

SPIRITUALITÄT

Annäherung an eine Definition

Es gibt heutzutage eine unüberschaubare Anzahl von Gewerbetreibenden im Bereich der Psychotherapie oder der Esoterik, die mit dem Begriff der Spiritualität werben und damit beträchtlichen Umsatz generieren. Allerdings gibt es sehr unterschiedliche Verständnisse von dem, was mit „Spiritualität“ gemeint ist. Spiritualität ist ein noch relativ junger und vergleichsweise undefinierter Begriff, dessen semantische und gesellschaftliche Bedeutung bis heute nur unzureichend erforscht ist. Gleichwohl: Spiritualität ist en vogue und erfreut sich – im Gegensatz zu dem eher angestaubten Begriff der „Religion“ – einer positiven Konnotation.

Soziologische Gründe für das Aufkommen von Spiritualität

Im Jahr 2004 veröffentlichte der Australier David Tacey sein Buch *The Spirituality Revolution – the emergence of contemporary spirituality*.¹ Der Begriff *Revolution* mag übertrieben erscheinen, aber es dürfte jedenfalls kaum Zweifel daran geben, dass sich Spiritualität seit einigen Jahrzehnten einer wachsenden Beliebtheit erfreut. Nach Tacey bezieht sich das Interesse an Spiritualität vor allem auf die positiven Auswirkungen für Gesundheit und Wohlbefinden, die im Zusammenhang mit diesem Begriff von zahlreichen Propagandisten in Aussicht gestellt werden.²

Es gibt aber auch Hinweise darauf, dass das wachsende Interesse an Spiritualität mit dem schwindenden Einfluss der Religionen einhergeht. Zumindest für die westliche Welt gilt, dass Menschen sich zwar in zunehmendem Maße von religiösen Traditionen losgesagt haben, aber gleichwohl ein Bedürfnis nach Spiritualität verspüren. Besonders Jugendliche fühlen sich keiner bestimmten religiösen Tradition mehr verpflichtet. Für die Jugend von heute ist das Internet die Ressource, aus der sie schöpft. „Ich suche mir das Beste aus den Religionen“, sagte jüngst ein 22-jähriger Mann zu mir. Der normative Einfluss der Religionen schwindet, haftet den Vertretern der Religionen doch der Ruf an, religiöse Inhalte und Strukturen zu missbrauchen, weshalb die Religionen insgesamt kritisch gesehen werden. Das sollte insbesondere Kirchenvertreter alarmieren.

Auch gibt es Anzeichen dafür, dass ein Volk seine Religiosität in dem Maße verliert, je besser es sich wirtschaftlich entwickelt. Je mehr Wohlstand, umso

1 David Tacey, *The Spirituality Revolution. The Emergence of Contemporary Spirituality*, London/New York 2004.
2 A.a.O., S. 1.

mehr Gewicht wird auf individuelle Freiheiten und Entscheidungen gelegt.³ Auch Bildung und Religion sind umgekehrt proportional zueinander.⁴ Je gebildeter die Menschen werden, desto weniger religiös sind sie. Bildung fördert Säkularisierung. Säkularisierung ist ein Prozess, bei dem traditionelle religiöse Weltanschauungen und Werte mehr und mehr durch nicht-religiöse (also: säkulare) Weltanschauungen und Werte ersetzt werden – wenn sie überhaupt ersetzt werden.

Aber gerade wegen der in vielen Industrie- und Schwellenländern zunehmenden Säkularisierung entsteht der Wunsch nach spiritueller Orientierung. *Säkularisierung kann kein Religions-Ersatz sein.* „The problem is that no obvious alternative to religion has emerged with sufficient power to act as a vehicle for the nurture of spiritual awareness.“⁵ Menschen genießen zwar die Segnungen der modernen Freiheit und Unverbindlichkeit, sind gleichwohl desillusioniert mit einer Säkularisierung, die keinen Lebenssinn verleiht und den spirituellen Hunger nicht stillt. Menschen sind dem Religiösen entwachsen, haben aber noch keine gültige spirituelle Orientierung gefunden. „We need spiritual guidance, but for a variety of historical reasons we cannot return to organized religion or dogmatic theology in their old premodern form.“⁶ Aus diesem Grund konnten wir in den letzten Jahren eine Suche nach neuer Spiritualität feststellen, geprägt von der Sehnsucht nach Sinn und der Suche nach Orientierung, aber auch getrübt von der Unsicherheit, was denn Spiritualität überhaupt sei.

Robert Coles indes begründet das Bedürfnis nach Spiritualität weniger mit gesellschaftlichen Entwicklungen als vielmehr *mit der elementaren Bedürfnislage* des Menschen: „We are creatures who recognize ourselves as ‚adrift‘ or as ‚trapped‘ or as ‚stranded‘ or as being in some precarious relationship to this world“.⁷ Demnach wäre Spiritualität Ausdruck unserer menschlichen Entfremdung und Verlorenheit, unseres Gestrandetseins und unserer inhärenten Sehnsucht nach Sinn und Orientierung. Nach Coles haben wir ein Bedürfnis „to gain for ourselves a sense of where we came from and where we are and where we’re going“.⁸ Nicht nur wir Erwachsenen suchen die elementaren Fragen des Lebens zu beantworten, auch Kinder und Jugendliche brauchen Antworten auf die letzten Fragen nach dem Woher, Wohin und nach ihrer eigenen Identität und Bestimmung.

3 Laura H. Lippman / Julie D. Keith, The Demographics of Spirituality Among Youth: International perspectives, in: Eugene C. Roehlkepartain u.a. (Hg): *The Handbook of Spiritual Development in Childhood and Adolescence*, Thousand Oaks/London/New Delhi 2006, S. (109-123) 117.

4 Ebd.

5 Tacey, a.a.O., S. 48.

6 A.a.O., S. 2.

7 Robert Coles, *The Spiritual Life of Children*, Boston 1999, S. 8.

8 Ebd.

Spiritualität als Gegenstand der Forschung

Im angelsächsischen Bereich ist der Begriff *spirituality* vor allem in der Kindheits- und Jugendforschung aufgegriffen worden. Den Forschern ging es nicht nur darum, diesen dehnbar-changierenden Ausdruck begrifflich einzuordnen und einzugrenzen, sondern vor allem darum festzustellen, ob das, wofür er steht, positive Auswirkungen auf die Erziehung von Kindern und Jugendlichen hat. Auch ich habe mich zu diesem Themenbereich geäußert.⁹

Schon 1990 hatte Robert Coles sein Buch *The Spiritual Life of Children* veröffentlicht, in dem er auf tiefgründige Analysen und Definitionen verzichtete und stattdessen Kinder zu ihrer eigenen Spiritualität befragte. Neben christlichen, muslimischen und jüdischen Kindern befragte er auch Kinder aus areligiösen Elternhäusern. Ich zitiere hier beispielhaft den 12-jährigen Eric:

„Mit Religion habe ich’s nicht so ... Mein Dad macht sich über Religion lustig ... Religion bedeutet mir nicht viel – in die Kirche gehen; aber manchmal stell ich mir Fragen ... ich guck zum Himmel, frag’ mich: was gibt’s da oben – ich meine, außer Sonne, Mond und Sterne. Sonst noch was? Wer weiß? Ich hab’ keine Ahnung. Die meiste Zeit lebe ich nur so von einer Minute zur nächsten ... Nur wenn was Ungewöhnliches passiert, frag ich mich: Was geht da vor? Was soll das alles? ... Dann frag ich mich, wie das hier alles angefangen hat. Gibt es einen Gott? Hat er alles in Gang gesetzt? Gibt es noch andere im Universum? ... Aber wenn dann so ein Unfall passiert, ganz in der Nähe, und die Fahrerin stirbt ... dann frage ich mich, wie viel Zeit ich noch hab ... Ich denk dann, du bist hier, aber eines Tages bist auch du nicht mehr da. So, wie es meinem Freund Ned passierte, der die Straße überquerte und von einem LKW erfasst und getötet wurde ... es war erst später, nachts, als es mir dämmerte: Ned war weg! Ich werd’ ihn nie mehr wiedersehen. Ich lag auf meinem Bett, auf dem Rücken, wach und dachte nach ... Ned ist weg. Du bist noch hier, aber eines Tages wirst du auch nicht mehr da sein ...“¹⁰

Coles gelangte zu dem Ergebnis: Kinder mögen zwar nicht alle religiös sein, aber alle erfahren zumindest Augenblicke, in denen sie zutiefst spirituell sind, „young human beings profane as can be one minute, but the next, spiritual“.¹¹ Und Tobin

9 Kurt Bangert, Spiritualität, in: Sabine Andresen, Christine Hunner-Kreisel und Stefan Fries (Hg.): *Erziehung. Ein interdisziplinäres Handbuch*, J.B. Metzler: Stuttgart/Weimar 2013, S. 155-161; ders.: Religion, Spirituality and Child Well-Being, in: Asher Ben-Arieh u. a. (Hg.): *Handbook of Child Well-Being. Theories, Methods and Policies in Global Perspective*, Bd. 2, Springer: Heidelberg/New York/London 2014, S. 1171-1208.

10 Coles, a.a.O., S. 280-287.

11 A.a.O., S. XVIII.

Hart kommt zu dem Schluss, „that there is a growing body of evidence that children have spiritual capacities and experiences“.¹² Kinder besitzen offenbar eine angeborene Spiritualität, „a natural inclination towards spirituality“.¹³ Kinder seien zuerst spirituell, erst dann würden sie sozialisiert und inkulturiert.¹⁴ Manche Forscher sprechen sogar von einer physischen Veranlagung zur Spiritualität („bodily predisposition“),¹⁵ die durch kulturelle Erziehung entweder verdeckt oder gefördert werden kann.¹⁶ Um es etwas zugespitzt zu sagen: Kinder können durch entsprechende Erziehung ihre Spiritualität bewahren – oder verlieren.

Spiritualität und Religiosität: Überlappung und Abgrenzung

Um Spiritualität besser zu verstehen, ist es nützlich, sie von Religion zu unterscheiden und zu klären, wo beide konvergieren oder divergieren. Es gibt hier Überlappungen ebenso wie Abgrenzungen. Manche Leute sehen keinen Unterschied, aber für die meisten gibt es eine klare Differenz zwischen beiden.¹⁷ Spiritualität wird oft als etwas individuell Erfahrbares, Religion eher als etwas Institutionelles angesehen.¹⁸ Nicht nur Erwachsene, auch Kinder und Jugendliche haben ein ambivalentes Verhältnis zur Religion. In einer internationalen Erhebung bezeichneten sich 34% der befragten Kinder und Jugendlichen als spirituell *und* religiös. 24% betrachteten sich als spirituell, aber nicht religiös. Etwa ein Drittel bewertete Religion als „usually bad“.¹⁹

David Hay ließ Jugendliche Assoziationen zu den Begriffen *Religion* und *Spiritualität* niederschreiben. Religion wurde mit Kirchen, Moscheen, Bibeln, Gebetsbüchern, Pfarrern und religiösen Riten verbunden, zuweilen auch mit Langeweile, Engstirnigkeit, Althergebrachtem, Fanatismus, blindem Eifer, Härte, Verfolgung usw.; Spiritualität hingegen mit wärmeren Begriffen wie Inspiration, Ganzheit, Tiefe, persönliche Andacht, Gebet, Meditation.²⁰ Dabei kommt die kritische Haltung gegenüber der Religion nicht nur aus der Richtung derer, die außerhalb der Religion stehen, sondern gerade auch von denen, die selbst einer Religion

12 Tobin Hart, *Spiritual Experiences and Capacities of Children and Youth*, in: Roehlkepartain 2006, a.a.O., S. (163-177) 163.

13 Chris J. Boyatzis, *Children's Spiritual Development: Advancing the Field in Definition, Measurement, and Theory*, in: Holly C. Allen (Hrsg.): *Nurturing Children's Spirituality*, Eugene 2008, S. (43-57) 47.

14 Ebd.

15 David Hay / Rebecca Nye, *The Spirit of the Child*, London/Philadelphia 2006, S. 23.

16 A.a.O., S. 141.

17 A.a.O., S. 19.

18 Pamela E. King / Peter L. Benson, *Spiritual Development and Adolescent Well-Being and Thriving*, in: Roehlkepartain 2006, a.a.O., S. (384-399) 384.

19 Eugene C. Roehlkepartain u.a., *With Their Own Voices: A Global Exploration of How Today's Young People Experience and Think About Spiritual Development*, Minneapolis 2008, S. 6.

20 Hay and Nye, a.a.O., S. 19.

angehören. „There’s religion and there’s the spirit“, zitiert Coles seinen eigenen Sohn, der aus der Sonntagsschule heimkam. Gefragt, wo er das herhabe, gab der Bub den Sonntagsschullehrer und den Apostel Paulus als Quellen an, die vom *Buchstaben* und vom *Geist* gesprochen hätten.

Spiritualität, so könnte man sagen, ist Religiosität ohne Religion. Religion ist für die Religiösen, Spiritualität für alle. „The spirituality revolution is also about finding the sacred everywhere, and not just where religious traditions have asked us to find it.“²¹ Religion bedarf der Zugehörigkeit zu einer offiziellen religiösen Gruppe, Spiritualität ist das Privileg eines jeden, ungeachtet der Affiliation.

Kerndefinition von Spiritualität

Dass der Spiritualität bisher zu wenig Bedeutung beigemessen wurde, ist u.a. der Tatsache geschuldet, dass es bisher keine einheitliche Definition von Spiritualität gab, die griffig genug gewesen wäre, um als ernstzunehmender Faktor (etwa für die Erziehung von Kindern) in Betracht zu kommen. Einerseits ist Spiritualität etwas, bei dem sich fast jeder als Experte sieht,²² andererseits weiß kaum jemand genau, was darunter zu verstehen ist. Selbst Experten taten sich bislang schwer mit dem Begriff, dem oft Uneindeutigkeit und Komplexität unterstellt wurde. „*Spirituality* is difficult to define because of deep ambiguities of everyday usage.“²³ Rebecca Nye glaubte, dass jeder Versuch, Spiritualität zu definieren, der Komplexität dieses Begriffes nicht gerecht werde. „*Spirituality* is like the wind – though it might be experienced, observed and described, it cannot be ‚captured‘.“²⁴

In einem vom amerikanischen *National Institute for Healthcare Research* finanzierten Bericht wird Spiritualität definiert als „the feelings, thoughts, experiences, and behaviors that arise from a search for the sacred“²⁵ kurz: Spiritualität sei die *Suche* nach dem *Heiligen*. Wichtig erscheint mir hier nicht nur der Begriff des *Heiligen* zu sein, sondern auch der des *Suchens*. Es geht weniger um spektakuläre Begegnungen mit dem Heiligen, dem Numinosen, dem Transzendenten, sondern um die Suche nach Verstehen, nach Verbindung, nach dem übergeordneten Ganzen. Harold G. Koenig u.a. definieren Spiritualität als „the personal quest [Suche!] for understanding answers to ultimate questions about life, about meaning and about relationship

21 Tacey, aa.O., S. 4.

22 Richard Gorsuch und Donald Walker: Measurement and Research Design in Studying Spiritual Development, in: Roehlkepartain 2006, aa.O., S. (92-103) 101.

23 Hanan Alexander und David Carr: Philosophical Issues in Spiritual Education and Development, in: Roehlkepartain 2006, aa.O., S. (73-91) 74.

24 Hay and Nye, aa.O., S. 58.

25 David B. Larson, James P. Swyers und Michael E. McCullough: *Scientific Research on Spirituality and Health: A Consensus Report*, Rockville 1998.

to the sacred or transcendent”²⁶ Es geht bei der Spiritualität demnach um die letzten Sinnfragen und um die Begegnung mit dem Ganzen der Wirklichkeit.

Roehlkepartain u.a. bieten in ihrem *Handbook of spiritual development* eine prägnante Definition von spiritueller Entwicklung an, die Beachtung verdient:

“Spiritual development is the process of growing the intrinsic human capacity for self-transcendence, in which the self is embedded in something greater than the self, including the sacred.”²⁷ (Frei übersetzt: Spirituelle Entwicklung ist ein intrinsischer Befähigungsprozess in Richtung Selbstüberschreitung, wobei das Selbst eingebettet ist in ein größeres Etwas, mit dem auch das Heilige gemeint sein kann.)

Der entscheidende Begriff in dieser Definition ist die *Selbsttranszendenz*, also die Fähigkeit, über das eigene Selbst hinauszuwachsen und sich eingebettet zu wissen in ein Größeres. Mit diesem *Größeren kann* eine transzendente Wirklichkeit gemeint sein (Gott, das All, ein universales Bewusstsein, ein tragfähiger Urgrund etc.), aber auch etwas weniger Großes, etwa die empathische Verbindung zu Geschwistern, Freunden oder anderen Menschen eigenen Vertrauens. Denn der Mensch lebt von diesem Eingebettetsein und Aufgehobensein in einer ihm vertrauten menschlichen Gemeinschaft. Obige Definition scheint mir eine nützliche und wegweisende Definition zu sein, die inzwischen auch von einer Reihe anderer Autoren positiv aufgegriffen wurde. Sie bezeichnet für mich den *Kern* von Spiritualität, auch wenn diese Definition nicht alle Facetten und Schattierungen benennt, die diesem komplexen Begriff sonst noch eigen sind.

Wenn Spiritualität also etwas mit Selbstüberschreitung und dem Eingebettetsein in etwas Größeres als das Selbst zu tun hat; und wenn wir dann noch die weiter oben von Coles beschriebene Situation des entfremdeten, gestrandeten, auf sich selbst zurückgeworfenen Menschen hinzuziehen, so könnte man Spiritualität als eine Reise vom gestrandeten, isolierten, auf sich selbst gestellten Menschen hin zu dessen Einbettung in das größere Ganze begreifen; zu einer Einbettung, die es uns erlaubt, uns wieder neu zu definieren und neu zu uns selbst zu kommen; zu einem Selbst, das nicht mehr verloren, gestrandet, isoliert, sondern eben eingebettet ist. Das Selbst würde sich aufgehoben wissen im großen Ganzen, *aufgehoben* im Sinne einer behüteten Geborgenheit, aber auch *aufgehoben* im Sinne einer Verschmelzung mit allem, mit dem Universum, mit einem tragfähigen Grund, mit dem Ganzen der Wirklichkeit (das wir „Gott“ nennen können).

26 Harold G. Koenig, Michael E. McCullough und David B. Larson, *Handbook of Religion and Health*, New York 2001, S. 18.

27 Peter L. Benson u.a., *Spiritual development in childhood and adolescence: Toward a field of inquiry*, in: *Applied Developmental Science* 7 (2003), S. 204-212 205 f.

Die Multiplizität von Spiritualität

Wenn die Selbsttranszendenz und das Aufgehobensein in einem größeren Ganzen den *Kern* von Spiritualität ausmacht, was ist dann aber das *Fruchtfleisch* um diesen Kern herum? Spiritualität hat auch eine Multiplizität, Komplexität und Vielfältigkeit, die mit obiger Kurzdefinition nicht vollständig abgedeckt werden kann; Spiritualität ist nicht ein-, sondern mehrdimensional. Wir sollten also nicht nur nach dem Kern, sondern auch nach einer umfassenderen Definition von Spiritualität fragen. Damit verbunden ist die Frage: Wie kann Spiritualität so konkretisiert und ausgestaltet werden, dass wir nicht nur von positiven Auswirkungen auf unser aller Wohlbefinden sprechen dürfen, sondern diese Auswirkungen vielleicht sogar messbar machen können? Kann Spiritualität vielleicht auch einen Beitrag dazu leisten kann, unsere Kinder resilienter, widerstandsfähiger, wohlgedeihender im Sinn von umfassendem Wohlbefinden werden zu lassen?

Bislang gibt es zu wenige empirisch erforschte Hinweise darauf, dass Spiritualität zum Wohlbefinden beiträgt, obwohl das durchaus vermutet werden darf. Es gibt zwar Hinweise darauf, dass die Zugehörigkeit zu religiösen Gruppen zum gesundheitlichen Wohlbefinden beiträgt,²⁸ doch die meisten Studien, die sich mit den Auswirkungen von Religiosität auf das Wohlbefinden befassten, unterschieden nicht zwischen Religiosität und Spiritualität. Das amerikanische *Search Institute* kam zu der vorsichtigen Einschätzung „that spirituality may have an influence on youth thriving beyond that of religion“.²⁹ Aber im Ganzen gesehen sind die empirischen Ergebnisse im Hinblick auf die positiven Auswirkungen von Spiritualität noch unzureichend, um eindeutige Schlussfolgerungen zu ziehen.

Um zu einer umfassenderen und konkreteren Definition von Spiritualität zu kommen, habe ich aus der mir verfügbaren Literatur³⁰ zahlreiche Begriffe und Konzepte niedergeschrieben, die als Aspekte oder Ingredienzien von Spiritualität erwähnt wurden, und diese dann unter sechs Grundgedanken subsumiert, die ich als unverzichtbar für spirituelles Wohlbefinden (vor allem von Kindern, aber nicht nur bei diesen) betrachte:

(1) *Unsere Beziehungen zu anderen*: Wir leben nicht für uns selbst, sondern brauchen den fruchtbaren Austausch mit anderen. Wohlergehen ist nicht möglich ohne den sozialen, gedanklichen und emotionalen Bezug zu uns nahestehenden Menschen.

(2) *Unsere Beziehung zu uns selbst*: Wohlbefinden hat viel damit zu tun, wie wir uns zu uns selbst verhalten, wie wir uns selbst wahrnehmen, wie wir unsere eigene Identität verstehen und welche Gestaltungsmöglichkeit wir für uns selbst sehen.

28 Vgl. King / Benson, a.a.O.

29 A.a.O., S. 389.

30 Eingegrenzt allerdings auf die Literatur der Kindheitsforschung

(3) *Unsere Beziehung zu einer umfassenderen (transzendenten) Wirklichkeit:* Es gilt, sich als Teil eines größeren Ganzen zu verstehen. Dieses größere Ganze kann eine Gemeinschaft, eine Kultur, eine Ethnie, eine Nation sein, kann aber auch die Welt, das Universum, Gott meinen. Spiritualität lässt uns unsere Identität und Individualität im Ganzen dieser Wirklichkeit aufgehoben wissen.

(4) *Unsere Überzeugungen und Werte:* Überzeugungen haben damit zu tun, was wir zu wissen meinen und was wir glauben; sie beeinflussen unsere Haltung und unser Verhalten. Werte gehen noch tiefer, liegen unseren Überzeugungen zugrunde und haben mit den moralischen Entscheidungen, die wir treffen, zu tun. Werte und Überzeugungen sind die Leitpfosten des Lebens.

(5) *Unser Verantwortungssinn:* Wir leben nicht nur für uns selbst, sondern sind mit verantwortlich für andere und fürs Gemeinwohl. Spiritualität ohne eine solche gemeinschaftsbezogene Verantwortung würde in esoterische und frömmelnde Nabelschau ausarten.

(6) *Unsere gemeinschaftlich-spirituelle Einbettung:* Die Einbettung in eine Gemeinschaft, in der Suche nach Sinn und Spiritualität gepflegt wird, bietet ein Gefühl der Zugehörigkeit, der Sozialisation, der Inkulturation, des Vertrauens und der gegenseitigen Fürsorge. Durch die Zugehörigkeit zu einer solchen Gemeinschaft kann der Sinn für das größere Ganze vermittelt werden.

Schluss

Mit diesen sechs Aspekten habe ich, von einer Kerndefinition ausgehend, den Versuch unternommen, der Spiritualität „Fleisch“ zu geben und den holistischen, mehrdimensionalen Charakter von Spiritualität aufzuzeigen. In diesem Sinne verstanden, dürfte Spiritualität zum Wohlergehen und Wohlbefinden beitragen. So verstanden, sollte Spiritualität gerade im Hinblick auf die Entwicklung und Erziehung von Kindern mehr Aufmerksamkeit geschenkt werden. Spirituelle Erziehung wäre dann zu verstehen als die Förderung eines Kindes, die Fähigkeit zur Selbsttranszendenz in sich zu entdecken und zu entwickeln. Im Zuge einer zunehmenden Säkularisierung, Entkirchlichung und Infragestellung religiöser Traditionen dürfte der Spiritualität immer größere Bedeutung zukommen, nicht nur als gesellschaftliches Phänomen und als wissenschaftlicher Forschungsgegenstand, sondern auch als Beitrag zum Wohlergehen von Menschen im Allgemeinen und Kindern im Besonderen. Kinder haben eine natürliche Neigung (Prädisposition) zur Spiritualität, und dieses spirituelle Grundbedürfnis zu negieren, hieße einen wesentlichen Aspekt des Wohlbefindens auszuklammern. □