spirituelle Suche verdient Respekt.  
in: P.M. zulehner, *Megatrend Religion*

## Gefahren in verkürzten Spiritualitätsformen

In verschiedenen Bereichen der modernen Spiritualität kann es sich auch um Pseudospiritualität handeln: Es steht Spiritualität drauf, sie ist aber nicht drin. Dazu zählen z.B. Wahrsagerei, Pendeltechniken, viele Bewusstseinsseminare und mancherlei Managerkurse. Dazu gehören Extremsportarten, die den Kick bringen sollen; oder Theorien, die aus der Unterscheidung von rechter und linker Gehirnhälfte eine Erlösungsideo-logie für fast alle Probleme des Lebens machen.

Zu dieser Form von Pseudospiritualität gehören auch die Suche nach dem Gral, sogenannte Mythopraktiken (die Beeinflussung von Naturgottheiten durch magische Rituale), ideologisch überhöhte Formen der Homöopathie, Reiki (Handauflegen), Feuerlauf, Edelsteinmagie, europäisches Tantra, Aura Soma (kosmetische Produkte sollen eine ganzheitliche Seelentherapie bewirken) oder manche Formen der Lichttherapie.

Das Bedürfnis nach außergewöhnlichen Erfahrungen wird hier auf bestimmte Objekte und Prozesse geleitet, denen ein quasi heiliger Status zugesprochen wird. Bewusstseinsweiternde Erlebnisse, das natürliche Bedürfnis nach Entgrenzung und die Übersteigerung des Alltäglichen werden miteinander verbunden, um das Besondere zu erfahren. Dies heißt nichts anderes als: zu erfahren, selbst etwas Besonderes zu sein.

In manchen spirituellen Szenen wird der Narzissmus geradezu kultiviert. Ständig ist vom Selbst die Rede, das es zu entdecken gelte und mit dem man in eine harmonische Beziehung treten müsse. Dies kann narzisstisch bedürftige Menschen in eine pathologische Spiritualität verwickeln.

Es ist irreführend, Spiritualität von vornherein mit Gesundheit oder einer gesund machenden Lebensform gleichzusetzen. Viele Angebote treten mit spirituellem Anspruch auf, sogar mit therapeutisch-spirituellen Anspruch. Sie finden viele Anhänger - und können doch krank und abhängig machen, bedienen nur die Begierde nach der schnellen Verfügbarkeit von Gesundheit und Vollkommenheit, anstatt das Bewusstsein dafür zu bahnen oder wachzuhalten, dass zum Leben stets Einschränkungen und Begrenzungen zählen.

### Emile M. Cioran, Ergriffenheit

Als ich zu später Stunde in dieser baumgesäumten Allee spazierte, fiel eine Kastanie mir zu Füßen. Das Geräusch, mit dem sie zersprang, das Echo, das es in mir weckte, und eine Ergriffenheit, die zu einem winzigen Zwischenfall in keinem Verhältnis stand, tauchten mich ins Wunder, in die Trunkenheit des Endgültigen, als gäbe es keine Fragen mehr, nur noch Antworten. Ich war trunken von tausend unerwarteten Evidenzen, mit denen ich nichts anzufangen wusste. ... So rührte ich beinahe an das Äußerste. Doch hielt ich es für geraten, meinen Spaziergang fortzusetzen.

*Emile M. Cioran, Vom Nachteil, geboren zu sein. Suhrkamp Taschenbuch 549. Suhrkamp Verlag Frankfurt 1979, S. 15.*