

## Vortrag zur Einführung

**Prof. Dr. Michael Klessmann, Wuppertal**

### **Spiritualität: Eine neue Ressource für die evangelische Beratung? <sup>1</sup>**

#### **1. Ausgangspunkt:**

Die psychologische Beratungsarbeit der evangelischen Kirche hat sich im 20. Jahrhundert immer wieder schwer getan mit ihrem christlich-kirchlichen Auftrag, mit ihrem evangelischen Profil.<sup>2</sup>

Das hatte damit zu tun, dass bis in die 60er Jahre hinein ein kerygmatischer Seelsorgebegriff auch die Beratungsarbeit zu dominieren suchte, wonach Seelsorge und Beratung vom Paradigma der Verkündigung her begriffen werden sollten; es erscheint nachvollziehbar, dass sich die Beratenden um ihrer psychologischen Fachlichkeit willen von dieser theologischen Zielvorgabe eigentlich nur abgrenzen konnten.

Die Spannung zwischen Beratungsarbeit und Kirche hatte weiter damit zu tun, dass die Freudsche Religionskritik auch die vorwiegend psychoanalytisch ausgerichtete Beratung prägte: Religion stand von dieser Perspektive her unter dem Generalverdacht, regressive Kompensation ungelöster biographischer Konflikte zu sein; es gab ja auch bis in die späten 80er Jahre viele anschauliche Beispiele einer autoritären religiösen Erziehung mit tiefgreifend neurotisierenden Folgen.

Und schließlich hatte jene Spannung damit zu tun, dass im Selbstverständnis psychologischer Fachlichkeit Therapie oder Beratung einerseits und Religion andererseits klar zu trennen sind, jeder Vermischung zu wehren ist (was ich nach wie vor für grundsätzlich richtig halte, auch wenn was natürlich immer nur begrenzt gelingt, da Religion keinen abgegrenzten seelischen Bereich darstellt, sondern das ganze Leben durchdringt).

Als Beleg für die These von der Spannung (oder mindestens der ungeklärten Verhältnisbestimmung) zwischen der Kirche als Träger und der Beratungsarbeit verweise ich auf die Leitlinien für die psychologische Beratung, die die EKD 1981 verabschiedet hat.<sup>3</sup> Aus heutiger Sicht behandeln diese auf dem Höhepunkt der Seelsorgebewegung verfassten Thesen das Thema des Religiösen mit einer auffallenden Zurückhaltung. Psychologische Beratung wird als Teil des diakonischen Auftrags der Kirche beschrieben. Beratung habe Anteil am Mandat Christi, Menschen zu heilen und ihnen zur Konfliktbewältigung und zu Reifungsschritten zu verhelfen. Die Beratenden sollen Mitglieder der evangelischen Kirche

sein „und ihre Glaubensüberzeugung in der Beratung nicht verleugnen.“(1.6). Als Ziel evangelischer Beratungstätigkeit wird formuliert, dass Ratsuchende von einengenden Zwängen freier werden und sich stärker als verantwortliche Subjekte ihres Handelns erleben sollen. „Eine so gewonnene Eigenständigkeit bestärkt seine Integrations-, Beziehungs- und Bindungsfähigkeit und schließt auch den Gegenstand und die Beziehungen des religiösen Lebens mit ein“(1.8).

Die Frage, ob nicht gerade in einer evangelischen Beratungsarbeit die religiöse Orientierung der Beratenden wie der Klienten eine besondere Wertschätzung im Prozess der Beratung erfahren sollte oder welchen Stellenwert Lebensdeutung im Horizont der christlichen Tradition im Beratungsprozess haben könnte, wird nicht gestellt. Die religiöse Orientierung sowohl der Ratsuchenden wie der Beratenden kommt als mögliche Ressource für den Beratungsprozess nicht in den Blick.

Die religiöse Großwetterlage hat sich, wie Sie alle wissen, seit den 90er Jahren des vorigen Jahrhunderts deutlich verändert. Wir sprechen von Wiederkehr der Religion, von Respiritualisierung – bei gleichzeitig weitergehender Säkularisierung und einem um sich greifenden Gewohnheitsatheismus. Beide Bewegungen schließen sich in ihrer Gegenläufigkeit offenkundig gerade nicht aus. Zur Wiederkehr von Religion gehört auch, dass der Zusammenhang von Religion und Gesundheit, von Spiritualität und Resilienz intensiv wissenschaftlich erforscht und popularwissenschaftlich-medial aller Orten diskutiert wird.

Angesichts dieser veränderten Ausgangslage liegt es nahe, in neuer Weise nach der Rolle von Religiosität oder Spiritualität als Ressource im Beratungsprozess und im Selbstverständnis der evangelischen Beratungsarbeit überhaupt zu fragen. Damit könnte evangelische Beratung einen Perspektivenwechsel vollziehen, der in bestimmten Strömungen der Theologie und in manchen Bereichen der Psychotherapie schon länger zu beobachten ist: In der Theologie zeigt sich eine neue Wertschätzung religiöser Erfahrung und natürlicher Theologie; in der Psychotherapie gibt es eine Abwendung von einseitiger Fokussierung auf pathogene Faktoren und

Defizite im biographischen Umfeld und eine Hinwendung zum Aufspüren von individuellen und sozialen Ressourcen, Fähigkeiten und Stärken.

Ressource bezeichnet etwas Doppeltes: Es geht um die Stärken und Fähigkeiten, die jemand in sich hat, auch wenn sie vielleicht vorübergehend verschüttet sind; und es geht um Kräfte und Stärken, die jemandem von außen zugesprochen und zugeeignet werden (empowerment) – z.B. durch gelingende Beziehungsgestaltung, wozu auch eine religiöse oder spirituelle Beziehung zu rechnen ist.

Wenn man die Bedeutung von Religiosität oder Spiritualität von ihrer Funktion als möglicher Ressource her begreift, ändert sich die Ausgangslage für die Beratungsarbeit: Es sind nicht mehr die Kirchen als Träger, welche die Beratungsstellen von außen dazu drängen, ihr kirchlich-religiöses Profil zu schärfen. Es ist eher der schwer greifbare Zeitgeist, die gesellschaftlich-kulturelle Großwetterlage, die Berücksichtigung des Lebenskontextes der Klientinnen und Klienten, die es nahe legen, spirituell-religiöse Themen nicht länger auszuklammern, sondern ihnen mit größerer Selbstverständlichkeit zu begegnen, und gerade von den kirchlichen Beratungsstellen Kompetenz und Sensibilität im Umgang mit solchen Themen zu erwarten.

Natürlich gab es diese Quelle zur Lebensbewältigung in Gestalt vieler christlich-spirituelle Traditionen schon lange; gleichzeitig waren und sind sie durch ihre institutionelle Bindung an die Kirchen für viele kirchenferne Zeitgenossen gewissermaßen verstellt. Jetzt, angesichts des Megatrends Spiritualität,<sup>4</sup> wie es das Wiener pastoralsoziologische Institut formuliert hat, kann man auf spirituelle Phänomene in ihrer Bedeutung für Psychotherapie und Beratung in neuer Weise zurückgreifen, sie zu verstehen und zu entfalten suchen, sie aber natürlich auch in therapeutischer wie theologischer Hinsicht kritisch reflektieren – denn dass bei diesem Thema viele Fallstricken lauern, ist unübersehbar. Zahlreiche Forschungsergebnisse zu den positiven Auswirkungen von Spiritualität auf Prozesse der Heilung, auf Krankheits- oder Krisenbewältigung kommen aus den USA, wo die religiöse Landschaft eine tiefgreifend andere ist als in Westeuropa, so dass die Ergebnisse dortiger Forschungen mit Sicherheit nicht ohne weiteres auf unsere Verhältnisse übertragen werden können.<sup>5</sup>

*Vieles von dem, was ich im Folgenden vorstelle, ist nicht neu. Psychotherapeuten wie Viktor Frankl oder Vertreter der Existenzanalyse (Ludwig Binswanger, Medard Boss u.a.) oder die initiatische Therapie nach Karlfried Graf Dürckheim haben Ähnliches gedacht. Gleichwohl ist deren Wirksamkeit begrenzt geblieben, während es jetzt so scheint, als ob dem Thema gerade durch die sich rapide ausweitenden Forschungen zum Zusammenhang von*

*Spiritualität und psychischer wie physischer Gesundheit eine viel stärkere Aufmerksamkeit zuteil wird.*

## 2. Zur Attraktivität des Phänomens Spiritualität

Wenn man Spiritualität als Ressource in der psychologischen Beratungsarbeit wahrnehmen will, muss man zuvor verstehen, was dieses Phänomen für Zeitgenossen so attraktiv macht.

Matthias Kroeger versucht sich dem Phänomen zu nähern, indem er einen lebensgeschichtlichen Prozess beschreibt:<sup>6</sup> Irgendwann, vornehmlich natürlich in Krisenzeiten des Lebens, oder angesichts ungewöhnlicher Begebenheiten, fangen Menschen an, über sich nachzudenken, über die Schönheiten und Rätsel des Lebens und der Welt, über Liebe, Krankheit und Tod, über das Schöne und das Bedrohliche. Sie fragen, was denn in der Vielfalt dessen, was uns begegnet, wirklich wichtig ist, woran es lohnt, sein Herz zu hängen, was denn dran ist an den Lebensfragen nach Gerechtigkeit und Wahrheit, nach der Bedeutung des Leidens und des Bösen. Sie haben eine diffuse Empfindung, dass es etwas gibt, das „größer ist als unser Herz (1 Joh 3,20), Mächte, die uns behüten und tragen, aber auch Kräfte, die uns bedrohen und schaden. Die unbestimmte Sehnsucht nach wahren, versöhnten Leben „jenseits“ der alltäglichen Oberflächlichkeiten bedient sich dann eklektisch und mehr oder weniger zufällig der Quellen der Religionen und Weltanschauungen, ihrer Weisheiten und Dogmen, ihrer Riten und Praktiken, macht Anleihen bei Esoterik und Psychotherapie – um das undeutlich Gefühlte in Sprache und praktikierbare Form bringen zu können. So entsteht die unbegrenzte Vielfalt spiritueller Phänomene, Anschauungen und Praktiken.<sup>7</sup> Gemeinsam ist ihnen die Suche nach Einheit, nach Verbundenheit mit dem Leben als Ganzen, mit anderen Menschen, mit der Natur, „mit einem den Menschen übersteigenden, umgreifenden Letztgültigen, Geistigen, Heiligen...“<sup>8</sup>, die Sehnsucht, an göttlichen Energien partizipieren zu können, und der Wunsch, darin die Begrenztheit des eigenen kleinen Ego transzendieren zu können: Unbedingtes möge im Bedingten wenigstens momentan aufscheinen; dann könnten sich Prioritäten in der Flut der täglichen Anforderungen klären und Unterschiede erkennbar werden, die wirklich einen Unterschied machen. So gesehen stellt Spiritualität eine Dimension dar, die alles menschliche Leben und Erleben durchzieht und prägt. Von daher ist es sicher angezeigt, dass die Kirchen und ihre Beratungsarbeit diese Lebensdimension würdigen und, wie es Kroeger formuliert, ihr Potential ehren.<sup>9</sup> Das erscheint um so notwendiger, als Spiritualität längst auch in den Kirchen, unter Kirchenmitgliedern Einzug gehalten hat: eine Presbyterin erzählt, dass sie wichtige Lebensentscheidungen mit dem

Pendel trifft; Pfarrer lassen sich von Tarot-Karten beraten. Offenbar melden sich in solchen Verhaltensweisen tiefe Bedürfnisse, die das Phänomen Spiritualität gerade durch seine Diffusität beantwortet.

Einige Merkmale möchte ich noch besonders hervorheben:<sup>10</sup>

- Spiritualität präsentiert sich überwiegend als eine *non-theistische* oder besser *transtheistische Orientierung*, die nicht an eine personale Gottesvorstellung gebunden ist (die sowieso nur noch ca. 30% der Bevölkerung teilen). Es geht um einen „spirit“, eine dynamische Wirklichkeit (man denke an die im christlichen Glauben zentrale Metapher: Gott als Geist, als spiritus sanctus)<sup>11</sup>, die das Leben erfüllt, die man als Macht des Heiligen, als transzendente höhere Kraft oder Energie denken und erfahren kann, die man sich nicht personal und damit scheinbar begrenzt vorstellen muss. Auf diese Weise bekommt der Begriff Spiritualität eine weit ausgreifende inklusive Tendenz, während die Religionen eher als ausgrenzend wahrgenommen werden. Viele Menschen, die sich als spirituell verstehen, haben sich eben deswegen von der christlichen Religion, von der Kirche abgewandt.
- Spiritualität stellt ein *hoch individualisiertes Phänomen* dar: Jeder Mensch kann seine subjektive Form finden und gestalten und sich damit von festgelegten dogmatischen Inhalten und Rahmenbedingungen der religiösen Institutionen abgrenzen. So gesehen stellt Spiritualität ein ausgeprägt synkretistisches Phänomen dar, in dem sich katholische, protestantische, buddhistische, hinduistische, esoterische und psychotherapeutische Elemente problemlos miteinander vermischen; und zugleich ein Phänomen, in dem die unhintergehbare Autonomie des Menschen zum Ausdruck kommt: Man kann völlig nach eigenem Gusto religiös musikalisch sein (um eine Formulierung Schleiermachers aufzunehmen) und muss nicht nach dem Takt tanzen, den andere vorgeben. Spiritualität gewinnt mit diesem Zug zur Individualisierung einen deutlich antiinstitutionellen Affekt.
- Spiritualität bezeichnet etwas, das man *erfahren und erleben*, durchwandern und erleiden muss, was sinnlich spürbar wird. Im Unterschied zu den dogmatisierten Gehalten der institutionellen Religionen spricht Spiritualität die Sinne und den Leib an, hat eine antiintellektuelle und antidogmatische Ausrichtung. Erlebnis und Erfahrung – Schlüsselkategorien der Moderne überhaupt – gewinnen im Bereich der Spiritualität besonderes Gewicht. Spiritualität kann man insofern als Fortsetzung der Erlebnisgesellschaft mit anderen Mitteln verstehen.<sup>12</sup>
- Spiritualität hat eine *ganzheitliche Dimension*: Sie umfasst Denken, Fühlen und Verhalten und überwindet die

vielfältigen Differenzierungen und Funktionalisierungen unseres Lebens in der Gegenwartsgesellschaft. Man kann sogar sagen: Die Popularität des Phänomens der Spiritualität kann als Ausdruck eines ganzheitlichen Protests gegen die Funktionalisierung und Ökonomisierung des Menschen, wie sie uns allenthalben in unserer Gesellschaft begegnen, gelten.

- Spiritualität betont die pathische Dimension des Lebens: Wir Menschen sind nicht nur die, die ihr Leben erarbeiten, sondern die das Wesentliche empfangen: In fast allen Meditationsformen spielen Leerwerden und Loslassen, Annahme dessen, was ist, und Hingabe an das Leben eine große Rolle. Angesichts einer ungehemmt auf Aktivität, Leistung und Erfolg ausgerichteten Gesellschaft erscheint vielen Menschen die Entdeckung dieser pathischen Dimension als etwas, das ihr Leben vertieft.
- Spiritualität hat zur Wiederentdeckung der Bedeutung von *Ritualen* für die Lebens- und besonders die Krisenbewältigung beigetragen. Die Reformation hatte den durch das Wort vermittelten Glauben des Menschen als Medium der Gottesbeziehung herausgestellt und Riten und Traditionen tendenziell als Adiophora, als Nebensachen, eingestuft. Im Gefolge der 68er Bewegung hat es dann noch einmal eine radikale Entritualisierung gegeben: Nur Spontaneität und Echtheit zählten, das Einmalige und Originelle wurde wert geschätzt. Demgegenüber sind es die fernöstlichen Spiritualitäten gewesen, die den Stellenwert des rituellen Vollzugs, der Wiederholung und regelmäßigen Übung in ihrer Bedeutung für die Lebensbewältigung neu eingeschärft haben. So ist es kein Wunder, dass das Ritualthema im Zusammenhang gegenwärtiger Spiritualität hohe Popularität genießt.
- Schließlich darf natürlich nicht unerwähnt bleiben, dass der Begriff Spiritualität durch haltlose und heillose Versprechen auf Grund rein ökonomischer Interessen im großen Stil missbraucht wird:<sup>13</sup> Spiritualität erhöhe die Genussfähigkeit, bringe materiellen Erfolg, Macht und Ansehen, kann man lesen. Spirituelle Praktiken versprechen Heilung und Heil, Sicherheit, Gewissheit und Eindeutigkeit in komplexen Lebensfragen. Was auf den ersten Blick attraktiv scheint, entpuppt sich bei genauerem Hinsehen als gnadenloses Selbstoptimierungsprogramm – das in den meisten Fällen scheitert. Peter Sloterdijk hat es scharf auf den Punkt gebracht: „Es charakterisiert einen Teil der aktuellen Konsultationsindustrie, dass sie spirituelle Traditionen in den Dienst ihres Gegenteils stellt.“<sup>14</sup> Eine sorgfältige Unterscheidung der Geister ist also immer vonnöten, wenn von Spiritualität die Rede ist.

### 3. Inwiefern kann Spiritualität eine lebensförderliche Ressource darstellen?

Wenn man von neueren umfassenden Gesundheits- und Stressbewältigungskonzepten ausgeht, wird deutlich, dass Spiritualität oder Religiosität eine Ressource zur Lebensbewältigung, zu Krankheits- bzw. Störungsverarbeitung und Heilung darstellen kann. (Dieses „kann“ ist zu betonen, denn dass Spiritualität möglicherweise auch destruktive Wirkungen entfaltet, steht außer Frage). Eine spirituelle Einstellung, die gewissermaßen als „Stress-Moderator“ fungiert<sup>15</sup> (also nicht direkt und unmittelbar wirksam wird), beantwortet Bedürfnisse nach Orientierung, Selbstwerterhöhung und Bindung<sup>16</sup> – Bedürfnisse, die in der Auseinandersetzung mit Lebenskrisen entstehen; daraus erklärt sich, warum spirituelle Ressourcen gerade in Krisenzeiten aktiviert werden.

Ich erinnere als erstes an einen systemischen Gesundheitsbegriff, wie ihn der Psychosomatiker Fritz Hartmann entwickelt hat:

„Gesund ist ein Mensch, der mit oder ohne nachweisbare oder für ihn wahrnehmbare Mängel seiner Leiblichkeit allein oder mit Hilfe anderer Gleichgewichte findet, entwickelt und aufrechterhält, die ihm ein sinnvolles, auf die Entfaltung seiner persönlichen Anlagen und Lebensentwürfe eingerichtetes Dasein und die Erreichung von Lebenszielen in Grenzen ermöglichen, so dass er sagen kann: mein Leben, *meine* Krankheit, *mein* Sterben.“<sup>17</sup>

Ein solcher systemischer Gesundheitsbegriff misst dem individuellen Lebens- und Zukunftsentwurf, der subjektiven Deutung und Sinnggebung von Krankheit und Leiden eine wichtige Bedeutung bei – der Stellenwert von Spiritualität ist hier mühelos einzuordnen.

Differenzierter zeichnet der israelische Gesundheitswissenschaftler Aaron Antonovsky<sup>18</sup> mit dem Stichwort Salutogenese ein Modell, in dem die Stressoren, die täglich jeden Menschen konfrontieren, auf Widerstandsressourcen treffen: Körperliche, psychische, materielle und psychosoziale Ressourcen werden zusammengehalten und aktiviert von einer zentralen subjektiven Kompetenz, die Antonovsky den „Kohärenzsinn“ nennt. Kohärenz bezeichnet das Gefühl, dass es Zusammenhang und Sinn im Leben gibt, dass das Leben nicht einem unbeeinflussbaren Schicksal ausgeliefert ist.<sup>19</sup> Bestandteil des Kohärenzsinn ist natürlich auch die Weltanschauung eines Menschen, die Lebensphilosophie, die Spiritualität, der Glaube. Je nachdem, wie eine Lebens-einstellung aussieht, von welchen spirituellen Elementen sie bestimmt ist: Sie beeinflusst den Kohärenzsinn und damit auch die Widerstandsressourcen im Blick auf die Lebensbewältigung insgesamt, speziell natürlich im Blick auf Krankheit

und Gesundheit. In diesem Konzept gewinnt Spiritualität als Bestandteil des Kohärenzsinn eine die vielfältigen Dimensionen des Lebens integrierende Funktion.

Der Salutogenese vergleichbar ist das Konzept der Selbstregulation, das der Heidelberger Sozialmediziner Ronald Grossarth-Maticek entwickelt hat.<sup>20</sup> Alle genetisch-physiologischen Faktoren, die das Leben bestimmen und zu Krankheit oder Gesundheit beitragen, werden in hohem Maß durch emotional-kognitive Steuerungs- und Bewertungsmechanismen überlagert. Dahinter steht ein Menschenbild, demzufolge der Mensch erscheint „als ein hoch komplexes, interaktives, sozio-psycho-biologisches System, das nach kompetenter Lust, Wohlbefinden, innerer und äußerer Sicherheit und Sinnerfüllung strebt.“<sup>21</sup> Die Fähigkeit zur aktiven und flexiblen Selbstregulation geht vielen Menschen verloren, sei es durch frühe entmutigende Sozialisierungserfahrungen, durch Schockerlebnisse, denen man keinerlei Sinn abgewinnen kann, durch bevormundende Strukturen in Ausbildung und Arbeitswelt. Um eine konstruktive, bedürfnisorientierte Selbstregulationsfähigkeit wieder herzustellen, hat Grossarth-Maticek ein sog. Autonomietraining entwickelt, das große Ähnlichkeiten mit einem therapeutischen Beratungsangebot aufweist.

Bestandteil der Selbstregulation ist nach Grossarth-Maticek auch die erlebte Gott-Mensch-Beziehung. Jeder Mensch, so der Autor, wünscht sich eine Beziehung zu einer lebendig machenden transzendenten Quelle der Liebe, der Kommunikation, der hilfreichen Ordnung.<sup>22</sup> Manche erleben diese Quelle des Leben als ihnen zugewandt, andere als gleichgültig oder sogar ablehnend. In jedem Fall habe die erlebte Gott-Mensch-Beziehung Auswirkungen auf Motivation und Handeln, und damit indirekt auch auf Wohlbefinden und Gesundheit, weil sie, je nach Ausprägung, Liebe, Vertrauen und Hoffnung, oder auch Angst, das Gefühl von Fremdbestimmtheit und gehemmter Liebesfähigkeit vermittele.<sup>23</sup>

Aus der Sicht dieser systemischen Modelle kommt der Spiritualität eines Menschen eine große Bedeutung für dessen Lebensbewältigung zu: Sie gehört zu den integrierenden Faktoren, die die Fülle der alltäglichen Einzelerfahrungen einem größeren Kontext und Sinnrahmen zuordnen. Sie stellt Wirklichkeitsdeutungen zur Verfügung, die Orientierung und Halt versprechen. Man mag aus theologischer Sicht eine solche Funktionalisierung kritisieren; zunächst einmal ist jedoch festzuhalten, dass eine Wechselwirkung besteht und dass sie von daher auch in jeder Beratung und Psychotherapie wahrgenommen, reflektiert und geklärt werden sollte.

Lässt sich ein solcher Ansatz noch weiter vorantreiben, lässt er sich gleichsam operationalisieren und konkretisieren, so dass man nicht bei der allgemeinen These stehen bleiben

muss? Ich versuche das exemplarisch an Hand von drei für das Feld der Spiritualität bedeutsamen Einstellungen zu zeigen. Die damit angesprochenen Themen gehören – wenn man sie aus der Sicht der Wirkungsforschung betrachtet – zum Bereich der nicht-spezifischen Wirkfaktoren, wie etwa auch die Therapeut-Klient-Beziehung: Diese Faktoren sind konkret schwer zu bestimmen, zeitigen aber nach aller Erfahrung doch erhebliche Wirkungen.

1. In wohl allen Religionen und Spiritualitäten spielt die Erfahrung des *Loslassens eigener Wünsche und Vorstellungen, der Hingabe, der Annahme dessen, was ist*, eine überragende Rolle. Im NT heißt es: „Wer sein Leben erhalten will, der wird's verlieren; und wer sein Leben verliert um meinetwillen, der wird's erhalten.“ (Mk 8,35) Der Koran sagt: „Wer sich Gott völlig hingibt, der hält sich an der festesten Handhabe“ (Sure 31,22). Und das Bhagavad-Gita formuliert: „Suche Zuflucht bei Ihm, gib dich total hin mit Körper, Geist und Seele und du wirst durch seine Gnade den höchsten Frieden und ewige Wohnung finden.“<sup>24</sup> Die meisten Formen der Meditation zielen darauf ab, frei zu werden von weltlichen Vordergrundigkeiten und Illusionen und sich ganz in den Grund des Seins hinein loszulassen.

Damit widerspricht spirituelle Praxis einer westlich-gesellschaftlichen Haltung, die den Menschen die Notwendigkeit möglichst weitgehender Kontrolle über das eigene Leben als Maxime nahe legt. Selbstkontrolle, Kontrolle der eigenen Emotionen und Verhaltensweisen zählt zu den für einen Erwachsenen in der Leistungsgesellschaft zentralen Kompetenzen. Selbst im Coping, also den Bewältigungsstrategien, die Menschen für den Umgang mit Krankheit entwickeln sollen, wird dem aktiven Handeln eine besondere Rolle zugeschrieben.

Hingabe, Loslassen, Annahme dessen, was ist (die Amerikaner sprechen von „spiritual surrender“) ist nicht mit Passivität und Sich-Gehen-Lassen gleich zu setzen; vielmehr wird ein solcher Zustand von Zen-Lehrern beschrieben als wache Achtsamkeit, als ruhige Wachheit.<sup>25</sup>

Religionspsychologen schreiben einer solchen spirituellen Haltung heilsame Wirkungen zu – wobei die Erklärungsansätze, *warum* sie so wirkt, stark variieren und vom Hinweis auf einen Placeboeffekt bis zur Annahme subtiler Energievermittlung reichen.<sup>26</sup> Wie auch immer man die Ursachenfrage beantwortet: Loslassen und Hingabe eröffnen Erfahrungen von Selbst-Transzendenz, in der sich das Individuum von höheren Werten und Zielen bestimmt weiß, in der ein Empfinden von Verbundenheit, Dankbarkeit und Sympathie entsteht. Ein Gefühl von Geborgenheit und Getragensein kann sich einstellen, das bisherige angestrenzte Bewältigungsversuche einer Krise hinter sich lässt und heilsame Gelassenheit verbreitet. Sicher wird man in der Beratung mit dem Thema

Hingabe und Loslassen und ihren spirituellen Konnotationen nicht gezielt und direkt versuchen, eine Veränderung des Zustands des/der Ratsuchenden zu erreichen. Es geht hier um das Paradox der absichtslosen Absicht. Viktor Frankl hat eine Wirksamkeit per intentionem unterschieden von einer Wirksamkeit per effectum.<sup>27</sup> Zur letzteren Kategorie gehört Heilung durch Loslassen, Annahme und Hingabe: Es kann sein, dass sich Heilung und Besserung einstellen, wenn jemand lernt loszulassen, aber man kann sie sicher nicht gezielt herbeiführen. Auf jeden Fall wird eine spirituell sensible Beratung besonders auf diese Spannung von Aktivität und Hingabe / Loslassen achten.

2. In deutlichem Kontrast zu dem Grundelement des Loslassens steht das der *Leidenschaft für das Leben*, das Verlangen nach einem authentischen und wahren Leben, das mehr ist als das reine Überleben – eine Leidenschaft, die wesentlich zur Spiritualität hinzugehört, aber nur selten thematisiert wird. In vielen spirituellen und mystischen Traditionen steht die leidenschaftliche Liebe im Zentrum, das Ergriffenwerden von einer starken Sehnsucht nach einer das Leben tragenden und durchdringenden Liebe, einer Liebe, in der Gott und Mensch und die Menschen untereinander eins und die gesellschaftlichen und religiösen Differenzen gegenstandslos werden. Solche Leidenschaft ist meistens verschüttet, überdeckt von gesellschaftlichen und religiösen Vorschriften und Traditionen, die Mäßigung und Zurückhaltung fordern; wo sie jedoch zum Vorschein kommt, kann sie eine Lebenskraft sein.

Die Kehrseite leidenschaftlicher Sehnsucht ist die Erfahrung des Schmerzes, der Ohnmacht und des Leidens angesichts der Tatsache, dass die Sehnsucht so häufig nicht an ihr Ziel kommt, dass die Hindernisse für ihre Verwirklichung zu groß sind und die Vollendung natürlich immer aussteht. Passion bezeichnet Leidenschaft und Leiden in einem: Sehnsucht nach Schönheit und Erfülltheit des Lebens, Zorn über das, was dem im Wege steht, sowie Schmerz und Leiden angesichts der Trivialität und Brüchigkeit des Alltags sind Elemente dieser Leidenschaft. Eine spirituell sensible Beratung kann die Passionen des Menschen zum Thema machen und sie als Ressourcen würdigen und zu entfalten suchen.

3. In jeder Psychotherapie oder Beratung geht es darum, dass Ratsuchende *Hoffnung* fassen oder vorhandene Hoffnung stabilisieren. Hoffnung hat zum einen zu tun mit stabilem Selbstbewusstsein; Hoffnung entsteht darüber hinaus in tragfähigen Beziehungen, durch die Präsenz, Verlässlichkeit und Zugewandtheit anderer Personen; und schließlich lebt Hoffnung vom Vertrauen in einen tragenden Lebenszusammenhang, in eine höhere Macht. Ein amerikanischer Therapeut zitiert den Satz eines Mädchens, die große Widrig-

keiten gut überstanden hatte: „Es gehört mehr zu mir als ich dachte“, sagt sie.<sup>28</sup> Einen solchen Satz kann man durchaus als einen spirituellen Satz lesen, weil er anspricht, dass wesentliche Dimensionen des Lebens nicht von uns selbst gemacht, sondern uns geschenkt werden. Eine Patientin sagt zu ihrem Therapeuten am Ende einer längeren Behandlung: „Danke, dass Sie an mich geglaubt haben, bis ich wieder an mich selber glauben konnte.“<sup>29</sup> Was hilft dem Therapeuten an das Potential der Patientin zu glauben? Vielleicht seine berufliche Erfahrung, vielleicht aber auch sein eigenes Eingebettetsein in einen größeren Lebenszusammenhang, der ihm Vertrauen in einen umgreifenden Möglichkeitsraum auch für seine Patienten eröffnet. Spiritualität lebt von der durch Menschen vermittelten Erfahrung, dass wir uns einem Größeren verdanken. Zu der Hoffnung, die daraus erwächst, kann spirituell sensible Beratung entschieden beitragen.

Ich habe jetzt mehrfach von spirituell sensibler Beratung gesprochen. Ich meine damit eine Beratungsarbeit, die aufmerksam, achtsam und respektvoll mit der Spiritualität von Ratsuchenden umgeht und ihr Potential, ihre Qualität als seelische Ressource würdigt und zu stärken sucht. Ich unterscheide eine solche spirituell sensible Beratung von direkten spirituellen Interventionen, wie es z.B. das Gebet oder die Durchführung bestimmter spiritueller Rituale darstellen. Es gibt in wachsender Zahl Therapeuten und Beratende, die auch solche spirituellen Interventionen in ihre Therapie integrieren.<sup>30</sup> Hier sehe ich die Gefahr einer Vermischung von methodisch reflektierter Therapie oder Beratung einerseits und Religion bzw. Weltanschauung andererseits. Beide Bereiche sind, so weit das möglich ist, um der Entscheidungsfreiheit der Klienten willen zu unterscheiden und auseinander zu halten.

#### 4. Unterscheidung der Geister

Weil Spiritualität ein so unabgegrenzter Begriff ist bzw. eine kaum einzugrenzende Vielfalt von Phänomenen bezeichnet, erscheint es unumgänglich, wenigstens einige wenige Abgrenzungen vorzunehmen. Zwar hat Paul Zulehner zu Recht von der Notwendigkeit gesprochen, zunächst gegenüber gegenwärtiger Spiritualität eine „Haltung wertschätzender Wahrnehmung“ einzunehmen.<sup>31</sup> D.h. es geht um eine Haltung, die spirituelle Prozesse von innen heraus und von ihrer Intention und ihren Stärken her zu verstehen sucht. Wertschätzende Wahrnehmung muss jedoch gepaart sein mit kritischer Reflexion, sonst segnet sie nur noch ab, was sowieso schon der Fall ist.

Folgende Andeutungen (mehr kann es in diesem Rahmen nicht sein) im Blick auf notwendige Unterscheidungen und

Abgrenzungen sind mir wichtig:

1. Eine Funktionalisierung von Religion bzw. Spiritualität widerspricht der originäre Intention dieser Phänomene: Eine spirituelle Haltung ist zweckfrei! Sie ist dazu da, sich mit der Quelle des Lebens in Beziehung zu setzen, der Sehnsucht nach authentischem Leben Ausdruck zu geben, aber nicht, um bestimmte Effekte zu erzielen. Eine Funktionalisierung religiöser Erfahrung hat diese schon zerstört! D.h. eine Berücksichtigung spiritueller Prozesse in der Beratung kann bestenfalls indirekt und sozusagen absichtslos erfolgen. Die grundsätzliche Unterscheidung von Psychotherapie und Spiritualität ist festzuhalten – was eben nicht ausschließt, dass man die spirituelle Orientierung eines Menschen ressourcenorientiert thematisiert so wie man mit anderen Fähigkeiten aus dessen Leben auch arbeitet.
2. Als Extremform der Funktionalisierung hat die Vermarktung oder Ökonomisierung von Spiritualität zu gelten. Dass dies eine Form des Missbrauchs ist – Missbrauch sowohl der beteiligten Personen wie auch Missbrauch des Phänomens Spiritualität als solches – ist offenkundig. Da sie jedoch so weit verbreitet ist (und auch spirituelle Angebote der Kirche davor nicht gefeit sind), kann man kaum genug auf diesen Aspekt hinweisen.
3. Vergleichbar der Ökonomisierung ist die Psychologisierung von Spiritualität.<sup>32</sup> Spirituelle Therapeuten neigen dazu, als erleuchtete Therapeuten aufzutreten, die im therapeutischen Prozess übersinnliche Energien und eindeutiges, nicht hinterfragbares Wissen vermitteln. Spiritualität wird benutzt, um sich der Anstrengung des Durcharbeitens zu entziehen, um sich die Mühe, Ambivalenzen zu explorieren und Unsicherheit auszuhalten, zu ersparen. Die Autonomie von Klientinnen und Klienten ist hier tendenziell in Gefahr.
4. Spiritualität oder Religiosität ist nie ein ausschließlich positives oder konstruktives Phänomen, sondern immer Chance und Risiko (wie es ein Buchtitel formuliert) zugleich<sup>33</sup> – das hat die religionspsychologische Forschung hinreichend erwiesen. Es war einseitig, im Gefolge der psychoanalytischen Religionskritik Religiosität vorrangig als neurotisierendes Phänomen einzustufen; es wäre genauso einseitig, wenn man nun in das andere Extrem verfiel, und nur die konstruktiven Ressourcen von Spiritualität im Blick hätte.<sup>34</sup> Schon die alte Unterscheidung von Gordon Allport ist hier hilfreich: Handelt es sich um intrinsisch motivierte Spiritualität – kommt sie wirklich von innen, entspricht einem tiefen Bedürfnis – oder ist sie eher extrinsisch motiviert, also von außen angestoßen, als Modetrend, weil „man“ das eben macht oder die Teilnahme „Erfolg“ verspricht?

5. Das Menschenbild mancher spiritueller Phänomene erscheint mir aus christlicher Sicht problematisch. In einigen Ansätzen taucht eine Wohlfühl-Spiritualität auf, die eine Auseinandersetzung mit der Entfremdung des Menschen, mit seiner Fragmentarhaftigkeit und Fehlbarkeit zu scheuen scheint. So schreibt Lulse Reddemann, deren Buch „Eine Reise von 1000 Meilen beginnt mit dem ersten Schritt. Seelische Kräfte entwickeln und fördern“ in nur drei Jahren bereits die 10. Auflage erlebt: „Schließlich fühle ich mich besonders von einer Sichtweise inspiriert, dass wir eigentlich vollkommen sind und dass es die Momente der Freude und der Inspiration sind, in denen wir unserer Vollkommenheit begegnen können.“<sup>35</sup> Zustimmung zitiert sie ein belgisches Sprichwort: „Die hilfreichste Hand hängt an deinem eigenen Arm.“ Es entspricht diesem Ansatz, wenn die Autorin anregt, dass Menschen sich selber segnen sollten, ihre Freuden und Leiden, ihren Mut und ihre Angst. Nur am Rand erinnert die Autorin doch noch daran, dass der Segen ursprünglich eine göttliche Lebenszusage bezeichnet: „Vielleicht möchten Sie lieber Gott/die Göttin/das Göttliche um das Segnen bitten.“<sup>36</sup>

Welch ein Kontrast z.B. zu dem als spirituell zu bezeichnenden Programm der Anonymen Alkoholiker, in dessen ersten drei Schritten es darum geht, die eigenen Grenzen zu akzeptieren und sich einer höheren und größeren Macht zu öffnen.

Aus christlicher Sicht ist die Wahrnehmung und Annahme des Fragmentarischen ein zentraler Bestandteil der Anthropologie, der nicht in Richtung auf einen spirituellen Narzissmus und entsprechende Machbarkeitsvorstellungen hin übersprungen werden sollte.<sup>37</sup>

6. Eine weitere notwendige Frage: Bleiben Menschen mit ihrer spirituellen Haltung und dem Wohlfühl, das sie ihnen möglicherweise beschert, bei sich, auf sich selbst fokussiert, oder stiftet sie an zu Solidarität und ethisch verantworteter Lebensgestaltung? Hat die „Option für die Armen“, eine zentrale Dimension des Evangeliums, Platz im Rahmen spiritueller Vollzüge? Dorothee Sölle hat vor einigen Jahren provokant formuliert: „Mystik ist Widerstand“.<sup>38</sup> Im Anschluss an die südamerikanische Befreiungstheologie beschreibt sie eine „Mystik der ‚offenen Augen‘“: „Es ist eine Einübung in die Sichtweise Gottes, es ist die Wahrnehmung des Kleinen, des Unerheblichen, das Hören auf das Geschrei der Kinder Gottes, die in Ägypten in Sklaverei sind.“<sup>39</sup> Eine reife spirituelle Haltung zeichnet sich durch eine solche sensibilisierte Wahrnehmung aus – andernfalls bleibt sie schal und in sich selbst verkrümmt.
7. Vor dreißig Jahren hat Hans-Eckehard Bahr – in Aufnahme von Gedanken Erich Fromms und Theodor Adornos

– eine Unterscheidung von Religion 1 und Religion 2 vorgeschlagen<sup>40</sup>: Religion 1 bezeichnet Ursprungs- und Identitätsvergewisserung, bindet den Menschen zurück (re-ligio) an Erfahrungen der Vergangenheit, macht Nichtverfügbares handhabbar, transformiert unbestimmbar in bestimmbar Kontingenz (Luhmann). Menschen brauchen solche Ursprungsvergewisserung, auch mit Hilfe von Spiritualität – allerdings um den Preis, dass sie darüber eher passiv und apathisch zu werden drohen. Deswegen ist Religion 2 unverzichtbar: Religion 2 enthält die messianischen Kräfte, die Wahrnehmung dessen, was noch fehlt: die ausstehende Versöhnung des Menschen mit sich selber, mit der Natur, mit der Quelle des Lebens, mit Gott. Ohne diese emanzipatorische Spitze wird Spiritualität, Bestandteil bürgerlicher Behäbigkeit und verliert damit ihre eigentliche Zielrichtung: Die Sehnsucht und Unruhe im Blick auf das, was sein könnte, aber noch nicht ist.

Wenn solche kritischen Perspektiven im Blick sind, ist es m.E. gut zu verantworten, die Spiritualität einer ratsuchenden Person als Ressource für deren Lebensbewältigung ins Spiel zu bringen.

### **5. Auseinandersetzung mit Spiritualität als Bestandteil professioneller Kompetenz der Beratern**<sup>41</sup>

Seit S. Freud gehört es zu den unbestrittenen Einsichten, dass man in Psychotherapie oder Beratung mit Klienten nur so weit kommt, wie man die anstehenden Themen selber bearbeitet und halbwegs bewältigt hat.<sup>42</sup> Für unser Thema heißt das: Wenn Spiritualität als Ressource in der Beratung genutzt werden soll, müssen auch die Beratenden dieses Thema in ihrer Bedeutung für sie selbst angeeignet haben. Eine spirituelle Haltung für sich allein genommen kann persönliche Kraftquelle und Inspiration für Alltag und Beruf sein, als solche stellt sie aber noch keinen Bestandteil professioneller Kompetenz dar. Dazu wird sie erst, wenn sie kritisch reflektiert und bearbeitet worden ist, wenn ihre spezifische, biographisch verankerte Gestalt mit ihren Chancen und Schwierigkeiten so weit bewusst geworden ist, dass man vor unbewusstem Agieren (z.B. vorschneller Identifikation oder brüsker Ablehnung) einigermaßen geschützt ist und methodisch angemessenes Umgehen mit religiösen Themen ermöglicht wird.

Kirchliche Beratungsarbeit hat hier etwas Besonderes anzubieten, weil sie in der Lage ist (oder sein sollte), spirituelle Elemente, die in der Beratungssituation begegnen, aufzugreifen

und mit der christlichen Tradition in ein offenes Gespräch zu bringen (es darf hier keine inhaltlichen Zielvorgaben geben!), um auf diese Weise zu ihrer Versprachlichung, Formgebung und Vertiefung beizutragen. Spiritualität ist manchmal einer natürlichen Religiosität ähnlich: Sie gleicht eher einem vagen, undeutlichen Gefühl, das schwer in Sprache und Form zu bringen ist. Eben das ist aber nötig, wenn es zu einer hilfreichen Integration der Spiritualität ins Leben kommen soll.

Was bedeutet nun die These, Spiritualität müsse Bestandteil professioneller Kompetenz sein? Ich nenne einige Punkte:

1. Ein professioneller Umgang mit spirituellen Einstellungen von Klienten schließt eine religiöse oder theologische Deutungskompetenz ein, mit deren Hilfe es möglich ist, gezielt „das religiöse oder spirituelle Thema“ im Leben eines Klienten zu bearbeiten.<sup>43</sup> Das bedeutet konkret: Die Beraterin, der Berater muss in der Lage sein,
  - Lebensthemen der Klienten auch auf ihre religiöse Relevanz hin zu erkennen und zu bearbeiten;
  - Die emotionale Bedeutung von religiösen Themen wahrzunehmen;
  - An der hilfreichen Unterscheidung von Wahrheit und Unwahrheit, von dem, was für jemanden wirklich gültig ist und was Surrogat und Verführung darstellt, mitzuwirken;
  - Den Zusammenhang und die Wechselwirkung von Beziehungen zu signifikanten Bezugspersonen und zu Gott zu erkennen (Es gehört zu den interessanten pastoralpsychologischen Einsichten, dass sich zwischenmenschliche und religiöse Beziehungsstrukturen oft strukturell ähneln);<sup>44</sup>
  - An der Verknüpfung von Lebens- und Glaubensgeschichte zu arbeiten;
  - Religiöse Übertragungen wahrzunehmen;
  - Auch die Gefahren einer Identifikation im Zusammenhang mit spirituellen Themen zu erkennen.

Eine solche religiös-theologische Deutungskompetenz basiert auf entsprechender Wahrnehmungs- und Sprachfähigkeit, die wiederum in Vollzügen und der Reflexion persönlicher Spiritualität fundiert ist.

2. Die Anamnese könnte um Fragen nach der religiösen oder spirituellen Einstellung von Klienten erweitert werden – in den USA spricht man diesbezüglich von „spiritual assessment“: Was sind in Ihrem Leben die Quellen der Hoffnung und des Vertrauens? Was hat Ihnen in Lebenskrisen in der Vergangenheit geholfen? Wie hat sich Ihre persönliche spirituelle Einstellung im Lauf der Biographie entwickelt? Welche Personen, welche Ereignisse, welche Traditionen waren

dabei prägend? Wie hat sich Ihr persönliches Gottesbild in den Zeiten der Kindheit, Jugend und des Erwachsenseins verändert? Was bedeutet ein bestimmtes Gottes- oder Glaubensbild für das gegenwärtige Lebensgefühl bzw. für die Lebensgestaltung? Welche religiösen/spirituellen Praktiken sind Ihnen wichtig? usw.

3. Eine spirituelle Einstellung von Beratenden gegenüber ihren Klienten prägt eine Grundhaltung, die der beraterischen Methodenkompetenz und Fachlichkeit eine bestimmte Qualität verleiht. Ich denke dabei exemplarisch an folgende Punkte:

- Ahnung vom Geheimnis des Menschen, von seiner Unverfügbarkeit oder Gottesebenbildlichkeit; daraus erwächst ein unbedingter Respekt vor der Würde des/der Anderen;
- Bereitschaft zu staunen und sich überraschen zu lassen durch die Einzigartigkeit des Lebens, des Fühlens, Denkens und Glaubens des anderen Menschen;
- Eine Haltung der Achtsamkeit und Aufmerksamkeit;
- Wissen um die Geschöpflichkeit und Fragmentarität menschlichen Lebens, damit auch um die Begrenztheit und Vorläufigkeit beraterischer Kompetenz und Verantwortung;
- Vertrauen darauf, dass das Entscheidende, das eigentlich Heilsame im Leben, in Beziehungen, geschenkt wird und nur bedingt herstellbar und machbar ist;
- Festhalten an einer Vision von Gerechtigkeit und der Fülle des Lebens.

4. Die Auseinandersetzung mit und die Integration der eigenen religiösen oder spirituellen Quellen muss ein regulärer Bestandteil der Aus- und Fortbildung in Beratung und Seelsorge sein. Diese Forderung ist nicht schwer zu erfüllen, weil die „Lernstrukturen“ in Modellen der Psychotherapie und der Spiritualität nahe verwandt sind: Es geht beide Male um Lernen aus Erfahrung, um Wissen, das sich aus Selbst- und Fremderfahrung, aus der Interaktion in Beziehungen bildet – mit dem einen wesentlichen Unterschied, dass man im Bereich der Spiritualität damit rechnet, dass man jeder Zeit mitten in aller Weltlichkeit auf das unverrechenbare Geheimnis des Lebens, auf Gott, stoßen kann.

## 6. Schluss

Von dem Psychoanalytiker Erik Erikson stammt ein Satz, der mich immer wieder mal beschäftigt hat: Eltern müssen imstande sein, in ihrem Kind „eine tiefe, fast körperliche Überzeugung zu wecken, dass das, was sie tun, sinnvoll ist.“<sup>45</sup> Ähnliches gilt, glaube ich, für Psychotherapie, Beratung

und Seelsorge: Wir müssen in der Lage sein, bei unserem Gegenüber die Überzeugung zu wecken, dass unser Handeln sinnvoll ist, hoffnungsvoll und hilfreich. Kann das gelingen? Liegt darin nicht eine Überforderung?

Ich glaube, man kann den Satz im Grunde nur sagen, wenn dahinter eine spirituelle Haltung steht: Die Überzeugung, dass durch das hindurch, was wir beraterisch-methodisch

tun und lassen, mehr geschieht als durch unsere Kompetenz veranlasst ist, mehr geschieht als wir wissen können.

Ihnen, Herr Wentzek, wünsche ich für Ihre Leitung des EZI, dass Sie in der Lage sind, mit dem Team zusammen etwas von dieser Haltung zu verkörpern und es denen, die bei Ihnen Aus- und Fortbildung suchen, weiter zu geben.

1. Vortrag aus Anlass der Einführung von Pfr. Dieter Wentzek als Leiter des EZI am 9.5.2007 in Berlin.
2. Vgl. dazu Hartwig von Schubert u.a. (Hg.), *Von der Seele reden. Eine empirisch-qualitative Studie über psychotherapeutische Beratung in kirchlichem Auftrag*. Neukirchen 1998.
3. *Psychologische Beratung in der Kirche. Leitlinien für die Psychologische Beratung in evangelischen Erziehungs-, Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstellen*. Hg. vom Kirchenamt der EKD. EKD-Texte Nr. 5, Hannover 1981, 4.
4. Paul M. Zulehner (Hg.), *Spiritualität – mehr als ein Megatrend*. Ostfildern 2004.
5. Vgl. Len Sperry, *Spirituality in Clinical Practice. Incorporation of the Spiritual Dimension in Psychotherapy and Counseling*. Ann Arbor 2001. Sperry stellt zu Beginn seines Buches fest, dass 94% der Amerikaner an Gott glauben, 97% glauben, dass Gebete erhört werden und 2/5 geben an, lebensverändernde spirituelle Erfahrungen gehabt zu haben (S.3).
6. Matthias Kroeger, *Im religiösen Umbruch der Welt: Der fällige Ruck in den Köpfen der Kirche*. Stuttgart \*2005, 35ff.
7. Eine Systematisierung spiritueller Phänomene versucht Ariane Martin, *Sehnsucht – der Anfang von allem. Dimensionen zeitgenössischer Spiritualität*. Ostfildern 2005. Zum Begriff der Frömmigkeit in Abgrenzung und Annäherung an den Begriff der Spiritualität vgl. Lucian Hölscher, *Geschichte der protestantischen Frömmigkeit in Deutschland*. München 2005.
8. Anton Bucher, *Psychologie der Spiritualität*. Weinheim/Basel 2007, 56.
9. Kroeger 2005 (Anm. 6), 52.
10. Vgl. zum Folgenden auch Hubert Knoblauch, *Soziologie der Spiritualität*. In: Karl Baier (Hg.), *Handbuch Spiritualität. Zugänge, Traditionen, interreligiöse Prozesse*. Darmstadt 2006, 91 – 111.
11. Biblische und moderne Konnotationen zum Begriff finden sich bei Kees Waaijman, *Handbuch der Spiritualität. Bd. 2: Grundlagen*. Mainz 2005, 65ff.
12. Michael Ebertz, *Die Wüste lebt. Spiritualität statt Frömmigkeit?* In: Maria Jepsen (Hg.), *Evangelische Spiritualität heute. Mehr als ein Gefühl*. Stuttgart 2004, 13 – 31, 26.
13. Genauer dazu Ariane Martin 2005 (Anm. 7), 42ff.
14. Zitiert bei Jörn Halbe, *Was Sinn macht. Kompetenz kirchlicher Seelsorge und Beratung in gesellschaftlichen Spannungsfeldern*. WZM 59 (2007), 152 – 163, 153.
15. Anette Dörr, *Religiöses Coping als Ressource*. In: Christian Zwingmann, Helfried Mosbrugger (Hg.), *Religiosität: Messverfahren und Studien zu Gesundheit und Lebensbewältigung*. Münster 2004, 261 – 275, 263.
16. Karl Grawe nennt vier menschliche Grundbedürfnisse: Orientierung und Kontrolle; Lustgewinn und Unlustvermeidung; Bindungsbedürfnis; Bedürfnis nach Selbstwerterhöhung und Selbstwertschutz. In: Ders., *Ressourcenaktivierung. Ein primäres Wirkprinzip der Psychotherapie*. Psychotherapeut 44 (1999), 63 – 73, 67.
17. Fritz Hartmann, *Krank oder bedingt gesund?* MMG 11 (1986), 170 – 179, 172.
18. Dazu H. Waller, *Gesundheitswissenschaft*, Stuttgart/Berlin<sup>2</sup> 1996, 17 ff.
19. A. Antonovsky, *Health, Stress and Coping*, San Francisco 1979, 123 ff.
20. R. Grossarth-Maticek, *Selbstregulation, Autonomie und Gesundheit*, Berlin/New York 2003.
21. Ebd. 30.
22. Ebd. 22.
23. Vgl. ebd. 283 ff.
24. Zitiert und aus dem Englischen übertragen aus: Brenda S. Cole und Kenneth I. Pargament, *Spiritual Surrender: A Paradoxical Path to Control*. In: William R. Miller (Ed.), *Integrating Spirituality into Treatment. Resources for Practitioners*. Washington 1999, 179 – 198, 184.
25. Vgl. ausführlicher Ludwig Frambach, *Identität und Befreiung in Gestalttherapie, Zen und christlicher Spiritualität*. Petersberg 1993, 136ff.
26. Vgl. Bucher 2007 (Anm. 8), 109ff.; Cole / Pargament 1999 (Anm. 24), 185ff.
27. Victor Frankl, *Der Mensch auf der Suche nach Sinn*. Freiburg<sup>3</sup> 1973, 73f.
28. Zitiert bei Carolina E. Yahne / William R. Miller, *Evoking Hope*. In: William R. Miller, *Integrating Spirituality into Treatment*. Washington 1999, 217 – 233, 226.
29. Ebd. 226.
30. Vgl. dazu Michael Utsch, *Religiöse Fragen in der Psychotherapie. Psychologische Zugänge zu Religion und Spiritualität*. Stuttgart / Berlin 2005, 236ff.
31. Zitiert bei Kurt Remele, *Die Reise ins Innere: Spiritualität als Heilung*. In: Paul M. Zulehner (Hg.), *Spiritualität – mehr als ein Megatrend*. Ostfildern 2004, 44 – 56, 49f.
32. Vgl. Eva Jaeggi, Heidi Möller, *Erleuchtete Psychotherapeuten. Psychologie heute compact 8/2003*, 85 – 89.
33. Gunther Klosinski (Hg.), *Religion als Chance oder Risiko*. Bern 1994.
34. Vgl. Bucher 2007 (Anm. 8), 137ff.
35. Luise Reddemann, *Eine Reise von 1000 Meilen beginnt mit dem ersten Schritt. Seelische Kräfte entwickeln und fördern*. Freiburg 10/ 2007, 12.
36. Ebd. 28.
37. In dem vom Kirchenamt der EKD herausgegebenem Text „*Evangelische Spiritualität. Gütersloh 1979*“ heißt es: „Man muß dabei zwischen Machbarem und nicht Machbarem sehr sorgfältig unterscheiden. Das Erziehen und Einüben kann immer nur bis in die Nähe des Möglichen, bis an die Schwelle führen. Die lebendige Erfahrung, der persönliche Glaube ist nicht machbar.“(33)
38. Dorothee Sölle, *Mystik und Widerstand*. Hamburg<sup>2</sup> 1997, 239.
39. Ebd. 364f.
40. Hans-Eckehard Bähr, *Ohne Gewalt, ohne Tränen? Religion 1, Religion 2*. In: Dorothee Sölle (Hg.), *Religionsgespräche. Zur gesellschaftlichen Rolle der Religion. ...1975*, 31 – 64.
41. Zum Folgenden vgl. meinen Aufsatz: *Persönliche Spiritualität als Teil professioneller Kompetenz in Seelsorge und Beratung*. Fokus Beratung Mai 2004, 17 – 25.
42. Vgl. S. Freud, *Die zukünftigen Chancen der Psychotherapie (1910)*. St.A. Erg.bd. 1975, 126: „...dass jeder Psychoanalytiker nur so weit kommt, als seine eigenen Komplexe und inneren Widerstände es gestatten...“
43. Beispiele für eine solche Arbeit finden sich Gina Schibler / Christoph Morgenthaler, *Religiös-existentielle Beratung*. Stuttgart/Berlin 2002; zu meinem Verständnis von Pastoralpsychologische vgl. Michael Klessmann, *Pastoralpsychologie. Ein Lehrbuch*. Neukirchen \*2006.
44. Vgl. dazu Schibler/ Morgenthaler 2002 (Anm. 43).
45. Erik Erikson, *Kindheit und Gesellschaft*. Stuttgart<sup>4</sup> 1971. 243.