

Spiritualität und Haltungen in der Erziehung

Daniel Goleman hat einen Bestseller zum Thema „Emotionale Intelligenz“ geschrieben. Damit meint er: Jemand ist dann emotional intelligent, wenn er eigene und fremde Gefühle richtig wahrnehmen und verstehen kann.

Mit „Emotionaler Intelligenz“ vermag man auch seine Gefühle und Gesinnungen in einem guten Sinne zu beeinflussen und zu steuern. Dabei hat Goleman richtig erkannt, dass emotionale Gefühlsregulierung mit der Glaubenspraxis und mit Spiritualität zu tun hat. Sein Gesprächspartner war der Dalai Lama („Dialog mit dem Dalai Lama“. Wie wir destruktive Emotionen überwinden können; dtv München 2005). Eigentlich hätte Goleman nicht so weit nach Osten gehen müssen. Er hätte auch das Alte und Neue Testament befragen können, wie sich gelebter Glaube auf Haltungen und Gefühle auswirkt. Das wollen wir jetzt gemeinsam tun.

Gib acht auf dein Herz ...

„Mehr als auf alles gib acht auf dein Herz, denn aus ihm strömt das Leben“ (Spr. 4,23). Das Herz, jener Ort, wo Fühlen, Denken und Wollen miteinander verkabelt sind, die Kommandobrücke unseres Tuns also, soll sorgfältig gepflegt und wachsam behütet werden. Der hebräische Ausdruck für „acht geben“ wird auch zum Hüten eines Feuers gebraucht. Jesus nimmt den Gedanken auf, dass das Herz die Handlungen steuert. Er spricht davon, dass das äussere Tun einer inneren Haltung entspricht. Das gilt zum Beispiel für das Sprechen: „Was aber aus dem Mund herauskommt, das kommt aus dem Herzen.“ ... „Aus dem Herzen kommen böse Gedanken, Mord, Ehebruch, Unzucht, Diebstahl ...“ (Mt. 15,18–19). Nach Paulus verändert sich der Mensch nicht, indem man seine Umwelt verändert. Auch nicht, indem er sich ein neues Verhalten antrainiert. Veränderung beginnt nach ihm in unseren Tiefenschichten. Sprachlich drückt er das im Griechischen in einer Imperativform aus, die wir im Deutschen nicht kennen. Am ehesten könnten wir übersetzen: „Lasst euch verwandeln durch die Erneuerung eures Sinnes“ (Röm. 12,2). Auch er setzt also in der Gesinnung, in der Haltung an. Was haben nun Haltungen mit Spiritualität zu tun? Ich fokussiere die christlich-biblische.

Spiritualität und unsere Haltungen

Christliche Spiritualität entspringt der Beziehung zu Jesus Christus, der mit seinem Geist (lateinisch „spiritus“) und seiner Kraft (griechisch „dynamis“) in den Menschen wirkt, die sich ihm zuwenden. Im Gegensatz zur Esoterik geht die verändernde Kraft von einem personalen Gott aus, wie er in Jesus Christus zu uns gekommen ist. Nach biblischem Denken sind konstruktive Haltungen die Folge davon, wenn sich jemand für das Wirken Gottes an ihm öffnet. Er streckt sich Gott hin wie ein Sonnenanbeter, der in der herbstlichen Toskana die letzten warmen Sonnenstrahlen tankt. Aus dem Wirken des Heiligen Geistes

entsteht Frucht: Liebe, Freude, Friede ... oder Güte, Rechtschaffenheit, Treue, Sanftmut und Selbstbeherrschung. Das sind Haltungen, die aus einem Beziehungsprozess mit Gott heraus wachsen (Gal. 5,22). Paulus erwähnt auch destruktive Haltungen. Wo man auf sein selbstsüchtiges Ego fixiert bleibt, entstehen sexuelle und spirituelle Entgleisungen (Promiskuität und Magie) sowie Haltungen, die Beziehungen belasten: Streit, Eifersucht, Zorn etc. (Gal. 5,19). Diese Haltungen des in sich verschlossenen, nur auf sich selbst fixierten Menschen stören, ja zer-stören Beziehungen.

Christliche Spiritualität ist also im Kern ein Beziehungsangebot Gottes an uns, das uns immer beziehungsfähiger, in unseren Haltungen konstruktiver und damit auch erziehungsfähiger macht. Und Beziehung lebt vom Austausch; sie ist keine Einbahnstrasse. Sie lebt vom Hin und Her, vom Loslassen und Empfangen. Sie ist ein Zwei-Takt.

Der erste Takt ist eine Bewegung von unserem Herzen zum Herzen Gottes. Wir schütten unser Herz bei ihm aus. Wir lassen Groll und Bitterkeit abfließen. Wir laden Sorgen ab. Wir breiten Ängste vor ihm aus und lassen sie bei ihm los. Wir sprechen vor ihm unsere Enttäuschungen aus und sagen ihnen à Dieu. Das entlastet, entgiftet, entspannt. Wir nehmen aber auch positive Haltungen und Stimmungen in uns wahr. Wir sprechen sie vor ihm aus. Wir danken für die Freude an einem köstlichen Essen und einem guten Tropfen. Wir staunen über die Wunder seiner Schöpfung. Wir erleben staunend, dass wir Leben sind, das leben will inmitten von Leben, das auch leben will (Albert Schweizer). Das ermutigt, erhellt und erweitert unseren Blick.

Der zweite Takt ist eine Bewegung vom Herzen Gottes zu unserem Herzen. Paulus spricht davon, dass wir von Gott her gute Haltungen empfangen können. Er braucht für Takt eins das Bild des Ausziehens eines Kleides und für Takt zwei das Bild des Anziehens eines neuen Kleides. „So bekleidet euch nun mit innigem Erbarmen, Güte, Demut, Sanftmut und Geduld“ (Kol. 3,12).

Der gestresste Unternehmer und Familienpapa

Ich denke jetzt gerade an einen Unternehmer. Er steht unter einer ungeheuren Spannung. Jedes Mal, wenn er heimkommt, gibt es Streit. Er fühlt sich wie ein Eindringling in seiner Familie. „Es ging den ganzen Tag gut, bis du heimkommst“, sagt seine Frau. Von seiner KMU (Kleinere und mittlere Unternehmen) heimkommend, erwartet er von Frau und Kind ausschliesslich eine Oase des Auftankens. Er stellt Forderungen

