

# Von Innen her verkosten

## Annäherungen an einen zeitgemäßen Begriff christlicher Spiritualität

*„Spiritualität ist ein Containerbegriff für spätmoderne Religiosität.“ Diese These von Thomas Klie (in: Evelyn Finger, Die Renaissance der Unvernunft, in: ZEIT 21/16.5.2013) hat in den letzten Jahren eine steile Karriere gemacht. Offenkundig stimmt sie mit unserer Erfahrung gut zusammen: Das autonome Subjekt der Moderne entscheidet selbst, was es in seinen spirituellen Handwerkskasten hineinlegt.*

Von Michael Rosenberger



### MICHAEL ROSENBERGER

Seit 1987 Priester des Bistums Würzburg und seit 2002 Lehrstuhlinhaber für Moraltheologie an der Katholischen Privatuniversität Linz. Seine Forschungsschwerpunkte liegen einerseits im Bereich Umwelt- und Tierethik und andererseits im Bereich Theologie der Spiritualität. Er ist seit 2011 Leiter der interdisziplinären Arbeitsgruppe zur Erforschung der Mensch-Tier-Beziehung und seit 2013 Vorsitzender der Arbeitsgemeinschaft Theologie der Spiritualität (AGTS).

**A**llgemeinverbindliche theologische Inhalte, alt-hergebrachte Rituale und die Einbindung in eine Glaubensgemeinschaft empfinden viele Menschen für ihre Spiritualität als überflüssig, wenn nicht gar hinderlich. Damit der Begriff „Spiritualität“ aber nicht völlig beliebig wird und restlos zwischen den Fingern zerrinnt, ist eine Begriffsklärung und -schärfung nötig: Wie also könnte ein zeitgemäßer Begriff der Spiritualität aussehen?

### **Spiritualität als geisterfüllter Umgang mit der Wirklichkeit**

Etymologisch steht am Ursprung des Begriffs die lateinische Wurzel

„spiritualitas“, die bereits in frühchristlichen Schriften verwendet wird. Sie ist ihrerseits vom Adjektiv „spiritalis“ abgeleitet, einem frühchristlichen Neologismus zur Übersetzung des paulinischen Begriffs πνευματικός, geistlich. Diesen wiederum setzt Paulus dem Begriff σαρκικός, fleischlich, entgegen: Fleischlich ist jemand, der sich völlig im Diesseits verschließt und verliert, spirituell der, der sich den Tiefendimensionen des Lebens und damit dem Wirken des Heiligen Geistes öffnet. Spiritualität ist also *ein geistgewirkter und geisterfüllter Umgang mit der Wirklichkeit*. Sie ist nicht welt- oder wirklichkeitsfern, wie manche meinen, sondern befähigt in höchstem Maße zur Begegnung mit und Gestaltung von Wirk-

lichkeit. Wenn sie das nicht tut, ist etwas an ihr faul.

Diesen anderen, tiefergehenden Umgang mit der Wirklichkeit beschreibt Ignatius von Loyola als ein „Spüren und Verkosten der Dinge von innen her“ („sentir y gustar de las cosas internamente“, Geistliche Übungen Nr. 2). Es geht ihm um eine ganzheitliche Wahrnehmung der Geschehnisse mit allen Sinnen und aller Phantasie, so dass im Betrachten etwas Neues, Überraschendes aufgeht und Zukunftsperspektiven eröffnet. Die Frage lautet: Wie schmeckt dieses konkrete Erlebnis? Wie schmeckt die Begegnung mit diesem Menschen? Wie schmeckt eine bestimmte Handlungsoption, wenn ich mir vorstelle, ich würde sie realisieren?

## Spiritualität als Deutung von Erfahrungen

So gesehen stimmt die Intuition der modernen Menschen: Spiritualität, auch christliche, kommt prinzipiell ohne Dogmatik aus. Glaubensinhalte, insbesondere solche, die von einer religiösen Autorität gelehrt werden, sind zur spirituellen Wahrnehmung der Welt und des Lebens (zunächst) nicht nötig. Wohl aber braucht jede Spiritualität „Referenzpunkte“, mit deren Hilfe sie den erspürten Geschmack des eigenen Lebens beurteilen und be-

werten kann. Denn das eine ist es, den Geschmack eines Ereignisses wahrzunehmen. Das andere aber ist, ihn zu deuten und in das Wertesystem des eigenen Lebens einzuordnen. Ignatius von Loyola gibt zwei Referenzpunkte an, die hier weiterhelfen können: Einerseits sind dies eigene Erfahrungen, die nach sorgfältiger Prüfung als zweifelsfrei heilvoll und gut betrachtet werden dürfen. Ignatius nennt solche Erfahrungen „Tröstungen ohne vorhergehende Ursache“ (Geistliche Übungen Nr. 330 und 336), Karl Rahner bezeichnet sie als „Urtröst“. Letztlich geht es um Erfahrungen, in denen ein Mensch sich restlos geborgen fühlt und die ihm sein Leben in einem völlig neuen Licht erscheinen lassen. Andererseits rät Ignatius, auf die zweifelsfrei heilsamen Erfahrungen anderer Menschen zurückzugreifen. Für ihn als Christen sind dies besonders die Erfahrungen des Menschen Jesus von Nazaret selbst und die Erfahrungen von Menschen mit diesem Jesus. Der Geschmack dieser Erfahrungen ebenso wie der der eigenen Urtröstungen sind für Ignatius verlässliche Referenzwerte. Wenn ein Mensch seine gegenwärtigen Erfahrungen und ihren inneren Geschmack mit diesen vergleicht, kommt er zu einer guten Einordnung und Deutung.

## Spirituelle Grundhaltungen

Die Betrachtung des eigenen Lebens und sein Hineinstellen in einen größeren (Erfahrungs-)Horizont ist also die elementare Grundübung der Spiritualität. Aus ihr erwachsen *Haltungen*, die den spirituellen Menschen prägen und ihm Schritt für Schritt mehr innere Stabilität geben:

- Dankbarkeit als Wertschätzung des Gegebenen,
- Demut als Freiwerden in Begrenzungen,

- Ehrfurcht als Zurücktreten vor dem Geheimnis (des anderen Lebewesens, der Schöpfung als Ganzes, seiner selbst und schließlich auch Gottes),

- Gerechtigkeit als unparteiliches Engagement,

- Maßhaltung als Zusammenklängen der eigenen Bedürfnisse mit denen der ganzen Schöpfung,

- Genussfähigkeit als Geschmack am Leben,

- Gelassenheit als Freisein von sich selbst,

- Hingabe als Bereitschaft, sich zu verschenken.

Teilweise lassen sich solche Haltungen einüben und lernen. Teilweise aber sind sie auch Geschenk. Deswegen sieht die christliche Spiritualität an ihrer Wurzel jene drei Haltungen, die Paulus im Hohen Lied der Liebe (1 Kor 13) beschreibt und die klassisch als theologale Tugenden bezeichnet werden:

- Glaube als sich ganz in das Geheimnis des Lebens fallen lassen,

- Hoffnung als von sich weg auf das größere Ganze schauen,

- Liebe als von anderen empfangen und sich selbst verschenken.

## Die notwendige Gestalt(werd)ung von Spiritualität

Innere Haltungen müssen aber in äußeren Vollzügen *Gestalt* gewinnen und „Fleisch werden“. Gestalt meint in der modernen Psychologie und Wahrnehmungslehre das Strukturganze eines Seienden und damit nicht nur die Summe seiner Bestandteile, sondern auch deren innere Ordnung und Verbindung untereinander. Der eigenen Spiritualität eine stimmige Gestalt zu geben, verlangt mehr als das eklektizistische Auswählen irgendwelcher geistlicher Praktiken und Texte. Gestalt ist das Gegenteil von Patchwork. So gesehen ist es ein hoher Anspruch und letztlich eine Lebensaufgabe,

### LITERATURTIPP

- Willi Lambert, *Aus Liebe zur Wirklichkeit*. Grundworte ignatianischer Spiritualität, Mainz 1991.
- André Comte-Sponville, *Woran glaubt ein Atheist? Spiritualität ohne Gott*, Zürich 2008.
- Thomas Möllenbeck/Ludger Schulte (Hg.), *Spiritualität*. Auf der Suche nach ihrem Ort in der Theologie, Münster 2017.

der eigenen Spiritualität eine schlüssige Gestalt zu geben. Selbstkritisch müssen wir eingestehen: Auch die Kirche schafft(e) es bei weitem nicht immer, den Menschen ein stimmiges geistliches Angebot zu machen. Auch sie bietet oft nur Patchwork-Spiritualität.

Was gehört zur Gestalt von Spiritualität dazu – unabhängig von der Religion des spirituellen Menschen? Sie muss erstens den ganzen Menschen einbeziehen, mit Leib und Geist. Nur wenn alle Sinne sowie körperlichen Aktivitäten angemessenen Raum bekommen, kann eine spirituelle Lebensgestalt wachsen. Riechen und schmecken, tasten, sehen und hören brauchen ihren Platz ebenso wie essen und trinken, gehen, tanzen und andere Bewegungen. Und zwar nicht auf ein symbolisches Minimum reduziert wie das Zergehenlassen einer hauchdünnen, geschmacklosen Hostie auf der Zun-

ge oder das Übergießen des Tüfings mit ein paar Tropfen Wasser. Sondern in ausdrucksstarken und erlebnisintensiven symbolischen Vollzügen. Zweitens muss eine spirituelle Gestalt für die Übereinstimmung von geistigen Praktiken mit dem leibhaftigen Handeln sorgen. Sie braucht einen Lebensstil. Spiritualität macht beim Einkauf im Supermarkt keine Pause, sondern muss sich dort bewähren. Sie betrifft das Freizeit- und Urlaubsverhalten ebenso wie die Gestaltung der eigenen Wohnung und das Mobilitätsverhalten. Sie endet nicht an der eigenen Haustür, sondern erweist sich am Arbeitsplatz, auf der Straße, im Verein. „An ihren Früchten werdet ihr sie erkennen!“ (Mt 7,16) Kontemplation und Engagement können nur als untrennbare Einheit Stimmigkeit erlangen.

Damit die persönliche Spiritualität eine ganzheitliche, stimmige

Gestalt gewinnt, muss sie geübt werden. Ignatius verwendet den Vergleich mit einem Sportler, der seine beste Leistung nur bringen kann, wenn er ständig im Training ist. Geistige Übung im Beten, Meditieren, Betrachten und Feiern des eigenen Lebens und leibliche Übung im Praktizieren von Gerechtigkeit, Frieden und Bewahrung der Schöpfung werden sich gegenseitig befruchten und vertiefen.

## Spiritualität und Spiritualitäten

Spiritualität, so hatte ich eingangs gesagt, ist ein Begriff, der sich auf das autonome Subjekt bezieht. Auch in früheren Jahrhunderten war Spiritualität in höherem Maße selbstbestimmt als andere Vollzüge des religiösen Lebens. Nicht umsonst gerieten Meister der Spiritualität wie Ignatius von Loyola immer

- *Spiritualität als geisterfüller Umgang mit der Wirklichkeit befähigt zur Begegnung mit und Gestaltung von Wirklichkeit. Dazu braucht sie als Koordinatensystem keine Dogmen, wohl aber eine stabile Deutung heilvoller Grunderfahrungen des eigenen oder eines anderen Lebens. Um dauerhaft lebensfähig zu sein, muss sich Spiritualität in verschiedenen Grundhaltungen sowie einer stimmigen Lebensgestalt ausdrücken. Bei aller Pluralität moderner Spiritualitäten ist ihr dabei eine Rückbindung an Gemeinschaft hilfreich.*

wieder ins Visier der Inquisition. Oft waren sie keine Theologen (wie Ignatius vor dem Studium in Paris) und keine Priester (wie Ignatius vor der Priesterweihe in Venedig). Das weckte den Argwohn der kirchlichen Aufsicht, denn spirituelle Begleitung und Anleitung zu geben ist Machtausübung. Und doch hat es die Kirche in 2000 Jahren nicht geschafft, diese Aufgabe völlig auf die geweihten Amtsträger zu beschränken.

Innerhalb wie außerhalb der Kirche gibt es also *Spiritualitäten im Plural*. Ordensgemeinschaften und geistliche Bewegungen sind die weit hin sichtbare Spitze dieses Pluralismus, der jedoch weit über sie hinausreicht. Meinerseits halte ich sogar eine „Spiritualität ohne Gott“, wie sie André Comte-Sponville 2006 vorgelegt hat, für vollkommen in Ordnung. Seine Vorschläge decken sich zu großen Teilen mit dem, was ich bisher gesagt habe. Ein Atheist kann ein spiritueller Mensch sein, der eine große Sensibilität und Innerlichkeit in der Wahrnehmung seines Lebens praktiziert und der eine schlüssige Gestalt eines geistlichen Umgangs mit der Wirklichkeit entwickelt hat.

### **Spiritualität ohne Gemeinschaft?**

In einem Punkt allerdings überschätzt Comte-Sponville meines Erachtens die menschliche Natur. Zwar betont er, wie viel er seiner

christlichen Erziehung verdankt und wie sehr ihn diese auch als Atheisten prägt. Außerdem wiederholt er als sein ständiges Credo, dass der Mensch eine Wertegemeinschaft braucht, in die er fest eingebunden ist. Doch drückt sich diese Gemeinschaft für ihn vorrangig im intellektuellen Diskurs aus. Und das scheint mir auf Dauer zu wenig zu sein, um Menschen auch emotional miteinander zu verbinden. Empirische Untersuchungen von Detlef Pollack belegen, dass praktisch in allen Ländern Europas nur ein sehr geringer Prozentsatz von Menschen von sich behauptet, spirituell, aber nicht religiös bzw. religiös gebunden zu sein (vgl. [www.spiritualitaetder-zukunft.de](http://www.spiritualitaetder-zukunft.de) sowie Detlef Pollack/Gergely Rosta, *Religion in der Moderne*, Münster 2015). Egal, ob es sich um traditionell katholische Länder wie Polen oder Italien handelt, in denen sich viele Menschen als religiös und teilweise zusätzlich als spirituell bezeichnen, um traditionell protestantische Länder wie Norwegen oder Schweden, in denen sich die meisten Menschen als weder spirituell noch religiös bezeichnen, oder um Länder wie Deutschland, die von einer bunten Mischung der beiden Konfessionen geprägt sind und sich in einem Zwischenzustand befinden: Nur wenig mehr als zehn Prozent der Bevölkerung bezeichnet sich als spirituell, aber nicht religiös (gebunden). Pollack sieht die Selbstbezeichnung „spirituell, aber nicht

religiös“ daher als eine Art „Übergangsformel“ auf dem Weg in einen gänzlich säkularen Lebensstil. Seine These: Der religiös ungebundene Spirituelle hält seine Spiritualität in der Regel nur für einige Zeit durch, ehe sie ihm abhandenkommt. Es braucht Vergemeinschaftung, um seine Spiritualität bewahren und weiterentwickeln zu können.

Und hier kommt dann doch wieder die *institutionalisierte Religion* ins Spiel. Sie allein sorgt noch nicht dafür, dass ihre Mitglieder zu spirituellen Menschen werden. Im Gegenteil, ein Großteil ihrer Mitglieder erlebt die Religionszugehörigkeit als etwas Äußerliches. Aber offenkundig stellt die institutionalisierte Religion einen Rahmen bereit, innerhalb dessen kleine Gruppen und Gemeinschaften sich auf einen intensiven und nachhaltigen Weg spirituellen Lebens begeben können. Dogmen, Rituale und regelmäßige Zusammenkünfte produzieren aus sich heraus keine Innerlichkeit. Aber wo Menschen eine solche zu leben bemüht sind, geben sie ihnen dazu Stütze und Orientierung. Unabhängig davon, um welche Religion es sich handelt.