

25. Jahrgang | Nr. 98 – Oktober 2020  
ISSN 1991-7635



---

Zeitschrift für

**Integrative**

**Gestaltpädagogik und Seelsorge**

---



Spirituelle Kompetenz  
durch Gestaltpädagogik

## Inhaltsverzeichnis

<b>Aus der Redaktion</b>	
H. Neuhold: Wess Geistes Kind sind wir? .....	70
<b>Biblisch-spirituelle Impulse</b>	
M. Renz: Warum Jesus? – Jesuanische Spiritualität .....	71
J. Schultes: In der Taufe Jesu ereignet sich der Liebes-Atem Gottes .....	74
<b>Zum Thema</b>	
J. Woppowa: Spiritualität, Kompetenz und Religionsunterricht – ein unmögliches Gespann? .....	77
A. A. Bucher: Verbundenheit – Herzstück einer Psychologie der Spiritualität .....	80
G. Pernter: Spiritualität als Lebenskunst .....	83
H. Reitbauer: Damit mein Leben blühen kann .....	85
Sr. A. Gamon: GESTALT-EXERZITIEN als Wege in eine lebendige Spiritualität .....	88
<b>Das aktuelle Interview</b>	
Interview mit Désirée Amschl-Strablegg .....	90
<b>Kritisches zum Zeitgeschehen</b>	
H. Neuhold: Wenn die Weltherrschaft der Bösen anbricht... „Apocalypse now“ .....	92
<b>kaum gehört und unbekannt</b>	
A. Klimt: und wenn ... ..	92
<b>Buchbesprechungen - Buchempfehlungen .....</b>	
<b>Berichte aus unserem Umfeld</b>	
F. Feiner: Der Benediktushof – Zentrum für Meditation und Achtsamkeit .....	94
<b>Aus der Praxis – für die Praxis</b>	
M. Stanonik: Bibliodrama, Singen und Liturgie als tragende spirituelle Erfahrungen bei Gestaltkursen .....	95
S. Habringer-Hagleitner: Berührt lernen. Jesuanische Spiritualitätsbildung im RU .....	98
<b>Das weite Land unserer Seele – aus der Psychiatrie</b>	
H. Kohler-Spiegel: Religion und Spiritualität als Ressource in psychischen Krisen .....	99
<b>Aus den Vereinen</b>	
K. Vonier-Hoffkamp: ARGE*-Tagung 2020 .....	102
<b>Termine .....</b>	<b>103</b>

Titelbild: Alois Neuhold, Detail aus der Ausstellung „Innergärten und Trotdem Blüten“, Kultum Graz, 2020, Foto: Reitbauer

### Aus der Redaktion

## Wess Geistes Kind sind wir?

Mit dem Thema dieser Nummer unserer Zeitschrift sind wir mitten im „Kerngeschäft“ unserer Institute, da es der Integrativen Gestaltpädagogik und heilenden Seelsorge nach Albert Höfer von Anfang an zentral um eine christlich geprägte spirituelle Kompetenz ging, die auch bis heute in allen Grundkursen weitergegeben wird bzw. Lernräume angeboten werden, in denen sie erweitert werden kann. Diese sollte in erster Linie nicht eine professionelle sein, die beruflich angewendet werden kann, sondern sollte die Fähigkeiten und Möglichkeiten des/der Einzelnen in ihren jeweiligen Berufsfeldern erweitern; vielleicht könnte man da zu auch sagen: „Christ/in-sein vor Ort“ unterstützen, dort, wo jede/r gerade gebraucht wird. Auch wenn sich vieles in diesen rund 40 Jahren dieser Bewegung seit den Anfängen verändert, transformiert und professionalisiert hat, bleibt gerade dieses Anliegen von zentraler Bedeutung. „Wess Geistes Kind ist dieses Institut?“, habe ich 1993 beim 10. Jahres-Jubiläum in Michaelbeuern gefragt, die Frage ist wohl auch weiterhin zu stellen. Welcher Geist (ruach, pneuma, spiritus...) bestimmt unser Arbeiten und Tun in dieser unserer Welt?

In diesem großen und weiten Feld der Spiritualität ist unsere Zeitschrift diesmal angesiedelt. Theologische, soziologische, psychologische, religionspädagogische, psychotherapeutische Blickwinkel werden in den Beiträgen eingebracht und regen an, weiter zu fragen und weiter zu suchen, damit der Geist nicht verstummt, der/die uns zuinnerst beatmet, damit uns „die Luft nicht ausgeht“ auch in diesen manchmal so kritischen Tagen. Ein großes Danke an alle Autorinnen und Autoren für ihre Beiträge, mögen sie uns alle weiterführen in seinem Geist.

Ihr Hans Neuhold – Chefredakteur

### Monika Renz

## Warum Jesus?

### Jesuanische Spiritualität

War Jesus Mystiker, Heiler? 1978 erschien das Buch von H. Wolff „Jesus als Psychotherapeut. Jesu Menschenbehandlung als Modell moderner Psychotherapie“. Manche horchten auf. War er das? Ist er mehr?

In denselben Jahren zog eine andere, aus Amerika kommende Woge der Palliative Care Bewegung die Aufmerksamkeit rund um ein spirituelles Heil-Werden auf sich. Das Zauberwort hieß Spiritualität und brachte eine breiter werdende Bewegung in Gang. Es wurde zum Schlüsselwort einer neuen Wohlfühl-Kultur. In den Lehrplänen medizinisch-pflegerischer wie pastoraler und therapeutischer Ausbildungen durfte das Wort nicht mehr fehlen. Menschen bezeichneten sich immer weniger als „religiös“, wohl aber als „spirituell“. Achtsamkeit charakterisierte diese Spiritualität. Ist Spiritualität aber gleichzusetzen mit Achtsamkeit?

Ch. Rutishauser (2017) definiert Spiritualität als „Sehnsucht nach einem Geist, der nicht im Alltäglichen und Oberflächlichen stecken bleibt“ (S. 12). Spiritualität ist mehr als menschliche Haltung. Ich begriff sie, dem Wortsinn (spiritualis) nahe als geistgewirkt, als Erfahrungen im Unfassbaren, aber mit fassbarer Wirkung (vgl. 2014, S. 47). „Geist“ wiederum meint mit Blick auf Spiritualität nicht Absicht (englisch: mind), nicht primär Rationalität, wie sie vorherrschend war in der abendländischen Geistesgeschichte, sondern Gnade. Spiritualität hat mit Gott zu tun.

Mit der neuen Zuwendung zum Spirituellen und zur eigenen Tiefenerfahrung erwachte auch ein Interesse am Phänomen Mystik. Was sahen, was erlebten Mystiker und Mystikerinnen verschiedener Religionen und Zeitepochen? Hat Mystik mit Heil-Werden zu tun? Mir erschloss sich Mystik über die Sterbenden. Ich versuchte,

ihre letzten Wortbrocken und Gebärden zu verstehen. Was schauten, hörten, erahnten sie in Zuständen des sich verändernden Bewusstseins? Wovor schreckten sie zurück? Und was kam ihnen woher rettend entgegen? Ich fand zu einem neuen Menschenbild, das von einer menschlichen Ausgangslage im Ganzen – man mag es Gott nennen oder nicht – ausgeht. Der Mensch ist Bürger zweier Welten, auch wenn er um jene andere Welt nicht mehr weiß.

Ich entwickelte ein Seelenschichtenmodell, eine Topographie des Unbewussten, ähnlich und anders als S. Freud, C.G. Jung oder St. Grof (vgl. Renz, 2018, S.45-56). Das Modell macht anschaulich, dass tiefer als Worte andere Kanäle wirken: Bilder und Symbole und noch tiefer die Musik und die Welt der Schwingungen. Nochmals tiefer anzusetzen sind spirituelle Erfahrungen (vgl. ebenda). Diese können nicht „gemacht“ werden, und doch geht von ihnen – wenn es sein darf – Wirkung aus: Kraft um neu leben oder zu gegebener Zeit sterben zu können, Gnade.

Fragen wir Menschen, was ihren wichtigsten Entscheidungen (Berufswahl, Partnerschaft, Lebenswendungen) zugrunde lag, so sind es fast immer tiefe, unbegründbare Erfahrungen. Ob spirituell genannt oder nicht: der Mensch wird von tief innen berührt. Er „weiß“ nachher um etwas, wovon er vorher nicht wissen konnte. Diese Erfahrungen sind auch ein Schlüssel, um Jesus zu verstehen.

### Jesus der Mystiker

Immer schon fragte ich mich, woraus es Jesus möglich gewesen sei, Krankheiten und Leiden der Menschen um ihn herum treffsicher zu erkennen und zu heilen, ja sogar Dämonen auszutreiben? Und woher er die Persönlichkeitskraft hatte, eine so schreckliche Passion als aufrechter, liebender und verzeihender Mensch bis zum bitteren Ende zu durchschreiten? Welches war sein Geheimnis (vgl. Renz, 2016)?

Als bereits tätige Psychoonkologin begann ich ein Theologiestudium. Ich stellte den Pro-

fessoren meine vielen Fragen und vertiefte mich in die Evangelien. Was mochte gemeint sein mit der geheimnisvollen Rede vom nahen Himmelreich, vom Leben in Fülle (Joh 10,10) oder vom Selig-Sein? Was mochte es heißen: Dein Glaube hat Dich geheilt? Oder: Deine Sünden sind dir vergeben? Was war gemeint mit dem „Kehrt um“ im ältesten Evangelium (Mk 1,15)?

Spätestens das Johannesevangelium, das eigentlich ständig um Jesu Geheimnis kreist, kann uns die Augen für seine Mystik öffnen. Das Jesuswort „Ich und der Vater sind eins“ (Joh 10,30) umschreibt ein inniges – eben mystisches – Verbundensein. Immer wieder zog Jesus sich betend in diese Einheit zurück. Er musste Mystiker in vollstem Maße gewesen sein. Zwischen ihm und dem Vater war ein Fließen, ein Ausmaß von Verbundensein, das ihm ermöglichte, die Leiden und Tragik menschlichen Daseins von deren Tiefe her zu verstehen und einführend darauf zu reagieren. Vom Vater her war er selbst im Leben wie im Sterben genährt und gestärkt, Christus.

Jesu Mystik übersteigt alles Menschenmaß. Sie ermöglichte es Jesus, uns Menschen „heimzuführen“ zum Vater, aus der Verlorenheit diesseits von Eden in eine neue Rückbindung. Das englische Wort „Connectedness“ beschreibt es treffend – fern allen Moralisierens. Vom Vater her vermochte Jesus zu heilen, was natürlich etwas Anderes meint als ein „Modell moderner Psychotherapie“ (H. Wolff).

### Nur mystisch ist nachvollziehbar, woran Menschen zutiefst leiden

Genügt es letztlich, Patienten in ihrer Not, liebevoll zu fragen, woran sie leiden und was wir für sie tun können (auch Jesus hat so gefragt!)? Wissen sie überhaupt, woran sie leiden? Wissen wir es? Ich meine: nein. Jesus begriff intuitiv. Er sah Menschen vorerst als Heimatlose, als von sich und ihrem wahren Selbst, vom Vater und vom Himmelreich Getrennte. Als in ihrem Ich Gefangene. Entwicklungspsychologisch und spirituell gesprochen sind wir von unserer ursprünglichen Teil-

habe am Ganzen/an Gott entfremdet, weit weg vom Urquell des Lebens. Das Leben erfüllt uns nicht mehr. Viele suchen gierig und finden nicht. Etwas steht wie dazwischen, aber was?

Es geht tatsächlich darum, die menschliche Ichwerdung auch als Abgrenzung vom Einen, Ganzen zu begreifen. Da geschah nicht nur Errungenschaft (Ichwerdung), sondern auch „Sonderung“ (Sünde). Der Mensch siedelte sich in einer rationalen, von Gier und unbewussten Machttrieben regierten Welt an. Es ist nicht Zufall, dass es damals schon die Armen, Kranken und Chancenlosen waren, die Jesus verstanden. Sie hatten nichts zu verlieren und konnten sich auf Jesus und seinen (mystischen) Weg zum Himmelreich einlassen.

Jesus Botschaft verträgt sich nicht mit Gier und Machtstreben. Jesu Reich ist Seinswirklichkeit vor und hinter solcher Weltlichkeit. Jesus wusste sehr wohl, wie schwierig es ist, aus etablierter Ich-Dominanz heraus umzukehren. Im nächtlichen Gespräch mit Nikodemus sprach er vom Neuwerten im Geiste (3,1-13). Mystiker aller Zeiten gingen solche Wege.

### In der Welt habt Ihr Angst, ich aber habe die Angst überwunden (Joh 16,33)

Es muss Teil von Jesu Durchblick gewesen sein, wenn er den Sturm auf dem See Genesareth zum Schweigen brachte. Es war Durchblick, wenn er nicht einfach oberflächliche Krankheiten heilte, sondern um eine Not hinter den Leiden wusste.

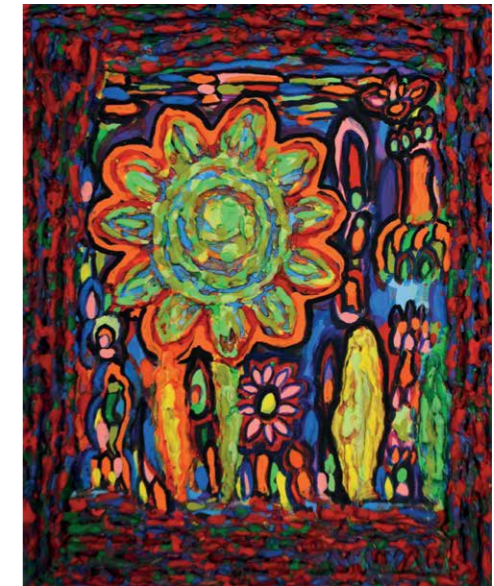
Lange Jahre therapeutischer Arbeit haben mich gelehrt, dass es diese Urnot tatsächlich gibt. Ich spreche von Urangst, von einem kaum fassbaren Angst-Hintergrund, der Generation um Generation schon die menschliche Ich-Werdung überschattet. Erstmals beim frühen E. Drewermann (1987) las ich von einer Urangst „vor Gott“ (S.27, 40). Es gibt in der Tat eine doppelte Angst hinter den Ängsten und zwar körpernah: als Urangst vor dem Zuviel und gleichzeitig vor dem Zuwenig. Zu viel an Schwingung bei gleichzeitig

sich verlierender Einbettung. Das Phänomen Urangst stellt sich am Anfang menschlichen Werdens und am Ende, aber auch in Grenzzuständen aller Art ein. Menschen starren, schwitzen, zittern und fühlen sich bald bedrängt, bald verloren. Das Phänomen ist andernorts erklärt (vgl. Renz 2018).

Biblisch wichtig ist nur, dass am Ursprung menschlicher Furcht tatsächlich eine Erfahrung mit dem Numinosen stand und immer wieder steht, und zwar das Zuviel an Nähe, ebenso wie die sich verlierende Gegenwart Gottes. Diese Ausgangslage macht verständlich, warum es dermaßen wirksam ist, wenn der Mystiker aus Nazareth von Gott als liebendem Vater sprach und in Verkündigung, Heilungen und eigenem Weg Mal um Mal die Hürde der Urangst überschritt. „Gott so wie ein Vater“ heißt dann: „Vor Gott musst Du, in bleibender Ehrfurcht, doch nicht Angst haben“. „Vater“ ist nicht Gegenwort zu „Mutter“, sondern zu „Angst“. Jesus warb um Gottvertrauen und lebte selbst aus dem Vater. Mystiker aller Zeiten wussten um das Erschreckende oder eben auch Faszinierende äußerster Gottnähe.

### Der Weg zum Vater als Herausforderung auch heute

Der Mystiker Meister Eckehard hat den menschlichen Reifungsweg als Reinigung und als Weg nach innen zu Gott umschrieben (entnommen aus Leppin, 2007, S. 104). Jesus hat in einer Ich-bin-Rede (Joh 14,11) sich selbst als Weg zum Vater dargestellt. Ob im Bild vom Brot des Lebens, vom Licht der Welt, von Jesus als Tür, vom guten Hirten, vom wahren Weinstock und den Reben, von Jesus als die Auferstehung und das Leben; immer hat uns Jesus auch sich selbst als Hilfe angeboten. Mit Blick auf die erwähnte Urangst etwa ist uns Jesus im Überstieg derselben vorausgegangen. Durch ihn ist uns ein Weg angebahnt, den wir beschreiten können. In ihm ist uns eine leibhaftige Person gegeben, der wir folgen können. ■



Alois Neuhold, Detail aus der Ausstellung „Innergärten und Trotdemblieten“, Kultureum Graz, 2020, Foto: Reitbauer

Monika Renz, Dr.phil. Dr.theol., Musik- und Psychotherapeutin FSP. Studium der päd. Psychologie, Psychopathologie und Musikethnologie. Promotion in Psychopathologie zur frühen menschlichen Bewusstseinsentwicklung. Seit 1998 Leitung der Psychoonkologie, Arbeit mit Krebskranken und Sterbenden am Kantonsspital St. Gallen. Zweitstudium in Theologie. Promotion in Bibelwissenschaft über Erlösung. Seit 20 Jahren Kurstätigkeit im Grenzbereich Psychologie-Theologie. Internationale Vortragstätigkeit.

#### Literatur:

- Drewermann, E. (1987): Das Markusevangelium, I.Teil. Olten: Walter.
- Leppin, V. (2007): Die Christliche Mystik. München: Beck.
- Renz, M. (2014): Hoffnung und Gnade. Erfahrung von Transzendenz in Leid und Krankheit. Spiritual Care. Freiburg i.Br.: Kreuz.
- Renz, M. (2016): Der Mystiker aus Nazareth: Jesuanische Spiritualität. Freiburg i.Br.: Herder.
- Renz, M. (2018): Angst verstehen. Tiefer als alle Angst liegt Urvertrauen. Freiburg i.Br.: Herder.
- Rutishauser, C. (2017, 24. Juni). Religion und Spiritualität – Der Lärm der vielen Geister. NZZ, S.12.

Josef Schultes

## In der Taufe Jesu ereignet sich der Liebes-Atem Gottes

### Ein biblisch-biographischer Zugang

Der See Gennesaret. Sanft breitet sich ein Teppich aus Licht über das Gewässer. Im Piano tanzen die Wellen zur Musik des Windes. Zartes Violett malt sich auf den weiten Himmel. Wir sitzen am Ufer, am Boden, um den Sonnenaufgang zu erleben und um miteinander zu meditieren. Bei sich sein und atmen, jede und jeder ganz im eigenen Rhythmus, tief und langsam. Atem schöpfen in der Stille, die der frühe Morgen schenkt. Glück der Erinnerung steigt auf: an meine vielen Reisen nach Israel, die erste Übernachtung möglichst nahe am See. Auftakt in Galiläa. Oft war ich dort mit Studierenden der Religionspädagogischen Akademie Wien unterwegs. Meist zwischen Christi Himmelfahrt und Pfingsten, in dieser geist-erfüllten Zeit: „Atem Gottes, komm – veni Sancte Spiritus“!

### Harfen-See voll Jordan-Wasser

Der See Gennesaret, hebräisch *Jam Kinnéret*, arabisch *Bahr Tabariya*, ‚Meer von Tiberias‘. Ich nenne ihn gern *Jam Kinnór*, ‚Harfen-See‘. Schon seine Form ist für mich Musik, sie bringt meine Bibelfreude zum Klingen, in immer neuen Melodien. Denn viele bedeutende Erzählungen aus beiden Testamenten sind in dieser Gegend lokalisiert, die damals wie heute zu den besonders fruchtbaren Gebieten Palästinas zählt. Als tiefstgelegener Süßwassersee der Erde, mehr als 200 m unter Meeresspiegel, bildet der See Gennesaret das wichtigste Wasser-Reservoir für alles Leben in Israel. Der stets kraftvolle Zustrom, unverzichtbar, dürrehemmend, erlösend: das ist der Jordan! Seine drei Quellflüsse werden aus dem Hermon-Bergmassiv gespeist, das sich entlang der syrisch-libanesischen Grenze erstreckt. An seiner Westflanke, mehrere Monate im Jahr mit Schnee bedeckt, sammeln sich erhebliche Nieder-

schläge. Wirklich lebensspendende Fülle, nämlich 1200 Millionen m<sup>3</sup> Wasser (!), bringt der Jordan Jahr für Jahr in den See Gennesaret ein. Von dort windet er sich, tief eingekerbt im Grabenbruch des Great Rift Valley, in vielen Mäandern weiter bis ins ‚Salzmeer‘, hebräisch *Jam haMélach*, arabisch *Bahr Lut*, ‚Meer des Lot‘. Ein trüber Rest-Jordan erreicht dann sein Ziel, 430 Meter unter dem Meeresspiegel. Das Tote Meer: ein heilsamer Ort für Menschen mit Neurodermitis oder Psoriasis.

Zurück zum See Gennesaret, an sein Südufer, wo ihn der Jordan wieder verlässt. Dort wird die angebliche Taufstelle Jesu jährlich von mehr als einer halben Million Touristen und Pilgern besucht oder besser: überschwemmt. Shopping inklusive. Denn im Tauf-Supermarkt der ‚Yardenit Baptismal Site‘ wird alles verkauft, was sich verkaufen lässt. Nicht nur das Fläschchen mit Jordanwasser, selbst der Kies vom nahen Flussufer, meint eine Studentin kritisch, trägt hier ein Preisschild. Groß der Kommerz, klein die Chance auf Stille. Aber sie lebt, um 8 Uhr morgens, wenn sich die Tore öffnen. Dann kann meine Reisegruppe in Ruhe die Stufen hinuntersteigen, manchmal ganz für sich. Im langsam fließenden Jordan stehen. Der eigenen Taufe gedenken, den meisten von uns ja als Baby gespendet. Oder das Tauf-Versprechen erneuern, anders als zu Hause in der Feier der Osternacht. Gestalten der Bibel wie Mose und Josua sprechen uns hier an, Elija und Elischa kommen uns nahe. Johannes der Täufer und Jesus: sie begleiten uns weiter...

### Fluss der Propheten

Johannes der Täufer: vom Mutterleib an „mit Heiligem Geist erfüllt“ (Lk 1,15). Gleichfalls bei Lukas, mit *Torá* und *Nebiím* vertraut, steht kurz, aber bedeutsam: „An Johannes, den Sohn des Zacharias *geschah* das Wort Gottes“ (Lk 3,2). Immer schon „*geschah* das Wort Adonais“: an Hosea, Joel und Jona, an Elija, Jeremia und Ezechiel. Wie sie wird auch Johannes, was nur bei Lukas zu finden ist, als Prophet berufen. Dann erst tritt er am Jor-

dan auf, wo einst auch Elija wirkte, der ‚Mann aus Feuer‘. In dieser ‚Propheten-Gegend‘ verkündigt er eine Taufe des Umdenkens, „*kerysson báptisma metanoías*“, des Neuwerdens durch Schuldeinsicht (vgl. Lk 3,3). Unerbittlich. Denn das apokalyptische Endgericht steht nahe bevor: „Schon ist die Axt an die Wurzel der Bäume gelegt“ (Lk 3,9).

Jesus: dass auch er im Jordan getauft wird, überliefern alle drei Synoptiker und indirekt auch das Johannes-Evangelium. Doch nur bei ihm wird ein Ort erwähnt, wo der Täufer wirkt, nämlich „in Betanien, auf der anderen Seite des Jordan“ (Joh 1,28), einige Kilometer nördlich des Toten Meeres. Und dort, im *Wadi Al-Kharrár*, haben Fachleute bei archäologischen Grabungen seit 1996 eine sensationelle Entdeckung gemacht: Fundamente einer Kirche aus dem 4. Jahrhundert, dem Gedächtnis der Taufe Jesu geweiht. Diese byzantinische Taufstätte, arabisch *Al-Maghtás*, liegt heute auf jordanischem Staatsgebiet. Sie ist durch Besuche von Päpsten und Politikern ins Licht einer breiten Öffentlichkeit gerückt. Und im Juli 2015 hat sie die UNESCO in die Liste des World Heritage, des Weltkulturerbes aufgenommen. Gegenüber, im besetzten palästinensischen Westjordanland, promotet Israel *Qasr al-Jahúd* als Taufstelle.

Johannes der Täufer und Jesus begegnen einander. Nicht irgendwo, sondern am Wasser oder genauer *im* Wasser. Als „Schwester, *sor aqua*“, von Franz von Assisi besungen, in seinem *Cantico delle Creature*, „sehr nützlich und demütig, kostbar und keusch“. Mit-Geschöpf Wasser. Faszinierend durch seine wandelbare Form. Schon in der antiken Philosophie eines der vier großen Elemente. Ur-Symbol für das menschliche Leben. Unaufhaltsam beider Fluss, stetig ihr Strömen. Johannes und Jesus: schon ihre beiden Namen sind Programm. Johannes, hebräisch *Jóchanan*, heißt übersetzt ‚JHWH-ist-gnädig‘, ‚Gott-ist-Wohll wollen‘. Und Jesus, hebräisch *Jéschua*, bedeutet ‚JHWH-ist-Heil‘, ‚Gott-ist-Erlösung‘.

Zwei Menschen, die ‚Gott‘ im Namen tragen, begegnen einander. In einem ‚Dreieck der Spiri-

tualität‘, zwischen der Mondgott-Stadt Jericho, dem Mose-Berg Nebo und dem Essener-Zentrum Qumran. Johannes, der Priestersohn, hat auf eine Karriere am Jerusalemer Tempel verzichtet. Ein Leben lang nur Lämmer schlachten und Fettstücke verbrennen: Uralt-Opfer, zu wessen Ehre? Es zieht Johannes in die Wüste, wo er ankommt bei sich, bei Gott. Rigide Askese formt ihn zum Wegweiser für Wegsuchende. Einer von ihnen: Jesus, Bauhandwerker. Vom See Gennesaret bricht er auf. Zu einem etwa 100 km langen Fußmarsch durch das Jordantal nach Süden. Dazu ein prägnanter Satz bei Matthäus, das griechische Original exakt übersetzt: „Da *kommt* Jesus von Galiläa an den Jordan zu Johannes, um getauft zu werden von ihm“ (Mt 3,13). Es gibt keinen Hinweis, wann und wie er in Nazaret oder Kafarnaum von dem gewaltigen Zustrom zum Täufer erfahren hat. Matthäus schildert ihn so: „Es ging zu ihm hinaus Jerusalem und ganz Judäa und die ganze Umgegend des Jordan; und sie wurden von ihm *im* Fluss Jordan getauft, bekennd ihre Sünden“ (Mt 3,5f).

### Ruach – zärtlich liebende Schöpfungs-Kraft

Was Matthäus dann über die Taufe Jesu erzählt, übernimmt er fast wörtlich von Markus, diesem genialen Erst-Evangelisten. Schon bei ihm ist Jesu Erleben ein zweifaches: ein Schauen – „*schizómenoi hoi ouranoi*“, spaltend sich die Himmel“, und ein Hören der göttlichen Stimme – „*sy ei ho hyiós mou ho agapetés*, du bist mein geliebter Sohn, an dir habe ich Wohlgefallen“ (Mk 1,10f). Auch die Taube findet sich schon bei Markus. Unterscheidend aber: nur Matthäus gestaltet vor der Taufe im Jordan noch einen Dialog zwischen Johannes und Jesus. Leitwort ist „Gerechtigkeit“, ein zentraler Begriff in der Verkündigung der Propheten des Ersten Testaments. „Übt Gerechtigkeit“, fordert etwa Jesaja, „denn mein Heil ist nahe“ (Jes 56,1). Matthäus will damit von Anfang an Jesus als „Lehrer der Gerechtigkeit“ vorstellen; immer wieder kommt er darauf zurück, vor allem in der Bergpredigt. Übrigens:

„mein geliebter Sohn“ verkünden beide Evangelisten auch bei der *metamorphosis*, der Verklärung „auf einem hohen Berg“ (Mk 9,1ff; Mt 17,1ff). Gipfel-Erlebnis. Wandel-Erfahrung auch hier. Nachösterlich erzählt.

Anders als die Synoptiker lässt Johannes das Taufgeschehen selbst unerwähnt. Wollte der Evangelist vermeiden, dass Jesus durch die Übernahme der Bußtaufe in ein schiefes Licht gerät? Der Täufer verlangt bei seinem Eintauchritual tätige Umkehr, *metánoia*, und sie schließt das Sündenbekenntnis mit ein. Das „Lamm, das die Sünde der Welt, des *kósmos*, hinwegnimmt“ (Joh 1,29), kann nicht selbst der Buße bedürftig sein. Erst recht nicht der „Sohn Gottes“ (Joh 1,34). Schon im Prolog wird der Täufer durch „das wahre Licht, das jeden Menschen erleuchtet“ (Joh 1,9) in den Schatten gestellt. Auch im unterordnenden Zeugnis des Täufers am Jordan (vgl. Joh 1,19ff) spiegelt sich die später entwickelte Christologie.

Johannes, prophetische Präge-Gestalt, und Jesus, bedeutendster Tauf-Werber: sie begegnen einander im Wasser. Und miteinander begegnen sie dem *spiritus dei*, dem *pneúma theoú*, der *ruách elohím*, der göttlichen Geistes- und Liebes- Kraft. Im Hymnus des Buches Genesis vibriert, brütet, „schwingt die *ruách elohím* über dem Antlitz der Wasser“ (Gen 1,2b). Dynamisches Schöpfungs-Ereignis. Mich berührt, wie hier die Verfasser der Evangelien ein weiten Bogen wölben: von *bereschít*, vom Anfang der Bibel zu einem Neu-Anfang im Leben Jesu. An-Hauch der Himmel. An-Spruch von oben. Schwebend leicht, dargestellt im Bild der Taube. Sie gilt im gesamten Vorderen Orient als Liebesvogel, als Botin der jeweiligen Fruchtbarkeits- und Liebesgottheit. Unvergessen bleiben wird mir ihre ‚Epiphanie am Jordan‘. Denn als wir, eine Gruppe aus der Steiermark auf Bibel-Studienreise, unser Tauf-Verprechen am Jordan freudig erneuern, eben da zeigt sich kurz auf dem goldglänzenden Dach der nahen russisch-orthodoxen Kirche – eine weiße Taube!

Johannes am Jordan: ein Mann mit Profil, Lehrer und *pródromos*, Vorläufer Jesu, eindringlich dargestellt auf einem Mosaik in der Hagia Sophia in Istanbul. Jesus am Jordan: ein Mann mit Profil, zunächst Schüler im Täuferkreis, dann in Judäa wirkend, doch nur von Johannes tradiert: „Dort hielt er sich mit seinen Jüngern auf und taufte“ (Joh 3,22; anders 4,1f). Johannes und Jesus: zwei Initiatoren einer Taufbewegung von globaler Reichweite für alle Christinnen und Christen. Viele Kinder, auch unsere Söhne Benedikt und Christoph, wurden mit Jordan-Wasser getauft. Meine Frau und ich haben es selbst geschöpft, aus der Quelle bei Banyas. Wasser vom Hermon. Heilig, wie jedes Wasser...

*Josef Schultes ist emer. Professor für Altes Testament und Bibeldidaktik an der RPA Wien (jetzt: KPH Wien-Krems) sowie emer. Professor für Religionspädagogik und Kerygmatik an der Phil.-Theol. Hochschule Heiligenkreuz. Seit vierzig Jahren ist er als Leiter von Studienreisen in Ländern der Bibel unterwegs, meist mit „Biblische Reisen Österreich“ (Klosterneuburg).*

#### Literatur:

- Barz P. / Schlüter B. (Hg.): Werkbuch Taufe. Gütersloh 2009: Gütersloher Verlagshaus.
- Boff, L.: Der Heilige Geist. Feuer Gottes – Lebensquell – Vater der Armen. Freiburg 2014: Verlag Herder.
- Ebner, M.: Jesus von Nazaret. Was wir von ihm wissen können. Stuttgart 2007: Verlag Katholisches Bibelwerk.
- Erlemann, K.: Unfassbar? Der Heilige Geist im Neuen Testament. Neukirchen-Vluyn 2010: Neukirchener Verlagsgesellschaft.
- Moltmann, J.: Der Geist des Lebens. Eine ganzheitliche Pneumatologie. München 1991: Chr. Kaiser Verlag.
- Moltmann-Wendel, E. (Hg.): Die Weiblichkeit des Heiligen Geistes. Studien zur Feministischen Theologie. Gütersloh 1995: Gütersloher Verlagshaus.
- Müller, U.B.: Johannes der Täufer. Jüdischer Prophet und Wegbereiter Jesu. Biblische Gestalten 6. Leipzig 2002: Evangelische Verlags-Anstalt.
- Steins, G. / Ballhorn E.: Licht – Wasser – Leben. Die biblischen Lesungen in der Osternacht. Regensburg 2010: Verlag F. Pustet.

Jan Woppowa

## Spiritualität, Kompetenz und Religionsunterricht – ein unmögliches Gespann?

Spiritualität, Kompetenz, Religionsunterricht – lässt sich das alles überhaupt sinnvoll zusammen denken? Kritische Stimmen sind nicht zu überhören: Muss nicht, wer von Spiritualität spricht, vermeiden, dass diese in das Fahrwasser ökonomisch beeinflusster Bildungsideen gerät und für den Erwerb von Problemlösefähigkeiten instrumentalisiert wird? Stellt der Religionsunterricht nicht insgesamt ein personales Bildungsgeschehen dar, und zwar weit über die kompetenzorientierte Anhäufung von Wissen, Fähigkeiten und Fertigkeiten hinaus? Gehört Spiritualität nicht ins Private, jenseits von Schule und Unterricht? – Auch wenn man sich nicht gänzlich diesem Chor von Skeptikern anschließen möchte, ist doch offenkundig: Von spiritueller Kompetenz zu sprechen ist alles andere als trivial. Vielmehr ist die Verwendung dieses Konstrukts voraussetzungsreich, denn eine nähere Bestimmung ist in hohem Maße abhängig sowohl von den zu Grunde liegenden Begriffen Spiritualität und Kompetenz als auch von den Lernorten (schulisch oder pastoral), den Akteuren (Lehrkräfte, Schüler, Katechetinnen etc.) und nicht zuletzt den damit angesprochenen Inhalten und Praktiken. Es braucht zunächst also einige Klärungen:

### Zur semantischen Klärung und Legitimation des Konstrukts spiritueller Kompetenz

Definitivische Zugänge unterscheiden prinzipiell zwischen einem *weiten*, anthropologischen und einem *engen*, theologischen Begriffsverständnis von Spiritualität (Peng-Keller 2010). So lässt sich Spiritualität zunächst im weiteren Sinne als eine Lebensweise bezeichnen, „die aus persönlicher, subjektiver Einschätzung im Kontakt mit einer erwarteten/erhofften geistigen Größe (immanenter oder transzendenter Qualität) dem ganz persönlichen Leben Gestalt sichern will.“ (Bitter

2003, 292) Im engeren Sinne kann Spiritualität „die in einer persönlichen Lebensgestaltung vollzogene Ratifikation der großen Lebens- und Glaubenstraditionen genannt werden. *Christliche Spiritualität ist ausdrücklich gelebte, christliche Identität.*“ (Bitter 2003, 293) Beiden begrifflichen Zugängen ist gemein, dass Spiritualität sowohl eine Innen- als auch eine Außenseite, eine geistige Dimension sowie deren Ausdrucksdimension umfasst, insofern die geistige Identität eines Menschen in konkreten Lebensformen dem Leben als Ganzem eine Gestalt gibt. Aus kompetenztheoretischer Sicht kommt hier der Begriff der *Performanz* ins Spiel, denn er weist darauf hin, dass sich Kompetenz auf konkretes Handeln bezieht und sich erst in der Performanz zeigt – ähnlich der Gestaltwerdung einer geistigen Größe in den spirituellen Ausdrucksformen eines Menschen. Mit dem allgemeinen Kompetenzbegriff des pädagogischen Psychologen Franz E. Weinert lässt sich die Rede von *spiritueller Kompetenz* nun insofern legitimieren, als Weinert Kompetenzen nicht auf Wissen, Fähigkeiten und Fertigkeiten verkürzt. Vielmehr hält er den Kompetenzbegriff anschlussfähig für ausdrücklich religiöse Lern- und Bildungsprozesse, insofern sich Kompetenzen auf psychische Dispositionen des Subjekts beziehen, die emotionale, soziale und willensbezogene Bereitschaften ebenso einschließen wie eine ethische Dimension des verantwortlichen Handelns (Weinert 2001).

Spirituelle Kompetenz kann nun als spezifische Dimension einer umfassenden religiösen Kompetenz und Sprachfähigkeit verstanden werden, als spezifisches Wahrnehmungs- und Ausdrucksvermögen sowie als darauf bezogener Modus der Weltbegegnung und Selbsterschließung. Darüber hinaus gehört die Domäne Spiritualität als eigene Dimension religiöser Bildung in die Mitte religiöser Lern- und Bildungsprozesse im schulischen Religionsunterricht (Woppowa 2018, 90f. und 193f.).

### Akteursebene I: die Lernenden – oder: Zur bedingten Lernbarkeit von Spiritualität

Die Rede von spiritueller Kompetenz suggeriert, dass diese ebenso auszubilden wäre wie

jede andere erlernbare Kompetenzfacette. *Dafür* spricht, dass Spiritualität als eine Domäne gilt, die ebenso einer Entwicklung unterliegt wie ein individuelles Gottesbild oder die moralische Urteilsbildung (Büttner/Dieterich 2013, 125-140; Streib 2014). Von daher ist auch Spiritualität religiösen Lern- und Bildungsprozessen zugänglich. *Dagegen* sprechen die Vorbehalte gegenüber einer prinzipiellen Lernbarkeit von Spiritualität aus Sicht einer christlichen Gnadentheologie, die Spiritualität als geistgewirkte (pneumatikos) und mithin geschenkte Existenz versteht. Wenn hier eine Option für die bedingte Lern- und Lehrbarkeit von Spiritualität getroffen wird, dann basiert diese Grundoption auf der Unterscheidung zwischen einem offenen und einem engen Spiritualitätsbegriff. Denn das, was im Religionsunterricht als einem Fach öffentlicher Bildung jenseits glaubensorientierter Lernprozesse legitim und möglich ist, kann nur in der Zielperspektive liegen, einen spirituellen Kompetenzerwerb von Schülerinnen und Schülern im Rahmen des oben dargelegten Kompetenzbegriffs zu fördern und sie in der Ausbildung einer *individuellen* Spiritualität zu begleiten. Dabei muss es wiederum um eine *offene* Spiritualität gehen, die sich christlich ausbuchstabieren kann, aber keinesfalls muss. Der Unterricht würde demnach Lernangebote schaffen, in denen Kinder und Jugendliche an ihrer Wahrnehmungsfähigkeit arbeiten können und ebenso daran, das Wahrgenommene vor einem persönlichen geistigen Hintergrund deuten und ausdrücken zu können. Eine spiritualitätsdidaktisch gerahmte Kirchenraumbegehung würde beispielsweise die Lernenden dazu auffordern, den sakralen Raum nicht nur mit allen Sinnen wahrzunehmen, sondern auch den eigenen (räumlichen und spirituellen) Standpunkt darin zu suchen, für sich selbst deutend einzunehmen und nach außen hin (körperlich oder verbal) Gestalt werden zu lassen. Der Schüler, der seine geistige Mitte aus der Musik schöpft, würde sich vielleicht auf die Orgelempore setzen. Die Schülerin, für die Worte, Texte und Sprachbilder eine Orientierung in ihrem Leben darstellen, könnte sich an den Ambo oder auf die Predigt Kanzel stellen. Spezifische Ausdrucksformen christlicher Spirituali-

tät (Textlesung, Gesang, raumbezogene Praktiken etc.) können je nach Eignung gezielt eingespielt werden. Insgesamt sollten solche Lernprozesse im Sinne eines mehrschrittigen spirituellen Lernzirkels (Woppowa 2018, 195-199) differenziert und zielgerichtet gestaltet werden, um zunächst offene individuelle Lernprozesse zu ermöglichen, die erst anschließend in bildender Weise mit spezifischen spirituellen Ausdrucksformen verschränkt werden können (für praktische Anregungen und Methoden vgl. Woppowa 2013).

### Akteursebene II: Die Lehrenden – oder: Spirituelle Kompetenz als Dimension religionspädagogischer Professionalität

Wenn Lehrerinnen und Lehrer ihren Unterricht in ähnlicher Weise spiritualitätsdidaktisch rahmen, lässt sich ebenfalls von *spiritueller Kompetenz* sprechen, nämlich als spezifische Dimension einer professionellen religionspädagogischen Handlungskompetenz. Denn auf der kompetenztheoretischen Ebene von *Fähigkeiten und Fertigkeiten* benötigen Lehrkräfte beispielsweise eine Wahrnehmungsfähigkeit für die individuellen spirituellen Suchprozesse und Ausdrucksformen von Kindern und Jugendlichen oder eine didaktisch-methodische Fähigkeit für die Gestaltung von Lernprozessen in der Spannung von weiter und enger, anthropologischer und theologischer Spiritualität. Letzterer geht es darum, Lernformen zu erproben oder selbst zu entwickeln, um mit Jugendlichen über ihre offene Suche nach Spiritualität, über ihre geistige Mitte und alltagsgestaltenden Ressourcen in einen Dialog treten zu können. Eine differenzensible, kritische Deutungsfähigkeit institutionalisierter spiritueller Praktiken wird im Sinne einer prüfenden „Unterscheidung der Geister“ (Plattig 2008) notwendig, wenn diese in der Gefahr stehen, inhumane Strukturen oder machtförmige Prozesse zu befördern – beispielsweise dann, wenn institutionell etablierte Praktiken kirchlicher Spiritualität individuelle Ausdrucksformen und die Entwicklung einer persönlichen Spiritualität erschweren oder sogar verhindern (vgl. dazu den kritischen Hinweis auf die politi-

sche Dimension religions- bzw. gestaltpädagogischen Handelns bei Grümme 2018).

Darüber hinaus ist auch von einer *spirituellen Selbstkompetenz* zu sprechen, und zwar auf der kompetenztheoretischen Ebene von *Haltungen und Einstellungen*. Beispielsweise ist von Lehrerinnen und Lehrern ein möglichst unverkrampfter Umgang mit den vielfältigen Phänomenen einer spätmodernen Spiritualität zu entwickeln – gerade auch angesichts der aktuellen Corona-Pandemie und der damit einhergehenden Infragestellung konventioneller Formen –, um sich gemeinsam mit den Lernenden auf einen offenen Suchprozess begeben zu können. Vor dem Hintergrund der eigenen Lebens- und Glaubensbiographie und zur Arbeit an einem professionellen Habitus rückt eine persönliche spirituelle Praxis in den Blick, in der jede und jeder Einzelne für sich selbst spirituelle resp. christliche Lebensformen prüfen kann. Spirituelle Selbstkompetenz gilt dann als Teil eines umfassenden biographisch orientierten Selbstbildungsprozesses der Akteurinnen und Akteure, und zwar ohne einen dahinterliegenden berufsbezogenen Verwertungszusammenhang und ohne eine Funktionalisierung zur Optimierung religionspädagogischen Handelns (Woppowa 2019, 193-197).

### Fazit

Spiritualität, Kompetenz, Religionsunterricht – doch kein unmögliches Gespann? Mindestens ein spannungsreiches Trio, denn religiöses Lernen in spiritualitätsdidaktischer Rahmung lebt von der ihm inhärenten Spannung auf mehreren Ebenen: zwischen der Offenheit im Blick auf spirituelle Phänomene und der Begegnung mit Formen einer christlichen, jüdischen, buddhistischen o. a. Spiritualität; zwischen der Intentionalität religiöser Lernprozesse und deren prinzipieller Unabgeschlossenheit; zwischen dem kompetenzorientierten Aufbau von Fähigkeiten und Haltungen und der Unverfügbarkeit religiöser, spiritueller Bildungsbemühungen. Dieses Spannungsfeld macht es geradezu notwendig, Spiritualität und Kompetenz im weitaus größeren Rahmen religiöser Selbstbildungsprozesse zu verorten. Denn dort, wo Spiritualität als ge-

lebte geistige Identität zur sichtbaren Gestalt und als Lebensstil wirksam wird, ist der Bezirk unterrichtlichen Lernens und professionsbezogener Handlungskompetenz überschritten. Spätestens dann wird die Unverfügbarkeit und im positiven Sinne Dysfunktionalität spiritueller Bildungsprozesse Beachtung finden müssen. ✱

*Jan Woppowa ist katholischer Theologe, Professor für Religionsdidaktik an der Universität Paderborn, u. a. Schulbuchautor*

### Literatur:

- Bitter, G. (2003): Spiritualität als Leitbild Praktischer Theologie heute. In: *Lebendige Seelsorge* 54, S. 292-297.
- Büttner, G./Dieterich, V.-J. (2013): *Entwicklungspsychologie in der Religionspädagogik*. Göttingen: Vandenhoeck und Ruprecht.
- Grümme, B. (2018): „Bildung wollte Befreiung“ (Nipkow). Kritische Bemerkungen zur Gestaltpädagogik aus Sicht einer politisch dimensionierten Religionspädagogik. In: *IIGS* 23, Nr. 88, S. 16-19.
- Peng-Keller, S. (2010): *Einführung in die Theologie der Spiritualität*. Darmstadt: Wissenschaftliche Buchgesellschaft.
- Plattig, M. (2018): *Prüft alles, behaltet das Gute!* 2. Auflage. Münsterschwarzach: Vier-Türme-Verlag.
- Streib, H. (2014): Was bedeutet „Spiritualität“ im Jugendalter? – Erkenntnisse zu Aspekten subjektiver Anthropologie und Theologie von Jugendlichen aus religionspsychologischer Perspektive. In: V.-J. Dieterich et al. (Hg.): „Dann müsste ja in uns allen ein Stück Paradies stecken“. *Anthropologie und Jugendtheologie* (Jahrbuch für Jugendtheologie Band 3) (S. 82-90). Stuttgart: Calwer.
- Weinert, F. E. (2001): Vergleichende Leistungsmessung in Schulen – eine umstrittene Selbstverständlichkeit. In: Ders. (Hg.), *Leistungsmessungen in Schulen* (S. 17-31). Weinheim-Basel: Beltz.
- Woppowa, J. (2013): *Leben wahrnehmen und Leben gestalten. Spirituelles Lernen im Religionsunterricht*. In: L. Rendle (Hg.), *Ganzheitliche Methoden in der Schulpastoral* (S. 139-154). München: Kösel.
- Woppowa, J. (2018): *Religionsdidaktik*. Paderborn: Schöningh.
- Woppowa, J. (2019): Spirituelle Kompetenzentwicklung in Praxisphasen: (wie) geht das? In: U. Feeser-Lichterfeld/K. G. Sander (Hg.): *Studium trifft Beruf – Praxisphasen und Praxisbezüge aus Sicht einer angewandten Theologie* (S. 187-201). Ostfildern: Grünewald.

Anton A. Bucher

## Verbundenheit – Herzstück einer Psychologie der Spiritualität

Noch vor wenigen Jahrzehnten war Spiritualität in der Psychologie, die bei ihrer Etablierung als Wissenschaft „ohne Seele“ sein wollte, weitgehend inexistent. In den Glossars gängiger Psychologielehrbücher fand sie sich nicht, vielmehr folgte auf „Spielsucht“ „Sport“. Ursächlich dafür war zum einen die religionskritische Attitüde speziell der Psychoanalyse, die Religion als infantile Zwangsneurose abstempelte. Zum anderen fokussierte der Behaviorismus auf das äußerlich wahrnehmbare Verhalten des Menschen und vernachlässigte seine inneren Regungen und Gefühle, wozu auch Frömmigkeit gehört. Und nicht zuletzt stammten viele akademische Psychologen aus dem Umfeld der 68er-Bewegung, die nicht nur bürgerliche Autoritäten kritisierte, sondern auch Kirchen und Religion.

Doch in den letzten Jahren intensivierte sich die psychologische Erforschung von Spiritualität, im angelsächsischen Sprachraum noch explosionsartiger als hierzulande. Begünstigt wurde diese Entwicklung durch eine enorme Popularisierung und gleichzeitige Expansion des Begriffs „Spiritualität“. Ließ dieser traditionell an Nonnen denken, die in abgeschiedenen Klöstern den Rosenkranz beten, an Priesteramtskandidaten, die sich ihrem „Spiritual“ unterordnen, so ist es mittlerweile plausibel, nicht nur Meditation als spirituell zu deuten, sondern selbst eine vegane Lebensweise, das Mountainbiken, die Sexualität etc. Zusehends mehr Menschen, zumal wenn sie Probleme mit den Kirchen haben, verstehen sich weniger als religiös, sondern vielmehr als spirituell. „SBNR“ (spiritual, but not religious) avancierte zu einem geflügelten Akronym. Hinzu kam, dass die wünschenswerten, speziell gesundheitsförderlichen Effekte von spirituellen Haltungen und Praktiken ins Allgemeinwissen

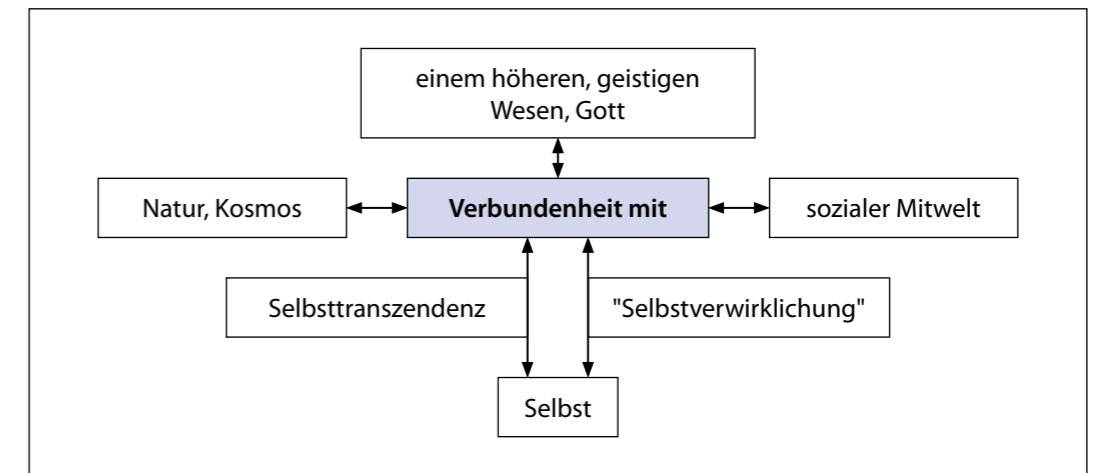
eingingen, woran die Psychologie, aber auch die Medizin nicht mehr vorbeischaun konnten.

Die entscheidende Weichenstellung für eine Psychologie der Spiritualität ist die Operationalisierung dieses Phänomens. Diesbezüglich war auch schon von einer babylonischen Sprachverwirrung die Rede. Doch in den letzten Jahren gewann – auf der Basis zahlreicher qualitativer Studien, in denen Personen nach ihrer Spiritualität befragt wurden – zusehends an Zustimmung, als Kern von Spiritualität „Verbundenheit“ zu bestimmen, die zwei Ausrichtungen hat: Horizontal und vertikal (siehe Seite 81).

Es ist ein existenzieller Unterschied, ob ein Mensch sich mit der Natur verbunden fühlt, bestenfalls als eins mit ihr wie in der Naturmystik, oder als ihr preisgegeben und ausgesetzt fühlt. Naturverbundenheit wurde in der jüngeren Ökopsychologie intensiv erforscht. Naturverbundene Menschen fühlen sich glücklicher, sind gesünder, stressresistenter und sogar kreativer. Besonders tief entwickelt hat diese Haltung der frühere russische Ministerpräsident Gorbatschow: „Gut, ich glaube an den Kosmos. Wir alle sind mit dem Kosmos verbunden ... Wälder sind meine Kathedralen.“

Als spirituell deuten lässt sich auch die Verbundenheit mit der sozialen Mitwelt, bestenfalls mit der Menschheit als ganzer, die als eine große Familie wertgeschätzt werden kann. Das Gegenteil ist Einsamkeit und soziale Isolation, was gerade in den letzten Monaten von vielen Menschen schmerzhaft erfahren werden musste.

Die vertikale Verbundenheit bezieht sich auf etwas Transzendentes, in unserer Tradition Gott, das von tief spirituellen Menschen sehr breit aufgefasst wird, keineswegs der streng blickende alte Mann mit Bart, vor dem sich Generationen von Christen auch fürchteten, sondern vielmehr als kosmisches Prinzip in allen Dingen, als Licht, Geist, universale Liebe. Eine Studentin: „Ja, für mich gibt es Gott. Gott ist für mich in jedem Wesen inkludiert, jedes Lebewesen ist ein Teil von



ihm, alle Pflanzen, Steine. Er ist positive Energie, Licht und Liebe.“

Verbundenheit kann nur eingehen, wer nicht zu sehr auf sich selbst fixiert ist – etwa ein Hypochonder auf seine Gesundheit, ein Broker auf die Aktienkurse –, sondern vom eigenen Ego abzusehen vermag. Diese Fähigkeit – sich anderen und anderem zuzuwenden und mit diesen und diesem zu verbinden – bezeichnete Viktor E. Frankl als „Selbsttranszendenz“, die eine tragende Komponente von Spiritualität ist und zugleich die wahre Selbstverwirklichung des Menschen ausmacht, weil er dabei über das jeweilige Selbst hinauswächst. Dazu nur schwer in der Lage sind Menschen mit narzisstischen Persönlichkeitsstörungen, denen das Geschenk tiefer Verbundenheit, sei es mit Menschen, in denen vielfach bedrohliche Rivalen gesehen werden, sei es mit Gott, versagt bleibt.

Psychologen bemühen sich, ihre Konstrukte – beispielhaft Intelligenz – zu messen. Auch zu Spiritualität liegt eine ganze Palette von Skalen vor, die sich teils erheblich unterscheiden und keineswegs das Gleiche messen. Einige konzeptualisieren Spiritualität als eindimensional, so der Index spiritueller Erfahrungen nach Kass, andere als mehrdimensional, so De Jager Meezenbroek, der acht Komponenten von Spiritualität ausdifferenzierte, unter anderem „Verbundenheit mit

der Natur“, „spirituelle Aktivitäten“, „Erfahrungen der Transzendenz“ („Ich habe schon erfahren, dass alle Dinge als Teil eines größeren Ganzen erschienen“). Wenn Personen die Items mehrere solcher Skalen bearbeiten, zeigt sich, dass diese miteinander signifikant korrelieren und zumindest Aspekte von Spiritualität messen.

Ein besonderes Augenmerk richten Psychologen darauf, welche Effekte spirituelle Haltungen und Praktiken zeitigen, insbesondere auf die physische und psychische Gesundheit. Auch wenn Spiritualität jeweils unterschiedlich gemessen wird, brachten zahlreiche Studien zu Tage:

- Spirituelle Menschen, die sich mit dem Kosmos, den Mitmenschen und Gott tief verbunden fühlen, haben eine geringere Mortalitätsrate bzw. höhere Lebensdauer.
- Sie sind gesünder und insbesondere weniger anfällig für kardiovaskuläre Erkrankungen – in der Ersten Welt die häufigste Todesursache –, weil es ihnen leichter gelingt, nach stressigen Beanspruchungen wieder in die Entspannungsreaktion zurückzufinden, was durch zahlreiche Meditationsformen begünstigt wird, auch den Rosenkranz. Bei Nonnen, die diesen regelmäßig beten, wurden signifikant niedrigere Blutdruck- und Cortisolwerte gemessen als bei einer Vergleichsstichprobe.



Alois Neuhold, Detail aus der Ausstellung „Innergärten und Trotdem Blüten“, Kulturen Graz, 2020, Foto: Reitbauer

- Dass spirituelle Menschen weniger anfällig sind für Erkrankungen, wird oft mit ihrem gesünderen Lebensstil erklärt. Tatsächlich konsumieren sie seltener Drogen (harte wie bürgerliche); viele wertschätzen das Fasten, wie es von den meisten religiös-spirituellen Traditionen empfohlen oder vorgeschrieben wird; viele halten sich oft in der Natur auf, wenn sie sich mit ihr verbunden fühlen, umso häufiger.
- Spiritualität geht mit einem leicht höheren Wohlbefinden einher. Einer der am besten ausgewiesenen Experten für Glück ist auch eine tief spirituelle Persönlichkeit: Dalai Lama. Vor allem aber ist sie einer der stärksten Schutzschilde gegen Depression. Menschen, wenn in eine solche abgesunken, sind ganz auf sich selbst fixiert, auf die ihnen zugefügten Kränkungen etc. – das pure Gegenteil von Verbundenheit und Selbsttranszendenz.
- Spirituell tief verbundene Menschen können erwiesenermaßen leichter stressreiche Lebenssituationen adaptiv bewältigen, selbst so schwere Schicksalsschläge wie den Verlust nahestehender Personen, schlimmstenfalls eines Kindes, oder lebensbedrohliche Krankheiten.
- Spiritualität begünstigt jene menschlichen Tugenden und Stärken, mit denen sich vor allem

die in den letzten Jahren aufgeblühte Positive Psychologie beschäftigt. Beispielhaft Dankbarkeit, selbst für kleine und unscheinbare Dinge. In den USA etablierte sich eine dezierte Dankbarkeitswissenschaft, die nicht nur nachwies, dass nur wenig tiefer beglückt, als ein aufrichtiges „Danke“ zu hören, sondern auch, dass Dankbarkeit die soziale Verbundenheit stärkt, und damit auch Spiritualität.

- Spirituelle Menschen tun sich auch leichter, jenen Mitmenschen zu vergeben, die ihnen Unrecht getan und sie gekränkt haben. Verzeihen, oft ein schmerzhafter und langer Prozess, reduziert erwiesenermaßen Stress und unangenehme Emotionen wie Groll oder Zorn und verbessert die Qualität des Schlafs.

Von diesen empirischen Befunden her versteht sich, dass Spiritualität vermehrt in der Psychotherapie Einzug hält, was umso bemerkenswerter ist, als der Begründer der Rational-Emotiven Therapie, Albert Ellis, ein wesentliches therapeutisches Ziel darin bestimmt hatte, Menschen von ihrem religiös-spirituellen Aberglauben zu befreien. Insbesondere die Transpersonale Psychologie tritt dafür ein, von der oft mechanistisch aufgefassten „Psyche“ wieder zur „Seele“ zurückzukehren, die zwar nicht abstrakt definiert, aber gewusst und gefühlt werden kann. Wenn sich diese Entwicklung fortsetzt, könnte Psychologie wieder werden, was sie ursprünglich war: Wissenschaft von der Seele.

*UProf. Dr. Anton Bucher lehrt Religionspädagogik an der Universität Salzburg und forscht und veröffentlicht besonders auch im Themenbereich Psychologie und Religion.*

#### Literatur:

Zahlreiche weiterführende Informationen, vor allem aber Literaturangaben finden sich in der Monographie: Bucher, A.: Psychologie der Spiritualität. Handbuch. 2., vollständig überarbeitete Auflage, Weinheim: Beltz.

Georg Pernter

## Spiritualität als Lebenskunst

### Wege wagen zur inneren Wahrheit

**Ein altes Projekt.** Lebenskunst hat schon länger Hochkonjunktur. Quer durch die Geschichte haben Denker\*innen seit jeher weltzugewandt Lebensführung reflektiert, nachgedacht, was schönes, stimmiges Leben ausmacht, wie man bei sich bzw. im eigenen Leben „heimisch“ werden kann und welche Praxis damit verbunden ist. Ein solches Leben ist in der Post-Moderne – am Ende der großen Erzählungen (Lyotard) – ein selbstbestimmtes, sinnvolles Leben und beinhaltet meist Verbindlichkeit und Verantwortung. Dazu ist Gewahrsein erforderlich, ein auch nonverbales Erspüren und Erkennen, was sich im *Jetzt* vollzieht, das hilft, die Fragmentierung der Erfahrung zu überwinden.

**Das Leben verstehen? – Vorwärts riskieren.** Das Leben gilt es mit Kierkegaard vorwärts zu leben. Der Wunsch: „gelassene Gelassenheit“ (Schmidt, 2014, 17) zu erreichen, jenseits vom business-stringenten Wellness-Yoga-Lächeln, dem Leben im Konjunktiv, dem verbissenen, berechnenden „Wenn-Dann“. Dazu passen die aalglatten Instant-Spiritualitäten nicht: schnell löslich, leicht verdaulich, nicht herausfordernd. Die Psychoanalytikerin Dufourmantelle (2018) stimmt das Loblied auf das Risiko, das Ungewisse an und meint damit eine Haltung zur Welt, die unser *Sein* aufs Spiel setzt, eine offene Haltung zum Leben. Verstehen wir uns als „apart“, also getrennt, oder als „a part of“, ein Teil von...? (Hycner, 1989, 22) Das gilt nicht nur für dialogische Gestalttherapie, sondern auch für gelebte Spiritualität, die Strahlkraft haben darf, auch und gerade *nonverbal*. Beide gemeinsam besinnen sich auf das „ursprünglichste aller ‚Wunder‘“, nämlich dem Faktum, *dass* wir existieren (ebd., 85).

**Die Perspektive des Frosches.** Lange wurde Spiritualität von oben aus der Vogelperspektive

erzählt, mit der Gefahr, am eigentlichen Phänomen vorbei zu schlittern. Es gilt, unten zu schauen, wo Menschen in ihren Lebensbereichen Sinn, Lebendigkeit und Verbundenheit erfahren, in ihrer Navigation durch ihr Leben Spiritualität erfahren (Bucher 2007; Pernter 2008). Oftmals wurden abstrakt Soll-Maßstäbe propagiert oder Introjekte infiltrierte, weit weg vom Lebensalltag ... Dies hatte – so meine Erfahrung in der Begleitung von Menschen – verheerende Auswirkungen auf die, die es besonders gut machen wollten. Dieses „Fremde“ in uns muss dann mühsam aufgearbeitet und sortiert werden. Spiritualität ist eigentlich eine ganz persönliche Lebensweise. Diese Sehnsucht nach „Mehr“ gilt es zu buchstabieren. Gegen jeden Anflug von Perfektionismus gilt dabei: Der Versuch zählt. Im Grunde ist es der Impuls in Richtung Authentizität, Entwicklung bzw. dahin, mehr Tiefe zuzulassen oder zu verwirklichen.

**Gelebte Lebensfalten „mögen“ lernen.** Das „in die Falten eingegrabene Leben selbstbewusst“ vor mir hertragen (Schmid, 2014, 11), anschauen, in Demut, in der aufrichtigen „Nacktheit“, die wir im Moment auszuhalten vermögen. Lebenskunst lehrt uns, mit den Prozessen, die anstehen, zu leben, uns immer neu auszurichten. Die Kompassnadel ist auf „Bejahung“ eingestellt, die Fragen im Spiegel: Wo und wie bin ich im Moment? Was steht in meiner Macht, was nicht? Was, und überhaupt, wohin möchte ich? Was sind derzeit meine Herausforderungen? Wie geht es mir, eigentlich? Indem wir uns solchen Fragen stellen, eignen wir uns das Leben wieder an: in Freiheit, innengeleitet, autonom, „verwoben“.

**Spiritualität als Lebenskunst.** Lebenskunst ist die Kunst, gut zu leben. Mittlerweile ist der Begriff ein modernes Schlagwort für mehr Lebensqualität, Lebendigkeit, Stimmigkeit und Wahrhaftigkeit. Das ist eine Kunst und manchmal harte Arbeit, weil es alles mit einschließt: Freude und Leid, Trauer und Lust, Glück und Unsicherheiten. Dieses Projekt lässt sich zusammenfassen mit Stichwörtern wie Wandlung, gelingendes, emanzipatorisches Leben und Suche



nach dem Eigenen (Pernter 2008, 156-167). Nicht nur in Beratung und Therapie, sondern auch im persönlichen (spirituellen) Lebensalltag gilt es, sich einzulassen auf das, was ist, auf die Höhen und Tiefen menschlicher Wege, im Dialog und Kontakt mit dem Vertrauten und Unvertrauten, dem Moment, wie er ist, im Prozess zu bleiben und Schritt für Schritt – trotz Unsicherheiten und Nicht-mehr-weiter-Sehen - im Vertrauen auf den Weg, der sich auftut im Gehen, weiter zu „tun“, sich auf die Gegenwärtigkeit einzulassen, das Paradox der Situation auszuhalten und so Verwandlung geschehen lassen sowie – zumindest ab und an – den Fokus der Endlichkeit im Blickfeld zu haben. Denn die Kunst des Lebens ist nicht nur die Kunst des Sterbens, sondern letztlich zutiefst „ars amandi“, die Kunst des Liebens (F.J. Nocke). Im Tod gilt nämlich, auf wen und was wir uns bezogen haben. Der Tod lehrt uns, unsere Existenz nicht auf einen Sankt-Nimmerleins-Moment zu vertagen.

Viele Gestaltkonzepte können eine Spiritualität der Lebenskunst beleben, herausfordern, klären, kontrapunktieren (Pernter 2008). Eine Spiritualität der Begegnung und des Kontaktes fokussiert bspw. das In-Kontakt-Treten mit der Wahrheit der Situation, dessen Gegenpol Rückzug, das Bei-mir-Sein ist, („ora et labora“). „Die Kunst, den eigenen Willen mit dem Lauf des Universums in Einklang zu bringen, ist Bestandteil des Lebens“ (Rollo May n. Hycner, 1987, 87). Dazu gehören Entscheidung, Verbindlichkeit und Akzeptanz dessen, was nicht veränderbar ist (ebd).

Als Lebenspraxis gesehen, geht es in der Gestalttherapie und einer alltäglichen Spiritualität darum, mit ungeteilter Hingabe die Dinge zu tun, die man tut, sich – sensu Buber – dem Unbekannten hinzugeben, sich treffen lassen bzw. „Sich-bestürzen-lassen“ (Buber) von jeder Situation, was wir tun und dann vor allem wie.

**Coda: Was nun?** Wie sollen wir leben? – fragt Bakewell (2016, 342) den Philosophen Montaigne.



Alois Neuhold, Detail aus der Ausstellung „Innergärten und Trotzdemblieten“, KULTUM Graz, 2020, Foto: Reitbauer

Eine Antwort lautet u.a. ganz simpel: Sei gewöhnlich und unvollkommen. So dass wir am Ende mit Rose Ausländer vielleicht sagen können: „Mit euch allen feiern / das unverlässliche Leben.“

Georg Pernter, *Bozen (I)*, Mag. Theol., *Integrativer Gestalttherapeut, Supervisor und Ausbilder beim IGW, IGWien, GestaltAkademie Südtirol. Praxis in Bozen und Innsbruck.*

#### Literatur:

- Bakewell, S. (2016): *Wie soll ich leben? Oder Das Leben Montaignes in einer Frage und zwanzig Antworten.* München: C.H. Beck
- Bucher, A. (2007): *Psychologie der Spiritualität.* Handbuch. Weinheim: Beltz
- Dufourmantelle, A. (2018): *Lob des Risikos. Ein Plädoyer für das Ungewisse.* Berlin: Aufbau
- Hycner, R. (1989): *Zwischen Menschen. Ansätze zu einer Dialogischen Psychotherapie.* Köln: EHP
- Pernter, G. (2008): *Spiritualität als Lebenskunst.* Bergisch Gladbach: EHP
- Pernter, G. (2020): *Achtsamkeit – ein urgestalttherapeutisches Konzept.* In: U. Grillmeier-Rehder und G. Pernter (Hrsg.), *Spiegelungen des Hier-und-Jetzt.* (S. 191 – 295) Gevelsberg: EHP
- Schmidt, W. (2014): *Gelassenheit. Was wir gewinnen, wenn wir älter werden.* (18. Auflage) Berlin: Insel
- Yontef, G.M. (1999): *Awareness, Dialog Prozess. Wege zu einer relationalen Gestalttherapie.* Köln: EHP

Hans Reitbauer

## Damit mein Leben blühen kann

### Spiritualität in Gestaltkursen

„Die Ehre Gottes ist der lebendige Mensch.“ Dieses Zitat von Irenäus von Lyon berühre Albert Höfer in seinem Innersten, wie er sagt, und sei so etwas wie eine Zusammenfassung seines Lebens als Religionspädagoge, Priester und Psychotherapeut. Nach dem Studium der Theologie leitete es ihn, sich intensiv mit der Anthropologie und ihrem fruchtbringenden Einfluss auf die Religionspädagogik auseinanderzusetzen und als konsequente Folge schließlich auch mit der Psychotherapie (Integrative Gestalttherapie).

„Die von ihm entworfenen und über den deutschsprachigen Raum hinaus bekannten Kurse für ‚Gestaltpädagogik und heilende Seelsorge‘ wollen die Teilnehmer befähigen, in ihrem jeweiligen Berufsfeld zusätzlichen Kompetenzen (personal-kommunikative, fachliche, soziale, beratende und religiös/spirituelle Kompetenzen) zu erwerben und vermitteln einen Einblick in seine Fähigkeit, Theorie und Praxis zum Wohle der Menschen zu verbinden. Der Zusammenhang von Glauben und Identitätsbildung ist dabei von zentraler Bedeutung.“ (Neuhold, 1997, S. 7) Der Begriff der „Spiritualität“ ist für den mittlerweile 88-jährigen Höfer von konstitutiver Wichtigkeit, ohne die sich christlich orientierte Gestaltarbeit nicht bewerkstelligen lässt. Höfer spricht von Spiritualität als der Urreligiosität und Ursehnsucht eines jeden Menschen nach Ganzheit und Liebe. Zugleich betont er, dass wir in der Identitätssuche letztlich ins Spirituelle und auf Gott verwiesen sind.

Wissenschaftlich wurde 2014 das Thema der Spiritualität bei Menschen, die einen Gestaltkurs oder einen gestaltpädagogischen Lehrgang absolviert haben, beforscht. Dazu habe ich Frauen und Männer, die im Rahmen des Institutes für Integrative Gestaltpädagogik und heilende Seel-

sorge in Österreich diese „christlich orientierte Persönlichkeitsbildung“ abgeschlossen haben, befragt und ihre Antworten ausgewertet. Spiritualität wird dabei nicht nur rein konfessionell, sondern auch universal gesehen, denn bevor sich theologische Systeme und Religionen ausgebildet haben, gab und gibt es auch heute spirituelle Erfahrungen.

Die auf Anton Bucher zurückgehende, in der gängigen wissenschaftlichen Literatur verwendete, Definition der Spiritualität als „connectedness“ wurde auch hier angewandt. (Bucher, 2014, S. 29- 61) Gestalttherapeutisch würde man auch von einem Kontaktgeschehen sprechen, dass nach Polster, immer auf die Sehnsucht nach Zugehörigkeit trifft. Da Spiritualität für mich ein Prozessgeschehen ist, verwende ich hierfür auch den Begriff des „Wesentlich-Werdens“. Es meint einen Transformationsprozess: immer authentischer und klarer das Ureigene des eigenen Wesens hervorbringen; entlang immer neuer Themen und Erfahrungen unverwechselbar die oder der werden, die wir sind. In Zeiten, wo wenig Raum und Energie bleibt für das, was tief in uns ist, braucht es Hilfen dieses Wesentliche zu erspüren und sich in Suchbewegungen einzulassen. Spiritualität wird beschrieben als eine Verbindung zu sich selbst, zur sozialen Mitwelt, zur Schöpfung und zu Gott, der ersten Wirklichkeit. All diese Zugehörigkeiten eröffnen einen Sinnhorizont.

### Welche spirituelle Spürweisen und Erfahrungen – welche Inhalte zeigen sich im Gestaltkurs des IIGS?

Als Hauptthema zeigte sich bei allen Interviewpartnerinnen und Interviewpartnern die Sehnsucht nach Selbstwerdung und Identität, nach Wachstum und Reifung. Dabei werden einhellig spirituelle Dimensionen als hilfreich und evolvierend beschrieben und durchgängig als ein Geschehen an der „Schwelle“ erlebt. Durch alle Kategorien der Erfahrungsweisen und Inhalte von Spiritualität zieht sich die Schwierigkeit das Erspürte und Erfahrene zu formulieren.

**1. Erfahrung von Ganzheit und Einheit; 2. personale Gotteserfahrung:** Höfers Ansatz ist geprägt von einer christlich-personalen Dimension, die als ein Wesensmerkmal der Arbeit des IIGS definiert wird. Interessant ist die Tatsache, dass die Interviewpartner einerseits dezidiert von einer holistischen Gotteserfahrung, andererseits mit derselben Intensität auch von einer personalen Erfahrung Gottes sprechen. Es besteht ein Gleichgewicht in der Betonung von monistischen und dialogischen Spiritualitätserfahrungen. Beide Erfahrungsqualitäten stehen somit ohne das Wort „oder“ nebeneinander und verwerfen die Ausschließlichkeit.

**3. Anwesenheit Gottes in mir:** Die Erfahrungen des Menschen als Tabernakel und Ebenbild Gottes wird in besonders behutsamer Sprache beschrieben. Dieses spirituelle Spüren wird als große Ressource benannt, hat eine besondere Nähe zu den Erfahrungen von „qualitativ neuer Identität“ und ist mit großer emotionaler Tiefe verbunden. Dies bestätigt auch eine Grundannahme der GP, dass der Mensch in der Identitätssuche letztlich auf Gott verwiesen sind.

**4. Erfahrungen eines heilsamen Gottes; 5. Mütterliche/väterliche Erfahrungen Gottes:** Sie erzählen vom Risiko mit den Verwerfungen und Verhärtungen des Lebens in Kontakt zu kommen. Dieses biografisch Unerlöste erfährt im Kurs ein Stück weit Wandlung und zeigt befreiende Wirkung.

**6. Erfahrung von Gottes Unbegreiflichkeit; 7. Erfahrung von „mehr als alles“:** Beide spirituellen Dimensionen belegen, dass das Leben als Fragment gesehen wird und dass Heil-Sein etwas anderes ist als medizinisches Gesund-Sein, Wellness oder einfach Glückselig-Sein.

Spiritualität zeigt sich in der Untersuchung als ein „stimulierendes“ Phänomen, das bewegt und ein anderes Lebensgefühl zu vermitteln vermag, aber oft auch die Vereinbarkeit mit dem Alltag aufwirft.

## Welche Wirkungen werden als persönlich bedeutsam angesehen?

**1. Erfahrung von qualitativ neuer Identität:** Sie wird beschrieben als eine konstante Dimension, jenseits des Zähl- und Messbaren, die sich aber auch lebenslang entwickelt. Ganz im Inneren gibt es einen authentischen Bereich, einen heiligen Raum. Dort bin ich „ganz außer mir und ganz bei mir“. Ich brauche nichts mehr beweisen, sondern einfach da sein. Dort in der Tiefe bin ich rein und klar leuchtend wie ein Kristall. Da haben auch die Schuldgefühle und Selbstvorwürfe keinen Zutritt. Dort, wo dieses Geheimnis wohnt, kann ich ganz daheim sein. „Tunnel- und Maskenerfahrungen“ als Methoden im Grundkurs werden hier speziell hervorgehoben - Individuationsprozesse werden als evozierende Transzendenzerfahrungen erlebt.

**2. Befreiter leben:** Wandlung und Heilung geschieht im Hier und Jetzt des Kurses. Die heilsame Kraft Gottes, speziell durch die Identifikationsprozesse mit den Personen in den Heilungen Jesu, wird spürbar. Die Wirkmächtigkeit dieser Erfahrungen wird als besondere „Frucht“ der GP erwähnt. Höfer beschreibt seine Erfahrung dazu immer mit dem Bibelwort: „Das Reich Gottes ist schon mitten unter uns.“ (Lk 17,21)

**3. Neue Liebeskraft:** Viele berichten, dass Wunden zu heilen begonnen haben. Das Herz sei weiter geworden, Stolpersteine und Hindernisse wurden bearbeitet und transformiert. Vieles habe sich geklärt durch einen neuen Blick und eine veränderte Szenerie in Bezug auf Projektionen und Introjektion. Ein Perspektivenwechsel der Wahrnehmung ermöglicht Kontakt und Verbindung nicht aus einer alten Position. So entstanden und entstehen neue Lebenschancen im Miteinander, die sich immer wieder mit dem Wort der veränderten und neuen Liebeskraft ausdrücken lässt.

**4. Gesegnet den Lebensweg gehen:** Mit der Erfahrung des Segens wird eine Brücke vom Kurs zum Alltag geschlagen. Als ermutigendes Kraftpotential in den persönlichen Milieus wird der

Segen wie ein mitlaufender Anfang verstanden, der die Ahnung vom guten Ausgang eines jedes Menschen wachhält.

Ausdrücklich erwähnt wird die Arbeit mit den Psalmen, die Möglichkeiten identifizierender Bibelarbeit, die „Masken- und Tunnelprozesse“, die Feier- und Gottesdienstgestaltung, das Morgenlob mit der gestalteten Mitte, sowie eine Sprache der TrainerInnen und Trainer, die Transzendenz, Immanenz und Transparenz auf die erste Wirklichkeit (Willigis Jäger) miteinschließt. Spirituelle Erfahrungen sind nicht machbar, sondern können bestenfalls durch „Methoden der Gestaltarbeit“ evoziert werden. Dort wo Trainerinnen und Trainer nur Gestaltmethoden im Blick haben und Gestaltarbeit nach Höfer nicht als Haltung gesehen wird, verdorren Ressourcen der Teilnehmerinnen und Teilnehmer. Dies erwähnten diejenigen, in deren Grundkursen es wenig spirituelle Impulse gab. Es wird wohl ein großes Augenmerk auf die spirituelle Prägung der Trainerinnen und Trainer gelegt werden müssen. Ohne diesen Fokus wird sich Gestaltarbeit nach Höfer nicht bewerkstelligen lassen. Es wird nicht nur auf die beratend-therapeutische Kompetenzen, auf Gestalttechniken, auf gruppenspezifischen Fertigkeiten ankommen, sondern auf die Fähigkeit, aus je eigener spiritueller Kraft Wegweiser und Begleiter für die Menschen zu sein.

Interessant ist auch, dass erst nach dem dritten Modul des Kurses Spiritualität als wahrnehmbare Dimension benannt und als hilfreich erfahren wird. Vermutet wird, dass gruppenspezifische Prozesse und eine neue Sicherheit im Umgang mit den Teilnehmerinnen und Teilnehmern Voraussetzung für spirituelle Wahrnehmungen sind.

Wer sich mit Spiritualität beschäftigt, möchte Gott in seinem Erfahrungshorizont spüren. Der Psychologie ist es verwehrt etwas über Gott auszusagen. Sie wendet sich dem Erfahrungsbereich des Menschen zu, kann die psychischen Auswirkungen von Spiritualität im Blickfeld haben. Dies ist zwar ein reduzierter Blickwinkel, aber er ist

heute hilfreich, wenn „Spiritualität als Heilmittel“ gesehen wird. Die Psychologie kann vom Verdacht befreien, Spiritualität sei eine Flucht vor der Realität oder nur Einbildung und sie kann die heilende Wirkung spiritueller Prozesse wahrnehmen, doch die therapeutische Dimension der Spiritualität darf Gott nicht vereinnahmen oder „verzwecken“. Diese kritische Funktion gegenüber Spiritualität bedarf in allen Gestaltvereinen und -instituten einer Würdigung und Berücksichtigung. Denn es gibt auch spirituelle Wege, die dem Menschen nicht guttun. „Dann identifiziert man sich mit dem Archetyp des Mystikers und merkt gar nicht, welche unbewussten Bedürfnisse man damit auslebt, etwa das Bedürfnis nach Macht, nach Geltung, danach, etwas Besonderes zu sein und sich bewundern zu lassen.“ (Grün, 2009, S. 83)

Somit ist den Menschen in allen Gestaltinstituten und -vereinen (denen die Verantwortung tragen und denen, die die Einladungen annehmen) zu wünschen, dass sie spirituell so berührt werden, dass sie frei werden vom eigenen Ego und sich mit ihrem innersten Kern verbunden wissen, mit der sozialen Mitwelt, mit allem, was ist und mit Gott, der ersten und letzten Wirklichkeit, damit das Leben blühen kann...

*Hans Reitbauer BEd, MA, Religions- und Gestaltpädagoge, Gestalt- und systemischer Berater, Gestalttrainer, Master in Pastoralpsychologie, Künstler und Galerist*

### Literatur:

- Bucher, Anton A.: Psychologie der Spiritualität. Handbuch, Weinheim [u.a.]: Beltz 2014.  
 Grün, Anselm: Mystik. Den inneren Raum entdecken, Freiburg, Br., Basel, Wien: Herder 2009.  
 Neuhold, Hans: Leben fördern - Beziehung stiften. Gestaltpädagogik - Religionsunterricht - Seelsorge, Graz 1997.

Sr. Angela Gamon

## GESTALT-EXERZITIEN als Wege in eine lebendige Spiritualität

GestaltExerzitien. – Kennen- und schätzen gelernt habe ich sie 2004 im Haus Werdenfels: „Eingeladen sind GestaltpädagogInnen, die ihr Leben und Glauben vertiefen wollen durch einen Erfahrungsweg ...“ Diese Kursart schien mir auch in unser Hersteller Kursprogramm<sup>1</sup> zu passen, nicht nur für Gestalterfahrene, vielmehr als offenes Angebot für jede und jeden. Das hat sich bewährt bis heute.

Der erste *GestaltExerzitien-Kurs* bei uns fand im September 2005 statt, seitdem gehört er fest in unser Jahresprogramm. In den ersten beiden Jahren habe ich sie allein begleitet, von 2007-2019 gemeinsam mit Rainer Hagencord, seit 2020 mit Barbara Scheck.

Hatten wir in den ersten drei Jahren bis zu sechs Teilnehmern, verdoppelten sich die Zahlen rasch. Damit die Gruppen mit ca. 10-12 Tln. überschaubar blieben, gab es 2014-2017 jeweils einen zweiten Termin. Bislang haben 173 Männer und Frauen aus ganz Deutschland teilgenommen, überwiegend aus den verschiedenen pastoralen Berufen. Zwei Bistümer weisen seit Jahren in ihrem Fortbildungsprogramm daraufhin. Die Altersspanne der Teilnehmer ist relativ groß. Am stärksten vertreten ist die Gruppe der 45-60jährigen.

Oft ist es der Name *GestaltExerzitien*, der neugierig macht und dazu verlockt, sich einzulassen. Die Kurse beginnen am Montagnachmittag und enden Freitagmittag. Immer sind es intensive Tage, in denen bei den Teilnehmern viel in Bewegung gerät, aber auch zur Ruhe kommt, in den Frieden findet. In einem Echo hieß es z. B.: „Ich bin immer noch überrascht, dass ich auch so feine zarte Teile in mir habe.“ Die Atmosphäre der Gastfreundschaft im Haus und die Möglichkeit, sich den Gebetszeiten der Schwestern anzuschließen, tragen dazu das Ihre bei.

### WICHTIGES:

- Das konkrete Kurs-Thema hat Bezug zu den biblischen Texten in der Liturgie der Kurstage.
- Kurszeiten und Gebetszeiten überschneiden sich nie!
- Weil nicht nur das Gespräch zur Klarheit verhilft, sondern ebenso die stille Zeit der Einzelarbeit im Anschluß an den gemeinsamen Impuls, muß diese Zeit hinreichend sein.
- Der gemeinsame Impuls will in der EA zu einer persönlichen Erfahrung führen, das Persönliche wiederum soll in irgendeiner Form (einem Zeichen, einem Wort) auch für die Gruppe fruchtbar werden.
- Mögliche Zeiten zum Einzelgespräch werden zu Kursbeginn bekanntgeben (Blatt zum Eintragen!).

### ZEITSHEMA:

Mo	Begrüßung: 17:00-17:45 // Infos und thematischer Einstieg: 19:15-20:00
Di - Fr	Impuls: 10:00-10:20 // Einzelarbeit: 10:20-11:25 // Gruppe: 11:30-12:00
Di, Mi	Impuls: 15:30-16:00 // Einzelarbeit: 16:00-17:15 // Gruppe: 17:15-17:45
Do	Einzelgespräche: Do 14:30-17:40

### KURS-AUSSCHREIBUNG:

**Biblische Geschichten** – und ich mitten drin.

GESTALT-EXERZITIEN als Wege in eine lebendige Spiritualität

Um der Gestalt, die ich in Gottes Augen habe, auf die Spur zu kommen, schauen wir mit kreativ-gestalterischen Elementen in unsere eigene Glaubens- und Lebensgeschichte und entdecken, was uns trägt. Die Tage geben Raum für die persönliche Auseinandersetzung und den vertrauensvollen Austausch in der Gruppe. Sie sind geprägt von der Mitfeier der Gebetszeiten und durchgängigem Schweigen. – Grundlage des Kurses ist die *Integrative Gestaltpädagogik und heilende Seelsorge* nach Prof. Dr. Albert Höfer, Graz. Sie geht aus von einem ganzheitlichen, christlichen Menschenbild, und orientiert sich an der Spiritualität der biblischen Botschaft.

### GESTALT-EXERZITIEN im MÄRZ 2020:

Der Kurs fiel in die 2. Woche der Fastenzeit. Das Evangelium des 3. Sonntags (Joh 4,5-42) hatte uns auf das Thema „Brunnen“ gebracht<sup>2</sup>. Angemeldet waren sechs Frauen und drei Männer, für vier der Teilnehmer die erste Begegnung mit Gestaltarbeit.

### VERLAUF:

- Mo, 17:00 Tanz (Pachebel-Kanon); Vorstellung (Persönliches; eine Bibelstelle, die mich z.Zt. beschäftigt)
- Mo, 19:15 Infos zum Ort, zum Tageslauf  
Bild: Hörender (Toni Zenz) – die Haltung einnehmen, nachspüren – Austausch;  
Abschluss: Echolesen: *von gott aus gesehen* (Andreas Knapp)
- Di, 10:00 *Morgensegen* (Pierre Stutz) – Echo!  
// EA: Wahrnehmungsübung (Nik. v. Kues) zu den 5 Sinnen – im Freien! // Austauschrunde; Text: *Siebenmal am Tag* (Rotzetter)
- Di, 15:30 Bild (Jan Jost: Samariterin am Brunnen) gemeinsam angeschaut // EA: *Meine Frage, mein Wort* an IHN? Aufschreiben // mit in die Gruppe bringen, in die Mitte legen.
- Mi, 10:00 „Reste“ von gestern? Längerer Austausch; Bild (Christian Rolfs; Hagar in der Wüste) // EA: zum Bild und zu Gen 16,6b.7-11.15 // *Was höre ich Hagar sagen?*
- Mi, 15:30 Bild (Folie A. Seifert: Hagar – Gen 21) // EA: Sich in die verschiedenen Personen versetzen; Was geschieht an/mit Hagar? // *Mein Titel für das Bild?* – mit in die Gruppe bringen
- Do, 10:00 Traumreise zu „meinem“ Brunnen: Woraus schöpfe ich Kraft? // EA (im Gruppenraum): „Meinen Brunnen“ gestalten – mit Farben, als Collage oder ... // Austauschrunde; Bilder in die Mitte legen, Pachebel-Tanz drumherum – wertschätzend und dankbar!

Fr, 10:00 Bild aus dem Stuttgarter Psalter zu Ps 70,2. *Gott hört! Mich! // spurensicherung* (Reiner Kunze) – Brief an mich selbst als *persönliche* Spurensuche: *Was möchte ich festhalten aus diesen Tagen?* – dafür ca. 30 Min. Den Brief in einen Umschlag stecken, adressieren, gut zukleben; in einigen Wochen schicke ich die Briefe zu // *Was möchte ich am Ende dieser Tage in den Kreis hinein sagen?* – Abschluss: „O Christe, Domine Jesu ...“ (Taizé) – mit Gesten!

Am Kursende ahnte es keiner: Zwei Tage später mussten wir Kirche, Gästehaus und Klosterladen wegen der Pandemie schließen und fast nirgendwo gab es Gottesdienste. So bekam der Kurs im Nachhinein noch ein besonderes Gewicht, was denn auch alle empfunden und signalisiert haben. Von den Rückmeldungen hat mich besonders die einer 70jährigen Teilnehmerin berührt: „Seit den Exerzientagen komme ich von dem Bild der Hagar mit dem Kind nicht weg. Irgendwie holt mich meine Kindheit ein ... Vielleicht hilft es.“ Und später: „Danke für die Tage und dass ich Gutes entdeckt habe. Jetzt kann ich die Zeit anders anschauen.“

Mein Bericht möchte zum GestaltExerzitien-Angebot ermutigen. Ich bin gern bereit, eventuelle Fragen zu beantworten. ✪

© Sr. Angela Gamon OSB ([sr.angela@abei-herstelle.de](mailto:sr.angela@abei-herstelle.de)), Dipl.theologin; Gestaltpädagogin und -trainerin, (IIGS; IGNW); Novizenmeisterin

### Fußnoten:

<sup>1</sup> Es war eine Zeit, in der wir Kursformate gesucht und erprobt haben, die die Teilnehmer aktiv einbinden und Austausch und Gespräche in der Gruppe zu Glaubens- und über persönliche Lebensfragen fördern. – Auf der Suche nach einer Fortbildung stieß ich auf den „Grundkurs Heilende Seelsorge“ (Freising 1996-1998) und Albert Höfers gestaltpädagogisch-biblischen Ansatz; bereits in der ersten Kurseinheit war ich sicher, in der für mich und meine Arbeit richtigen „Spur“ zu sein.

<sup>2</sup> Leider erkrankte Barbara kurz vor Kursbeginn, sodass ich den Kurs allein zu leiten hatte.

## Interview mit Désirée Amschl-Strablegg

*Sehr geehrte Frau Désirée Amschl-Strablegg, ich bitte Sie, sich unseren LeserInnen mit ein paar Eckdaten vorzustellen:*

Ich bin 46 Jahre, habe zwei erwachsene Kinder. Mit der Handelsakademie habe ich eine breite Basisausbildung erhalten und nach der Matura die Pflegeausbildung zur Psychiatrischen Diplomierten Krankenpflegerin absolviert, einige Jahre im LKH Graz II Standort Süd gearbeitet mit Schwerpunkt Alkohol und Sucht und bin eher zufällig in den Palliativ-Bereich „hineingestolpert“. Nach zwei Jahren im mobilen Palliativteam Graz, habe ich bei den Elisabethinen als Leitung der Palliativstation begonnen. Ich habe schon eine sehr gut etablierte Palliativstation vorgefunden, wo die Zeit reif war, zu erweitern und zu gestalten. Ich bin dankbar, dass mir das Vertrauen geschenkt wurde, dies zu machen.

*Sie sind Bereichsleiterin Hospiz und Palliativ und zwar sowohl für das VinziDorf-Hospiz als auch für das neue Hospiz St. Elisabeth im Krankenhaus der Elisabethinen Graz. – Wie ist es dazu gekommen?*

Im Jahr 2015 feierten wir das Jubiläum „325 Jahre Elisabethinen in Graz“. Damals hat Sr. Bonaventura mit dem Geschäftsführer Lagger überlegt: „Wo würde die Hl. Elisabeth heute wirken? Wo sterben die Ärmsten der Armen?“ Im Zuge der Recherche kam man drauf, dass es kein stationäres Hospiz gibt. Damit war der gedankliche Grundstein gelegt für die einjährige Planung und dann für ein Jahr Umsetzung. Wir hatten großes Glück und viele Wegbegleiter. Wir haben die Nachbarschaft der VinziWerke gesucht. Denn der Hl. Vinzenz von Paul hatte – wenn auch in späteren Jahrhunderten – denselben Lebensinhalt wie die Hl. Elisabeth. Ein von Pfarrer Pucher gemaltes Bild war für uns leitend: Die Hl. Elisabeth und Vinzenz von Paul tragen gemeinsam einen Sterbenden. Wir haben ein bestehendes Haus der Pfarre St. Leonhard gemietet und renoviert – der Unternehmer Friedrich Santer hat den Umbau finanziert: Im April 2017 wurde es durch Bischof Krautwaschl feierlich eingeweiht und eröffnet.



DPGKP (= Diplomierte psychiatrische Gesundheits- und Krankenpflegerin) und akademische Palliativexpertin; nach der Handelsakademie Aus- und Weiterbildung im Bereich Pflege mit verschiedenen Arbeitsschwerpunkten, seit 2012 Leiterin für die Bereiche Palliativ und Hospiz in Graz

*Was unterscheidet Hospiz von Palliativ?*

Stationäre Hospize sind heute Teil der Palliative Care. Historisch betrachtet gibt es schon sehr sehr lange Hospize, der Begriff Palliative Care wurde in den 80er Jahren geprägt Mount Balfour, einem kanadischen Palliativmediziner und vereint Palliativmedizin, Palliativpflege, Sozialarbeit, Seelsorge und andere unter sich. Wenn man von einer Palliativstation spricht, meint das eine spezialisierte Akutstation in einem Krankenhaus, ein Hospiz ist eine längerfristige Wohnmöglichkeit für Menschen mit sehr komplexen Symptomen im Rahmen einer unheilbaren Erkrankung, zumeist bis zu ihrem Lebensende.

*„Bei den Elisabethinen können unheilbar kranke Menschen seit Mai 2018 ihr Leben vollenden. Das neue Hospiz St. Elisabeth im Krankenhaus der Elisabethinen Graz ist mit seinen zwei Betten eine wertvolle Ergänzung zur Palliativstation“ (Website).“*

Das Hospiz St. Elisabeth entstand ein Jahr später. Auf Grund einer Kooperation mit dem Gesundheitsfonds des Landes Steiermark wurde der Bedarf an Hospizbetten erhoben und wie sich das auswirkt auf den Palliativbereich, wenn ein Hospiz angeschlossen ist, gleichsam „der richtige Patient im richtigen Bett“. Das Projekt hat gezeigt, dass es einen Bedarf an Hospizbetten gibt. Unsere Devise ist: Für jeden, der ein Hospizbett braucht, soll eines zur Verfügung stehen – unabhängig davon, ob er sich das leisten kann oder nicht.

*Sie sind für beide Hospize zuständig?*

Ja, ich bin sowohl für Palliativ als auch Hospiz verantwortliche Bereichsleiterin. „Im VinziDorf

Hospiz ermöglichen die Elisabethinen obdachlosen, schwerkranken Menschen ein würdevolles Leben in der letzten Lebensphase. In zwei Hospizbetten werden diese Menschen mit fachlicher Professionalität und menschlicher Herzenswärme aufgenommen und umfassend betreut.“ (Website)

*Sie sind Bereichsleiterin Hospiz und Palliativ – was ist Ihr Aufgabenfeld?*

Die Arbeit ist bunt! Es ist viel Koordinationsarbeit: ich bin gleichsam Kommunikationsdrehscheibe zwischen den Berufsgruppen: Medizin, Pflege, Sozialarbeit, Physiotherapie, Psychotherapie, Seelsorge und auch dem Ehrenamt. Kommunikation ist das um und auf, denn „beim Reden kommen die Leut' z'sammen“; Zusätzlich bin ich auch für das Fördererservice (Fundraising) der beiden Hospize zuständig. Mein Hauptaufgabengebiet liegt aber nach wie vor in der fachlichen und strukturellen Koordination meiner pflegenden Kollegen.

*Das ist eine sehr umfassende Aufgabe ...*

Für die Palliativstation und das Hospiz St. Elisabeth habe ich bereichsverantwortliche Pflegenden. Für das VinziDorf-Hospiz bin zu einem großen Teil ich zuständig. Das ist „mein Kind“, das liebe ich besonders. Die „Buntheit“ dort ist das, was mich besonders anspricht; die Grundhaltung bei allen MitarbeiterInnen ist die Menschenliebe und das Barmherzige. Vielleicht kann man das als das Spirituelle des Berufs sehen.

*Sie erleben bestimmt tiefe, bleibende Begegnungen ...*

Ich erzähle ein Beispiel: Ein Georgier, der nach Österreich geflüchtet ist, hat eine Frau kennengelernt – sie wohnt in Wien. Beide hatten den Wunsch, sich vor Gott ein Versprechen zu geben. Eine Heirat wäre nicht möglich gewesen. Am 4. August hatte er seinen Geburtstag, die Frau hat ein Fest organisiert, sich selbst schön gemacht, wir haben in sehr kleinem Kreis im VinziDorf-Hospiz gefeiert, gelacht, geweint, getrunken; gleichsam eine Segensfeier der Beziehung gefeiert, im Wissen, dass bald der Tod eintreten wird. Wir haben gespürt: Die Liebe war verbindend, und – im Team reflektierend – haben wir gewagt zu sagen: Da war die barmherzige Liebe Gottes anwesend. – Zwei Tage später ist er gestorben.

*Was waren/sind die größten Herausforderungen? ...*

Die Koordination ist oft ein Riesen-Spagat! Wenn das Dreieck Patient – Angehöriger – Betreuungsteam nicht am selben Wissensstand ist und die Angehörigen (noch) nicht aushalten, wird es herausfordernd. Die Angehörigen-Arbeit ist enorm wichtig; der Patient selber ist ohnehin auf (seinem) Weg. Je näher es zum Sterben geht, umso intensiver wird es. Das Betreuungsteam wird mit Vorwürfen konfrontiert, z.B. man hätte nicht genug getan. Um die Vorwürfe nicht persönlich zu nehmen, ist das Reden im Team in ganz ehrlicher offener Kommunikation so wichtig. Dies ist mir in der Supervision besonders bewusst geworden.

*Wie meistern Sie schwierige Aufgaben?*

Ich habe das Vertrauen, dass es gut gehen wird: Zur rechten Zeit wird die rechte Lösung da sein. Ich suche immer wieder einen Ausgleich; schaue auf mich selber und trage im Kalender auch Termine für mich ein.

*Was kann man tun, wenn man Ihre Arbeit / Ihre Anliegen unterstützen möchte?*

Wir führen einen Patenkalender, das heißt wir laden ein, eine Patenschaft für jeweils ein Bett pro Tag zu übernehmen. – An 365 Tagen sind 4 Betten pro Tag zu finanzieren. – Jetzt in der Coronazeit war das schwierig, da die Spenden durch Veranstaltungen ausgefallen sind. (Es hatten ja z.B. SchülerInnen Sammelaktionen gestartet). Mit Hilfe des Patenkalenders können wir die Kosten leichter decken. Und die Paten haben Gelegenheit ein wenig in den Botschaften der anderen Paten zu schmökern und vor allem Artikel in unserem Hospiz-Blog zu lesen!



*Ihr Tipp für unsere LeserInnen...*

Wenn man von der beruflichen Arbeit erschöpft ist: Muße für sich entdecken, immer wieder einen Ort zu suchen, wo das Wesentliche spürbar ist, denn: es lohnt sich berührbar zu bleiben.

Das Interview führte Franz Feiner

**Hans Neuhold**

## Wenn die Weltherrschaft der Bösen anbricht... „Apocalypse now“

Es gibt in der derzeitigen Unsicherheit in der Krise weltweit interessante Phänomene zu beobachten, die der verdrängten und nicht bewusst wahrgenommenen Angst geschuldet ist, die eine solche Krise wie der Corona Virus auslöst.

Da erlaubt sich doch tatsächlich eine Regierung, wer immer und wo auch immer, auf Anraten von VirologInnen, ÄrztInnen und WissenschaftlerInnen, die sich dann auch noch manchmal nicht ganz sicher sind oder gegenseitig, wie in der Wissenschaft immer üblich, widersprechen, weil sie eben bei ihren Forschungen zu unterschiedlichen Ergebnissen gekommen sind, der Bevölkerung in öffentlichen Räumen, Bahn und Bus etc. Masken vorzuschreiben, um sich gegenseitig besser zu schützen. Und die nächste und nächste Regierung erlaubt sich das auch noch. Welch Eingriff in die Freiheitsrechte des Menschen! „Die da oben (wer immer das ist, das ist nicht immer ganz klar) wollen uns alle einsperren und aller Rechte berauben, damit sie dann in Ruhe tun und lassen können, was sie wollen! Die Großen richten es sich und wir Kleinen zahlen drauf!“ ... und alle sind plötzlich „klein“, auch jene die 3000.-/4000.-€ und mehr an Lohn oder Pension haben.

Manchmal habe ich den Eindruck, man glaubt offensichtlich, dass so manche apokalyptische Sciencefiction – meist oberflächlicher Qualität – tatsächlich in nächster Zeit Realität werden wird, dass irgendwo ein böser autoritärer Weltherrscher sitzt und wartet, endlich zuschlagen und alles in die Hand nehmen zu können und alle Regierungen der Welt diesem in die Hand spielen.

Übrigens: In Krankenhäusern, OP-Stationen etc. waren auch schon vor Corona Masken aus hygienischen Gründen in der Arbeit verpflichtend vorgeschrieben. Die Corona-Krise lässt uns tief in die Angst besetzten Abgründe der menschlichen Seele blicken.

**Andrea Klimt**

## und wenn ...

und wenn ich innig betete  
meditierte  
bis ich alles um mich herum vergäße

wenn ich mich gut in den Schriften auskennte  
Zusammenhänge verstünde  
und Verse auswendig zitierte

wenn ich spräche  
die richtigen Worte  
meinen Glauben zu bekennen

wenn ich Gottesdienste besuchte  
häufig  
und regelmäßig

wenn ich sänge  
meine Stimme klingen ließe  
und Gott laut lobte

wenn ich Menschen Mut zuspräche  
und Trost  
und ihnen Orientierung gäbe

wenn ich weite Wege ginge  
mit Ziel und auch ohne  
oder als

wenn ich die Stille suchte  
und auch fände  
bis sie mich erfüllte

wenn ich auf vieles verzichtete  
und mich für andere aufopferte  
mein Geld und meine Zeit gäbe

wenn mir all dies möglich wäre

und ich wäre ohne Liebe

dann wäre  
all das  
nichts

wenn die Liebe erfüllt  
der erfüllt  
alles  
was nötig ist

*spirituelle Kompetenz nach 1. Korinther 13*

**Monika Renz**

### Versöhnung und Vergebung

Wie Prozesse der Befreiung im Leben und im Sterben möglich werden

Herder Freiburg i. Br. 2019  
159 Seiten  
ISBN 978-3-451-81892-9  
€ 18,00

Über zwei Jahrzehnte psychotherapeutische Praxis in der Sterbebegleitung und aktuelle Forschung der vielseitigen Autorin sind in dem kompakten Buch dargestellt. Dies ist auch die große Stärke dieses Buches, dass nichts ausgeklammert wird, sondern das Existenzielle auch in ihrer spirituellen Tiefe ausgelotet wird.

Nach einer einleitenden Klärung der Begriffe stellt das 1. Kapitel die Frage: „Warum überhaupt Versöhnung – warum vergeben?“ Entscheidend für den Menschen als „Beziehungswesen“ ist Unversöhntheit ein existentielles Beziehungsproblem; unversöhnt kann der Mensch nicht in Frieden sterben.

Das zentrale 2. Kapitel zeigt auf, dass „nur wer eine Perspektive hat“, vergeben kann. Mutig wird nicht nur die Frage gestellt: „Was brauchen Opfer?“, sondern auch: „Was brauchen Täter?“ Und jeder von uns hat sowohl Opfer- als auch Täteranteile in sich. Dazu werden jeweils zwei Modelle vorgestellt.

Die Frage „was führt zur Wende?“ wird im 5-Phasenmodell der Autorin erläutert, und zwar: 1. Vermeidung: „Versöhnungsprozesse beginnen im Unversöhntsein“ (120), 2. Zuspitzung: „Kein Prozess ohne Krise“ (124), 3. Hoffnungserfahrungen oder der Faktor Gnade: „von außen kommende Motivation“ (132) ist zumeist nötig, damit Versöhnung gelingen kann, 4. Entscheidung: Ist die Entscheidung zum Ja geschafft, fühlen sich die Menschen zufrieden, heiter, erleichtert, erfüllt; 5. Versöhnung und Vergebung: „innerseelische Versöhnung zeigt sich vielfältig, emotional wie spirituell“ (143).

In erster Linie empfohlen wird dieses Buch Fachleuten, die Menschen in Konfliktsituationen begleiten oder mit Sterbenden arbeiten. Wegen der guten Lesbarkeit und mit den vielen Beispielen sei es allen ans Herz gelegt, die sich persönlich auf dieses Thema einlassen.

**Franz Feiner**

**Roswitha Pendl-Todorovic/  
Hans Neuhold**

### Religion entdecken

3. Handbuch zu „fragen und verstehen“

FinsterVerlag 2020  
1. Auflage  
208 Seiten  
ISBN: 978-3-9503664-7-1  
€ 18,70

Vor mir liegt das druckfrische LehrerInnen Handbuch für den katholischen Religionsunterricht in der 3. Klasse Volksschule und ich freue mich darüber. Seit vier Jahren arbeite ich nun schon mit den neuen Religionsbüchern der Grazer Autorengruppe: Pendl-Todorovic, Neuhold, Feiner, Hipp, Finster u. Zisler. Erschienen ist das Handbuch im Finster Verlag und bestellbar mit dem Link [www.finsterverlag.at](http://www.finsterverlag.at) oder per Mail: [service@finsterverlag.at](mailto:service@finsterverlag.at)

In einem theoretischen ersten Teil zu Beginn werden in einzelnen Beiträgen von ausgezeichneten PraktikerInnen aus dem steirischen Religionsunterricht zentrale Begriffe und Thematiken zu schulstufenrelevanten Themen beschrieben, bedacht und mit vielen Impulsen versehen. Die von verschiedenen AutorInnen erprobten und verfassten Inhalte der Themen spannen einen weiten Bogen von Inklusion im Religionsunterricht, ethisches Lernen, Gottesfrage bis zu kreativem Gestalten und gelebter Religion in Osterfestkreis und Sakramenten.

Im zweiten Teil des Buches wird jede Doppelseite im Religionsbuch erschlossen und regt mit wertvollen, gut umsetzbaren Impulsen für die Stundenvorbereitungen zum Erstellen eines situationsgerechten Lernangebots an. Besonders hilfreich darin ist die Vernetzung mit den einzelnen Kompetenzbereichen und Lernanlässen des Lehrplans für die Volksschule. Die methodisch-didaktischen Ideen, Anregungen und Vorschläge für die Unterrichtsstunden sind ansprechend und sehr gut im Unterricht anwendbar, im Buch aufbereitet. Das Handbuch erleichtert die Unterrichtsvorbereitungen und macht mit seinen anregenden Vorschlägen Spaß bei der Erarbeitung der Religionsbuchinhalte mit den SchülerInnen.

Als zusätzliches Angebot gibt es im FinsterVerlag auch eine CD mit allen Liedern, Geschichten und Texten des Religionsbuches 3 „fragen und verstehen“.

**Doris Fercher-Binder**

**Franz Feiner**

## Der Benediktushof – Zentrum für Meditation und Achtsamkeit

Der Benediktushof westlich von Würzburg, eines der größten Zentren für christliche Kontemplation, Achtsamkeit und Zen-Meditation in Europa, wurde 2003 von dem Benediktiner und Zen-Meister **Willigis Jäger** (1925-2020) ins Leben gerufen. Er war einer der bedeutendsten zeitgenössischen Wegbereiter einer religions- und konfessionsübergreifenden Spiritualität. Ein Herzensanliegen war ihm, dem katholischen Priester und Benediktiner, Menschen bei ihrer Suche nach einer Sinndeutung ihres Lebens zu unterstützen, indem er die christliche Mystik mit Zen verband. Am 20. März 2020, kurz nach seinem 95. Geburtstag starb er. Entsprechend seinem Wunsch ist seine letzte Ruhestätte auf dem Klosterfriedhof der Abtei Münsterschwarzach, deren Ordensbruder er bis zu seinem Lebensende blieb.

### Damals ein Zentrum des klösterlichen Lebens – zur Geschichte der ehemaligen Klosteranlage

Der Benediktushof war, wie sein Name schon aussagt, früher ein Benediktinerkloster. Seine Gründung geht auf das 8. Jahrhundert zurück. Das Kloster erlebte eine wechselvolle Geschichte, sowohl Blütezeiten als auch Zerfall, Aufhebung in der Reformationszeit, neuen Aufschwung und Niedergang.

### Heute – ein Zentrum für Meditation und Achtsamkeit

Im Jahr 2002 erwarb die Unternehmerin Gertraud Gruber das Anwesen mit der Absicht, es Willigis Jäger und seiner spirituellen Arbeit zur Verfügung zu stellen. Sie ließ den Benediktushof von Grund auf restaurieren, um- und ausbauen. Am 1. Dezember 2003 konnte der Kursbetrieb aufgenommen werden. Als Seminar- und Tagungszentrum bietet er mit seiner überreligiösen und überkonfessionellen Ausrichtung ein breites Spektrum für Meditation und Achtsamkeit an. Eine Stiftung wurde gegründet.

- Die Angebote und Kurse widmen sich neben den großen östlichen und westlichen Meditati-

onswegen Zen und Kontemplation, vielfältigen Achtsamkeitsmethoden, Yoga, Kurse aus den Bereichen Führungskompetenz, Kreativität, Gesundheit und Selbsterfahrung sowie spirituellen Wegen aus den Weltreligionen.

Der Benediktushof ist das ganze Jahr über offen für Gäste. Die täglichen Meditationszeiten sind für jeden zugänglich. Der Benediktushof bietet viele unterschiedliche Kurse, die alle die Meditation zu ihrem Inhalt haben, z.B. werden im Oktober 2020 63 (!) Kurse angeboten – große Nachfrage, kaum Absagen!

- Spiritualität im Alltag zu leben, wird in besonders konkreten Formen umgesetzt. Das Engagement wahrt nicht nur die Traditionen, sondern richtet den Blick auch nach vorn auf die „Generation Zukunft“, z.B. mit dem Schulprojekt "Lernen mit Achtsamkeit"; in einem Unterrichtsfach werden Achtsamkeitsübungen kombiniert mit Elementen der gewaltfreien Kommunikation.
- Ein Herbstcamp für Studierende und Auszubildende thematisiert Spiritualität und Beziehungen: „Wir sind Beziehungen. Unser Leben fängt als Beziehung an, ... es findet immer nur als Beziehung statt. Unabhängigkeit und Selbstständigkeit entpuppen sich zunehmend als Illusionen. Umso wichtiger ist es, uns die für uns so konstitutiven Beziehungen etwas genauer anzuschauen. Allen voran die Beziehungen zu uns selbst, zu denen, die wir lieben, aber auch zu denen, die wir ablehnen und zu dem, was wir Umwelt nennen.“

Die West-Östliche Weisheit Willigis Jäger Stiftung erforscht, gestaltet und fördert Spiritualität mit Veröffentlichungen und Symposien. Eine gut-sortierte Buchhandlung mit kleinem Café, ein Hofladen mit Produkten des Benediktushofes und aus der Region und ein Bistro bieten Räume zum Verweilen und für persönliche Begegnungen.

Die Website bietet auch einen reichhaltigen Online Shop mit diversen Meditations-Richtungen, besonders Achtsamkeit und v.a. auch für Führungskräfte. ✦

#### Quellen

<https://www.benediktushof-holzkirchen.de/benediktushof/>  
<https://west-oesstliche-weisheit.de/>

**Miriam Stanonik**

## Bibliodrama, Singen und Liturgie als tragende spirituelle Erfahrungen bei Gestaltkursen

Die Integrative Gestaltpädagogik nach Albert Höfer gehört sicherlich zu einer ganzheitlichen Pädagogik, die als grundlegende Arbeitsmethode kreativen Medien und Ansätze verwendet. Meistens arbeitet man mit Stimme und Körper, Zeichnen, Ton formen und anderen ganzheitlichen Ansätzen. Das Genannte ermöglicht den Lernenden religiöse Erfahrungen zu machen, für die sie sensibilisiert werden und diese kritisch zu reflektieren. Die Besonderheit der gestaltpädagogischen Bildung nach Albert Höfer zeigt sich in der religiösen Dimension. Weil Höfer religiöse Erfahrung als ganzheitliche und im Leben verwurzelte versteht, stellt er die konkrete Person mit ihrer eigenen Erfahrung in den Mittelpunkt des gestaltpädagogischen Modells. So stellt er Kreativität an die erste Stelle und nicht Religion, dabei fokussiert er sich aus therapeutischer Sicht auf die Lebensgeschichte und aus der religiösen Sicht aufs Transzendente. Deshalb wird eine biblische Geschichte inszeniert und nicht nur zu erzählt.

Biblische Geschichten sprechen immer wieder sowohl die bewusste als auch die unbewusste Dimension an. Somit können die TeilnehmerInnen nach dem subjektiven Willen und Können in den Lernprozess eintreten. Im Vordergrund der Bildung stehen so drei Kompetenzen: pädagogische, therapeutische und religiöse. Die Letztere kann den TeilnehmerInnen helfen, die religiöse Erfahrung und die biblisch-theologischen Dimensionen auf dem Weg zu einem tieferem Glauben, lebendiger Hoffnung und wachsender Liebe zu vertiefen.

Das Bildungsprogramm enthält täglich verschiedene religiöse Elemente. Morgenlob mit Psalmen und Hymnen als Ritual steht am Beginn des Tagesablaufes. Einige verstehen es als

ein Vorsingen und Singen, andere als psychologische Übung, wieder andere als Gebet. Man kann mit Worten beten, aber auch beten im Singen. Das Letzte ist ein meditativer Gesang, der in sich nicht anspruchsvoll ist und trotzdem in mir und in der Gruppe zu Veränderung führt. Meine bzw. unsere Seelen beginnen sich zu öffnen. Spirituelle Impulse dabei sind Richtmarken auf diesem Weg. Besonders sind auch die Meditationen mit Ikonen hervorzuheben.

Die Bibel versteht den Menschen als ganzheitliches Wesen in Kommunikation mit dem Schöpfer. Biblische Erzählungen ermöglichen es, sich in vielen biblischen Charakteren und Personen selbst zu erkennen. Sie laden zur Identifikation ein. Die Bibel ist kein Buch über sündlose und vollkommene Menschen. Sie zieht uns gerade deshalb an, weil „ihre“ Helden nicht perfekt sind. Die Personen zeigen uns, wie Gott sie durch ihr Leben zur gereinigten Beziehungen begleitet und ihnen bei Herausforderungen half. Der Text überwältigt uns manchmal so, dass wir den Zweck des Schriftstellers vergessen, uns selbst in dem Text als Person erkennen und mit ihm kommunizieren. Ich denke an die abendlichen biblischen Meditationen, die Meditationen neben den Bildern von Anne Seifert, das Bibliodrama und viele spirituelle Impulse.

Die Methoden und Ansätze der Gestaltpädagogik haben auch unsere Messen, in denen Ganzheitlichkeit und Erfahrung wichtig sind, bereichert. In der Liturgie sind wir freier und tiefer geworden. Unsere in der Gruppe geäußerten Probleme haben wiederholt ihren Platz im Gottesdienst bekommen. Ein unverzichtbarer Teil religiöser Erfahrung mit dem Körper ist der Tanz, der sensibilisiert, einstimmt, vorbereitet, ermutigt oder beruhigt; er erweckt empathische Kommunikation, Sicherheit, Verantwortung und Gleichheit in der Gruppe. Gleichzeitig vertieft er unsere Gefühle und Beziehungen zum Transzendenten.

Anbei noch einige Aufzeichnungen unserer TeilnehmerInnen, die über die Auswirkung

gen der Ausbildung in Gestaltpädagogik auf ihre religiöse und spirituelle Dimension des Lebens geschrieben haben. Unter den Arten, wie der gestaltpädagogische Ansatz sie sensibilisierte, heben, sie hervor:

Die Bibel, die sie in einem neuen Licht kennengelernt haben, erzählt mehr über das Leben, als sie bisher gedacht haben. Es wurden neue Lebensperspektiven eröffnet, in denen mögliche Ressourcen für die Problemlösung gefunden wurden. Die Erkenntnis, dass nicht alles von uns abhängt, um die Herausforderungen des Lebens zu lösen. Durch religiöses und spirituelles Denken erkennen sie, dass sie in Krisenmomenten nicht allein sind. Zu den Methoden, die die religiöse und spirituelle Dimension am meisten angesprochen haben, gehören das Bibliodrama – die Geschichte von Mose, die Ehebrecherin, den Kreuzweg Jesu / Passion, gefolgt von kreativem Schreiben und Übungen, die die physische Dimension betreffen. Es folgen noch Singen, künstlerischer Ausdruck. Lesen von Bildern, Modellieren ....

### Das TeilnehmerInnen beschreiben das Erlebte als ...

- Grundlegendes Vertrauen und der Glaube, dass die Dinge „bereits“ gut laufen werden (man kann oder muss nicht immer alle Zügel in den Händen haben)
- Die morgendlichen Rituale – beginnend mit einem Tanz, ergänzt durch das Wort Gottes und eine kurze Ansprache – schienen mir eine sanfte Einladung zu einem neuen, reichen Tag
- Bewusster spiritueller Eintritt in den Tag und bewusste Dankbarkeit
- Eine morgendliche Einladung und das Empfangen der Gegenwart Gottes
- Unterstützung der TeilnehmerInnen untereinander in Verbindung mit dem Herrn
- Dank und Segen und die Gewissheit, dass alles gut wird, als Einstellung auf die richtige Frequenz

- Als ich die Ehebrecherin dramatisierte, spürte ich die Komplexität der Menge und was darin geschah
- In Rahel und Laban erkannte ich meine Beziehung zu meinem Vater
- In der Rolle einer Ehebrecherin, die von der Menge angegriffen wurde, erlebte ich einen schrecklichen inneren Kampf die Menschen, die mich ablehnen, zu akzeptieren
- Im Rollenspiel spürte ich die große Spannung und das Drama der biblischen Erzählung und übertrug sie auf intensive Weise auf die aktuelle persönliche Situation. Ich war sehr positiv beeinflusst von der Hoffnung, dass am Ende alles gut gehen würde
- Die Wahl der biblischen Charaktere, ihre Inszenierung und die auffallende Ähnlichkeit des Individuums mit dem dargestellten biblischen Charakter
- Eine „starke“ Erfahrung, mit der Erkenntnis, wie Gott in mein Leben eintritt
- Die Erkenntnis, dass biblische Charaktere keine perfekten Wesen sind, die im Alltag unzugänglich sind, sondern Teil der Lebensgeschichte jedes von uns
- Mitgefühl und Leiden stellen den Weg zu neuen Einsichten bzw. zu Auferstehung und Freude dar
- Als ich den Psalm schrieb, hatte ich das Gefühl, dass meine Hand nicht nur von meinem menschlichen Willen geleitet wurde
- Beim Schreiben nahm ich Nähe wahr, eine spirituelle Berührung des Transzendenten, das gepflegte Vertrauen
- Es war so schön während des Tanzes, dass ich anfang zu weinen
- Mit dem Tanz, der Bewegung war alles, was man nicht oder nicht in Worten ausdrücken konnte, gezeigt
- Ich kann mit meinem ganzen Sein ein Teil Gottes sein

- Als Gemeinschaft werden wir in einen spirituellen Raum „geworfen“, der religiöse Kommunikation ermöglicht, während diejenigen, die in einer Welt immanenter Kommunikation bleiben möchten, zugelassen werden.
- Ein Gefühl der Verbindung, in dessen Mitte Gott ist
- Tanzen als Ritual der Beruhigung; Tanzen als physische Verinnerlichung des geäußerten Inhalts, Tanzen als Beginn und Ende eines Prozesses
- Liturgie als Geschenk des persönlichen Wissens und der Geschichten anderer TeilnehmerInnen
- Als Auferstehung und Halleluja
- Die heilige Messe als Höhepunkt und ganzheitliches Stimmungshoch am Ende des Treffens. Sie ist Anker und gleichzeitig der Kern meines Glaubens.
- Als echte Bereicherung .... Wo ich wirklich mit meinem ganzen Körper präsent war
- Eine neue Welt hat sich geöffnet, mit dem Gefühl, dass ich Gott berühren kann und dass er nur für mich da ist

Wenn wir den Glauben als freiwilliges Geschenk, als Bereicherung und nicht als Pflicht erleben, bekommen wir damit auch Schatz und Unterstützung. Das Erkennen und Akzeptieren unserer eigenen religiösen Biografie eröffnet die Möglichkeit, daraus zu lernen. In Albert Höfers gestaltpädagogischem Ansatz steckt sicherlich ein außergewöhnliches Potenzial, das in Zukunft nicht nur der ganzheitlichen Dynamik des Einzelnen, sondern auch der Gesellschaft dienen kann. ■

*Prof. Miriam Stanonik, Pädagogin und Direktorin einer Schule in Slowenien, Trainerin und Schriftführerin im Schwesternverein des IIGS, der DKGP (Društvo za krščansko gestalt pedagogiko)*

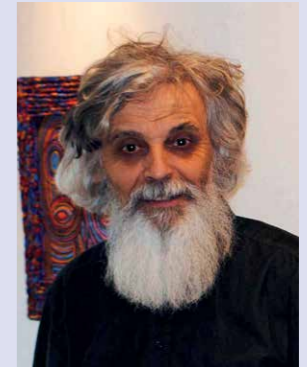


Foto: Hans Reitbauer

### Zum Künstler

## Alois Neuhold

Geboren 19.04.1951, 1970-76, Studium der Theologie, Uni Graz, Diplomarbeit über P. Klee, Priesterweihe, 1978 suspendiert, 1978-82 Akademie der Bildenden Künste, Wien (Graphik, Prof. Melcher), Diplom, Graphikwerkstatt Pecs, 1986 Kunstförderungspreis der Stadt Graz, seit 1986 Mitglied der Künstlergruppe „77“, 2004 - 2011 Präsident der „Gruppe77“.

Tätigkeitsbereiche: Grafik, Malerei, Plastik, Installation, Glasfenster, Buchillustrationen, sprachschöpferische Poetik,

Zahlreiche Einzel- und Gruppenausstellungen, öffentliche Aufträge, Kapelle Dörfla, Kapelle LKH Fürstenfeld. In den 80er Jahren beteiligt an repräsentativen Ausstellungen - in ganz Europa - in denen neue Kunst aus Österreich gezeigt wurde,

2012 Retrospektive mit Buchpräsentation im „steirischen herbst“, Graz, Kulturzentrum Minoriten. 2016: Hofgalerie Graz: Von Angesicht zu Angesicht; 2017 Galerie Reitbauer: Augenblicke; 2018 Ausstellungsbeteiligung Kunsthaus Graz: Glaube, Hoffnung, Liebe; 2020 Kultum Graz: Innergärten und Trotzdemblüten

Weitere Infos: [www.kultum.at](http://www.kultum.at) und auf [Youtube](https://www.youtube.com/)

**Silvia Habringer-Hagleitner**

## Berührt lernen. Jesuanische Spiritualitätsbildung im RU

Jesus ließ die Kinder zu sich kommen, er umarmte und segnete sie. So natürlich uns dies erscheint, so bedeutungsvoll wird dieses Handeln in einer von Abstandsregeln geprägten, berührungsarmen Zeit. Wenn viele von uns angesichts von Einschränkungen und Ängsten in den letzten Monaten ernster geworden sind, kann das jesuanische „Fürchtet euch nicht“ ein erneuernder Wegweiser sein. Religionsunterricht ist – vor allem wenn er gestaltpädagogisch und kinderorientiert angelegt ist – ein Kraft- und Freudenfach. Und Kinder haben ein Recht auf einen solchen Unterricht – gerade in Zeiten von gesellschaftlichen Verunsicherungen.

In vier Thesen wird dargestellt, welche Schwerpunkte ein jesuanisch orientierter Religionsunterricht setzt, um Kindern ein Leben in Fülle erfahrbar werden zu lassen.

### 1. Jesuanische Spiritualitätsbildung fördert und bewahrt beziehungshafte Lebenslust und Lebensbejahung

Wenn Kinder im Religionsunterricht Freude, Humor, Dankbarkeit, Spaß und Freundschaft erleben, verwirklicht sich jesuanische Spiritualität. Diese trennt nicht in Heiliges und Weltliches. Wo Kinder im Spielen, Singen, Tanzen, in gemeinsamen Tätigkeiten mit Freunden und Freundinnen Nähe, Spaß und Wachstum erleben, sind sie verbunden mit dem Gott des Lebens und atmen sie den Geist jesuanischer Spiritualität ein. Wer nie erlebt, dass das Leben Spaß macht, wird nicht wirklich an den Gott des Lebens glauben können. Er wird auch keine Dankbarkeit und Freude empfinden können. Aus diesem Grund ist jesuanische Spiritualitätsbildung eine Sensibilisierungsschule in Sachen tiefer und anhaltender Lebensfreude, Glück und Dankbarkeit.

### 2. Jesuanische Spiritualitätsbildung fördert Achtsamkeit für andere und solidarisches Denken und Handeln

Jesuanische Spiritualität ist eine Spiritualität der offenen Augen und empathischen Herzen. Mit Liebe zur Wirklichkeit können Ungerechtigkeitszustände, Leid und Schmerz bei anderen Geschöpfen und Menschen sensibel wahrgenommen werden. Der Religionsunterricht hat die Möglichkeit mit Hilfe biblischer Geschichten nach einer anderen Gerechtigkeit zu fragen. Er kann Machtzusammenhänge entlarven und falsche Götter der Gegenwart entmythologisieren. Wenn dies geschieht, findet jesuanische Spiritualitätsbildung statt.

### 3. Jesuanische Spiritualitätsbildung fördert Mut, Zuversicht und Gelassenheit angesichts einer bedrohten Weltwirklichkeit und des Todes

Wer mit Jesus von Nazareth an einen Gott der Barmherzigkeit und der bedingungslosen Liebe glauben kann, wer sich auf diesen spirituellen Weg begibt, verhilft sich zu offener Wahrnehmung eigener Schattenseiten und körperlicher Begrenztheiten. Trotz stetig steigenden gesellschaftlichen Leistungs- und Konkurrenzdrucks befreit jesuanische Spiritualitätsbildung von Perfektionswahn und dem Zwang zur Verdrängung eigener Schuldzusammenhänge. Sie verhilft zu Milde und Fehlerfreundlichkeit (sich selbst und anderen gegenüber) und fördert somit das Gefühl von Freiheit: frei von der Angst zu versagen, ohne die Realitäten verdrängen zu müssen. Damit zusammenhängend fördert sie Fragментарitätskompetenz und Versöhnungsbereitschaft. Kinder sind offen für eine ehrliche Kommunikation und können – wenn ihnen Zeit und Raum dafür geboten wird – von ihren Sehnsüchten, ihren Begrenztheiten im Umgang mit anderen, ihren kleinen und großen Ängsten und Sorgen reden. Dafür brauchen sie ReligionslehrerInnen, die auch zu geben können, was in ihnen noch unheil ist.

### 4. Jesuanische Spiritualitätsbildung führt in die innige Verbindung mit dem Göttlichen

Wie alle spirituellen Traditionen lebt auch die jesuanische Tradition von Gebet und Meditation, d.h. von der Verbundenheit mit einem bleibenden Gegenüber. Die Kraft des Gebets in seinen ganzheitlichen Formen wie Herzensgebet, Körpergebet oder in achtsamen Schweigezeiten neu zu entdecken und mit Kindern einzuüben, ist Teil jesuanischer Spiritualitätsbildung. Auch das Vater Unser kann eine jesuanische Spiritualitätsbildung von klein auf begleiten: in diesem Gebet ist die jesuanische Haltung des Sich-Verdankt-Wissens ebenso enthalten wie die für Jesus zentrale Versöhnungshaltung. Doch an dieser Stelle gilt zuallererst das Prinzip der Lebensbejahung und Lebensfreude. Das jesuanische Gebetsleben ist jenseits von Zwang und religiösen Vorschriften.

**Helga Kohler-Spiegel**

## Psychisch widerstandsfähig – mit Religion und Spiritualität?

### Am Beispiel der jüdisch-christliche Religion

#### 1. Resilienz. Bahnbrechende Forschungen einer Frau

Emmy Werner hat – zusammen mit Ruth Smith – 1955 mit ihrer Längsschnittstudie an 698 Kindern auf der Hawaiiinsel Kauai begonnen, über 40 Jahre hinweg Kinder mit v.a. sozialen Risikofaktoren (wie zum Beispiel Armut, Krankheit oder Suchtmittelmissbrauch der Eltern, Vernachlässigung, Gewalt) in deren Entwicklung beobachtet. Das zentrale Ergebnis von Emmy Werners Studie ist, dass sich ungefähr ein Drittel der Kinder trotz dieser Risikofaktoren positiv entwickelten. (Vgl. Werner und Smith 1989)

Es ist eine intrinsisch motivierte Bewegung hin zu jenem liebenden Gegenüber, das auch in den tiefsten Tiefen und den höchsten Höhen menschlicher Erfahrungen als anwesend und Da-Seiend erfahrbar ist. Es ist ein freies In-Beziehung-Treten, das erhellt und aufrichtet. ■

*Hochschulprofessorin Dr. habil. Silvia Habringer-Hagleitner lehrt Religions- und Spiritualitätsbildung an der Privaten Pädagogischen Hochschule der Diözese Linz.*

#### Literatur:

Habringer-Hagleitner, S. (2018): Jesuanische Spiritualitätsbildung – Versuch einer christlich-theologischen Begründung von Spiritualitätsbildung, in: Caloun, E./ Habringer-Hagleitner, S. (2018): Spiritualitätsbildung in Theorie und Praxis. Ein Handbuch. Stuttgart. Kohlhammer, 131-145.

Diese Kinder waren „resilient“. Damit verbunden war die entscheidende Frage: Was macht es aus, dass sich diese Kinder trotz so widriger Umstände positiv entwickeln konnten? Entscheidend war: „Zumindest eine enge Bezugsperson, die sich liebevoll um sie kümmerte und auf ihre Bedürfnisse reagierte, die Grenzen setzte und Orientierung bot.“ (Berndt 2013, 67) Auf der Basis dieser Forschungen von Emmy Werner entwickelte sich die Resilienzforschung mit den zahlreichen Studien zur Frage, wie Resilienz, d.h. „...die psychische Widerstandsfähigkeit gegenüber biologischen, psychologischen und psychosozialen Entwicklungsrisiken“ (Wustmann/Fthenakis 2004, 18) im Verlauf des Lebens aufgebaut und gestärkt werden kann.

#### 2. Sicher gebunden – auch im Religiösen

„Zumindest eine enge Bezugsperson...“ – sie gibt Geborgenheit und Sicherheit, Resonanz und Gesehenwerden, Halt und Orientierung (vgl. Kohler-Spiegel 2013, 103ff). Sicher und gebor-





Alois Neuhold, Detail aus der Ausstellung „Innergärten und Trozdemblüten“, Kulturen Graz, 2020, Foto: Reitbauer

gen, ausreichend passend beantwortet und begleitet sowie mit anderen Menschen verbunden zu sein, das ist das „Hauptnahrungsmittel“ für den Menschen.

Der Begriff „religio“ wird meist verstanden als sich binden, sich rückbinden, sich fest machen. Es meint Festigkeit, Beständigkeit, Zuverlässigkeit, Vertrauen. Vor allem in der jüdisch-christlichen Tradition wird die Beziehung zwischen Gott und dem Menschen häufig als Bindung, als Verbindung, als „Bund“ dargestellt: Da ist ein Gegenüber, „ein Gesicht“, das über dem Menschen „leuchtet“ und da ist, wie es im „Aaronitischen Segen“ (Num 6,24ff.) heißt, das aber auch ambivalent und fremd sein kann.

Jüdisch-christlich wird der Name, also das Wesen Gottes erfasst mit den vier Buchstaben: JHWH – „Ich bin bei Dir. Ich bin da, als der/die ich da sein werde.“ Das Zentrum, der Name Gottes, ist ein Beziehungsangebot. Diese Botschaft ist verknüpft mit der Zusage: „Fürchtet euch nicht. Habt keine Angst.“ 365 Mal findet sich diese Zusage in der Bibel – als wäre es notwendig, diese Botschaft jeden Tag auf's Neue zu hören, immer wieder.

Auch am Beginn und am Ende des Weges Jesu steht diese Botschaft des „Ich bin bei dir“ und „Fürchtet euch nicht“. In Jesu Handlungen und Worten wird dies erfahrbar und sichtbar: Der Gott der Bibel, der Gott Jesu verspricht den Menschen kein einfaches und unkompliziertes, auch kein leidfreies Leben, aber ein begleitetes Leben. Jüdisch-christlicher Glaube kann verstanden werden als Angebot für ein begleitetes Leben – über den Tod hinaus.

Resonanz und Beziehung, einander beantworten, einander nicht alleine lassen mit den jeweils eigenen Erfahrungen und Empfindungen, Herausforderungen und Nöten – das ist eine zutiefst christliche Grundhaltung, wie sie sich in den Schriften des Neuen Testaments als zentrale Haltung Jesu zeigt. Sich als Christin oder Christ zu verstehen, heißt, sich eingeladen zu wissen zu einem solchen Handeln: sich gegenseitig anzuerkennen, einander Resonanz zu geben, und besonders die Menschen zu beantworten, die am Rande stehen, die nicht bzw. kaum gesehen werden.

### 3. Was Menschen schützt

Die Möglichkeiten, psychische Widerstandsfähigkeit zu entwickeln, zu fördern und zu üben, sind zahlreich, sie können aus verschiedenen Quellen, auch aus Religion und Spiritualität gespeist sein. Unter den vielen Schutzfaktoren gibt es sieben Handlungsmöglichkeiten, auch „die sieben Säulen der Resilienz“ genannt. Die ersten drei beschreiben nach Monika Gruhl (2010, 23ff) die Grundhaltungen: Optimismus, Akzeptanz und Lösungsorientierung.

- Ich sehe auch in schwierigen Situationen das Stärkende.
- Ich akzeptiere, was nicht zu ändern ist.
- Ich suche nach Lösungen bzw. nach einem nächsten Schritt.

Aus diesen Grundhaltungen entwickeln resiliente Menschen vier erfolgreiche Fähigkeiten für ihr Denken, Fühlen und Handeln (Vgl. Gruhl 2010, 55):

- Ich kann mich selbst steuern, ich kann etwas tun...
- Ich „antworte“ auf die Situation und übernehme Verantwortung.
- Ich habe andere Menschen, mit denen ich verbunden bin oder mit denen ich mich verbinden kann. Ich habe Menschen, auf die ich mich verlassen kann.
- Ich mache mir Bilder von meiner Zukunft, ich plane meine Zukunft, ich bin offen für Neues.

### 4. Religion und Spiritualität. Was fördert, was hilft?

Diese Kernelemente von Resilienz finden sich in den Kernelementen lebensfördernder Religion und Spiritualität, alle sieben Punkte können religiös durchbuchstabiert werden. Religion und Spiritualität bieten auch konkrete Übungen dazu an: Stärkende Gedanken am Morgen und am Abend, die Rhythmisierung des Tages und der Woche durch Rituale und Affirmationen, Zeiten von Ruhe und Stille, Meditieren im Rhythmus des Atmens und Pilgern und gemeinsames Singen, stärkende Menschen, die da sind und die eigene Grundhaltung teilen, sowie eine zugewandte „Kraft“, die viele Gott nennen.

Menschen in Veränderungsprozessen oder in psychischen Krisen, episodisch oder andauernd – lebensfördernde Religion und Spiritualität halten Grundhaltungen und „Techniken“ bereit, damit Menschen sich getragen wissen und vertrauen können, damit sie Halt und Orientierung finden, sich öffnen und Worte finden können für ihren Kummer und ihr Entsetzen, ihre Trauer und ihre Wut, damit Menschen auf die Jahrtausende alten Sprachbilder der Bibel und besonders der Psalmen zurückgreifen können, u.v.m. (Vgl. Kohler-Spiegel 2017, 64f)

### Zum Schluss

Eine ganz kurze Übung lege ich Ihnen ans Herz, Sie können diese Übung beim Aufwachen und vor dem Einschlafen machen, oder während

des Zähneputzens: Es ist gut, sich am Morgen drei Minuten Zeit zu nehmen, um drei Punkte zu überlegen, worauf Sie sich heute freuen. Großes, Unscheinbares, Alltägliches... Und es ist gut, sich am Abend drei Minuten Zeit zu nehmen, um drei Punkte zu überlegen: Wofür bin ich heute dankbar? Wem bin ich heute dankbar? ✱

Prof. Dr<sup>in</sup>. Helga Kohler-Spiegel, Pädagogische Hochschule Vorarlberg, FB Human- und Bildungswissenschaften, Psychotherapeutin und Lehrtherapeutin, (Lehr-)Supervisorin und Coach.

#### Literatur:

Berndt, Christina (2013): Resilienz. Das Geheimnis der psychischen Widerstandskraft. Was uns stark macht gegen Stress, Depressionen und Burn-out. München: Deutscher Taschenbuch-Verlag.

Gruhl, Monika (2010): Die Strategie der Stehauf Menschen. Resilienz - so nutzen Sie Ihre inneren Kräfte. Freiburg i.Br.: Herder.

Kohler-Spiegel, Helga: Gesehen werden – gebunden sein. Ein psychologischer Blick auf eine „Kultur der Anerkennung“. In: Kroboth, Thomas, Lehner-Hartmann, Andrea, Polak, Regina (Hrsg.): Anerkennung in religiösen Bildungsprozessen. Interdisziplinäre Perspektiven (= Wiener Forum für Theologie und Religionswissenschaft, Bd. 8), Göttingen 2013, 103-113.

Kohler-Spiegel, Helga (2017): Jung und resilient. Bindungserfahrung und Persönlichkeitsentwicklung im Kontext religiöser Bildung. In: Boschki, Reinhold u.a. (Hrsg.): Person – Persönlichkeit – Bildung. Aufgaben und Möglichkeiten des Religionsunterrichts an berufsbildenden Schulen. Münster/New York: Waxmann, 55-67.

Wustmann, Corina/Fthenakis, Wassilios (Hrsg.) (2004): Resilienz. Widerstandsfähigkeit von Kindern in Tageseinrichtungen fördern. Weinheim/Basel: Beltz.

Werner, Emmy E (2011). Risiko und Resilienz von Kindern aus multiethnischen Familien. In: M. Zander, Margherita (Hrsg.): Handbuch Resilienzförderung. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften, 32-46.

## Kornelia Vonier-Hoffkamp ARGE\*-Tagung 2020

### Corona schafft auch hier neue Wege

Vom 19.-20. September wollten Vertreter\*innen aller ARGE-Vereine sich wie jedes Jahr in Augsburg treffen, um sich auszutauschen und gemeinsame Anliegen zu besprechen und zu planen. War noch im Juli klar, dass wir alle nach Augsburg fahren, veränderten die Zunahme der Fallzahlen diese Planung und – wie auf dem Foto zu erkennen ist – fand unsere Konferenz online statt. Es fehlte zwar die Begegnung, dafür konnten mehrere teilnehmen, die sonst nicht hätten kommen können.

Das Besonderste zu Beginn: erstmalig nahmen zwei Vertreterinnen des neugegründeten kroatischen Vereins teil und schlugen sich wacker beim Verstehen aller Dialekte – unterstützt durch die gelegentliche Übersetzung ins Kroatische durch Stanko Gerjoli und seine designierte Nachfolgerin Iva Nežić Glavica.

Auch virtuell nahmen wir uns Zeit zum Kennenlernen und uns zu erzählen, was Gestalt bekommen hat in der Corona-Zeit. Eine intensive Runde. Die Vereinsberichte wurden schon vorab erstellt und an alle verschickt, so dass wir nur noch Nachfragen stellten. Hans Neuhold schaltete sich teilweise zu und so konnte auch er als AHG-Vorsitzender an entsprechenden Themen teilnehmen.

### Themen, die uns beschäftigten, waren:

- Die **Digitalisierung der Folien von Anne Seifert** und die Aktualisierung der teilweise nicht mehr dem aktuellen Forschungsstand entsprechenden Begleittexte. Letztere aufwändige Arbeit übernehmen dankenswerter Weise Hans Neuhold und Franz Feiner, sie soll bis Ende dieses Jahres abgeschlossen sein.
- Der zurückliegende zweite Gestaltkongress in Celje 2018 und die Fertigstellung des **Kongress-**



Teilnehmer\*innen 2020

**Bandes.** Über die Gestaltvereine kann der Band bis Ende des Jahres bestellt werden.

- Die Planung eines **neuen Gestalt-Kongresses**, angedacht für August 2023 unter dem Arbeitstitel: „Die Kunst zu leben – zum Menschsein befreien. Integrative Gestaltpädagogik in ihren vielen Facetten und Möglichkeiten“.
- Noch einmal soll der Versuch gestartet werden, ein **Trainerseminar in der Tradition von Alberts Hütte** zu starten. Das diesjährige konnte aufgrund von Corona und wenigen Anmeldezahlen nicht stattfinden. Zielsetzung: Vernetzung und Austausch zwischen werdenden und „altgedienten“ Trainer\*innen und Weitergabe von Wissen und Können der Gestaltpädagogik nach Albert Höfer. Termin: **Do 29.7. – Mo 2.8.2021**, (Raum Innsbruck).

Nach über 5 Stunden virtueller Sitzung war die einhellige Meinung: es war eine gelungene und konstruktive Sitzung, aber wir freuen uns alle auf das leibhaftige Wiedersehen nächstes Jahr vom 16. – 17.10.2021 in Augsburg.

\*ARGE = *Arbeitsgemeinschaft der Institute und Vereine für Integrative Gestaltpädagogik und heilende Seelsorge*

Alois Neuhold,  
Detail aus der Ausstellung  
„Innergärten und Trotzdemblüten“,  
Kulturm Graz, 2020,  
Foto: Reitbauer



Termin	Ort	Thema / ReferentIn	Veranstalter / Anmeldung
<b>IIGS – Landesgruppe Steiermark</b>			
24.11.2020 17:00 – 19:30	KPH Graz Langegasse 2	<b>Identität! Was trägt mich? Was gibt mir Halt?</b> mit <i>Brigitte Semmler-Brucker</i>	KPH Graz oder <a href="mailto:irmgard.pucher@casanostra.org">irmgard.pucher@casanostra.org</a>
19.01.2021 17.00 – 19.30	KPH Graz Langegasse 2	<b>Tönen und Singen mit Leichtigkeit</b> mit <i>Aron Saltiel</i>	KPH Graz oder <a href="mailto:jonny.reitbauer@iigs.at">jonny.reitbauer@iigs.at</a>
<b>IIGS – Landesgruppe Kärnten</b>			
17.11.2020	Südquartier / K Primoschgasse 3	<b>Systemische Aufstellungsarbeit</b> nach <i>Siegfried Essen</i>	Annemarie Weilharter Tel. 0650 84 29 008 <a href="http://www.gestaltpaedagogik-ktn.at">www.gestaltpaedagogik-ktn.at</a>
18.12.2020	Südquartier / K Primoschgasse 3	<b>DANKE Fest</b> Christkindmeditation	IIGS Landesgruppe Kärnten <a href="http://www.gestaltpaedagogik-ktn.at">www.gestaltpaedagogik-ktn.at</a>
<b>IGNW – Institut für Integrative Gestaltpädagogik und heilende Seelsorge in Nord-West-Deutschland</b>			
22.-26.02.2021	Benediktinerinnen- abtei Herstelle 37688 Beverungen	<b>GESTALT-EXERZITIEN</b> <b>Biblische Geschichten – und ich mittendrin</b> <i>Sr. Angela Gamon / Barbara Scheck</i>	Tel. +49-5273 / 804-114 <a href="mailto:gaestehaus@abtei-herstelle.de">gaestehaus@abtei-herstelle.de</a> <a href="http://www.abtei.herstelle.de">www.abtei.herstelle.de</a>

### Impressum

**Eigentümer, Herausgeber u. Verleger:** Institut für Integrative Gestaltpädagogik und Seelsorge, A-8047 Graz, Berliner Ring 54 i. A. d. ARGE-IGS  
**Redaktionsteam:** Franz Feiner ([franzfeiner1@gmail.com](mailto:franzfeiner1@gmail.com)), Hans Neuhold ([neuhold@iigs.at](mailto:neuhold@iigs.at)) – Chefredakteure, Albert Höfer ([albert.hoefer@yahoo.com](mailto:albert.hoefer@yahoo.com)), Andrea Klimt ([andreaklimt@yahoo.com](mailto:andreaklimt@yahoo.com)), Hans Reitbauer ([majomicle@aon.at](mailto:majomicle@aon.at)), Cornelia Stefan ([conni.stefan@gmail.com](mailto:conni.stefan@gmail.com)), Nadja Schönwetter ([nadja.schoenwetter@gmail.com](mailto:nadja.schoenwetter@gmail.com)) – Layout, Reinhardt Schwarzenberger ([reinhardt@langstemmer.at](mailto:reinhardt@langstemmer.at)) – Versand  
**Erweitertes Redaktionsteam – v.a. für inhaltliche Gestaltung:** Stanko Gerjoli aus Laibach ([stanko.gerjoli@guest.arnes.si](mailto:stanko.gerjoli@guest.arnes.si)), Heinrich Grausgruber aus Grieskirchen/OÖ ([GRH@Ph-linz.at](mailto:GRH@Ph-linz.at)), Alois Müller aus Ellwangen ([a.mueller.ellwangen@t-online.de](mailto:a.mueller.ellwangen@t-online.de)), Holger Gohla aus Karlsruhe ([holger.gohla@t-online.de](mailto:holger.gohla@t-online.de))  
**Redaktionsrat – F.d.L.v.:** Kornelia Vonier-Hoffkamp (Vorsitzende ARGE-IGS), Rolf Assemacher (GNP), Stanko Gerjoli (DKGP), Sr. Cecile Leimgruber (IGCH), Ursula Sindermann (IGNW), Stefan Berzel (IGPS), Viliam Arbet (IIGDF), Kerstin Deisinger (IGB), Martin Kläsner (IGH), Brigitte Semmler-Bruckner (IIGS)  
**ZVR:** 356542037  
**Druck:** Reha-Druck, Kalvarienberggürtel 62, 8020 Graz **Preis:** € 6,90 Einzelpreis. € 20,60 Jahresabo.

# ARGE IGS – Mitglieder



Institut für Gestaltpädagogik  
in Erziehung, Seelsorge und  
Beratung  
**Baden-Württemberg**  
[www.igbw-ev.de](http://www.igbw-ev.de)



Institut für Gestaltpädagogik,  
Persönlichkeitsentwicklung  
und Spiritualität  
Rheinland-Pfalz/Saarland  
[www.igps.de](http://www.igps.de)



Integrative Gestaltpädagogik  
in Schule, Seelsorge und  
Beratung  
**Bayern**  
[www.igb-bayern.de](http://www.igb-bayern.de)



Institut für Integrative Gestaltpä-  
dagogik und Seelsorge  
**Österreich**  
[www.iigs.at](http://www.iigs.at)



Društvo za Krščansko Gestalt  
Pedagogiko  
**Slowenien**  
[gestaltpedagogika.rkc.si](http://gestaltpedagogika.rkc.si)



Institut für Integrative Gestaltpä-  
dagogik und heilende Seelsorge  
in Nord-West-Deutschland e. V.  
[www.ignw.de](http://www.ignw.de)



Gestaltpädagogik für Schule und  
Bildung, Seelsorge und Beratung  
Niedersachsen e. V.  
**Niedersachsen**  
[www.gestaltpaedagogik-niedersachsen.de](http://www.gestaltpaedagogik-niedersachsen.de)



Inštitút Integratívnej Geštaltpedagogiky a Duchovnej  
Formácie  
**Slowakei**



Institut für integrative Gestaltpädago-  
gik in Schule, Seelsorge und Beratung  
**Schweiz**  
[www.igch.ch](http://www.igch.ch)



Društvo Integrativne  
Geštal Pedagogije  
**Kroatien**



Bar freigemacht / Postage paid  
8026 Graz  
Österreich / Austria

## Die nächsten Ausgaben:

- Nr. 99: Religionspädagogik und Pastoral in Zeiten von Covid-19**
- Nr. 100: Barmherzigkeit als Leitwort für Pädagogik und Pastoral**
- Nr. 101: Damit niemand auf der Strecke bleibt: Bildungsgerechtigkeit**

Österreichische Post AG  
Info.Mail Entgelt bezahlt