

Michael Bordt SJ

# Die Kunst, unserer Sehnsucht zu folgen

Spiritualität in Zeiten  
des Umbruchs



  
ELISABETH  
SANDMANN

Michael Bordt SJ

Die Kunst, unserer Sehnsucht  
zu folgen

Spiritualität in Zeiten des Umbruchs

Mit Kalligrafien von Misayo Kawashima



ELISABETH  
SANDMANN

**1. Auflage 2020**

© **Elisabeth Sandmann Verlag GmbH, München**

ISBN 978-3-94554387-0

Imprimi potest

*Alle Rechte vorbehalten*

**Lektorat:** Verena von Plüskow

**Cover:** Pauline Schimmelpenninck, Berlin

**Satz:** Anja Fuchs, Nürnberg

**Kalligrafien:** Misayo Kawashima

**Druck & Bindung:** Pustet, Regensburg

Besuchen Sie uns im Internet unter:

**[www.esverlag.de](http://www.esverlag.de)**

# Inhalt

Vorwort

Sehnsucht

Kapitel 1

Sehnsucht

Kapitel 2

Drei Hindernisse

Kapitel 3

Sehnsucht nach der Sehnsucht

Kapitel 4

Die Samen der Religionen

Gehen lassen

Kapitel 5

Spiritualität und Religion

Kapitel 6

Spiritualität ohne Religion

Tod

Kapitel 7

Wege zu uns selbst

Kapitel 8

Verbundenheit erfahren

Licht

Kapitel 9

Die eigene spirituelle Identität finden

Liebe

Kapitel 10  
Umfassende Liebe erlangen

Danksagung

Literaturhinweise

# Vorwort

**V**on 2005 bis 2011 war ich Präsident der Hochschule für Philosophie in München – sechs Jahre lang, wie es bei uns Jesuiten üblich gewesen ist. Einer meiner Arbeitsaufträge bestand darin zu prüfen, wie wir als private Hochschule des Jesuitenordens mit unserem Fach, der Philosophie, Geld verdienen könnten, um die Institution mit ihren 550 Studentinnen und Studenten sicher in die Zukunft zu führen. Eine Idee war, den Führungskräften großer Wirtschaftsunternehmen philosophisch-ethische Fortbildungsangebote anzubieten. Nach ernüchternden ersten Jahren, in denen Vorträge und Kurse allenfalls zögerlich nachgefragt wurden, änderte sich die Lage 2008 im Zuge der Finanz- und Wirtschaftskrise. Vor allem im deutschsprachigen Raum waren viele der Meinung, es wäre zu der Krise gekommen, weil sich das Wirtschaften von der Moral entkoppelt habe. Zurück zu Ethik und Werten, hieß es nun in den Konzernzentralen, und die Aufträge mehrten sich. Doch je mehr Vorträge und Workshops ich hielt, desto klarer wurde mir, dass mit Ethik und Moral nicht geholfen war. In manchen Fällen sollten unsere Angebote sich wohl einfach nur gut in den Imagebroschüren machen. Vor allem aber merkte ich, dass die Menschen, für die ich arbeitete, eigentlich etwas anderes suchten, selbst wenn sie nicht immer genau sagen konnten, was das war.

Zwei Jahre nach der Krise wandte sich der Vorstandsvorsitzende eines Münchner Konzerns dann mit einem veränderten Anliegen an uns. Die Situation in seinem Unternehmen glich der, die ich so ähnlich später in

anderen Firmen kennenlernte: Die unmittelbaren wirtschaftlichen Folgen der Krise waren bewältigt, aber der Schreck und das Gefühl der Machtlosigkeit, das der gerade noch verhinderte wirtschaftliche Zusammenbruch in den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern hinterlassen hatte, wirkten weiter. Wie kann man es schaffen, so wurden wir gefragt, auch unter hohem Druck und gefangen in einem Geflecht aus Sachzwängen souverän und innerlich frei zu bleiben und das Gespür für das, was das eigene Leben ausmacht, nicht zu verlieren?

Das sind die Fragen, vor denen nicht nur Führungskräfte in großen Wirtschaftsunternehmen stehen. Wir alle haben Zeiten im Leben, in denen wir nicht mehr klar sehen können. In denen wir uns danach sehnen, wieder durchatmen zu können, das Gefühl der Getriebenheit abzuschütteln und einen Sinn in unserem Tun zu erkennen. Das geht einem Konzernvorstand, von dessen Entscheidungen Abertausende Arbeitsplätze abhängen, nicht anders als einem Elternteil, das sich in den Zeiten der Pandemie am Rande der Erschöpfung um die Kinder kümmern und gleichzeitig Homeoffice machen muss – und auch nicht anders als mir bisweilen. Ich aber weiß, was mir selbst in solchen Situationen geholfen hat, woraus ich lebe und was mich trägt, auch durch Zeiten persönlicher Krisen und Umbrüche: Stille, Meditation, Gebet – kurz: meine Spiritualität.

Zunächst zögerte ich, Übungen, die der Spiritualität des Jesuitenordens entstammen, in den Unternehmenskontext zu übertragen. Würden sich Ingenieure, Maschinenbauer und Juristen, von denen manche überhaupt keinen biografischen Bezug zur Religion hatten oder aber einer anderen Religion angehörten als ich, überhaupt darauf einlassen?

Doch der Kurs für die Führungsmannschaft des Unternehmens lief überraschend gut. Vor allem die Meditation, selbst wenn sie zunächst anstrengend für die Teilnehmer war, empfanden viele als eine echte Hilfe, in einen Abstand zu ihrem oft überdrehten Alltag zu kommen. Und was mich am meisten überraschte: Ob die Teilnehmerinnen und Teilnehmer religiös waren oder nicht, hat keine Rolle gespielt.

Nachdem wir dann 2011 das Institut für Philosophie und Leadership gegründet hatten und ich mir einen Überblick über die Forschung zu den Themen Spiritualität und Meditation verschaffen konnte, wurde mir klar: Spiritualität, auch außerhalb institutionell verfasster Religionen, erlebt einen enormen Aufschwung. Sie ist inzwischen gesellschaftsfähig geworden und auf dem besten Wege, im Mainstream anzukommen. In Umfragen gibt ein Drittel der deutschen Bevölkerung an, mindestens einmal pro Woche zu meditieren oder vergleichbare Übungen zu machen. Die Google-Suche nach dem Stichwort »Yoga« schnellte seit 2008 in die Höhe. Selbst die Wissenschaft hat sich der Meditation angenommen, und die Zahl der Publikationen zu ihren Wirkungen steigt seit der Jahrtausendwende sprunghaft an. Wer von sich heutzutage sagt, dass ihm Spiritualität wichtig ist, wird nicht mehr als Spinner oder Esoteriktante abgetan, auch wenn er oder sie diese nicht innerhalb einer der etablierten Kirchen sucht. Im Gegenteil: Mit dem Thema macht man sich heute eher interessant.

Ein gegenläufiger Trend ist die Abkehr von den institutionell verfassten Religionen. Spiritualität, die ursprünglich in den Religionen beheimatet war, hat sich von ihnen emanzipiert. Yogakurse, in denen die Übungen nicht mehr als Teil einer religiösen Praxis verstanden

werden, Meditationsapps, die uns in Achtsamkeit schulen möchten, aber dabei ganz vom buddhistischen Kontext absehen, Lehrstühle an Universitäten, in denen angehende Ärzte und Pflegerinnen in ›spiritual care‹ ausgebildet werden, zeigen: Spiritualität ist vielen Menschen wichtig, aber unabhängig von ihrer religiösen Einbettung.

Die Gründe für die Hinwendung zur Spiritualität mögen sehr vielfältig sein. Ein Grund ist der rasante gesellschaftliche Umbruch. Die zunehmende Globalisierung und Digitalisierung, Migration und Klimawandel verändern unsere gesamte Lebenswelt. Rasch müssen neue Antworten auf neue Herausforderungen gefunden werden, und so wächst bei vielen Menschen der Wunsch nach einem inneren Halt und einer inneren Stärke, die sie unabhängiger von den äußeren Veränderungen macht. Von der Spiritualität verspricht man sich, so ein Fundament zu finden.

Auch das Streben nach Selbstoptimierung und die Bereitschaft, an sich zu arbeiten, beinhalten oftmals ein Interesse an Spiritualität. Ebenso der Wunsch, auch im fortgeschrittenen Alter immer wieder Neues dazuzulernen. Viele erleben, dass eine Karriere mit entsprechendem Gehalt nicht die innere Befriedigung bringt, die sie sich davon erhofft hatten. Andere beobachten, wie die Jahre zwischen Familienarbeit und dem Verdienst des Lebensunterhalts nur so zerrinnen oder aber, dass die abendliche Zerstreuung mit dem Fernseher oder Streamingdienst sich am Ende doch schal anfühlt. Bei wieder anderen ist es ein Schicksalsschlag, der die Frage nach dem Sinn aufbringt. Nicht zuletzt führt der Eindruck vieler Menschen, dass wir so wie bisher nicht weitermachen können, wenn wir unsere Lebensgrundlagen erhalten wollen, zu einer kritischeren Haltung gegenüber