

Matthias Schnegg



EDITION **Leid**faden

# Was trägt?

Trauer und Spiritualität

V&R



## EDITION **Leid**faden

Hrsg. von Monika Müller

Die Buchreihe *Edition Leidfaden* ist Teil des Programmschwerpunkts »Trauerbegleitung« bei Vandenhoeck & Ruprecht, in dessen Zentrum seit 2012 die Zeitschrift »Leidfaden – Fachmagazin für Krisen, Leid, Trauer« steht. Die Edition bietet Grundlagen zu wichtigen Einzelthemen und Fragestellungen im (semi-)professionellen Umgang mit Trauernden.

Matthias Schnegg

# Was trägt? Trauer und Spiritualität

Mit Illustrationen des Autors

Vandenhoeck & Ruprecht

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:  
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der  
Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind  
im Internet über <http://dnb.de> abrufbar.

© 2018, Vandenhoeck & Ruprecht GmbH & Co. KG,  
Theaterstraße 13, D-37073 Göttingen  
Alle Rechte vorbehalten. Das Werk und seine Teile sind urheberrechtlich  
geschützt. Jede Verwertung in anderen als den gesetzlich zugelassenen Fällen  
bedarf der vorherigen schriftlichen Einwilligung des Verlages.

Umschlagabbildung: Foto: Anna C. Wagner, Köln

Satz: SchwabScantechnik, Göttingen

**Vandenhoeck & Ruprecht Verlage | [www.vandenhoeck-ruprecht-verlage.com](http://www.vandenhoeck-ruprecht-verlage.com)**

ISSN 2198-2856

ISBN 978-3-647-40637-4

# Inhalt

<b>1 Spiritualität – Versuch einer Eingrenzung des Begriffs</b> .....	9
1.1 Was ist denn das – Spiritualität? .....	9
1.2 Das Sagbare und das Unsägliche .....	10
1.3 Organisationen und Spiritualität .....	12
1.4 Bilder und Erzählungen als Annäherung .....	13
1.5 Die Paradoxie als Verstehenshilfe .....	14
1.6 Spiritualität als dialogisches Geschehen .....	16
1.7 Spiritualität ist Lebens-Raum .....	16
1.8 Spiritualität – die Berührung mit dem Dritten .....	17
1.9 Spiritualität als Trägersubstanz .....	17
1.10 Spiritualität ist kein Gegenstand, nicht herstellbar und doch da .....	20
1.11 Spiritualität als Ausdrucksform der Weltanschauung? .....	21
1.12 Spiritualität ist kein objektivierbarer Tatbestand .....	22
1.13 Trauer als spirituelles Ereignis .....	23
1.14 Trauer im weltanschaulichen System .....	23
1.15 Spiritualität in Religionen, Konfessionen, Esoterik .....	25
1.16 Trauer-Sehnsucht .....	29
1.17 Spiritistische Begegnungen .....	31
<b>2 Spiritualität im Erleben der Trauer</b> .....	32
2.1 Was ist Trauer? .....	32
2.2 Verlusterfahrung als Bedrohung der Lebenskraft .....	33
2.3 Dem Prozess trauern .....	36
2.4 Trauer zwischen gestern und morgen .....	38
2.5 Seele ist Körper .....	42
2.6 Trauer zwischen spiritueller Niederung und Erhebung .....	43

## 6 Inhalt

2.7	Vom spirituellen Schmerz .....	49
2.8	Glaubenskraft und Glaubensverlust .....	54
2.9	Das Übersteigende .....	58
2.10	Ausdrucksformen spiritueller Kräfte .....	60
2.11	Annäherung und Anpassung .....	66
2.12	Hinnahme und Hingabe .....	70
2.13	Kapitulation als Eröffnung .....	72
2.14	Hoffnung .....	76
2.15	Jenseitsvorstellungen .....	80
2.16	Verhaltensmuster als Ausdrucksformen der Spiritualität in der Trauer .....	82
2.17	Riten und Rituale als Ausdrucksformen der Spiritualität ...	84
2.18	Trauer als gelebte Spiritualität .....	90
2.19	Trauer nach Trennung – und die spirituelle Frage .....	91
<b>3</b>	<b>Spiritualität und Trauerbegleitung .....</b>	<b>95</b>
3.1	Vom passenden Wort der Begleitung .....	95
3.2	Für andere – Nicht mein Wille geschehe .....	96
3.3	Leiden und bei-leiden .....	98
3.4	Umgehen und mitgehen .....	98
3.5	Begleiten und begegnen .....	99
3.6	Dienstleisten und dienen .....	100
3.7	Unterstützen und stärken .....	100
3.8	Nicht fürchten – ehrfürchten .....	101
3.9	Das mit der Augenhöhe .....	104
3.10	Und welches Wort ist richtig? .....	105
3.11	Geht absichtslos? .....	105
3.12	Empathie und Mitgefühl .....	105
3.13	Ergänzung im Verlusterleben .....	109
3.14	Anwaltschaft .....	112
3.15	Treue .....	114
3.16	Und stimmt die Liebe noch? .....	116
3.17	Wechselwirkung der mitgehenden Tugenden .....	119
3.18	Spiritualität der Tat .....	121
3.19	Begleitung eröffnet Raum für spirituelle Anliegen .....	123

<b>4 Einige Methodenbeispiele</b> .....	128
4.1 Beispiel 1: Methode des Erwärmens als Zugang (T) .....	128
4.2 Beispiel 2: Uns begegnet die große Frage des Warum!?! (T) .....	132
4.3 Beispiel 3: Die Möglichkeit der Wiederverbindung (TB) .....	141
4.4 Beispiel 4: Wo ist er jetzt, der Verlorene? – Hilfen in Sehnsucht (T) .....	143
4.5 Beispiel 5: Gestaltungsübung zu Jenseitsvorstellungen (TB) .....	147
4.6 Beispiel 6: Eine andere Übung zu Jenseitsvorstellungen (in der christlichen Deutung) (T/TG) .....	148
4.7 Beispiel 7: Übung zu Anwaltschaft (TB) .....	150
4.8 Beispiel 8: Übung zum Ausdruck der Klage (TB/TG) .....	151
4.9 Beispiel 9: Stimmt die Liebe noch? (TB) .....	155
 <b>Schlussbemerkung</b> .....	 157
 <b>Literatur</b> .....	 158



# 1 Spiritualität - Versuch einer Eingrenzung des Begriffs

Muss ich da irgendeiner Kirche oder einer Religionsgemeinschaft angehören, um bei Spiritualität mitreden zu können? Bedarf es bestimmter Ausbildungen, um mich einbringen zu können? Können wir bei allen Menschen annehmen, dass sie etwas mit Spiritualität zu tun haben?

Hat man die einfach so, auch ohne dass man sich dessen bewusst ist? Braucht jeder Mensch eine Spiritualität? Kann man die allein haben, vielleicht gar allein erfinden – oder geht das nur im Zusammenhang einer wie auch immer gearteten Gemeinschaft? Muss man über Spiritualität Bescheid wissen, wenn man in der Trauerbegleitung mitwirken will? Ist Spiritualität ein schönes Beiwerk oder etwa unverzichtbar hilfreich in der Begegnung mit Menschen? Immerhin: Wenn sie etwas mit Geist zu tun hat, kann man sie dennoch sehen? – Oder ist sie mehr so etwas wie ein Gefühl?



## 1.1 Was ist denn das - Spiritualität?

Eine berechtigte Nachfrage – denn oftmals führen wir diesen Begriff im Munde, aber eindeutig ist er nicht. Vom lateinischen Wortstamm hat er etwas mit *spiritus* – Geist – zu tun. Aber auch

bei diesem Wort kommen wir ins Schwanken, wenn es um eine eindeutige, für alle verbindliche Definition gehen sollte.

Ein Spiritual-Care-Kurs beginnt mit der Aufforderung an die Teilnehmenden, mithilfe unterschiedlichster Materialien (farbige Tücher, Gebrauchsgegenstände, Naturmaterialien) ihre persönliche Vorstellung zum Begriff »Spiritualität« darzustellen. Am Ende soll ein Satz formuliert werden, der das persönlich Erfasste zu Spiritualität zusammenfasst. Wie nicht anders zu erwarten, fallen diese Definitionen sehr unterschiedlich aus. Interessant ist, dass sich bei der Zusammenfassung der so unterschiedlichen Erfahrungshorizonte eine Unterscheidung herauskristallisiert in »Sagbares über Spiritualität« und »Unsägliches über Spiritualität«.

Die in diesem Buch beschriebene Spiritualität geht davon aus, dass sie aus einer bestimmten Perspektive wahrnimmt und deutet – im Wissen und im Respekt, dass das, was da erlebt wird, auch anders gedeutet werden kann.

## 1.2 Das Sagbare und das Unsägliches

Das Sagbare deutet auf etwas hin, das wir selbstverständlich mit dem Begriff »Spiritualität« verbinden können. Dazu gehören Erkenntnisse wie: Spiritualität ist eine natürliche Gabe, kennt verschiedene vertraute Ausdrucksformen, bedient sich der Bilder und Gleichnisse, ist meist ein dialogisches Geschehen, erfreut sich an sinnlicher Wahrnehmung und, besonders bemerkenswert, was wir mit Spiritualität zu benennen wünschen, bleibt letztlich immer im Zustand der Annäherung. Wir können das Analogie nennen. Eine Analogie ist da, wo wir etwas mit einer Eigenschaft benennen und gleichzeitig sagen müssten, dass diese Eigenschaft letztlich nicht zur Erfassung des Ganzen taugt. Die Analogie eröffnet durch

Teilerkenntnisse einen Zugang. Indem sie aber immer nur einen Teilausschnitt zu fassen bekommt, bleibt sie zugleich unendlich weit entfernt von dem, was wir eigentlich als Ganzheit ausdrücken wollen. Wollen wir zum Beispiel von Gott etwas aussagen, dann kann eine solche Aussage zutreffen; indem wir sie aussprechen, müssen wir aber gleich dazu sagen, dass so Gott doch nicht ist. Gott als Licht zu benennen, ist gewiss eine Teilerkenntnis. Aber wenn wir meinen, dass wir Gott mit dem Begriff Licht erfasst hätten, dann müssen wir bekennen: Er ist auch Finsternis ...

Die Analogie lässt uns verstehen, dass es Wirklichkeiten gibt, die wir letztlich nicht fassen können. Damit werden sie für uns unsagbar. Interessant, dass in dem oben erwähnten Kurs aber nicht der Begriff des Unsagbaren verwendet wurde, sondern der des *Unsäglichen*. In diesem Wort schwingt etwas von der Unausdrückbarkeit mit, aber auch von der Zumutung, die wir mit dieser Nichterfassbarkeit empfinden mögen. Dann bleiben das Hintasten, das Annähern, das Stammeln und das Staunen angemessene Formen des Respektes vor diesem Unsäglichen. Letztlich treten wir in Kontakt mit einem Geheimnis, das seinen letzten Wesensgrund nicht preisgeben mag, weil wir es entschlüsseln wollen.

Spiritualität hat etwas von dieser Wirklichkeit, die in Teilen sagbar und zugleich verborgen, unsäglich bleiben muss. Vielleicht ist es gerade diese letztendliche Unfassbarkeit, die sie uns so anziehend macht.

Alle kennen wir Gespräche, in denen uns die Worte ausgehen und manchmal noch ein Fingerschnippen versucht, dem letztlich Unausagbaren einen Ausdruck zu verleihen. Dann sind die Worte tatsächlich nur andeutend-stammelnd oder gar nicht gesagt, aber das Schnippen der Finger vermag zu signalisieren, dass etwas letztlich Unsagbares in die Kommunikation gebracht sein will.

Manchmal wählen wir Umwege des Ausdrucks, um das Unsägliche wie eine Analogie in den Raum zu stellen: irgendwie ausgesprochen und doch unaussprechlich.

### 1.3 Organisationen und Spiritualität

Gerade im Kontext der Begleitung Sterbender und Trauernder gibt es verschiedene Organisationen, die sehr bewusst auch spirituelle Akzente in ihren Diensten sehen. Ende des 19. Jahrhunderts sind Organisationen entstanden, die gerade aus ihrer spirituellen Grundhaltung heraus zum Beispiel in Pflege und Bildung gegangen sind, weil es einen großen Mangel an solchen Organisationen wie Krankenhäusern, Hospizen oder Schulen gab. Viele Ordensgemeinschaften sind um diese Zeit mit dem Ziel gegründet worden, aus einer bestimmten geistlichen Haltung heraus unter anderem in Sorge zu sein für Kranke, Sterbende und Trauernde.

Die Zeit dieser Orden ist vielerorts zu Ende. An ihre Stelle sind oft Stiftungen getreten, die die spirituelle Motivation der Gründerinnen und Gründer der Orden unter den Bedingungen moderner Organisationen des Gesundheitswesens weiterleben lassen. Diese Institutionen sind sehr bemüht, gerade diese Geisthaltungen, ihre Spiritualität, an ihre Mitarbeitenden zu vermitteln. Spiritualität will Atem der Organisation sein. Das fällt nicht leicht, weil Organisationen als Systeme einer eigenen Logik folgen. Immer wieder kommt es zu paradoxen Konstellationen: Die Gleichzeitigkeit des Anderen muss ausgehalten und gestaltet werden. Wirtschaftlichkeit mit ihrer eigenen Gesetzmäßigkeit stößt auf Fachlichkeit mit ihrer eigenen Gesetzmäßigkeit stößt auf spirituelle Prägung mit eigener Fachlichkeit. Es wird schnell klar, dass hier Konflikte aufkommen, die bestenfalls in einen fairen Austausch kommen. Die Gleichzeitigkeit des Anderen lässt

sich nicht auflösen. Sie kann nur gestaltet werden. Dabei wird die Gratwanderung zwischen den einzelnen Gesetzmäßigkeiten immer wieder offenbar. Es bedarf des Willens der Organisation und der Einzelnen, diesen Prozess zu gestalten.

Eine Gruppe aus Krankenpflegenden, Ärztinnen und Ärzten trifft sich regelmäßig, um kollegiale Supervision zu halten unter dem Fokus der Spiritualität ihrer Arbeit. In den ersten Sitzungen schien es, dass unendlich viel Stoff anfiel. Da ging es um weltanschauliche Prägung der Dienste, da ging es um die Ablesbarkeit dieser weltanschaulichen Identität. Letztlich bewegten sich die Überlegungen auf einem dinglichen Niveau: Was erwarten wir von den Mitarbeitenden, was erwarten wir von der Ausprägung unserer Dienste? Wo müssen wir wie erkennbarer sein? Recht bald zeigte sich, dass eine solche Supervision sich schnell erschöpfen würde. Sachzwänge aus dem Bereich der Pflege und der Verwaltung bewirkten, dass die Thematik nur noch die spirituell motivierten Mitarbeitenden anzog. Weil die Gruppe – verbunden durch einen Geist – sich nicht auflösen wollte, verschoben sich die Themen der Zusammenkünfte mehr und mehr zu Fragen der eigenen Lebensdeutung hin. Es waren Fragen, die das Fundament des Lebens berührten, Anfragen an die Lebensdeutung angesichts so vieler unterschiedlicher, auch beruflicher Erfahrungen des Menschseins. Die dinglich fassbaren, organisationalen Themen verblassten. Es ging mehr und mehr um Austausch von Erfahrung, wie Leben wahrgenommen und gestaltet werden kann.

#### **1.4 Bilder und Erzählungen als Annäherung**

Eher können wir in Worte fassen, was wir als Erscheinungsformen von Spiritualität wahrnehmen. Geist ist nicht affass-

bar. Geist *ist*. Die Analogie schafft uns genau den Freiraum, der offenbar der Geist selbst ist. Wir können sagen: Der Geist ist wie ... und sind uns dabei bewusst, dass es nur kleine Bruchstücke des Ganzen sind. Jedes Teil steht für das erahnte Ganze. Aber das Ganze bleibt Geheimnis. Wir sind dankbar, dass wir die Teile in Bildern und Geschichten darzustellen vermögen, ohne dem Geist damit Grenzen zu setzen.

Hilfreich sind uns Bilder, die uns sagen lassen: Spiritualität ist ... wie eine Oase in der Wüste oder wie das Licht der aufgehenden Sonne oder wie der wärmende Sonnenstrahl in kalter Umwelt ... Immer bleiben wir uns bewusst, dass diese Bilder Annäherungen an eine Wirklichkeit sind, die wir in ihrer Ganzheit nur ahnen.

Auch Erzählungen bereiten die Sphäre, in der etwas von der allumfassenden Größe der Spiritualität übermittelt wird. Aber auch jedes Beispiel, jedes Gleichnis, jede allegorische Erzählung bleiben Analogie, bleiben eine Annäherung an das große Ganze. Nicht ohne Grund haben die großen Religionsstifter sich der bildhaften Sprache des Erzählens bedient, um über sich hinauszudeuten auf das Ewige, das unsagbar Unsägliches.

## 1.5 Die Paradoxie als Verstehenshilfe

Wir begegnen mit der Spiritualität einer Wirklichkeit, die fassbar und unfassbar zugleich ist, die sich sagbar und unsäglich zeigt, die offenbart und verhüllt. Wenn wir meinen, absolute Klarheit und Bestimmbarkeit haben zu müssen, dann müssten wir verzweifeln oder uns abwenden von alledem, was Spiritualität meint.

Ein junger Mann hatte in seiner Kindheit die schmerzliche Ver-lusterfahrung des frühen Todes seiner Mutter hinnehmen müssen. Er wuchs unauffällig auf und entwickelte in seinen späteren

Jugendjahren einen fast zynischen Atheismus. Zynismus lag in der Bitterkeit, die unterschwellig hervortrat, während die sachliche Aussage recht vernünftig vorgetragen wurde. Er habe keinen Zorn auf das, was andere Menschen »Gott« nennen, sagt er. Er könne keine Wut entfachen gegen etwas, was es nicht geben kann. Es sei offensichtlich, dass die Welt nach anderen Gesetzen verlaufe als nach einem geistlichen Konzept. Wie soll bei einer Evolution allen Lebens ein Schöpfergott sein? Wie will der bei Milliarden Menschen auf einen Einzelnen schauen? Wie soll er Glück und Unglück für Einzelne und ganze Völker bestimmen – vielleicht aus gelangweilter Willkür?

Auch einer Spiritualität billigt der Skeptiker keinen Existenzraum zu, denn das vermeintlich Geistliche sei weder fassbar noch beweisbar – eher ein Überbleibsel aus Zeiten, da die Menschen sich wegen ihrer Grenzen nicht zu helfen wussten. Ein Gespräch mit jemandem, der die Spiritualität für eine Wirklichkeit hält, führt zu keinem Ziel. Es liegen unterschiedlich gegründete Erfahrungen vor, die kein gemeinsames Suchen zulassen mögen.

Die Unterschiedlichkeit der beiden Erfahrungen sind nicht aufzulösen – und dennoch sind sie beide als Wirklichkeit da. Die Paradoxie besteht in der Gleichzeitigkeit des je Anderen. Es kann eine große Hilfe sein, im Ringen um das Verstehen von Spiritualität auch an die Kraft der Paradoxie zu denken. Es gibt keine Eindeutigkeit. Es gibt Vielfältigkeit. Es gibt sogar sich widersprechende Wirklichkeit. Es gibt keine Harmonisierung auf das eine, das sich zu Recht Spiritualität nennen dürfte. Die Paradoxie als Phänomen unserer Welterfassung ist keine Einladung zur Resignation, sondern zur Gestaltung.

## 1.6 Spiritualität als dialogisches Geschehen

Spiritualität hat etwas mit Erfassung der Wirklichkeit Leben zu tun. Leben können wir nur, weil wir in Zusammenhängen stehen – seien es zum Beispiel biologische oder soziale Zusammenhänge. Die Spiritualität ist uns eine Hilfe, unser Leben aus der Perspektive unserer auch geistig-geistlichen Verbundenheit zu deuten. Daher ist Spiritualität nie das Produkt eigener und ausschließlich selbstbezogener Leistung, sondern immer eingebunden in ein Gegenüber. Das Gegenüber kann eine transzendente Kraft ebenso sein wie der Mitmensch, dem wir gegenüberstehen. Daher bewegt sich Spiritualität immer in Begegnung. Wo Begegnung geschieht, da geschieht auch Leben. Oft genug kommt die Lebendigkeit gerade da, wo Unterschiedliches in Begegnung gelangt. Physikalisch gesprochen wird Energie da, wo gegensätzliche Pole in Beziehung gesetzt sind.

## 1.7 Spiritualität ist Lebens-Raum

Überall, wo Leben sich ausspielt, ist nach diesem umfassenden Verständnis auch Spiritualität gegenwärtig. Spiritualität versteht sich als das Dazwischen, als die Luft zwischen und in allem, was Leben ist. In allen Lebenswahrnehmungen, allen Lebensimpulsen kann in dieser Deutung Spiritualität erkannt werden. Unsere großen Gefühle als Berührungen mit der Kraft Leben sind demnach Ausdrucksformen von Spiritualität – Liebe, Lust, Angst, Verzweiflung und auch Trauer sind Räume, in denen Spiritualität sich darstellt – je nach Deutungsrahmen bzw. Verstehenshorizont. Wo Leben Raum hat, kann die Spiritualität mit ins Spiel kommen.

## 1.8 Spiritualität - die Berührung mit dem Dritten

Gerade wenn es so schwer ist, Spiritualität als erlebte Wirklichkeit zu definieren, ist es schwierig, sie beim Namen zu festigen. Spiritualität sei Begegnung, sei dialogisch, sei paradox – all das sind Mutmaßungen, die doch etwas festmachen wollen. Wir kommen ohne wenigstens *etwas* Greifbares schwerlich aus. Die Spiritualität greift in Sphären, die das nur menschlich Fass- und Erklärbare übersteigen. Die Geisteskraft, die wir mit dem Begriff zu benennen suchen, entzieht sich dem nur Menschlichen. Es ist die Berührung mit dem, was zwischen und über/unter allem ist – so man eine nichtmaterielle Wirklichkeit anzunehmen bereit ist. Spiritualität ist die Berührung mit dem Dritten, dem Anderen, mit der Transzendenz, mit dem Göttlichen, mit Gott, mit dem Namenlosen und Ewigen, mit dem Nicht-Anschaubaren, mit dem Übersteigenden. Und doch ist da Wirklichkeit, in allem sich Entziehenden. Die Sphäre des Dritten ist mit im Bund, wenn wir von der Lebenskraft sprechen, die wir spirituelle Kraft nennen.

## 1.9 Spiritualität als Trägersubstanz

Spiritualität lässt sich nicht anfassen. Wir erfahren Auswirkungen dessen, was wir als Spiritualität, als das Dritte, als das Dazwischen bezeichnen mögen. Ausdrucksformen der Spiritualität können wir gut erfassen – vor allem in Haltungen, mit denen Menschen im Leben sind. Diese Haltungen sind getragen von dem, was wir Spiritualität nennen. (Eine sehr gute Zusammenstellung solcher erfassbarer Geisthaltungen findet sich bei Müller, 2018.)

In einem Spiritual-Care-Kurs sind verschiedenste weltanschauliche Ansichten vertreten. Da sind Menschen, denen fernöstliche

Philosophien eine Hilfe zur Lebensdeutung geworden sind, vertreten – ebenso wie Menschen, die eine stark traditionelle Bindung an christliche Kirchen haben; auch Menschen sind da, die sich im Augenblick nirgendwo zu verorten wissen. Das teils beglückende Erleben im Kurs ist die Erfahrung, miteinander in Austausch treten zu können, ohne die eigene geistliche Heimat verleugnen zu müssen, aber auch ohne die der anderen infrage zu stellen. Was diese Unterschiedlichkeiten zusammen leben lassen kann, ist die tragende Spiritualität, das, was die Menschen miteinander in der Haltung zum Beispiel des Respektes verbunden sein lässt.

Die geistliche Haltung ist ein Bestandteil unserer Persönlichkeitsreifung. Spiritualität zeigt sich nicht als ein Sonderaspekt im Handeln und Denken, sondern als die Grundhaltung, die grundlegende Geisteshaltung, mit der das Leben versucht, sich auszudrücken. Das wird ein lebenslanger Prozess des persönlichen und gemeinschaftlichen Reifens sein. Die Älteren der Lesenden werden vielleicht dem Gedanken des Geschenks der Reifung aus eigener Erfahrung zustimmen können.

Ein schon älterer Kursteilnehmer, pensionierter Pfarrer, lässt die Gruppe Anteil nehmen an einer für ihn sehr beglückenden Erfahrung: Er wisse um die Begrenzungen, die das Älterwerden mit sich bringe. Das mache ihm auch immer wieder Ängste und Sorgen. Das größte Geschenk des Älterwerdens sehe er aber darin, dass er jetzt sehr gern dazulerne. In jungen Jahren, so sagt er schmunzelnd, müsse man halt immer wieder dazulernen. Jetzt, in den reiferen Jahren, sei es ihm eine Freude, immer wieder dazulernen zu dürfen. Vor allem beglücke ihn das, wenn es um die Reifung der eigenen Persönlichkeit gehe. Er mache so viele neue Erfahrungen in Begegnungen. Er könne viel leichter erkennen, wo das Verbindende des Menschseins liege – ohne

damit die Unterschiedlichkeiten zu leugnen. Es erfülle ihn mit Freude, wenn er neue Fragen an sich, an seine Handlungen und Haltungen entdecke. Das seien Prozesse des Reifens. Und dazu erzählt er ein Beispiel:

An seiner Tür klingeln immer wieder Menschen, die um auch finanzielle Hilfe ersuchen. Manche kommen immer wieder, so oft, dass es ihm zu viel wird. Einer kommt immer sonntags zur Mittagszeit, gerade dann, wenn er sich zum Mittagessen setzt. An einem Sonntag fragt er den Mann – nicht ohne vorwurfsvollen Unterton –, ob er nicht die Sonntagsmittagsruhe respektieren könne. Darauf der Bittsteller: »Die Armut schaut anders aus dem Fenster.« Seitdem stellt er eine solche Frage nicht mehr, selbst wenn er sich dennoch gestört fühlt.

In dieser Begegnung habe er – wieder einmal! – etwas dazu lernen dürfen, was ihn in seiner Haltung reifen lasse.

Die Spiritualität ist das, was in dieser Begegnung geschieht. Sie ist Trägersubstanz einer Haltung der Begegnung, die immer weiter reifen mag.

Auch Gruppen gewinnen sehr, wenn die von uns erkannten und eingeübten oder einzuübenden Haltungen in der Art der Gestaltung und Begegnung wiederzufinden sind. Da wird die Trägersubstanz Spiritualität zu einer großen Hilfe eines gelingenden Lernens miteinander. Für eine Gruppenleitung ist es ein hohes Lob – und Ermutigung auf Zukunft hin –, wenn aus der Gruppe am Ende des Seminars die Rückmeldung kommt, dass die Haltungen nicht nur besprochen wurden, sondern in der Art der Begleitung der Gruppe praktisch ablesbar waren. Fragt man, wo das denn geschehen ist, werden zwar bestimmte Ereignisse benannt, aber das macht es nicht aus. Die Gesamthaltung der Leitung und Begleitung einer Gruppe berührt das, was als Trägersubstanz Spiritualität benannt sein kann. Die Spiritualität ist das Dritte, das Dazwischen in aller Kommunikation und Begegnung.

### **1.10 Spiritualität ist kein Gegenstand, nicht herstellbar und doch da**

Manchmal gibt es den Wunsch, Spiritualität auch intellektuell erfassen und beschreiben zu können. Vielleicht steht dahinter auch der Wunsch, Spiritualität dem vermeintlich nur Mystischen zu entziehen. Spiritualität müsste auch dingbar, abrufbar, herstellbar sein. Gewiss lassen sich bestimmte Haltungen auch methodisch erlernen. Aber der Atem dessen, was Spiritualität ausdrückt, ist damit nicht zwangsläufig mitgegeben. Wir kennen es aus therapeutischen Prozessen: Wenn die Methode als Methode angewandt wird, kommt es leicht schräg an. Auch die Methode ist nur ein ermöglichendes Handwerkszeug. Das Eigentliche einer heilenden Begegnung geschieht in dem, was mittels der Methode ermöglicht werden will.

Eine junge Koordinatorin hatte einen Kurs in Gesprächsführung nach Rogers gemacht. Sie hat persönlich sehr viel davon profitiert. Ihr waren dadurch Zugänge ermöglicht worden, das Gegenüber, aber auch sich selbst viel besser begreifen zu lernen. Für sie war es ein Paradigmenwechsel in der Begegnung. Sie konnte ihren Drang, dem Gegenüber einen möglichst bindenden Ratsschlag zu geben, überwinden. Sie lernte für sich die Kraft des inneren Wissens kennen – nicht nur bei den zu Begleitenden, sondern auch bei sich selbst.

Beglückt mit diesen neuen Erfahrungen einer eröffnenden Kommunikation ging sie in das nächste Begleitgespräch. Und sie hielt sich sehr genau an das, was ihr als Rogers-Methode beigebracht worden war. Sie wiederholte, was das Gegenüber gesagt hatte, schaute dabei sehr verstehend drein, nickte zustimmend und ermutigend, nahm mit hoher Konzentration auf, was ihr Gegenüber sagte, vor allem, um den zuletzt geäußerten Gedanken aufgreifen und zurückspiegeln zu können ... bis nach

einer gewissen Zeit die Frau gegenüber ihren Gedankenfluss unterbrach, sie etwas verunsichert anschaute und fragte: »Warum wiederholen Sie immer, was ich doch schon gesagt habe?« Da errötete die Koordinatorin und erkannte, dass es hinter der Methode noch etwas gibt, was sich von woanders her nährt und ergibt. Sie hat dies als Hilfe zum Lernen aufgegriffen und das Gespräch ungezwungen weiterführen können.

Die betonte Darstellung von Spiritualität als Erfahrungsgeschehen schließt nicht aus, sich auch theoretisch-wissenschaftsmethodisch mit dem Phänomen Spiritualität zu befassen. Damit wird Spiritualität auch vor einer inflationären Nutzung für alles Mögliche bewahrt, indem Begrifflichkeiten eingeführt werden, die zu unterscheiden helfen, was als Spiritualität zu bezeichnen ist.

Im Rahmen der Ausführungen dieses Buches liegt das Schwergewicht jedoch eher auf dem Anwendungsbereich eines Erfahrungsgeschehens.

### **1.11 Spiritualität als Ausdrucksform der Weltanschauung?**

Wir leben in einer Vielfalt der Möglichkeiten, unser Leben zu deuten und entsprechend zu handeln. Das eröffnet eine Weite und macht zugleich eine Entscheidung nötig. Diesbezügliche Entscheidungen können sich ändern. Aber ohne eine Anschauung von »Welt« können wir schwerlich leben.

Das Wort »Weltanschauung« enthält, was es ausdrücken will: Es geht um eine Art, auf die Welt, auf das eigene Leben, auf das Gemeinwesen, auf meine Aufgaben in dieser Welt zu schauen. Jede Weltanschauung wird von einem Koordinatensystem getragen. Damit sind Werte und Haltungen gemeint,

die für meine Art, in der Welt zu sein, Maß geben. Gerade in der Vielfältigkeit weltanschaulicher Modelle ist es unerlässlich, sich für eine Weltanschauung zu entscheiden. Das geschieht im Wissen und in der Freiheit, diese Modelle zu variieren oder zu verlassen; das geschieht auch im Respekt vor den anderen Modellen der Weltanschauung. Es gibt offenbar nicht die eine und für alle verbindliche Weltanschauung.

Jede Weltanschauung lebt aus einem Geist, der sie beseelt. Daher ist auch die Spiritualität ein Wesensanteil der jeweiligen Weltanschauung. Hier sind Haltungen inbegriffen, die das Handeln und Bedenken beeinflussen.

## **1.12 Spiritualität ist kein objektivierbarer Tatbestand**

Spiritualität als Erfahrungswissen wird erkennbar in den Motiven, die uns in unserer Weltanschauung leiten. Gerade die Eigenart oder Einzigkeit der Weltanschauungen offenbart sich in den Geisthaltungen der jeweiligen Weltwahrnehmung. Da kann es geschehen, dass unterschiedliche Weltanschauungen zu ganz unterschiedlichen Erkenntnissen und Handlungen kommen. Da sind auch die Geisthaltungen teils widersprechend. Das macht deutlich, dass auch eine praktische Spiritualität nicht objektivierbar ist. Sie ist mitgeprägt von dem Koordinatensystem, in dem wir die Welt und unsere Aufgaben in der Welt betrachten.

In einer Gesellschaft, in der viele Sinndeutungsangebote nebeneinander stehen, ist es umso wichtiger, eine übergeordnete Geisthaltung zu finden. Das ist nicht einfach, weil gerade die Alleinstellungsmerkmale einer Weltanschauung sich in den Geisthaltungen, in der jeweiligen Spiritualität offenlegen.

In globaler Perspektive – nicht nur in der eigenen Gesellschaft, sondern weltweit – wird die Bedeutung eines Weltethos zu unterstreichen sein. Eine nur materialistisch sich definie-

rende Weltgemeinschaft wird nicht solidarisch und respektvoll funktionieren können. Gerade in der so vielfältigen Möglichkeit der Ausprägung von Weltanschauungen und ihrer jeweiligen Spiritualität ist eine die Menschheit zusammenhaltende Geisthaltung notwendig.

### **1.13 Trauer als spirituelles Ereignis**

Wenn wir der Beschreibung der Sagbarkeit und Unsäglichkeit von Spiritualität folgen, dann ist auch das Trauererleben ein Raum spiritueller Erfahrung. Aus all dem, was bisher zur Spiritualität gesagt wurde, lassen sich Verbindungen zum Trauererleben herstellen.

Auch Trauer äußert sich vielfältig, ist oft in sich widersprüchlich, paradox, auch Trauer ist ausdrückbar und bleibt doch unsäglich, auch Trauer ist dialogisch, auch da, wo Begegnung unbeweglich versteinert erscheint. Auch Trauer ist unbeständig, auch sie sucht und findet und verliert, um neu zu suchen. Auch Trauer sucht nach Anbindung, bedient sich der Bilder und Erzählungen, schwebt und ist dingfest, kennt sich und ist sich fremd. Trauererleben ist ein spirituelles Ereignis.

Für das Mitgehen in der Trauer können diese Merkmale hilfreich sein, um auch den gestaltenden, reifenden Prozess des Trauerweges von außen bzw. von der Seite begreifen und stärken zu können.

### **1.14 Trauer im weltanschaulichen System**

Das Leben mit Verlust, die Trauer, ist auch eingebunden in ein weltanschauliches Koordinatensystem. Religionen und Kulturen gehen je eigen mit Verlusterfahrung um. Selbst innerhalb einer

**Familie können die Arten der Trauer sehr unterschiedlich sein – auch aus spirituellen Beweggründen.**

Ein Mann, dessen Frau früh gestorben ist, lebt seine Trauer aus. Der Verlust begleitet ihn, sobald die Ablenkungen durch Arbeit und Verpflichtungen nicht mehr funktionieren. Er trauert und kanalisiert seine Trauer in seinen weltanschaulichen Deutungsrahmen. Als überzeugter Christ kennt er die Einladung zur Klage gegen seinen unbegreiflichen Gott ebenso wie den Zuspruch einer wie auch immer gearteten Form der Lebensvollendung. Beides nutzt er – die Klage, dass seine Frau mit gerade 45 Jahren sterben musste; die Klage, dass die Verantwortung für die vier Kinder ihm allein überlassen ist; die Klage über die Sinnentleerung seiner Arbeit und über die Mühsal, die Tage überstehen zu müssen. Andererseits tröstet ihn sehr, darauf vertrauen zu können, dass seine Frau nicht einfach im Nichts verschwunden ist. Es tröstet ihn die bildhafte Vorstellung, dass sie irgendwie und irgendwo weiterlebt. Es tröstet ihn die Gewissheit, seine Frau im Jenseits wiederzusehen. Er ist sich bewusst, dass er da nur auf Hoffnungsbilder zurückgreifen kann. Aber die hat er. Beides – Klage und Hoffnung – sind seine spirituellen Begleiter aus seiner christlichen Weltanschauung.

Der älteste Sohn, gerade 24 Jahre, hat in diesem seinem Lebensabschnitt die christliche Lebensdeutung so sehr infrage gestellt, dass sie nicht mehr Deutungsrahmen seiner Trauer ist. Er ist überzeugt, dass es keinen Gott, schon gar nicht ein Leben nach dem Tod geben kann. Er hat handfeste wissenschaftliche Argumente – und die lassen die Vorstellungen seines Vaters absurd, eine scheintröstende Illusion sein. Die Geisthaltung des Sohnes ist anders. Er hat kein Wort dafür, aber er spricht von »etwas«, das ihn leitet, nicht einmal trostunfähig leitet.

Was beide – Vater und Sohn – als übergeordnete Geisthaltung zusammenhält, ist ihre menschlich gelingende Verbindung und

die verbindende Wertschätzung der Verstorbenen. Der Vater nennt es Liebe; dem Sohn fehlen auch dafür – wie er sagt: im Moment – die Worte.

Trauerdurchleben geschieht nicht im spirituell freien Raum. Auch hier ist Spiritualität – in welcher unterschiedlichen Ausdrucksform auch immer – eine alles umwehende Trägersubstanz. Es gibt äußerlich erkennbare Kriterien dieser jeweiligen Geisthaltung. Aber auch diese Kriterien sind nur Abbild von, nicht der Inhalt, der Atem, die Lebenskraft dieser Haltung.

### **1.15 Spiritualität in Religionen, Konfessionen, Esoterik**

Zum breiten Spektrum an Lebensdeutungen in Religionen, Konfessionen und alldem, was man der Esoterik zuordnen kann, gehört die Spiritualität dazu. Immer geht es um eine Kraft, die sich aus einer anderen Sphäre als der greifbaren Wirklichkeit nährt. Die Weite des weltanschaulichen Raumes lässt ahnen, dass es nicht die *eine, allgemein gültige* Spiritualität gibt. Sie ist die Geisthaltung, die die jeweilige Weltanschauung trägt – möglichst im Respekt vor der Andersartigkeit der geistlichen Ausprägung in anderen Lebensdeutungen. Dabei ist es jeder Richtung zugestanden, für sich bindende Definitionen von Spiritualität zu formulieren; es ist jeder Richtung auch zugestanden, Abgrenzungen vorzunehmen, um die Einzigkeit innerhalb der eigenen Weltdeutung zu unterstreichen. Zu all den denkbar unterschiedlichen Verständnissen von Spiritualität ist wünschenswert, dass sie die Eigenständigkeit nicht durch Abwertung anderer Konzepte bewahren wollen, sondern im Wissen um den eigenen, verbindlichen Weg Respekt voneinander zeigen. Es ist auch vorstellbar, das eigene spirituelle