

Ursula Baatz

Spiritualität, Religion, Weltanschauung

Landkarten für systemisches Arbeiten



V&R



Ursula Baatz

Spiritualität, Religion, Weltanschauung

Landkarten für systemisches Arbeiten

Mit Geleitworten von Matthias Varga von Kibéd und Saskia Wendel

Vandenhoeck & Ruprecht

»Wer könnte zweifeln zu leben, sich zu erinnern, zu verstehen, zu wollen, denken, wissen und urteilen? [...] An allem kann man zweifeln, doch nicht daran. Denn sonst könnte man gar nicht zweifeln.

Vivere se tamen et meminisse et intellegere et velle et cogitare et scire et iudicare quis dubitet? [...] Quisquis igitur alicunde dubitat de his omnibus dubitare non debet quae si non essent, de ulla re dubitare non posset.«

Aurelius Augustinus (354–430), De Trinitate X, 10

Mit einer Abbildung

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

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

ISBN 978-3-647-40272-7

Weitere Ausgaben und Online-Angebote sind erhältlich unter: www.v-r.de

Umschlagabbildung: INTERFOTO / imageBROKER / Michael Szönyi

© 2017, Vandenhoeck & Ruprecht GmbH & Co. KG,
Theaterstraße 13, D-37073 Göttingen /
Vandenhoeck & Ruprecht LLC, Bristol, CT, U.S.A.
www.v-r.de

Alle Rechte vorbehalten. Das Werk und seine Teile sind urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung in anderen als den gesetzlich zugelassenen Fällen bedarf der vorherigen schriftlichen Einwilligung des Verlages.

Satz: SchwabScantechnik, Göttingen

Inhalt

Geleitwort von Matthias Varga von Kibéd	9
Geleitwort von Saskia Wendel	12
Vorwort	13
1 Orientierung und Desorientierung	18
Orientierungslosigkeit als Wissensmangel	22
Orientierungslosigkeit als Unsicherheit und Unklarheit über die eigene Intention	23
Orientierungslosigkeit aufgrund existenzieller Zweifel ...	26
2 Achtsamkeit: Orientierung nach dem Ende der großen Erzählungen	30
Achtsamkeit im Kontext	34
Achtsamkeit und Orientierung	38
3 Die neue religiöse Unübersichtlichkeit	42
Unter dem Vorzeichen der Säkularisierung	45
Religion ist kein Schicksal mehr	47
Konfliktfall symbolische Macht	50
4 Bruchlinien, inter- und intrakulturell	55
Interkulturelle Bruchlinien	56
Intrakulturelle Bruchlinien	57
Legitimationsstrategien: religionsphilosophische Perspektiven	59
5 Seele, verloren und wiedergefunden	66
Antike Therapie und Meditation	67
Seele, Subjekt und Pastormacht: Christentum	69
Seele und Eigensinn	72
Das denkende Ding und die ausgedehnten Dinge	75
Die andere Seite	78

Das Reich des Unbewussten	83
C. G. Jung: Individuation und kollektives Bewusstsein ...	85
Ausblick: Adaptionen aus dem Buddhismus	88
6 Wege im Wald der »großen Wörter« finden	90
7 Statt Kultur: Themenvorräte	98
Kultur oder Kulturen?	98
»Themenvorrat« statt Kultur	99
8 Religion, dekonstruiert	105
»Faith« und kumulative Traditionen	107
»Dichte Beschreibungen«	110
9 Verkörperungen: Rituale und Stimmungen	116
Rituale verkörpern Sinn	116
Stimmungen und Atmosphären	120
10 Transendenzen	128
Übergänge	132
Transendenzen der Lebenswelt	134
Transzendenz als Möglichkeitsraum	138
11 Spiritualität: dekonstruiert	140
Spirituelle Wanderer	143
Spirituelle Weg-Praktiken	147
12 Spiritualität als Feld von Bedürfnissen und Konflikten	151
Spiritualität und Bindungserfahrungen: Suche nach Überleben, Sicherheit, Lebenserhaltung und Schutz	154
Spiritualität und Ganzheitlichkeit: Suche nach Wohlbefinden, Wertschätzung, Lebenssinn und Kreativität	156
Spiritualität und Verortung: Suche nach Zugehörigkeit, Heilung und Befreiung	158
Spiritualität und Konfliktfelder	160
13 Lösungsbilder: Formen funktionaler Transzendenz	166
Orientierungen	167
Ich-Selbst-Aufstellung	168

Das Rad	169
Musterunterbrechungen	169
Nach der Ausnahme fragen	170
Die Wunderfrage	171
Transzendente Gestalten	172
Negative Transzendenzen	174
14 Über Neutralität und Orientierung in der systemischen Arbeit	176
15 Ideengeschichtliche Genogramme	183
Esoterik	184
Kultur	186
Orientierung	189
Religion	192
Spiritualität	195
Transzendenz	197
Weltbild und Weltanschauung	200
Abschließende Bemerkungen	203
Literatur	204

Geleitwort von Matthias Varga von Kibéd

Es ist eine Freude, einem Buch wie diesem ein Geleitwort zu geben; denn es bestehen wirklich viele gute Gründe, den Leserinnen und Lesern Ursula Baatz' Buch anzuempfehlen. Es erwartet sie hier eine kundige Wegbegleitung in den Bereich zwischen der systemischen Arbeit einerseits und dem weiten Feld von Werten, Haltungen und Lebensformen, wie sie in Weltanschauungen, Religionen und schließlich der Spiritualität zu finden sind, andererseits. Ein solcher Grenzgang ist eine große Herausforderung, zumal Ursula Baatz sich nicht auf eine akademische Betrachtung allein beschränkt, sondern eine Vielzahl von praktischen Hinweisen und systematischen Zugängen zur Praxis – eben den angekündigten Landkarten für systemisches Arbeiten – liefert. Systemische Arbeit wird hier aufgefasst im Sinne verschiedener systemischer Ansätze in Therapie und Beratung und ausgeweitet auf die Frage ihrer Nutzbarkeit im Bereich der Religionspädagogik und Interkulturalität. Landkarten können hier verstanden werden im Sinne der allgemeinen Semantik von Korzybski, also als Orientierung gebende Modelle, die Zeitbindung ermöglichen: die Fortsetzung von Lernprozessen unter Überspringung von größeren Zeiträumen. Diese Art der Zeitbindung ist gerade von Interesse für Landkarten, die wie Religionen und kulturell geprägte Weltanschauungen große Zeiträume betreffen. In einer Zeit, in der spannungs- und konfliktreiche Begegnungen von Kulturen immer wesentlicher und herausfordernder werden und verschiedene Lebensformen sich begegnen, reiben und verbinden, ist eine theoretische und praktische Ausarbeitung entsprechender Landkarten in hohem Maße wünschenswert.

Ursula Baatz betrachtet Religionen als symbolische Sinnwelten, die Sinndeutung ermöglichen und vermitteln. Bei einer systemischen Betrachtung von Erfahrung geht es ihr, wie sie in einer Modifika-

tion von Batesons Informationsbegriff für die von ihr betrachtete Praxis umformuliert, »um die verstehende Wahrnehmung des Unterschieds, der einen Unterschied macht«. Das erlaubt, gerade wenn es um die Spiritualität geht, eine nicht auf die Dinge und Tatsachen beschränkte Sicht. Im Sinne des frühen Wittgenstein ist ja in der Welt alles wie es ist, und geschieht wie es geschieht, und gäbe es *in* ihr einen Wert, so hätte er keinen Wert. Aus dieser Betrachtung folgert Wittgenstein im »Tractatus«, dass der Wert allen Geschehens und So-Seins außerhalb der Welt liegen müsse, was verstanden werden kann als die herausfordernde These, dass alle Werte in Einstellungen zur Welt als Ganzes bestünden.

Suchen wir also nach Werten ohne geeignete Landkarten, die uns einen anderen Blick auf die Welt als Ganzes vermitteln, so verhalten wir uns wie der Mullah Nasruddin in der berühmten Geschichte, wo er in der Abenddämmerung bei der Laterne vor seinem Hause unter Mithilfe vieler Nachbarn seinen verlorenen Hausschlüssel sucht, bis ihn schließlich jemand fragt, ob er denn sicher sei, den Schlüssel überhaupt vor dem Haus verloren zu haben, worauf er abwinkt und sagt: »Nein, da drüben am Waldrand«, und auf die Rückfrage, warum man dann nicht dort suche, erwidert: »Dort ist es doch dunkel«. Solchen Situationen wirken die Landkarten dieses Buchs entgegen.

Spiritualität, Religion und Weltanschauungen liefern aus der Sicht von Ursula Baatz ein wesentliches Orientierungswissen, das systemisch auf die Situation des Einzelnen in dessen Kontexten und damit multiperspektivisch bezogen werden muss. Daraus ergibt sich die Notwendigkeit einer ständigen Rekontextualisierung unter sich schnell wandelnden Bedingungen und damit eine zentrale Brücke zur systemischen Arbeit, die einen der wenigen Ansätze darstellt, der die Notwendigkeit, grundlegende Einsichten immer wieder neuen Situationen und Bedingungen anzupassen, erfassen kann. Diese Anpassungen haben mit Handlungs- und Haltungsänderungen zu tun und fordern von uns damit immer wieder neue Entscheidungen, also Entscheidungen höherer Ordnung, Entscheidungen auch über den Umgang mit den zugrunde liegenden kulturellen und weltanschaulichen Landkarten. Es geht also um einen Zugang zu Entscheidungen und Unterscheidungen höherer Ordnung.

Unter all dem, was an diesem höchst anregenden Buch hervorgehoben werden könnte, sei hier nur noch verwiesen auf interessante Bemerkungen zur Dekonstruktion üblicher Begriffsverständnisse im religionsphilosophischen Bereich, Bezüge auf die Rolle von Ritualen, die konsequente Klarheit, wie unterschiedliche Betrachtungen stets auf Kontexte und Motivationen verschiedener Perspektiven bezogen werden, und vor allem wie die Fähigkeit, Ambivalenz zu ertragen, für die Verständigung im interkulturellen Kontext nutzbar gemacht wird.

Ich wünsche diesem Buch eine weite Verbreitung und bin überzeugt, dass es seinen Lesern vielfältigen Gewinn bringen wird.

Matthias Varga von Kibéd,
Professor für Logik und Wissenschaftstheorie,
Universität München

Geleitwort von Saskia Wendel

Religionsphilosophie wird praktisch, so könnte man das vorliegende Buch von Ursula Baatz beschreiben. Religionsphilosophische Bestimmungen von Religion, Spiritualität und Glaube werden mit systemischen Zugängen verbunden, sodass religionswissenschaftliche Reflexionen praktische Relevanz und lebenspraktisches Gewicht erhalten. Im Zentrum steht dabei ein Verständnis von Religion, das religiöse Überzeugungen, Praxen und Traditionen als Modelle der Sinndeutung und als Form von Orientierungswissen für die individuelle wie kollektive, gesellschaftliche Lebensführung bestimmt. Religionen sind, so Baatz, symbolische Sinnwelten, die eben jene Sinndeutung ermöglichen wie vermitteln, und dies immer gebunden an die Perspektive der ersten Person. Religiöse Sinndeutungen besitzen jedoch in pluralen Gesellschaften keineswegs einen Monopolanspruch, sondern stellen eine Form der Selbst- und Weltdeutung neben anderen dar, zu denen sie sich in Konkurrenz befinden, so etwa zu naturalistischen Deutungen.

Sinndeutung ist somit alles andere als eine harmonische Veranstaltung, sowohl innerhalb konkreter religiöser Deutungssysteme als auch zwischen unterschiedlichen religiösen wie nichtreligiösen Sinndeutungen. Zudem ist Religion in modernen Gesellschaften aufgrund der Anerkennung und rechtlichen Garantie der Freiheit nicht mehr durch Konvention oder autoritative Durchsetzung bestimmt, sondern zum Gegenstand der Wahl geworden. Systemische Zugänge können hier hilfreich sein, wenn sie berücksichtigen, dass Religion nicht allein eine mentale Angelegenheit ist, nicht nur Einstellung und reflexiv gewonnene Überzeugung, sondern wesentlich Handeln, Praxis und insbesondere verkörpertes Handeln.

Religionsphilosophie wird praktisch – ich wünsche diesem Unternehmen viele aufmerksame und engagierte Leserinnen und Leser.

Saskia Wendel, Dr. phil., Universitäts-Professorin für Systematische Theologie, Universität zu Köln

Vorwort

Über Spiritualität, Religion und Weltanschauung zu schreiben ist wie einen Weg in einem zugewachsenen, verwirrenden Garten voller unterschiedlichster Pflanzen und Tiere zu suchen.

Sind Spiritualität und Religion, Religion und Weltanschauung, Spiritualität und Weltanschauung dasselbe? Oder doch nicht? Sind Religionen in ihrem Kern alle ähnlich, gleich, oder sind alle verschieden? Ist es wirklich so, dass Spiritualität mit Wissen zu tun hat und Religion mit Glauben? Was heißt überhaupt Glauben und Erfahrung, was heißt Wissen?

Die Versuchung, dogmatische Entscheidungen bei der Beantwortung solcher Fragen zu treffen, ist hoch. Dieses Buch schlägt einen anderen Weg ein. Es lässt Ambivalenzen zu, sucht und versucht, die Schwierigkeit, über Alles und Nichts reden zu müssen, zu einer Tugend zu machen.

Eines der Schlagworte in Sachen Weltanschauung/Religion/Spiritualität ist »Erfahrung«. Die Bücher und Publikationen zu den philosophischen, theologischen, ethnologischen und psychologischen Diskussionen zu diesem Thema würden mindestens einen oder zwei Container füllen, wollte man sie verschiffen. Betrachtet man Erfahrung systemisch, könnte man sagen: es geht um die verstehende Wahrnehmung des Unterschieds, der einen Unterschied macht. Dazu ein Beispiel:

Karlfried Graf Dürckheim (1973) erzählt von einer Frau, die zu ihm in die Therapie kam auf der Suche nach dem Sinn im Leben. Er ließ sie erzählen; sie sprach dann irgendwann von einer Kirche – er unterbrach sie und fragte: was war da? Sie: gar nichts. Dürckheim fragte weiter, warum sie diesen Moment dann erwähne. Nach einigem Fragen sagte sie: da war ein Licht, das durch die Fenster fiel, das hatte etwas – da war so etwas wie Frieden. Aber das ist ja nichts, das war ja nur Licht, sagte sie. – Immer wieder machte Dürck-

heim im Gespräch die Frau auf solche Momente aufmerksam, und es stellte sich heraus, dass sie immer wieder solche Augenblicke erfahren hatte. In der Straßenbahn oder auch bei ganz alltäglichen Verrichtungen waren diese Momente von »nichts« aufgetreten. Am Ende verstand sie, dass der Sinn, den sie suchte, sich in diesen Unterschieden, die einen Unterschied machen, zeigte – auch wenn sie sagen musste: »da ist ja nichts«, weil es außer dem Fassbaren, Alltäglichen nichts Greifbares gab.

Das Buch richtet sich an Menschen, die die Welt und ihre Klientinnen und Klienten einerseits vom Standpunkt systemischen Arbeitens wahrnehmen und andererseits nicht unbedingt bewandert sind in dem Bereich von Weltanschauung, Religion und Spiritualität. Wenn Psychotherapeuten oder Beraterinnen¹ mit Klienten zu tun haben, die sich spirituell verstehen, aber selbst keinen Draht dazu haben, können gelegentlich Chancen zur Intervention ungenutzt bleiben, wie in der folgenden Geschichte:²

Frau Z. sucht wegen andauernder Ehestreitigkeiten eine systemische Beratung auf. Nach bisherigen Lösungsversuchen gefragt, erzählt Frau Z., dass sie seit einiger Zeit Taijiquan macht, um eine Lösung für ihr Eheproblem zu erreichen. Dies erzählte die Beraterin mir in einem Gespräch en passant und kommentierte: »Da bekommt sie dann nur noch mehr Energie ...und lenkt sich ab.« Die Beraterin lehnt Taijiquan nicht ab, ist jedoch skeptisch über die Wirkung und wird andere Ressourcen und Lösungsmöglichkeiten vorschlagen.

»Dabei hätte sie sich zum Beispiel gemeinsam mit der Klientin über die Prinzipien des Taijiquan informieren und daraus Ressourcen gewinnen können. Vielleicht wären sie auf folgende Informationen gestoßen: Taijiquan (auch ›chinesisches Schattenboxen‹ genannt) ist eine Sonderform chinesischer Leibpraktiken, die circa

-
- 1 Um gendergerechte Sprache bemüht, spiele ich in loser Reihenfolge mit der weiblichen und männlichen Form. Es sind stets beide Geschlechter gemeint.
 - 2 Die folgende Passage wurde bereits in Baatz (2016) abgedruckt.

im 16. Jahrhundert als Kampfkunst entwickelt wurde, aber heute vor allem dem umfassenden Training dient. Die Bewegungen des Taijiquan im heute verbreiteten Yang-Stil sollen weich sein. Im Kampf werden keine Konterbewegungen ausgeführt, sondern der Körper soll natürlich auf den Gegner reagieren. Dahinter steht die Idee des Taiji, des ›Großen Runden‹ der chinesischen Kosmvision, das eine Einheit komplementärer Polaritäten – Yin und Yang – darstellt. Yin bezeichnet ursprünglich die im Schatten liegende Seite eines Hügels, Yang die in der Sonne liegende. Polaritäten (z. B. links – rechts, oben – unten, kalt – heiß, Mann – Frau etc.) stehen nach dieser Vorstellung miteinander zwar in Spannung, zugleich bilden sie aber eine harmonische Einheit, wie das Symbol zeigt (s. Abbildung 1).



Abbildung 1:
Yin und Yang

Dabei ist zu beachten, dass die Polaritäten nicht linear und statisch gesehen werden, sondern – wie zum Beispiel links/rechts – etwa die rechte Hand ebenfalls eine linke und rechte Seite hat und diese wiederum ebenfalls eine linke und rechte Seite und immer so fort. Das Yin-und-Yang-Symbol steht für einen Prozess, keinen Zustand. Die 64 Zeichen des I Ging bzw. Yi Jing (易經), des ›Buches der Wandlungen‹ (Wilhelm, 1902/2011), und ihre mehr als 4000 Permutationen versuchen diesem Prozess gerecht zu werden.

Vielleicht fühlte sich Frau Z. von dieser Symbolik des Yin, das ein Yang enthält, und des Yang, das ein Yin enthält, angezogen und sah in diesem Bild eine Lösungsmöglichkeit für ihre Ehekonflikte. In diesem Fall wäre hier eine Fülle von Ressourcen zu finden. Zum Beispiel hätte die Therapeutin die Komplexität der daoistischen Kosmvision als Ressource nützen und nach einer Ausnahme fragen können: ›Wann haben Sie Ihre Ehe als harmonische Polarität erlebt?‹

Auch die aufrechte, harmonische, kräftige Haltung ohne Anspannung des Taijiquan könnte eine Ressource darstellen. ›Wie wäre es, wenn Sie jetzt diese Haltung einnehmen würden?‹, könnte die Therapeutin der Klientin vorschlagen. Dazu hätte die Therapeutin oder Beraterin aber einige praktische Kenntnisse dieser kulturell fremden Praxis haben müssen.

Auch gibt es immer hermeneutische Hürden für das interkulturelle Verstehen, die einigen Einsatz erfordern. Für chinesische Leibpraktiken ist das ›Qi‹ (氣) grundlegend – ein kaum übersetzbarer Begriff, der oft mit ›Energie‹ wiedergegeben wird. Die gebräuchliche deutsche Übersetzung ist ›Lebenskraft‹. Doch mit ›Kraft‹ und ›Energie‹ verbindet man im Deutschen keineswegs die Anstrengungslosigkeit der Bewegung des Qi, sondern das Gegenteil. So ist nicht verwunderlich, dass die systemische Beraterin von Frau Z. darin keine Lösungswege sehen konnte, da ihre Sichtweise des Taijiquan durch ihren eigenen kulturellen Horizont begrenzt war« (Baatz, 2016).

Was hätte der Therapeutin von Frau Z. in dieser Beratungssituation geholfen? Da es fast unmöglich scheint, für alle Varianten von Spiritualität, Religion und Weltanschauung, die gerade zugänglich sind, Informationen passend für konkrete Fälle zu liefern, verlegt sich das Buch im Folgenden darauf, Strukturen und Faktoren herauszuarbeiten, die im Zusammenhang mit ihnen immer wieder auftauchen. Der Zugang ist hierbei ein hermeneutischer, verstehender. Wenn Klienten über ihre Weltanschauung und Spiritualität sprechen, geht es um Persönliches, nicht um Beobachtungen aus einer wissenschaftlichen Perspektive. Das Buch ist auch kein akademisches Projekt, sondern soll für den praktischen Gebrauch hilfreich sein. Daher bezieht sich die Darstellung auf konstruktivistische, psychoanalytische und phänomenologische Theoreme, ohne dies eigens zu begründen.

Über Weltanschauungen, Religionen und Spiritualitäten kann man nicht sprechen, ohne die eigene Position zu thematisieren. Es ist nicht möglich, keinen Standort in diesen Fragen zu haben. Aufgewachsen in einem Milieu, in dem katholisches Christentum, Psychoanalyse, Denker wie Pierre Teilhard de Chardin, die klassische griechische und römische Antike, Interesse an Biologie und Chemie, Impulse aus Lebensreformbewegung und Yoga offene Denkbewegungen anregten, und geprägt durch die 1968er Bewegung, habe ich noch während des Philosophiestudiums in der Zen-Praxis meinen Ort gefunden. Mittlerweile bin ich religiös-spirituell zweisprachig, sozialisiert im Buddhistischen und Christlichen. Philosophie hat sich in diesem Prozess zu einem inter- und transkulturellen, faszinierend vielsprachigen Raum erweitert. Als Wissenschaftsjournalistin bin

ich Geistheilern, UFO-Gläubigen, vor allem aber auch spirituellen Lehrern aus den verschiedenen Richtungen des Buddhismus, aus dem Islam, dem Hinduismus und dem Christentum ebenso wie aus indigenen Traditionen begegnet. Aufenthalte in Asien und Lateinamerika haben mir erlaubt, an anderen Atmosphären und Lebensverhältnissen teilzuhaben als den mir vertrauten. Gregory Batesons »Ökologie des Geistes« (1983) war der Einstieg für mich ins systemische Denken (Baatz, 1987; Baatz u. Grössing, 1987).

Meinen Lehrerinnen und Lehrern in Sachen systemischen Arbeitens – vor allem und besonders Guni Leila Baxa, Christine Blumenstein, Siegfried Essen – möchte ich danken, auch, weil sie meine kritischen Fragen immer mit Wohlwollen aufgenommen haben. Auch möchte ich den Freundinnen und Freunden danken, die das Entstehen des Manuskripts mit Unterstützung und kritischem Wohlwollen, aber auch Informationen begleitet haben, insbesondere Ursula Reisenberger, Anna Pissarek, Elisabeth Cella, Jan Brousek, Christine Fuchshuber, Klaudia Gehmacher, Elisabeth Huber, Johann Kneihs, Cornelia Mittendorfer, Helmut Renger, Ursula Richard, Karl-Heinz Steinmetz, Wolfgang Tomaschitz, Elmar Türk, Isolde Macho Wagner und Frank Zechner; für Hinweise auch Tatjana Marinell. Ein besonderer Dank gilt meiner Zen-Lehrerin Ana Maria Schlüter Rodés Kiun An.

Danken möchte ich auch Sandra Englisch und Imke Heuer vom Verlag Vandenhoeck & Ruprecht, die das Entstehen der »Landkarten« ermöglicht und begleitet haben. Auf eine Reise in vielleicht neue, fremde und wilde oder auch bekannte und vertraute Gegenden und Gärten der Weltanschauungen, Spiritualitäten und Religionen darf ich nun die Leserinnen und Leser einladen.

1 Orientierung und Desorientierung

Sechs Fische schwimmen im Großaquarium eines Restaurants. Wie jeden Tag begrüßen sie einander gelangweilt. Plötzlich ruft einer: »Seht mal, Howard wird gegessen!« (Pause.) »Das stimmt irgendwie nachdenklich.« – »Was ist der Sinn des Ganzen?« fragt der größte Fisch. (Schnitt.)

So beginnt der Monty-Python-Film »Der Sinn des Lebens« (1983), eine Aneinanderreihung von satirischen Szenen über den Sinn des Lebens und die »Gesellschaft mit beschränkter Hoffnung«. Eine Satire übertreibt, spitzt zu, man lacht – und dann ist es doch bitterernst. Wenn die Fische im Aquarium plötzlich merken, dass ihr gemütliches Dasein ein Ende hat; dass sie dieses Ende nicht selbst bestimmen können; dass sie nur dazu da sind, von den Gästen des Restaurants verspeist zu werden – das trifft das Lebensgefühl, das einen selbst so manchmal beschleichen kann, ziemlich genau, satirisch, damit es nicht zu ernst und dramatisch wird. Monty Pythons kurze Trickfilmsequenz bringt eine Lebenssituation ins Bild, in der sich Menschen gar nicht so selten wiederfinden und sich dann auf die Suche nach Orientierung machen. Sie wissen nicht genau, was die Antwort auf die Frage ist. Und: Wie war doch genau die Frage?

Wer in einem weltanschaulichen, religiösen und spirituellen Milieu aufgewachsen ist oder dort eine Heimat gefunden hat, hat eine Menge Antworten zur Hand, oft auf Fragen, die sich noch gar nicht gestellt haben. Die Frage nach dem Sinn tritt erst auf, wenn das alltägliche Tun und Leben aus irgendwelchen Gründen nicht mehr selbstverständlich ist: wenn die Sicherheit, mit der jeder Tag von Neuem begonnen werden kann und Entscheidungen ohne viel Nachdenken getroffen werden, ins Wanken kommt. Das kann leicht einsehbar Gründe haben, wie Trennungen, Verlust des Arbeitsplatzes, Todesfälle, Krankheiten, Katastrophen etc. Doch manchmal treten Orientierungsfragen ohne ersichtlichen äußeren Anlass auf. Dann

wird auf einmal alles fragwürdig, was je das Leben mit Sinn erfüllt hat. Eine grundlegende Sinnkrise ist von außen und manchmal auch von innen betrachtet einer Depression sehr ähnlich.

Doch gibt es einen Sinn des Lebens? Philosophen und auch Theologen sind in diesem Punkt vorsichtig geworden und sprechen heute statt vom Sinn des Lebens lieber von »Orientierungswissen«³. Wer orientiert ist, kann sein Handeln auf die Zukunft bezogen gestalten. Orientierung ist vorausgesetzt, um – ethisch gesprochen – Verantwortung zu übernehmen; psychologisch gesprochen, um Selbstwirksamkeit zu erfahren.

Um sich orientieren zu können, muss man wissen, wo man sich befindet und was fehlt, um sich orientieren zu können. Der erste Schritt ist, die Situation und Position des/der Fragenden zu klären, denn Orientierung gibt's nur in der ersten Person – aber auch Desorientierung ist immer höchstpersönlich.

Um Orientierungswissen, also Wissen um Orientierung zu haben, muss zunächst das eigene Vorwissen geklärt werden. Dann kann ein »Weiterwissen« entwickelt werden, aufgrund dessen wir uns in einer bestimmten Situation »richtig« verhalten, es »richtig« machen oder die »richtige« Richtung einschlagen (Stegmaier, 1992; Seibt, 2005). »Richtig« bedeutet hier weniger »konform mit Regeln« als »stimmig«. Wenn »es richtig« ist, dann ist das nicht nur eine Sache des Verstandes, sondern auch eine körperliche Wahrnehmung; man erfährt sich in Resonanz mit der Situation (Rosa, 2015), es entsteht ein Gefühl von Kongruenz (Rogers, 1981), und ein »felt sense« (Eugene T. Gendlin) stellt sich ein. Orientierungswissen beansprucht zudem nicht, umfassende Erklärungen oder Theorien zu liefern, sondern ist handlungs- und personenbezogen.

Am Bild des Wanderers lässt sich erklären, was mit Orientierungswissen gemeint ist. Wer wandert, braucht Orientierung und benützt dafür theoretisches, sozusagen »objektives« Wissen in Form von Karte und Kompass. Doch muss der Wanderer sich auch auf die Kunst des Kartenlesens verstehen, das heißt, er muss in der Lage

3 Den Begriff hat der Philosoph Jürgen Mittelstraß eingeführt als Gegensatz zu »Verfügungswissen«, das sich auf pragmatisches und technisches Wissen bezieht. Orientierungswissen bezieht sich auf ethische Perspektiven (1992, 30 ff.).

sein, die Karte und die Richtung des Kompasses auf den eigenen augenblicklichen Standpunkt zu beziehen. Im Weitergehen verändert sich vielleicht die Richtung des Weges, vielleicht gibt es auch eine Wegkreuzung, und der Wanderer muss den Prozess des Sichorientierens wiederholen. Dabei hilft ihm aber nur eine Karte, die genau die Informationen enthält, die er zum Weiterwandern braucht. Die Karte muss einen angemessenen Maßstab haben, der eher kleiner als größer ist, eher detailreich als nur einen Überblick liefernd. Zudem hilft dem Wanderer nur eine solche Karte, in der die physische Beschaffenheit der Gegend und die Wege eingezeichnet sind. Eine Wirtschafts- oder Klimakarte derselben Gegend oder eine Karte über geologische Formationen würde ihm nicht weiterhelfen. Der Wanderer muss überdies in der Lage sein, selbst die Informationen über die physische Beschaffenheit der Gegend aus der maßstäblichen Abbildung in die eigene Situation zu übersetzen.

Orientierungswissen ist also *perspektivisch*, das heißt, man sieht immer von einer bestimmten Situation oder einem bestimmten Standort auf eine bestimmte Situation oder eine bestimmte Gegend. Zudem ist es ein provisorisches Wissen: man kann eine Position nicht einfach nach festen Regeln auf eine neue, andere Situation übertragen, weil sich der Standpunkt und Horizont des Individuums durch Handeln verändert. Das Wissen muss immer wieder an die Situation angepasst werden, es ist ein transitorisches Wissen. Zudem ist Orientierungswissen pragmatisch und ökonomisch. Es bezieht sich nur auf das, was notwendig ist, um angemessen handeln zu können. Dazu müssen Entscheidungen getroffen werden, und deshalb ist Orientierungswissen mit klaren Wertungen verbunden, die erlauben, verschiedene Optionen für Handlungen zu wählen (Luckner, 2005, S. 175, Anm. 10; Stegmaier, 1992, 12 ff.). All dies kann nur von der Person geleistet werden, die sich orientieren will, denn Orientierung ist eine persönliche Angelegenheit. Orientierung kann nur aus der Perspektive der ersten Person geschehen und ist daher ein »subjektiver« Prozess, der aber »objektive« Hilfsmittel benützt und »objektive« Wirkungen, also Handlungsfolgen, hat.⁴

4 Umgangssprachlich wird »subjektiv« im Sinne von »persönlich«, aber auch »unsachlich« verwendet, »objektiv« als das Gegenteil davon. »Subjektiv« und

Weltanschauliche, religiöse und spirituelle Fragen beziehen sich scheinbar und auf den ersten Blick auf Ziele – zum Beispiel »Erleuchtung erlangen«, »in den Himmel kommen«, »ein guter Mensch sein« etc. Doch sind dies keine Handlungsziele, von denen man wie in Management-Anleitungen eine Evaluierung als »SMART« – also als »spezifisch, messbar, akzeptabel, realistisch und terminiert« – erwarten kann. Gesucht sind vielmehr Kriterien, die Menschen erlauben, ihr Leben als gelungen zu betrachten. Als Antwort werden Rahmenannahmen gesucht, die Kriterien bieten, anhand deren wir unsere Wünsche und Entscheidungen beurteilen können. Gesucht sind Qualitäten, die dem Leben Sinn geben, und das heißt im weitesten Sinn spirituelle Qualitäten, die auf persönliche Entscheidungen zurückgehen. Diese Entscheidungen orientieren sich an Maßstäben, die von anderen – für das eigene Leben wichtigen – Menschen oder von der für einen selbst relevanten Gemeinschaft möglichst geteilt werden können.

Diese Rahmen- oder auch Hintergrundannahmen, so der kanadische Philosoph Charles Taylor, machen den »expliziten oder impliziten Hintergrund unserer moralischen Urteile, unserer intuitiven Vorstellungen und unserer Reaktionen« aus (Taylor, 1996, S. 53). Wenn wir erklären, »was wir voraussetzen, wenn wir einer Lebensform wahren Wert zusprechen, unsere Würde von einer bestimmten Leistung oder einem bestimmten Rang abhängig machen oder unsere moralischen Pflichten in einer gewissen Weise definieren« (S. 53), dann artikulieren wir den Rahmen, in den wir unser Leben setzen.

Der Orientierungsrahmen bestimmt auch die eigene Identität. Falls uns diese Identifikationen, die uns Standpunkt und damit Orientierung geben, abhandenkämen, »würden wir sozusagen ins Schwimmen geraten und wüssten im Hinblick auf einen wichtigen Bereich von Fragen nicht mehr, was uns die Dinge eigentlich bedeuten« (S. 56).

»objektiv« bezieht sich hier jedoch auf interne und externe Zustände von Systemen und ist nicht wertend zu verstehen.

Orientierungslosigkeit als Wissensmangel

Verlust von Orientierung tritt ein, wenn die Bezugsgrößen fehlen, unsicher oder fragwürdig werden. Dies kann verschiedene Ursachen haben (nach Luckner, 2005).

Religionen und Philosophien bieten Deutungsschemata (zu vergleichen mit Landkarten) an, um das Leben bewältigen zu können und ihm eine Richtung zu geben. Fehlendes Wissen in existenziellen Fragen und Sinnfragen kann zu Desorientierung führen, wenn es etwa einen Konflikt zwischen Rahmenvorstellungen und persönlichen Intentionen gibt. Hier kann eine genauere Kenntnis der Inhalte und möglichen Varianten der jeweiligen Vorstellungen hilfreich sein. Ob diese Kenntnis vom Berater bzw. der Therapeutin gesucht und eingebracht wird oder von dem Klienten oder von beiden, wird von der Situation abhängen. Wenn zum Beispiel die wichtigen Bezugspersonen eines Klienten einer Gruppe angehören, die ein sehr enges Weltbild vertritt, das zudem Ängste bestärkt, kann die Feststellung des Therapeuten, dass religiöse Traditionen keine monolithischen Blöcke sind ebenso wie der Hinweis auf alternative Auffassungen innerhalb der betreffenden Tradition befreiend wirken.

Eine offene Frage ist, welche Kenntnisse notwendig sind, um Rituale oder Meditationspraktiken aus der eigenen oder anderen Kulturen in ihrer Wirkung auf Klienten angemessen einschätzen zu können. Was können Therapeutinnen und Berater tun, wenn sie durch ihre Klienten mit für sie fremden Religionen, Weltanschauungen und Spiritualitäten konfrontiert sind? Können die Rahmenannahmen der betreffenden Tradition für den Klienten eine Ressource sein? Und wenn ja, wie? Und wenn nein, warum nicht? Diese Fragen stellen sich etwa, wenn Klientinnen aus anderen Kulturen in die Beratung kommen, viel häufiger aber, wenn sich Klientinnen oder Klienten für Traditionen begeistern, die ihnen nicht gut bekannt sind.

Was bedeutet es beispielsweise, in einem tibetisch-buddhistischen Kontext eine Einweihung in eine bestimmte Praxis zu bekommen? Welche unausgesprochenen Vorannahmen von Seiten des »Gebers« der Einweihung bestehen? Welche umfangreichen und vom Anspruch her dauerhaften Verpflichtungen werden damit eingegangen? Was bedeutet es, wenn in einer christlichen Gruppe für

den Klienten gebetet wird? Was für unausgesprochene Werte und Verpflichtungen schwingen dabei auf beiden Seiten mit?

Es ist wichtig zu wissen, dass Personen, die spirituelle und religiöse Praktiken anleiten, damit immer auch Rahmenannahmen und Weltbilder mittransportieren, die mit den Annahmen des Klienten und/oder Therapeuten bzw. Beraterin kollidieren können. Fragen nach Voraussetzungen von Weltbildern zu beantworten, bedarf dann einiger hermeneutischer Anstrengungen.

Orientierungslosigkeit als Unsicherheit und Unklarheit über die eigene Intention

Die klassische Situation: Die oder der Wandernde steht vor einer Weggabelung und muss sich zwischen den möglichen Wegen entscheiden. Gefordert ist eine Entscheidung über die Richtung, die man einschlagen möchte. Doch ist unklar, woran man sich bei der Entscheidung orientieren kann: »Das, *woran* wir uns orientieren, und was uns in anderen Fällen als Entscheidungskriterium bei einer Abwägung dienlich ist, steht selbst in Frage bzw. droht seinen Instanzcharakter zu verlieren« (Luckner, 2005, S. 231).

Es ist die typische Situation des Gerade-nicht-weiter-Wissens. Wenn die Tochter oder der Sohn einen Partner oder eine Partnerin mitbringt, die nicht den Erwartungen der Eltern entspricht, weil zum Beispiel aus einer anderen Weltgegend kommend, kann dies zu einer Irritation und zum hoffentlich nur kurzfristigen Verlust der familiären Orientierungsinstanzen führen. Es ist dann eine De- und Rekonstruktion der Familienwirklichkeit gefordert, und das heißt eine Evaluierung der Prioritäten, die eine Wahlsituation bestimmen.

In einer Legende aus dem alten Griechenland wird die Situation paradigmatisch vorgeführt. Der Grieche Prodikos von Keos, der im 5. Jahrhundert v. Chr. lebte, ein gesuchter Lehrer und wahrscheinlich ein Freund des Philosophen Sokrates, soll seinen Hörern die folgende Geschichte erzählt haben. Herakles, ein Held der griechischen Mythologie, zieht sich in die Einsamkeit zurück. Dabei besuchen ihn zwei Frauen, die eine steht für die *areté* (Tugend), die andere für die *kakía* (Laster). Beide tragen ihm die Freundschaft an. Die beiden Frauen stehen für Orientierungsinstanzen und verkörpern

jeweils Haltungen, Absichten und Zukunftsperspektiven, zwischen denen Herakles wählen muss: Herakles am Scheideweg. Hier die leicht gekürzte Version des Politikers, Feldherren und Schriftstellers Xenophon (ca. 430–355 v. Chr.):

»Als Herakles im Begriffe stand, aus dem Knaben- in das Jünglingsalter überzutreten, in dem die Jünglinge bereits selbstständig werden und zeigen, ob sie den Weg der Tugend oder des Lasters zu ihrem Lebenswege machen wollen, sei er an einen einsamen Ort hinausgegangen, habe sich daselbst niedergesetzt, unentschlüssig, welchen von beiden Wegen er einschlagen solle.

Da habe er zwei Frauen von hoher Gestalt auf sich zukommen sehen; die eine war schön anzusehen und edel [...]. Die andere war wohlgenährt bis zur Fleischigkeit und Üppigkeit. [...]

Als sie aber näher an Herakles herangekommen seien, sei die zuerst genannte ruhig in ihrem Schritte weiter gegangen, die andere aber sei, um ihr zuvorzukommen, auf Herakles zugelaufen und habe zu ihm gesagt:

Ich sehe, Herakles, daß du unentschlüssig bist, welchen Lebensweg du einschlagen sollst; wenn du nun mich zur Freundin nimmst, dann werde ich dich den angenehmsten und bequemsten Weg führen, keine Lust soll dir verloren gehen und von Beschwerden sollst du verschont bleiben [...], was andere sich erarbeiten, das sollst du genießen, sofern du nur nichts zurückweist, woraus man Gewinn ziehen kann. Denn ich gebe meinen Freunden die Erlaubnis, aus allen Dingen Nutzen zu ziehen.

Als Herakles dies hörte, fragte er: wie heißt du, Weib? Sie antwortete: Meine Freunde nennen mich Glückseligkeit [*eudaimonía*], meine Feinde dagegen Lasterhaftigkeit [*kakía*].

Inzwischen war auch die andere Frau herangekommen und sagte:

Auch ich komme zu dir, Herakles, denn ich kenne deine Eltern und habe deine Anlagen bei deiner Erziehung kennen gelernt. Darum hoffe ich, wenn du den Weg zu mir einschlägst, so wirst du gewiß ein tüchtiger Vollbringer edler und erhabener Taten werden, und ich noch viel geachteter und reicher an Vorzügen erscheinen. Ich will dich aber nicht durch Vorgaukeln von Genüssen täuschen, sondern dir das Leben, wie es die Götter angeordnet haben, der Wahrheit gemäß schildern.

Von dem Guten und wahrhaft Schönen geben die Götter den Menschen nichts ohne Mühe und Fleiß. Willst du, dass die Götter dir gnädig

seien, so musst du sie ehren; willst du von deinen Freunden geliebt werden, so mußt du ihnen Gutes erweisen; willst du von irgend einem Staate geehrt werden, so musst du dem Staate nützlich werden; [...] möchtest du aber endlich auch körperlich kräftig sein, so musst du deinen Körper gewöhnen, dem Geiste zu gehorchen und unter Anstrengungen und Schweiß ihn abhärten. [...]

Meinen Freunden ferner ist der Genuss von Speisen und Getränken angenehm und von keinen Umständen abhängig, denn sie warten so lange, bis sie Appetit bekommen. Der Schlaf aber ist ihnen süßer als denen, welche nichts zu tun haben [...]. Wenn aber das vom Schicksal bestimmte Ende kommt, dann liegen sie nicht in Vergessenheit ruhmlos da, sondern von Lobliedern gepriesen, leben sie fort in der Erinnerung aller Zeiten. Wenn du, Herakles, du Sohn würdiger Eltern, dich solchen Anstrengungen unterziehst, dann kannst du die göttlichste Glückseligkeit erreichen« (Xenophon, 5. Jh. v. Chr., Allegorie 21–33).

Herakles' Geschichte zeigt: Es geht nicht um Sachentscheidungen, sondern um Kriterien für wiederholte Entscheidungssituationen. In Gestalt der beiden Frauen werden Herakles verschiedene Ordnungen von Wünschen vorgeführt, die er bewerten muss, und zwar nicht als einzelne Wünsche oder Handlungsoptionen, sondern in Hinblick auf die Qualität des Ergebnisses, sprich: die Qualität seines Lebens. Der Weg, den Herakles einschlägt, führt nicht zu einer bestimmten Tätigkeit oder einem bestimmten gesellschaftlichen Status. Als lohnendes Ziel des Weges der *areté* nennt Xenophon die »*eudaimonía*«, was in etwa mit »Glückseligkeit« oder »gutes Leben« übersetzt werden kann.

Was für den mythologischen Helden Herakles eine überschaubare Situation war – es standen ihm genau zwei Optionen zur Verfügung – ist für Menschen heute deutlich schwieriger. Wert- und Güterabwägungen, die ein professioneller Berater vorschlagen würde, können hilfreich sein, um das Feld der Entscheidung zu klären oder auch, um bestehende Konflikte deutlich zu machen. Doch Wünsche und Optionen sind vielfache und die Kriterien oft nicht eindeutig. Der kanadische Philosoph Charles Taylor schlägt daher vor, bei der Bewertung eines Wunsches oder einer Absicht darauf zu achten, ob es um die *Qualität des Ergebnisses* (schwache Wertung) oder um die *Qualität der Motivation* (starke Wertung) gehen soll: