

---

## Die Krise als Chance

Wunibald Müller

*Es muss das Herz bei jedem Lebensrufe  
Bereit zum Abschied sein und Neubeginne,  
Um sich in Tapferkeit und ohne Trauer  
In andre, neue Bindungen zu geben ...  
Kaum sind wir heimisch einem Lebenskreise  
Und traulich eingewohnt, so droht Erschlaffen,  
Nur wer bereit zu Aufbruch ist und Reise  
Mag lähmender Gewöhnung sich entrafen.*

Hermann Hesse

### 1. Menschwerdung als Lebensaufgabe

Unser Leben ist einem Fluss vergleichbar

Zunächst geschieht Mensch-Werdung einfach. Was in uns angelegt ist, entfaltet sich. Wir sind einem Wachstums- und Reifungsprozess ausgesetzt. Oft ist es einfach wichtig, dem organischen, natürlichen Wachstumsprozess freien Lauf zu lassen, ihn nicht zu behindern, vielmehr zu fördern.

Mir hilft hier die Vorstellung von unserem Leben als einem Fluss, der einfach weiter fließt, Stunde für Stunde, Tag für Tag, Jahr für Jahr. Dieser Lebensfluss fließt einfach nach einer vorbestimmten, in mich hinein verpflanzten Richtung und Bestimmung. Diesen Fluss muss ich nicht anstoßen. Ich darf ihn aber auch nicht stoppen. Ich denke hier zum Beispiel an die Entwicklung unserer motorischen und intellektuellen Fähigkeiten oder auch an unsere psychische oder sexuelle Entwicklung.

Doch ist das alles, was zur Mensch-Werdung gehört – einfach entfalten lassen, was in uns angelegt ist? So wie ein Baum ein Baum wird entsprechend dem in seinem Samenkorn vorgegebenen Entwurf? „Wie aus dem Samenkorn ein Baum emporwächst, entfaltet sich das Leben von Stufe zu Stufe“ sagt die Jung-Schülerin Jolande Jacobi (1965,26). Das ist richtig. Doch bei unserer Mensch-Werdung genügt es nicht – so wichtig es ist – das Wachsen einfach zuzulassen.. „Im Unterschied zu Tieren und zu Bäumen ist es für uns nicht genug, zu sein, was die Natur mit uns beabsichtigt... Gott macht sie zu dem, was sie sind, ohne sie zu befragen, und dessen sind sie völlig zufrieden. Bei uns steht es anders. Gott lässt uns die Freiheit, das zu sein, was wir wollen. Wir können wir selbst sein oder nicht, ganz nach unserem Belieben.“ (Thomas Merton 1951,22)

---

Damit komme ich an einen entscheidenden Punkt bei unserer Mensch-Werdung. Ich muss etwas dafür tun. Ich kann nicht einfach die Hände in den Schoß legen und darauf warten, was mit mir passiert. Was aber muss ich tun? Ich muss den Weg wagen, den, so Jolande Jacobi 1965,2&), „sieghafter Aufstieg, Zusammenbruch, Krise, Versagen und Wiederbeginn“ säumen. Weiter meint sie:

„Es ist der Weg, den die große Mehrheit der Menschen geht, zumeist unreflektiert, unbewusst, ahnungslos den labyrinthischen Pfad entlang, in der Hoffnung und Sehnsucht von der Geburt, bis zum Tod... Doch nur wer den Lebensweg tapfer beschreitet und besteht, nur wer sich mutig ins Leben einstellt, keinen Kampf und Ausweg scheut, vor keiner Erfahrung ausweicht, dessen Persönlichkeit wird voller ausreifen als die Persönlichkeit jenes Menschen, der sich stets auf der gesicherten Seite des Weges aufzuhalten trachtete.“

### Wendepunkte im Leben

Vor allem an zwei Wendepunkten in unserem Leben ist die Bereitschaft gefordert, sich dem Leben zu stellen, damit unsere Mensch-Werdung vollendet werden kann. Das heißt nicht, dass es auch sonst im Laufe unseres Lebens immer wieder Situationen gibt, die unser bewusstes Entscheiden und Wagen verlangen und es allein in unserem Vermögen steht, unser Mensch-Werden zu einer angemessenen Entfaltung, ja Vollendung zu bringen.

Aber in der Phase der endgültigen, zumindest der grundsätzlichen Entscheidung, wer ich bin und was ich will und dann noch einmal am Mittag des Lebens, wenn die Vollendung meines Lebens und meiner Mensch-Werdung – radikal – verlangt, die letzte, noch verbleibende Strecke zurückzulegen, um den Lebenskreis zu schließen, da sind wir mehr als sonst gefordert, Stellung zu beziehen, bewusst Einfluss auf die Gestaltung und Richtung unseres Lebens zu nehmen, vor allem aber – und das ist der schwierigste Teil –, die Krise auszuhalten, die mit diesen Übergangsphasen unausweichlich einhergehen.

## 2. Menschwerdung im Kontext des gesamten Lebenszyklus

### Die unterschiedlichen Lebensalter

Diese Krisen markieren wichtige Übergänge im Gesamt unserer Menschwerdung, die verschiedene Phasen kennt. So sehr jeder Versuch, eine bestimmte Phase herauszustellen, etwas Willkürliches hat, so kennt doch jedes dieser Lebensalter Einschnitte, die so tief sind, dass sie zu einer besonderen Hervorhebung berechtigen. Dabei gilt es immer wieder zu bedenken, dass es in ihnen „immer ein und derselbe Mensch ist, der da lebt“ (Romano Guardini 1986).

So lässt sich das Leben eines Menschen, von der Geburt bis zu seinem Tod, von der Wiege bis zur Bahre, in fünf große Abschnitte, sog. Lebensalter, einteilen:

- 1) Das Vorerwachsenalter (von der Geburt – 20)
- 2) Das frühe Erwachsenenalter (zwischen 20 und 40)
- 3) Das mittlere Erwachsenenalter (zwischen 40 und 60)
- 4) Das späte Erwachsenenalter (zwischen 60 und 80)
- 5) Das sehr späte Erwachsenenalter (zwischen 80 und ...)

Mit dem Gleichnis vom täglichen Ablauf der Sonne veranschaulicht C.G. Jung (1976,71) sehr eindrücklich, was mit der Aufteilung des Lebenszyklus ausgedrückt werden soll:

---

„Denken Sie sich eine Sonne, von menschlichem Gefühl und menschlichem Augenblicksbewusstsein beseelt. Am Morgen entsteht sie aus dem nächtlichen Meere der Unbewusstheit und erblickt nun die weite, bunte Welt in immer weiterer Erstreckung, je höher sie sich am Firmament erhebt. In dieser Erweiterung ihres Wirkungskreises, die durch das Aufsteigen verursacht ist, wird die Sonne ihre Bedeutung erkennen und ihr höchstes Ziel in größtmöglicher Höhe und damit auch in größtmöglicher Erstreckung ihres Segens erblicken. Mit dieser Überzeugung erreicht die Sonne die unvorhergesehene Mittagshöhe – unvorhergesehen, weil ihre einmalige individuelle Existenz ihren Kulminationspunkt nicht vorher wissen konnte. Um zwölf Uhr mittags beginnt der Untergang. Und der Untergang ist die Umkehrung aller Werte und Ideale des Morgens. Die Sonne wird inkonsequent. Es ist, wie wenn sie ihre Strahlen einzöge. Licht und Wärme nehmen ab bis zum schließlichen Erlöschen.“

Es gibt eine Zeit, in der Vorrat an Licht, Wärme und Energie unermesslich zu sein scheint. Und es gibt eine Zeit, in der dieser Vorrat zunehmend abnimmt. So sehr es der Jugend gegönnt ist, sich dieser Kraft und Fülle zu erfreuen und es für sie, so C.G. Jung, „beinahe Sünde oder wenigstens eine Gefahr (ist), zu viel mit sich selbst beschäftigt zu sein, für den alternden Menschen ist es eine Pflicht und eine Notwendigkeit, seinem Selbst ernsthafte Betrachtung zu widmen. Die Sonne zieht ihre Strahlen ein, um sich selber zu erleuchten, nachdem sie ihr Licht auf eine Welt verschwendet hat.“

Dieser Bogen vom Morgen des Lebens bis zum Abend des Lebens ist zum Teil die Ausfaltung eines vorgegebenen Entwurfes. Sie geschieht dann wie selbstverständlich, ja geradezu von alleine. Man denke etwa an die körperliche Entwicklung. Die Ausfaltung kann aber auch schleppend vonstatten gehen, stehen bleiben oder in eine andere als dem Entwurf vorgegebene Bahn ausweichen. So gesehen ist die Ausfaltung dieses Entwurfes nicht nur ein leichtes Ausschwingen von der Geburt bis zum Tod, sondern ein immer wieder neues Unterfangen, ein immer wieder neues Bemühen, das vom Entwurf her Vorgegebene und Vorgesehene zur rechten Zeit, zur entsprechenden Tageszeit – das Bild vom Morgen und Abend aufgreifend – zuzulassen.

Bei der Aufteilung des Lebens in Lebensalter ist es hilfreich nicht nur den einzelnen Lebensaltern besondere Aufmerksamkeit zu schenken, sondern auch, und mitunter sogar in besonderer Weise, den Phasen des Übergangs vom einen zum anderen Lebensalter. Während die Jahre innerhalb der einzelnen Lebensalter als relativ *stabil* gesehen und erlebt werden, ist die *Instabilität* typisches Kennzeichen der Zeit in den Übergangsphasen.

### Die Krisen als Übergangsphasen zwischen den Lebensaltern

Diese unstabilen Übergangsphasen, die die einzelnen Lebensphasen sozusagen einbetten, werden auch Krisen oder Brüche genannt. Entscheidend ist dabei allerdings, dass diese Bezeichnungen nicht eine drohende Katastrophe andeuten wollen, sondern, so der Entwicklungspsychologe Erik Erikson, den notwendigen Wendepunkt markieren, wenn die Entwicklung den einen oder den anderen Weg einschlagen muss, um entsprechend der Zeit neues Wachstum zu ermöglichen. Es ist eine Zeit, in der die dem Lebensentwurf grundsätzlich gegebenen Möglichkeiten markante und intensiver zur Entfaltung gebracht werden und das zum Teil unter Wehen wie bei einer Geburt. „Es ist wie ein Geburtskanal, also zunächst merkt man nichts von Geburt, sondern es wird alles ungeheuer eng“ (Kast 2008,68ff).

Im Unterschied zu den sog. *akzidentellen* oder *situativen* Krisen, die nahezu jedes Ereignis, das für uns als bedrohlich erlebt wird, in uns auslösen kann – wie etwa eine Katastrophe oder der Verlust eines geliebten Menschen – spricht man hier von sog. *normativen* Krisen oder *Entwicklungskrisen*.

Die normativen Krisen sind Phasen in unserem Leben, in denen in einer intensiveren und dichteren Weise, als das normalerweise der Fall ist, soziale, körperliche, intellektuelle, emotionale und spirituelle Kräfte in uns in Interaktion miteinander begriffen sind, um uns zu weiterem Wachstum zu führen, da wir sonst schrumpfen würden. Es sind Zeiten, in denen wir in besonderer Weise formbar, zugleich

aber auch verwundbar sind. Man kann das vergleichen mit einer Tonskulptur, die vorübergehend wieder in ihren weichen Zustand versetzt wird, um gegebenenfalls neu modelliert zu werden. Normative Krisen sind unvermeidlich mit unserer Existenz verbunden. Wir müssen uns „zeitigen“. Das Wort Krise kommt ja von „krinein“, und das heißt absondern, entscheiden, bewerten und kritisieren.

Die Zeit des Übergangs kann auf diese Weise zu einer sehr bewegten Zeit werden. Sie ist vielfach vergleichbar mit einer Fähre, die mich von der einen Seite des Flusses oder Sees zur anderen Seite bringt. Bei entsprechenden Außenbedingungen kann es dabei auch sehr stürmisch werden. Das ist eine Erfahrung, die ich mache, wenn ich etwas Altvertrautes, Sicheres, hinter mir lasse, um mich auf Neues, mir noch Unbekanntes einzulassen. Das heißt, ich lasse mein altes Leben zurück, ohne dass das, was es ersetzen soll, schon deutlich aufgetaucht wäre. So mag ich mich in der Übergangsphase zwischen zwei Lebensaltern wie auf einer Brücke erleben, die die beiden Lebensalter zu verbinden versucht.

Die Krise zwingt mich, innezuhalten. Ich kann ja gar nicht weitergehen. Der Weg, auf dem ich bisher glaubte, und das mit einer Selbstverständlichkeit – zum Ziel, zur Erfüllung dessen, was mich drängte, was mir vorschwebte, was ich vielleicht als Gottes Willen erachtete, zu gelangen, hat plötzlich aufgehört. „Ich fühle mich wie in einem dunklen Schlauch, ich sehe nirgends einen Ausweg. Und dieses Erleben der Krise ist von panischer Angst begleitet“ (Kast 2008,18).

Wichtig in dieser Phase des Beendens ist es, wirklich Abschied nehmen zu können, von dem was nicht mehr ist, und all die Trauer und den Ärger zuzulassen, die tatsächlich da sind. Das ist unerlässlich, um einen wirklichen Abschied schaffen zu können.

Jetzt kommt es darauf an, dass ich nicht zurück gehe oder am Ende dieses Weges hängen bleibe. Jetzt geht es darum weiterzugehen, auch wenn ich keinen oder kaum Boden unter meinen Füßen spüre. Jetzt gilt es, die Unsicherheit und die Dunkelheit, die ich erfahre, auszuhalten, zusammen mit den Zweifeln, der Einsamkeit und Traurigkeit, die damit einhergehen. Hier erlebe ich Schmerz der nicht destruktiv und krank machend ist. Er ist vielmehr Kennzeichen eines Übergangs zwischen den Bruchstellen meiner Lebenslinie. Hier genügt es nicht, die Bruchstellen einfach zusammenzukitten – die „Heilung“ wäre nur von kurzer Dauer. Ein Kunstgriff reicht hier nicht aus, auch kein Pflasterchen und keine Medizin helfen hier weiter. Auch Jammern, Flehen und Beten allein werden mich nicht weiterbringen.

Mit dem langsamen Neubeginn – nach der Zeit des Beendens und der Unsicherheit – geht die Übergangsphase zu Ende. Der Anschluss ist geschafft. Das passiert in der Regel nicht plötzlich. Es ist eher vergleichbar mit dem vorsichtigen Abtasten eines Untergrundes, dem man nicht ganz zutraut, dass er einen auch zu halten vermag. Vorsichtig und langsam bewege ich mich nach vorne, immer auf der Hut, um mich gegebenenfalls schnell auf „sicheren“ Grund zu retten, um schließlich mit beiden Füßen darauf zu stehen und zu gehen. Es genügt nicht, um diesen neuen Boden zu wissen. Es genügt nicht mir vorzustellen, irgendwann einmal diesen neuen Grund zu beschreiten. Jetzt ist es an der Zeit, selbst diesen Boden zu betreten, den Schritt ins neue Leben zu wagen.

Die Übergangszeit findet dann ihr Ende, wenn die mir gestellte Aufgabe des Hinterfragens, des Explorierens und Experimentierens ihre Dringlichkeit verliert und die Brücke überschritten habe, um meine ersten vorsichtigen Schritte auf dem neuen Land zu gehen.

Das frühe Erwachsenenalter – die Zeit zwischen 20 und 40 – beginnt und schließt mit zwei stark ausgeprägten Übergangsphasen, nämlich der Zeit zwischen ca. 17 und 23, der Zeit der sog. Identitätskrise – und der Zeit zwischen ca. 37 und 42, der Zeit der sog. Mid-Life-Crisis. Die Zeit zwischen 17 und 23 ist die Zeit des Eintritts in das Erwachsenenalter, die Zeit zwischen 37 und 42 die Zeit des Übergangs vom frühen Erwachsenenalter in das mittlere Erwachsenenalter. Auch um die 30 gibt es in der Regel eine Übergangsphase, die aber nicht so stark ausgeprägt ist wie die Identitätskrise und die Krise in der Mitte des Lebens.

---

### 3. Die Identitätskrise

#### Das ist mein wirkliches ICH

Die Phase, bei der sich herauskristallisiert, wer ich bin und was ich will, geschieht um das 20. Lebensjahr herum. Die Anfänge dafür können schon einige Jahre vor dem 20. Lebensjahr beginnen, das Ende bei manchen bis hin in die späten 20iger Jahre andauern. Worum es dabei geht und was dabei geschieht, erklärt sehr eindrücklich Rainer Maria Rilke in seinem Büchlein Briefe an einen jungen Dichter. Darin antwortet Rilke (1929,10f) einem jungen Dichter auf dessen drängende Frage, ob er denn Dichter werden solle, mit den Worten:

„Niemand kann Ihnen raten und helfen, niemand. Es gibt nur ein einziges Mittel. Gehen Sie in sich. Erforschen Sie den Grund, der Sie schreiben lässt; prüfen Sie, ob er in der tiefsten Stelle Ihres Herzens seine Wurzeln ausstreckt, gestehen Sie sich ein, ob Sie sterben müssten, wenn es Ihnen versagt würde zu schreiben. Ich kann Ihnen keinen anderen Rat geben als diesen: in sich zu gehen und die Tiefe zu prüfen, in denen Ihr Leben entspringt; an seiner Quelle werden Sie die Antwort auf die Frage finden... Alles ist austragen und dann gebären. Jeder Eindruck und jeder Keim eines Gefühls ganz in sich, im Dunkel, im Unsagbaren, Unbewussten, dem eigenen Verstand des Unerreichbaren sich vollenden lassen und mit tiefer Demut und Geduld die Stunde der Niederkunft einer neuen Klarheit abwarten... reifen wie der Baum, der seine Säfte nicht drängt und getrost in den Stürmen des Frühlings steht ohne die Angst, dass dahinter kein Sommer kommen könnte. Er kommt doch.“

In der Phase der Identitätsfindung entwickeln Jugendliche zunehmend eine stabile Vorstellung ihres eigenen Selbst, bei der sich eine persönliche Identität herauskristallisiert, die die sexuelle Identität einschließt. Es ist die Zeit in unserem Leben, in der wir deutlicher erkennen und spüren, wer wir sind und was wir wollen. Es ist dann eine Erfahrung, bei der wir eine Art Bestätigung aus unserem innersten Selbst erfahren. William James sagt:

„In solchen Augenblicken gibt es in unserem Inneren eine Stimme, die spricht und sagt: ‚Das ist mein wirkliches ICH‘. Es ist also gleichsam eine Erkenntnis, die uns geradezu überkommt, eine Überraschung, und nicht etwa etwas, nach dem man mühsam geforscht“

Hermann Hesse sagt das auf seine Weise in seinem Roman *Demian*:

„Ich hatte einen Augenblick die Empfindung, ich trage ein Kristall im Herzen, und ich wusste plötzlich, es war mein Ich.“

Die Zeit der Identitätsfindung ist oft mit einer Krise verbunden, geht es doch darum, möglicherweise Abschied zu nehmen von dem, was mir bisher Halt gab und mich prägte: „Zieh weg aus deinem Land, von deiner Verwandtschaft und aus deinem Vaterhaus in das Land, das ich dir zeigen werde“ heißt es in Genesis (12,1). Jetzt gilt es, sich für eine bestimmte Zeit auf eine Phase einzulassen, die von Unsicherheit geprägt ist, in der ich mit dem in Berührung komme, was wirklich zu mir gehört, was mein Ich und mein Verständnis von dem, wer ich bin und was ich will, ausmacht.

Solange wir noch nicht zu unserer eigenen Identität gefunden haben, sehen wir die Welt und die Menschen um uns herum wie wenn wir selbst noch ein unselbständiger Teil dieser Welt wären, mit der wir verwoben sind, von der wir geprägt sind und die uns bestimmt. Wir können dann noch nicht wirklich unterscheiden zwischen dem, was wir denken, wir fühlen, wir glauben und dem, was von uns erwartet wird zu denken, zu fühlen und zu glauben. Wir sehen die Welt um uns herum durch die Brille unserer Familie, unserer Gemeinde, unserer Kultur. Romano Guardini spricht von seelischer Umhüllung, die sich in dieser Phase unseres Lebens lockert. Im Prozess der Identitätsfindung kommt es zur Herausbildung und zur Klärung dessen, was wir unser eigenes Selbst nennen könnten. Wir sind jetzt nicht länger eingewoben in die uns prägende Umgebung, sondern vermögen mehr und mehr zwischen uns und dieser Umgebung zu unterscheiden und zunehmend unsere Nähe aber auch

---

unsere Distanz gegenüber anderen Personen und unserer Umwelt selbst bestimmen zu können. Wir werden uns unserer Einzigartigkeit bewusst und treten im Bewusstsein unserer Einzigartigkeit in Beziehungen, die von uns mit bestimmt werden.

### Unterschiedliche Entwicklungen bei der Identitätsfindung

Die Entwicklung zu unserer Identität verläuft unterschiedlich. So spricht man von einer *gelungenen* Identitätsfindung, wenn die Ablösung von dem was mich bisher geprägt hat, stattgefunden hat. Der Betreffende durchläuft eine Übergangszeit, bis hin zu einer Krise, findet zunehmend für sich heraus, was sein Fundament ausmacht. Wichtige Lebensentscheidungen gründet er auf seinem eigenen Fundament.

An dieser Stelle wird deutlich, wie wichtig es ist, dass der Betreffende zu diesem Zeitpunkt, an dem er wichtige Entscheidungen trifft, wirklich um sich weiß. Hier zeigt sich die Bedeutung von *Selbsterfahrung*. Geht man vom tiefenpsychologischen Verständnis aus, dann ist das, was uns ausmacht, das Selbst. Das aber ist uns größtenteils oft unbewusst. Es ist der Teil des Eisberges, den wir nicht sehen. Was wir sehen, ist die Spitze des Eisberges, ist unser Ich-Bewusstsein. Je mehr wir aber von uns wissen, je mehr wir über unsere tiefsten Wünsche und Sehnsüchte, je mehr wir von unserem Lebensraum wissen, umso mehr ist das, wozu wir uns entscheiden, abgedeckt von uns selbst, von unserem Selbst. Die Bedeutung der Selbsterfahrung war bereits Bernhard von Clairvaux klar, wenn er sagt:

„Wenn du dich selbst nicht kennst, gleichst du jemanden, der ohne Fundament eine Ruine statt eines Gebäudes errichtet. Alles, was du außerhalb deiner selbst errichtest, wird wie ein Staubhaufen sein, der dem Wind preisgegeben ist. Keiner ist also weise, der nicht über sich selbst Bescheid weiß.“

Von *aufgesetzter* Identität spricht man, wenn jemand ohne Ablösung von dem, was ihn bisher geprägt hat, ohne die Erfahrung einer Übergangsphase, ja einer Krise, auf der Grundlage dessen, was bisher für ihn galt, lebenswichtige Entscheidungen trifft. Dabei bleibt offen, ob diese Entscheidung tatsächlich auf seinem eigenen Fundament aufruhet. Oft zeigt es sich im späteren Leben, dass die zu diesem Zeitpunkt getroffene Entscheidung wieder revidiert werden muss, da sie sich lediglich als Auswuchs, als Verlängerung dessen erweist, was einen bisher geprägt hat und eben nicht auf der Grundlage einer eigenen Selbsterfahrung, eines eigenen Fundamentes gründet.

Schließlich spricht man von *Moratorium*, wenn jemand gerade dabei ist sich von dem zu lösen, was ihn bisher geprägt hat, aber noch nicht sozusagen das neue Ufer betreten hat. Er befindet sich noch in dieser Übergangsphase, ja mitunter in einer Krise, in der er seine bisherigen Wertvorstellungen und Überzeugungen hinterfragt, die dabei auftretenden Probleme noch nicht gelöst und die sich daraus ergebenden Konsequenzen noch nicht vollzogen hat. Erik Erikson spricht hier von einer anerkannten Karenzzeit, in der ein „endgültiger Rahmen für die ‚innere Identität‘ vorgezeichnet wird“. Wenn diese Übergangsphase nicht über Gebühr lange andauert, kann es sich dabei um eine psychologisch gesehen normale Zwischenphase handeln, bei der alte Wertvorstellungen und Verhaltensweisen getestet, neue gefunden werden. Es ist, so Verena Kast, wie im Märchen, wenn man im Wald sitzt, man noch nicht weiß, wo es hingeht, aber man gesteht sich einfach die Orientierungslosigkeit zu.

Von *Identitätsverwirrung* spricht man schließlich, wenn jemand mit den übernommenen, beziehungsweise aufgezwungenen Rollen nicht zurechtkommt und vermeidet sich festzulegen, sich für irgendetwas verbindlich zu entscheiden. In den letzten 10 bis 20 Jahren scheint die Fähigkeit, eine klare, tragfähige, ausgereifte Identität zu finden, bei vielen zunehmend beeinträchtigt zu sein. Das ist unter anderem auch darauf zurückzuführen, dass in unserer Gesellschaft die Vermittlung von verbindlichen Wertvorstellungen im Unterschied zu früher nachgelassen hat. Dazu kommt, dass die heutige familiäre Situation hinsichtlich der Erziehung und der Vermittlung von Werten nicht mehr die Konstanz aufweist, wie das früher der Fall gewesen ist. Man spricht in diesem Zusammenhang auch von *Patchwork-Identität*, in dem Sinne, dass weit mehr als früher die Identitätsfindung unterschiedlichen Ein-

---

flüssen ausgesetzt ist und die Schwierigkeit, daraus eine durchgängige Identität zu bilden, größer geworden ist.

Er vermag das Leben nicht zu fassen und um sich selbst „zusammenhalten“ zu können, überidentifiziert er sich zeitweilig bis zu einem Grad scheinbar völliger Aufgabe des Ichs mit Helden von Cliquen und Massen. Zugleich ist er bemerkenswert intolerant gegenüber anderen, die ‚verschieden‘ sind. Und es ist ja in der Tat schwer, tolerant zu sein, wenn man im tiefsten Innern man nicht sicher ist, ob man ein richtiger Mann oder eine richtige Frau ist, ob man je ein Gefühl dafür entwickeln wird, wer man ist, man sich für lebenswert erachten kann, in der Lage ist, die eigenen Triebe zu beherrschen. Ja, ob man je wirklich wissen wird, wer man ist.

### Die Krise als Aufruf zur Korrektur

Oft trifft auf uns zu, was Ödon von Horvath einmal sagte: „Eigentlich bin ich ganz anders, aber ich komme selten dazu.“ Wenn ich auf Dauer nicht dazu komme, die Person zu sein, die ich bin, gerate ich in Hoffnungslosigkeit, bis hin zur Verzweiflung. Wenn ich mich nicht selbst leben darf, wenn ich das, was zu mir gehört, was mir wichtig ist, woran ich glaube, auf Dauer nicht zum Ausdruck bringen darf, knicke ich innerlich zusammen. Soeren Kierkegaard sagt, dass man zweifelt, wenn man sich nicht dafür entscheidet oder dazu bereit ist, man selbst zu sein, dass die tiefste Form der Hoffnungslosigkeit darin besteht, dass man sich dafür entscheidet ein anderer als man selbst zu sein. Eine Krise kann auf diesem Hintergrund auch als Aufruf verstanden werden, genauer auf unser Leben zu schauen und gegebenenfalls Korrekturen vorzunehmen.

Ein Seminarist, der drei Jahre lang studiert und sich in seinem Studium und Praktikum bewährt hat, wird in seinem letzten Semester von depressiven Stimmungen und Selbstmordgedanken heimgesucht. Er zieht sich von seinen Freunden zurück, wird apathisch und kommt, was für ihn untypisch ist, seiner Arbeit nicht mehr nach. Er klagt über Müdigkeit und Mutlosigkeit und sucht Rat bei einem Arzt. Der verschreibt ihm Antidepressiva. Er führt Beratungsgespräche, und nach einigen Sitzungen setzt er die Medikamente ab. Seine Träume nehmen zu. In einen lebhaften Traum wird er von einer gebrechlichen Frau, die ihn überraschenderweise überwältigt, in eine Kiste gezwängt, die viel zu eng für ihn ist. In der abgeschlossenen Kiste krümmt und windet er sich, bis er ein chinesisches Schloss findet, das er zu enträtseln vermag. Es gelingt ihm, die Kiste zu öffnen. Er kommt auf eine breite Straße, die ein Feld mit wilden Blumen und kleinen Tieren durchquert. Sehr schnell versteht er, dass der Traum die abgekapselte Situation symbolisiert als die er den Pastorenberuf empfindet. Sein Leben lang hat ihm seine verwitwete Mutter den Pastorenberuf als heilige Berufung beschrieben. Sie hoffte, dass er die Arbeit seines Vaters fortsetzt, der starb, als er zwölf Jahre alt war. In der Realität lebte er das Leben eines anderen, oder wie Jung es ausdrückte: den Mythos eines anderen. Der Traum besagte, dass er, falls er den richtigen Schlüssel findet, nicht in der Kiste bleiben muss. Nachdem der junge Mann begriffen hatte, dass er die Freiheit der Wahl hat und sich innerlich befreien konnte von dem Vorbild seines Vaters und dem verschlingenden Besitzergreifen seiner Mutter, verschwindet seine Depression, und seine Energie kann sich nach außen, auf ein produktives Leben hin ausrichten. (vgl. Fairchild 1991, 36)

### Identitätskrise und sexuelle und spirituelle Entwicklung

Im Prozess der Identitätsfindung geht es auch darum, immer klarer herauszufinden, wie meine sexuelle Orientierung ausgerichtet ist. Das ist auch für mein eigenes Selbstverständnis wichtig. Es ist weiter wichtig darum zu wissen, weil mein soziales Umfeld ganz stark auch von meiner jeweiligen sexuellen Orientierung mit bestimmt und geprägt sein wird.

---

Auch auf meine Glaubensentwicklung hat die Identitätskrise entsprechende Auswirkungen.

So entwickelt sich zwischen dem 11. und 13. Lebensjahr nach James Fowler der *synthetisch-konventionelle* Glaube, der stark beeinflusst ist von dem, was für uns wichtige Personengruppen denken und tun. Dazu zählen die Familie, die Jugendgruppe, Kollegen usw.

Der Glaube in dieser Entwicklungsstufe ist angepasst. Er orientiert sich an den Erwartungen und Urteilen anderer, nicht zuletzt auch bestimmter Gruppen und Institutionen. Er ist noch nicht identisch mit meinen eigenen Überzeugungen, auch weil ich die noch gar nicht entwickelt habe. Er hat weiter nicht meinen eigenen Grund zur Grundlage, kommt nicht aus mir, meiner Tiefe heraus.

Man könnte auch sagen, der Glaube in dieser Entwicklungsstufe ist oder wirkt noch aufgesetzt. Einem Glauben, der auf diesem Stand bleibt, geht irgendwann die Luft aus. Oder er wird uninteressant, greift nicht mehr, vermag mich nicht zu tragen, wenn ich in anderen Bereichen meines Lebens, nicht aber im spirituellen Bereich wachse. Bei anderen wieder wird dieser Glaube weiter vor sich hin vegetieren. Er mag künstlich über Wasser gehalten werden durch Rituale, Formalien oder andere äußere Abstützungen. Der Saft oder die Kraft des Lebens wird ihm aber abgehen. Er hat dann die Ausstrahlung einer gut aufgeräumten und steril gehaltenen Abstellkammer.

Im Prozess unserer Identitätsfindung entwickelt sich der Glaube zum *reflektierenden* Glauben, beginnen wir unseren Glauben zu überprüfen. Die Entwicklung des reflektierenden Glaubens vollzieht sich in Spannung und Kampf im eigenen Innern, mit Freunden, Familienmitgliedern und kirchlichen Amtspersonen. Wir müssen uns mit den verinnerlichten Stimmen der Eltern und anderer Autoritäten aus der Vergangenheit auseinandersetzen. Vielfach spüren wir in uns einen Widerstand dagegen, uns von ihrer Autorität zu lösen, da die Gefahr besteht, dass eine Veränderung der bisherigen Abhängigkeitsbeziehung das Ende dieser Beziehung bedeutet.

Der Betreffende in dieser Zeit hinterfragt und zerpflückt mit seinem Verstand seine bisherigen Erfahrungen und sein Glaubens- und Wertesystem. Er will nur noch behalten, was ihm echt und ernsthaft vertretbar erscheint, und vieles kommt ihm jetzt, wo ihn die Außenwelt und der äußere Aufbau seiner Existenz in Beschlag nehmen, unecht und unwirklich vor. Allerdings sind viele von diesem Wunsch und dieser Aufgabe selbständig zu werden überfordert und geraten ins Schwanken.

### Identitätsfindung und Berufung

Thomas Merton sagt: Heiligkeit bedeutet, der zu werden, der zu werden du berufen und bestimmt bist. Wer nicht er selber wird, hat nicht gelebt. Je mehr Möglichkeiten ich habe, zumindest annäherungsweise das zu leben, was ich als das Meine, man könnte auch sagen als meine Berufung tief in mir spüre, desto mehr wird das, was ich in mir als Drang zu tun verspüre, von mir umgesetzt werden können. Je mehr es diese Übereinstimmung gibt, umso zufriedener werde ich sein. Das ist leicht gesagt. Es ist ja letztlich ein lebenslanges Unterfangen, immer wieder entsprechend der jeweiligen Lebenssituation für sich herauszufinden, was ansteht, das Meine ist. Hier gilt was Romano Guardini (1995,20) sagt:

„Es wurde einmal gesagt, wenn der Mensch geboren wird, wird ihm ein Wort mitgegeben, und es war wichtig, was gemeint war: nicht nur eine Veranlagung, sondern ein Wort. Das wird hineingesprochen in sein Wesen, und es ist wie das Passwort zu allem, was dann geschieht. Es ist Kraft und Schwäche zugleich. Es ist Auftrag und Verheißung. Es ist Schutz und Gefährdung. Alles, was dann im Gange der Jahre geschieht, ist Auswirkung dieses Wortes, ist Erläuterung und Erfüllung. Und es kommt alles darauf an, dass der, dem es zugesprochen wird – jeder Mensch, denn jedem wird eins zugesprochen – es versteht und mit ihm in Einvernehmen kommt.“

Dieses Passwort erinnert an die archetypische Prädisposition, von der in der Jungschen Tiefenpsychologie die Rede ist. Darunter kann man Folgendes verstehen: In jedem von uns gibt es so etwas wie

einen aus einer großen Tiefe kommenden Impuls, der mir sagt, wer ich bin und wer ich sein soll. Dieser Impuls ist einfach da. Er kommt aus einer großen Tiefe in uns, dem Wurzelgrund unserer Seele. Er sagt jetzt nicht direkt: Du bist eine Politikerin. Oder: Du sollst Priester werden. Er ist vielmehr vergleichbar einer Ahnung, die zu einer Gewissheit werden kann. Diesem ursprünglichen Impuls wird eine große Bedeutung zugesprochen. Er hat etwas ganz Ursprüngliches an sich. Er ist gleichsam noch nicht „verdorben“ worden durch zu viele Reflexion und Analyse. Er ist in diesem Sinne auch primitiv, im Sinne von Ursprünglich und Originell.

Dieses Passwort zu erkennen und dann auch in seinem Beruf als Berufung umzusetzen ist Aufgabe jedes Einzelnen, manchmal mit Hilfe einer psychotherapeutischen oder geistlichen Begleitung. Dabei ist es immer wieder auch wichtig, hinzuspüren, hinzuschauen, wie mein Lebenstraum aussieht, worin glaube ich meine tiefste Sehnsucht verwirklichen zu können. Es geht darum im Ergründen meines Lebensgrundes, meinen Lebenstraum herauszufinden.

### Den Regungen der Seele folgen

Wer ich bin ist also nicht nur eine Sache des Überlegens und Forschens. Es ist eine Erfahrung von innen heraus, bei der alle Seiten, die mich ausmachen, eine Rolle spielen.

Die Frage *Wer bin ich und Was will ich* kann nur dann angemessen beantwortet werden und die sich aus der Beantwortung ergebenden Entscheidungen können sich vor allem dann als richtig und tragfähig erweisen, wenn sie aus unserer Tiefe heraus, von unserer Seele her beantwortet und entsprechend bestimmt worden sind? So muss zum Beispiel die Entscheidung, zu heiraten oder nicht zu heiraten, Bäcker oder Musiker zu werden, wirklich meine Entscheidung sein, die auf meinem Grund gewachsen ist und aufrucht, ja auf meinem „Mist“ gewachsen ist.

Ich muss in die Tiefe gehen, ich muss mich selbst, mein Selbst erfahren. Wer ich für mich bin – das muss aus der tiefsten Stelle meines Herzens, meiner Seele, geboren sein. Wenn es das nicht ist, kann ich nur hoffen, dass mit der Zeit, nach und nach, meine Seele durchdringt und gleichsam nachliefert, wer ich bin. Sperre ich die Seele bei meiner Identitätsfindung aus, dann versperre ich mir den Zugang zu den Tiefen, in denen mein Leben entspringt. Allein nur von diesem Ursprung her kann ich meine Identität finden. Für was ich mich entscheide, muss vor meiner Seele bestehen können. Sie steht für das, was andere Lebenstraum oder Selbst nennen, und für mehr. Sie ist die unsichtbare Kraft in mir, die mein Leben steuert und beeinflusst. Sie ist der eigentliche Lenker in meinem Leben. Sie weiß heute schon, was mir vielleicht erst in fünf oder zehn Jahren bewusst sein wird.

Die Seele wird sich auch dann, hat jemand zu seiner Identität gefunden, immer wieder melden. Sie wird das, was auf dieser gefundenen Identität aufbaut, beseelen, sie ist wie der Eckstein dieses Fundamentes. Wenn sie das ist, wird dieses Fundament tragfähig bleiben, mag es auch immer wieder Erschütterungen ausgesetzt sein, mag es auch Phasen geben, in denen der Eindruck entsteht, dieses Fundament habe sich aufgelöst, es trage nicht länger. Ist die Seele der Eckstein dieses Fundamentes, dann wird es sich um ein stabiles, zugleich aber auch lebendiges Fundament handeln, das immer wieder von der Seele belebt und in Schwung gehalten wird. Die Seele wird nicht nachlassen, ihren Einfluss zu behalten, ja zu vermehren. Wenn man sie lässt. Und man tut gut daran, der Seele beim Prozess der Ich – Findung die Führung zu überlassen. Denn, sind „die Erfordernisse des ersten Abschieds in der Jugend zu wenig berücksichtigt worden, so müssen sie, bevor der Prozess richtig weitergehen kann, später nachgeholt werden, was mit zusätzlichen Wachstumsprozessen verbunden ist“ (Jolande Jacobi 1965).

---

#### 4. Eine Spiritualität, die zu unserer Menschwerdung beiträgt

Menschwerdung heißt, der mir mitgegebenen, der in mir vorhandenen Dynamik zu trauen. Von meiner Mitte her, von meinem Inneren her, mich leiten lassen. Mich nicht dazu verführen lassen, irgendwelchen Sternen, Sonnenstrahlen von außen aufzusitzen. Vielmehr dem Stern in mir, der Sonne in mir zu folgen. Wo mir das gelingt, darf ich an Leib und Seele die prägende und heilende Kraft einer gesunden Spiritualität, das Wirken der Seele, des Heiligen Geistes erfahren.

Eine solche Spiritualität ist dynamisch und flexibel. Sie ist eine Kraft, die in unser Leben hineinwirkt, uns lebendig erhält. Sie ist Ausdruck des Heiligen Geistes, der lebendig, das aber heißt jetzt, konkret, in unser Leben hineinwirkt. Der sich davon nicht abhalten lässt durch Sperren, auf denen *Spiritualität* steht, die sich aber bei einem näheren Hinsehen als menschliche Unzulänglichkeiten im Gewande des so genannten Spirituellen erweisen. Eine lebendige Spiritualität befindet sich in einem ständigen Fluss. Sie entwickelt sich mit uns, formt uns und gestaltet sich zugleich in unserem Werde- und Menschwerdungsprozess. Sie orientiert sich an unserer Menschwerdung, will. Dass wir immer weiter kommen im Prozess unserer Menschwerdung.

Denn: Spiritualität ist nicht etwas, das ich *habe*, Spiritualität ist etwas, das ich *bin* oder nicht bin. Spiritualität muss mit mir als ganzem Menschen verwoben sein, soll es eine dynamische, lebendige Spiritualität sein. Sie muss durch mich, meine Art des in der Welt zu sein, meine Person, mein Auftreten, mein Tun, meine Verantwortung zum Ausdruck kommen. In meiner Spiritualität muss meine Überzeugung, ja mein Glauben zum Ausdruck kommen. Meine Spiritualität muss weiter in meinem Selbst verankert sein. Sie muss aus meiner Mitte heraus gewachsen sein, so von mir als Teil meiner selbst aufgenommen und angenommen worden sein, dass sie zu meinem Wurzelgrund gehört. Aus ihr erwachsen Vertrauen, Hoffnung, Mut, Zuversicht, Gelassenheit. Eine solche Spiritualität ist dynamisch. Sie stärkt mich, hilft mir, mich den Forderungen des Augenblicks zu stellen, hält mein Leben in Fluss. Sie hält mich lebendig, treibt mich an, lässt mich innehalten. Sie gibt mir die Kraft, mich einer höheren Macht zu überlassen.

Das Wort Dynamik geht auf das griechische Wort *dynamis* zurück und meint Kraft, Bewegung. Eine dynamische Spiritualität wird angefeuert von jener Kraft, die wir dem Heiligen Geist zuschreiben. Der aber braucht Bewegungsfreiheit, um fließen zu können, bis dahin, dass er uns manchmal gehörig durcheinander wirbelt. Der heilige Geist ist das Feuer, das eine dynamische Spiritualität antreibt. Ohne dieses Feuer bleibt unsere Spiritualität stumpf und tot. In einer hassidischen Erzählung wird von einem Mann berichtet, der Hufschmied werden wollte. Er besorgte sich einen Hammer, einen Ambos und einen Blasebalg. Doch er konnte das Eisen nicht biegen, da es kein Feuer, keine Flamme, keine Hitze gab. Er hatte alles außer dem, was am wichtigsten war – das Feuer, die Flamme, die Hitze, die das Eisen dehnbar, veränderbar macht. Für mich ist das auch ein Bild für unsere Spiritualität. Solange sie über kein Feuer verfügt, solange ihr die Hitze als Kraft und Ausdruck des Heiligen Geistes abgeht, fehlt ihr etwas, gar das Entscheidende.

Eine dynamische Spiritualität stellt eine große Herausforderung dar für eine spirituelle Einstellung oder Praxis, die dazu beiträgt, persönliche, emotional unverarbeitete Probleme zu umgehen, Gefühle von Unsicherheit zu kaschieren oder grundsätzliche menschliche Bedürfnisse, Gefühle und Entwicklungsaufgaben zu verniedlichen, kann man von *Spiritual Bypassing*, also *spiritueller Abkürzung* (vgl. Wellwood 2002, 207ff.) sprechen. Die Unfähigkeit, sich dem eigenen persönlichen Entwicklungsprozess zu stellen oder die Weigerung, *ganz* Mensch zu werden und zu sein, werden dann als Tugenden herausgestellt, ja heilig gesprochen. Dabei kann es sich auch um eine spirituelle Abhängigkeit handeln, die vorliegt, wenn Gott, eine Kirche oder ein Glaubenssystem dazu benutzt werden, der Wirklichkeit zu entfliehen (vgl. Booth 1999,60).

Die 60-jährige Lehrerin Katharina, die vor vielen Jahren ihren Mann verloren und Probleme mit ihren Kindern hat, pilgert von einem esoterischen Wochenende zum andern, in der Hoffnung, dort jene

Welt des Friedens und des Gehaltenseins zu finden, die sie in ihrer Wirklichkeit so sehr vermisst. Immer wieder kommt sie gestärkt von diesen Wochenenden zurück. Doch nach wenigen Tagen wird sie wieder mit ihrer Einsamkeit, mit ihrem Schmerz konfrontiert. Sie hat sich nicht wirklich auseinander gesetzt – in ihrer Tiefe – mit ihrer Unfähigkeit und Nichtbereitschaft, sich der Wirklichkeit des Lebens zu stellen. Sie will die mitunter harte Wirklichkeit des konkreten Lebens letztlich nicht anerkennen und hofft, statt mit Hilfe einer lebendigen und tragfähigen Spiritualität durch diese ihre Wirklichkeit hindurchzugehen, ihre Wirklichkeit durch die Flucht in Spiritualität zu umgehen.

Für die Entwicklung einer tragfähigen Spiritualität ist die Auseinandersetzung mit der auch harten Wirklichkeit unseres Lebens entscheidend. Sonst besteht die Gefahr, dass die Spiritualität etwas Aufgesetztes bleibt, das wir, weil es uns nicht zu tragen vermag, irgendwann über Bord werfen.

Vor einigen Jahren lernte ich eine Frau kennen, die nach einem schweren Verkehrsunfall nicht mehr glauben konnte. Vor diesem Verkehrsunfall galt diese Frau als tief gläubig. Sie war überzeugt von ihrer Berufung, wusste sich von Gott erwählt, anderen Menschen sein Wort zu verkünden. Sie selbst erfuhr sich als getragen und umfasst von Gott, ganz sicher geborgen in seiner Hand. Und dann kam dieser Unfall. Das war für sie ein Schock. Ihr, der von Gott Erwählten, konnte das passieren!? Das durfte nicht wahr sein! Mit einem solchen Gott konnte sie nichts mehr anfangen, an einen solchen Gott konnte sie nicht länger glauben.

Diese Frau ist in ihrer Spiritualität auf einer Stufe stehen geblieben, bei der ihr Glauben nicht länger zum eigenen persönlichen Wachstum beitragen konnte, ja ein solches Wachsen verunmöglichte. Der Unfall hätte – spirituell gesehen – eine Chance für sie sein können, spirituell nachzureifen und auf diese Weise in eine lebendige, innige, erwachsene Beziehung zu Gott zu treten. Er hätte dazu führen können, dass ihre Vorstellung von einem Gott, der uns vor Leid, dem wirklichen Leben, der Angst, Abstürzen bewahrt, als absurd entlarvt und ihre engen Vorstellungen von Gott weitet.

Bei manchen Menschen können Schicksalsschläge verständlicherweise zunächst dazu führen, dass sie tatsächlich den Glauben oder das, was sie dafür halten, verlieren und sich von Gott verabschieden. Sie fühlen sich überfordert und sind nicht in Lage, sich durch die Erfahrung von Leid, Angst, Enttäuschung herausfordern zu lassen und daran zu wachsen, also weiter zu werden, tiefer zu gehen, ja Gott wirklich in ihr Leben, in ihr Herz, in ihre Tiefe, in ihre Seele hereinzulassen. Das wäre ihre Chance, in ihrem Glauben zu wachsen, in der Erfahrung von Leid und im Durchtragen von Leid Gott in ihrer Tiefe zu begegnen. Gott als tragenden Grund ihres Seins zu erfahren und zu einer lebendigen Spiritualität zu finden, die sie trägt und zum Leben ermutigt.

Doch die Seele, diese starke von innen her kommende Kraft, der Heilige Geist – gibt nicht so schnell auf. Manchmal, wenn alle Versuche gescheitert sind, bleibt ihr, bleibt ihm nichts anderes übrig, als uns das Bein zu stellen, so dass wir hinfallen, stürzen, auf die Nase fallen. Damit endlich unsere Starrheit aufgebrochen wird. Dann trifft ein, was C.G. Jung (1971,49) von der Wirksamkeit der Seele sagt:

„Beseeltes Leben ist lebendiges Wesen. Seele ist das Lebendige im Menschen, das aus sich selbst Lebende und Lebenverursachende, darum blies Gott dem Adam einen lebendigen Odem ein, damit er lebe. Die Seele verführt die nicht lebenwollende Trägheit des Stoffes mit List und spielerischer Täuschung zum Leben. Sie überzeugt von unglaublichen Dingen, damit das Leben gelebt werde. Sie ist voll von Fallstricken und Fußangeln, damit der Mensch zu Fall komme, die Erde erreiche, sich dort verwickle und daran hängen bleibe, damit das Leben gelebt werde, wie schon Eva im Paradies es nicht lassen konnte, Adam von der Güte des verbotenen Apfels zu überzeugen. Wäre die Bewegtheit und das Schillern der Seele nicht, der Mensch würde in seiner größten Leidenschaft, der Trägheit, zum Stillstand kommen.“

„Leben heißt letztlich eben nichts anderes als: Verantwortung tragen für die rechte Verantwortung der Lebensfragen, für die Erfüllung der Aufgaben, die jedem einzelnen das Leben stellt, für die Erfüllung der Forderung der Stunde“ meint der Begründer der Logotherapie Viktor Frankl. Jeder von uns muss

sich dem Leben stellen, will er seinen Mann, seine Frau im Leben stellen. Er muss sich um seine Ausbildung kümmern, einen Beruf ergreifen, seinen Platz in der Gesellschaft finden. Er und sie müssen in ihrer persönlichen Entwicklung die Schritte tun, die es gilt zu gehen, wollen sie fähig sein für tiefe Beziehungen mit Freunden und Freundinnen, in einer Partnerschaft oder einer Gemeinschaft. Sie müssen sich immer wieder aufmachen, dürfen sich von Rückschlägen nicht so sehr beeindrucken lassen, dass sie resignieren. Sie müssen sich auf einen Prozess einlassen, der oft gerade durch die Widerstände, die sie dabei erfahren, dazu beiträgt, dass sich noch mehr das kristallisiert und zur Entfaltung kommt, was sich entfalten muss, damit sie ganz Mensch werden.

Dem siebzehnjährigen Gymnasiast, der zunehmend Probleme in der Schule hat und deswegen in ein Kloster gehe möchte, im Glauben, all die Sorgen los zu werden, denen er in der Schule ausgesetzt ist, macht eine geerdete Spiritualität Mut, nicht gleich aufzugeben und den anscheinend leichteren Weg zu gehen. Die schmerzvollen Erfahrungen, die damit einhergehen, die Mühen und Enttäuschungen in der Schule zu ertragen, können ihm helfen, noch mehr mit sich selbst in Berührung zu kommen, mit dem eigenen Potential noch vertrauter zu werden und die tatsächlich vorhandenen Fähigkeiten mehr als bisher in sein Leben zu nutzen.

Die jung verheiratete Frau, die es vorzieht, die vielen esoterischen Angebote in ihrer Stadt wahrzunehmen, statt sich den Mühen auszusetzen, die die Sorge um zwei kleine Kinder mit sich bringt, versucht eine geerdete Spiritualität Kraft zu vermitteln, es bei den Kinder auszuhalten und Weisen des Rückzuges zu finden, die nicht auf Kosten der Kinder gehen.

Der 40-jähriger Ordensfrau, die am Arbeitsplatz im Krankenhaus zunehmend Probleme mit den weltlichen Kolleginnen und Kollegen hat und immer öfters in der Kapelle gesehen wird, wo sie stundenlang vor dem Allerheiligsten kniet, wobei es sie offensichtlich nicht stört, dass die anderen dadurch mehr Arbeit haben, sagt eine geerdete Spiritualität: Stell dich deinen Konflikten. Stell dich der Kritik und schau, was dein Anteil dabei ist.

Der Lehrer, der sich in die Beziehung zu Gott flüchtet, weil er glaubt, seine Schüler mögen ihn nicht, wird sich von einer geerdeten Spiritualität herausfordern lassen, hinzuspüren und hinzuschauen, warum er bei ihnen nicht ankommt.

Bei diesen Beispielen gilt es zu unterscheiden zwischen einer angemessenen spirituellen Praxis zur Bewältigung von schwierigen Lebenssituationen oder Angst und spirituellen Praktiken und Ideen, die dazu missbraucht werden, um der echten Auseinandersetzung mit sich selbst, den Mitmenschen und der Wirklichkeit des Lebens und des Alltags aus dem Weg gehen. So kann der Rückzug in die spirituelle Dimension in Zeiten und Phasen unseres Lebens eine legitime und unseren Menschwerdungsprozess fördernde Weise spiritueller Praxis sein. Es geht dabei um die Pflege einer tiefen Verbundenheit mit Gott und die Erfahrung, mitten im Alltag an Gott angeschlossen zu sein, von Gott getragen zu werden.

Davon unterscheidet sich eine spirituellen Praxis, bei der ich mich von der schwierigen Auseinandersetzung mit mir selbst, meinen Mitmenschen und der Bewältigung des Alltags abwende, um mich in die anscheinend heile Welt des Spirituellen zu begeben. Dort, so hoffe ich dann, werde ich in Ruhe gelassen. Hier muss ich mich nicht selbst anschauen, stören mich die anderen nicht, brauche ich mich nicht von ihnen hinterfragen zu lassen. Dort bin ich nicht Tag für Tag der brutalen Wirklichkeit einer bürgerlichen Existenz ausgesetzt.

Spirituelle Abkürzung trägt hier dazu bei, der Eigenverantwortung für das Leben und für die Entwicklung des Lebens aus dem Weg zu gehen. Die Verweigerung gegenüber der Eigenverantwortung wird dabei noch religiös verbrämt. Die betreffenden Menschen verklären ihre – wenn man es hart formuliert – Feigheit vor dem Leben mit frommen Sprüchen, wie „vor Gott muss man klein bleiben“ oder „ich darf mich nicht wichtig nehmen“. Ich meine damit nicht Menschen, die sich redlich bemü-

hen, ihren Lebensweg zu gehen und sich dabei auch auf Gottes Hilfe verlassen. Ich meine jene, die es sich zu leicht machen und die ihr nicht nachahmenswertes Verhalten religiös verbrämen.

Eine dynamische Spiritualität stellt sich dieser Verantwortung. Sie treibt uns zum Leben an. Sie macht uns Mut, wenn wir verzagen und zurückgehen wollen. Sie hilft uns, dass wir uns aufrichten, wenn wir in den Mühen des Alltags, auf dem Weg unserer Menschwerdung schwach werden und hinfallen. Sie will, dass wir den Schwierigkeiten ins Auge schauen, auf sie zugehen, sie angehen. Sie gibt uns auch immer wieder die Kraft, durchzuhalten, Durststrecken auszuhalten.

## 5. Die Krise in der Mitte des Lebens – Die Erfahrung der Dunklen Nacht

Die Krise in der Mitte des Lebens als Kritik am Leben und Einladung, in die Tiefe zu gehen

Viele geraten in der Mitte ihres Lebens in eine große Krise. »Die Brüchigkeit vieler Lebensumstände wird ihnen so recht bewusst; der so genannte Erfolg erweist sich als ambivalent, oft auch die Partnerschaft, und der Körper beginnt erste Alterserscheinungen aufzuweisen. Man kommt nicht mehr darum herum, sich der Reduktion der psychischen und physischen Kräfte bewusst zu werden. Diese Krise der Lebenswende ist oft geprägt vom Gefühl, in der Vergangenheit versagt zu haben. Angst, auch die Gegenwart und die noch bevorstehenden Jahre nicht richtig nutzen zu können, drängt sich bei vielen in den Vordergrund. Angst auch, am eigentlichen Leben vorbei gelebt zu haben in einer nicht wieder gutzumachenden Weise.« (Wunderli 1990, 58f)

So kann sich die Lebenskrise in der Mitte des Lebens auch als Kritik am Leben, insbesondere an jenem Leben, das nicht unser eigentliches ist, das durch die Haltung des „man“ gekennzeichnet ist. Stärker als in der Zeit der Identitätskrise, in der ich mich mehr und mehr von dem, was andere von mir wollen und erwarten, loslöse, um aus mir heraus, das, was für mich wichtig ist, das, was für mich stimmt an Überzeugungen, an Glaubensvorstellungen und Werten, zuzulassen, zu leben, zu beanspruchen, in mein Leben zu integrieren, sehe ich mich in der Mitte des Lebens damit konfrontiert, nachreifen zu müssen und auf einer tieferen Ebene in mir korrigierende Veränderungen vorzunehmen. Je mehr Kompromisse ich in den Auseinandersetzungen, im Prozess der Identitätskrise zugelassen habe, um, so mehr werde ich jetzt gezwungen, mir wirklich genau anzuschauen, was ich will, was mein Traum ist, wofür ich gerade stehe und wofür nicht. Somit erweist sich z.B. die normative Krise in der Lebensmitte als ein wichtiges Korrektiv in der Lebensmitte meines gesamten Lebens.

Ein leitender Angestellter mittleren Alters, mit großem beruflichem Erfolg, fühlt sich müde, isoliert sich immer mehr von seiner Familie und verfällt in eine traurige Stimmung. Er hat beängstigende Todesträume und gelegentliche Selbstmordgedanken. Er erlebt Veränderungen seiner Psyche, die eine Tilgung oder Veränderungen seiner jugendlichen Ziele verlangen, zugunsten seiner »Ganzheit« und seiner »Individuation«. (vgl. Fairchild 1991,31)

Ob man es wahrhaben und annehmen will oder nicht, die zweite Lebenshälfte konfrontiert uns mit der Wirklichkeit des Älterwerdens, dem Nachlassen der Kräfte, der Begeisterung und von Zuversicht. Es ist die Zeit, in der von uns gefordert wird, Grenzen, die das Alter uns setzt, anzunehmen, Schmerzen, die wir vorher nicht kannten, als Teil des Lebens zuzulassen und ebenfalls anzunehmen und schließlich auch die Tatsache des Sterbens und des Todes als eigene Wirklichkeit zuzulassen. All das zu akzeptieren, geschieht nicht einfach so leichthin. Das erfordert loszulassen, immer wieder loszulassen. Wir müssen loslassen von der Zeit der Jugend, mit all dem, wofür sie steht, all den aufregenden, enthusiastischen, schwungvollen und energiegeladenen Erfahrungen dieser Zeit, ihrer Unbeschwertheit und ihren anscheinend grenzenlosen Möglichkeiten. Sehr eindrucksvoll schildert diesen Vorgang Rainer Maria Rilke 1929,43ff) in *Briefe an einen Dichter*:

Da dürfen Sie: ... nicht erschrecken, wenn eine Traurigkeit vor Ihnen sich aufhebt, so groß, wie Sie noch keine gesehen haben; wie eine Unruhe, wie Licht und Wolkenschatten, über Ihre Hände geht

---

und über all ihr Tun. Sie müssen denken, dass etwas in Ihnen geschieht, dass das Leben Sie nicht vergessen hat, dass es Sie in der Hand hält; es wird Sie nicht fallenlassen. Warum wollen Sie irgendeine Beunruhigung, irgendeine Schwermut von Ihrem Leben ausschließen, da Sie doch nicht wissen, was diese Zustände an Ihnen arbeiten? Warum wollen Sie sich mit der Frage verfolgen, woher all das alles kommen mag und wohin es will? Da Sie doch wissen, dass Sie in Übergängen sind und nichts so sehr wünschen, als sich zu verwandeln.

### Den Durchbruch in unsere Tiefe wagen

Um mit alledem zurechtzukommen, muss ich mein Leben anders sehen, muss ich es von einer tieferen Perspektive her betrachten und erleben. Dazu bedarf es des Durchbruches in meine Tiefe. Dieser Durchbruch vom Äußeren in mein Inneres, in meine Tiefe, kann auf unterschiedliche Weise geschehen. Entscheidend ist dabei ein Durchbrechen der Oberfläche, des Äußeren in unseren Kern, in unsere Tiefe. Der Tiefenpsychologe C. G. Jung spricht hier von der Person Nr. 2, im Unterschied zu der Person Nr. 1, die in der Welt lebt zum Beispiel als Ehemann, Vater, Freund, Mitarbeiter, Psychotherapeut. Person Nr. 1 schreibt, geht am Sonntag in die Kirche, begegnet Menschen usw. Sie sucht ihren Platz in der Welt und in der Gesellschaft.

Über die Person Nr. 2 höre ich nach innen, komme ich in Kontakt mit meiner Tiefe. Ja in einer gewissen Weise steht die Person Nr. 2 für meine Tiefe. Dort vernehme ich meine Sehnsucht, mit dem Grenzenlosen, dem Unendlichen, dem Ewigen in Kontakt zu kommen. Mit dieser inneren Person komme ich unter anderem in Kontakt durch Meditieren oder sie erwacht in der Begegnung mit der Natur, bei einem Spaziergang durch den Wald, beim Betrachten eines Wasserfalls, beim Lauschen auf das Rauschen des Meeres, im Staunen über die Erhabenheit einer Berglandschaft.

Der Kontakt mit diesem inneren Raum, die Pflege dieses Raumes, ja das Leben in diesem inneren Raum ist nicht weniger wichtig als die Pflege, die Gestaltung des äußeren Raumes und des Lebens darin. In den Träumen zum Beispiel trete ich ein in diesen inneren Bereich, der mich verwandelt, bin ich in ihm, halte mich in ihm auf, lebe in ihm. Der Aufenthalt dort verändert mich, verwandelt mich. Ich bin ein anderer als vorher. Das aber stellt eine ungeheuerere Bereicherung meines Lebens dar, die durch nichts ersetzt werden kann.

### Die Dunkle Nacht der Seele

Manchmal bedarf es der Erfahrung der Dunklen Nacht der Seele wie sie der Mystiker Johannes vom Kreuz beschreibt, um ein Einbrechen in die innere Erlebniswelt zu ermöglichen, und aus der eigenen Tiefe und der Erfahrung von Leid Gott erkennen und erfahren zu können. Die Erfahrung der Dunklen Nacht widerfährt uns in ihrer stärksten Ausprägung nach meiner Einschätzung ein oder zweimal in unserem Leben. Das wird auch davon abhängig sein, wie sehr bei der ersten großen dunklen Nacht Erfahrung ein entscheidender Einbruch oder Durchbruch in die Tiefe erfolgt ist.

Es ist eine Reise, die uns nach Erfahrungen von Enttäuschungen, dem Erleiden tiefer seelischer Schmerzen, schließlich verwandelt. Diese Erfahrung bringt eine radikal neue, gereinigte Wahrnehmung Gottes mit sich. Wer sich auf diesen Weg einlässt, wird am Ende bei sich eine untrügliche innere Gewissheit verspüren, dass jeder Atemzug, jede Sekunde gehalten und begleitet ist durch Gott, der nicht intellektuell erfasst werden kann, von dem ich aber berührt werden kann und der erfüllt werden kann. Von Menschen, die diese Erfahrung gemacht haben, berichtet Richard Rohr (2005), wenn er schreibt:

„In gewisser Weise sind sie gestorben, bevor sie gestorben sind. Irgendwann in ihrem Leben gerieten sie an das Ende ihrer Möglichkeiten, und dieser Zusammenbruch, der sich gewiss wie Sterben anfühlte, führte sie in ein größeres Leben. Darum geht es! *Sie erlebten im Zusammenbruch einen Durchbruch.* Sie versuchten nicht, ihrem Sterben auszuweichen, sie wehrten sich nicht dagegen, und so gingen sie

---

durch einen Tod: den Tod ihres alten Selbst, ihres kleinen Lebens. Und als sie am anderen Ende herauskamen, wussten sie, dass der Tod ihnen nichts mehr anhaben kann.“

Bei der Dunklen Nacht handelt es sich um einen Prozess, bei dem den Regungen der Seele wieder mehr Raum gegeben wird, mit unserer Bestimmung in Berührung zu kommen und neue, von unserer Seele abgedeckte Visionen, für unser Leben zu entdecken. Henry David Thoreau, der sich für zwei Jahre zurückzog in die Einsamkeit eines Waldes, um bewusst zu leben, begründet das damit, dass er dadurch die wesentlichen Dinge des Lebens erfahren wollte, um zu verhindern, wenn es ans Sterben geht, möglicherweise entdecken zu müssen, dass er nicht wirklich gelebt habe. In der Dunklen Nacht vollzieht sich ein notwendiger Einbruch in unser Leben, der zum Ziel hat, dass es auf einer tieferen Ebene in unserem Leben weitergeht. Zumindest weitergehen sollte.

### Dunkle Nacht Erfahrung als Geschenk

Dunkle Nacht Erfahrungen brauchen oft Zeit, brauchen ihre Zeit, um wirken zu können. Man muss und sollte ihnen die Zeit lassen, die sie benötigen. Auch dann, wenn es schwer fällt, man glaubt, es kaum mehr aushalten zu können. Es ist wie bei einer schweren Bergtour. An einem Punkt glaubt man, jetzt bin ich am Ende, meine Kräfte reichen nicht mehr aus. Ich gehe nicht weiter. Um dann doch weiterzugehen. Schritt für Schritt. Und dann – man kann es kaum glauben – mit einer einzigartigen Berglandschaft, dem Gefühl von Angenommensein, belohnt zu werden. Die Mühen haben sich gelohnt.

Am Ende dieses Prozesses hat sich eine Wende vollzogen. Es hat eine Neubewertung von dem, was wirklich lebenswert ist, was das Eigentliche ist, stattgefunden. Es ist zuvor etwas zu Grunde gegangen, zerstört worden, was vorher als Grund und Fundament eines sinnvollen und zufrieden stellenden Lebens erschien. Dass ein solcher Vorgang furchtbar, schrecklich, manchmal kaum erträglich ist, ist offensichtlich. Die Traurigkeit, Hoffnungslosigkeit und Verzweiflung, die damit einhergehen können, können einen wahrlich überfordern. Und dennoch: Das Durchstehen dieser Erfahrung erweist sich am Ende als heilvoll. Hier geht es darum, einen wichtigen Prozess unserer Menschwerdung, die ein Leben lang anhält, zuzulassen und auszuhalten.

Die einem meiden die dunkle Nacht Erfahrung wie der Teufel das Weihwasser. Sie möchten diese Erfahrung möglichst schnell hinter sich bringen. Sie lassen dabei nichts unversucht: Medikamente, Psychotherapie, Gebete, Wellness usw. Um nicht falsch verstanden zu werden: alle genannten Möglichkeiten und viele ungenannten können hilfreich sein bei der Überwindung von Depressionen und dunkle Nacht Erfahrungen. Es gibt darunter Erfahrungen, die so schlimm und erträglich sind, dass es ein Segen ist, über Möglichkeiten zu verfügen, ihnen begegnen zu können, sie lindern und beseitigen zu können. Doch das sollte nicht dazu führen, jetzt von vorneherein und zu schnell, die Dunkle Nacht auf die Seite zu schieben, sie auszulöschen. Auch, weil sich das am Ende nicht auszahlt.

Andere wieder wollen diese Dunkle Nacht Erfahrungen in ihr Leben einbinden. Sie möchten nicht einfach die Dunkle Nacht aus ihrem Leben verjagen, sondern in ihr Leben integrieren. Sie möchten mit der Dunkelheit, dem Schweren leben lernen. Sie wissen aus ihrem Tiefsten heraus, dass das Dunkle ebenso wie das Helle zu ihrem Leben gehört und sie haben ihren Sinn und ihren Wert erkannt. Dunkle Nacht Erfahrungen werden uns ein Leben lang begleiten, wollen wir bis zum Ende lebendig bleiben. Wollen wir uns immer wieder den Verwandlungen stellen, die notwendig sind, um nicht zu erstarren, innerlich wach und sensibel zu bleiben für uns und unsere Welt.

Bei vielen Menschen gibt es neben den kleinen und größeren Erfahrungen von Dunkler Nacht eine oder zwei zentrale Dunkle Nacht Erfahrungen in ihrem Leben, die sie als besonders heftig erleben und die mit einem tiefen Einbruch in ihrem Leben einhergeht. Diese Erfahrung ist ein Geschenk. Sie will deine Liebe zu Gott und zu den Mitmenschen vertiefen. Sie will dich zur Liebhaberin Gottes und der Menschen machen. Diese Erfahrung der Dunklen Nacht löst dich von Bindungen, die dich unfrei gemacht haben, sie sprengt Ketten, die dich in Abhängigkeit von Anerkennung, Sex, Alkohol, unge-

---

sunder Spiritualität festgehalten haben. Sie führt dich in eine neue Hoffnung, neue Erfahrungen und neue Visionen. Dein Leben wird weiter, fließt wieder, wird spannender.

Bei *der* Dunklen Nacht erreichen wir am Ende eine tiefere Erlebnisschicht, die uns mit ganz anderen Augen unser Leben, unsere Wirklichkeit sehen und erfahren lässt. Erkenntnisse der Tiefenpsychologie (vgl. Johnson 1991,3ff.) können uns dabei helfen, besser zu verstehen, was hier geschieht. Sie unterscheidet zwischen drei verschiedenen Bewusstseinszuständen. Da ist zunächst der *einfache* Bewusstseinszustand, bei dem wir einfach im Jetzt leben, das unschuldige, unbeschwerte Kind in uns lebt, ohne sich von dem, was außerhalb von uns geschieht, beeindrucken zu lassen. Es lebt wie im Paradies. Der *komplexe* Bewusstseinszustand macht uns zum gebildeten Menschen, der Dinge differenziert beurteilen kann und zu höchsten wissenschaftlichen Erkenntnissen fähig ist. Den Garten von Eden haben wir hinter uns gelassen. Bei dem *erleuchteten* Bewusstseinszustand erweitert sich unser Bewusstseinszustand um die Dimension der Offenheit für das Transzendente, eine höhere Macht, Gott.

Haben wir einmal den komplexen Bewusstseinszustand erreicht, können wir nicht einfach in den einfachen Bewusstseinszustand zurück gleiten. Der Zugang zum Paradies bleibt uns verschlossen. Wir haben unsere Unschuld verloren. Es bleibt uns aber der Weg nach vorne, der uns herausführt aus der Enge des komplexen Bewusstseinszustandes. Dessen Enge – das lateinische Wort dafür ist *angustae*, was mit Angst übersetzt werden kann –, ist der Grund vieler Sorgen, die wir uns machen und der Angst, die wir in unserem Alltag oft erleben.

Den erleuchteten Bewusstseinszustand erreichen wir, wenn wir uns wie beim einfachen Bewusstseinszustand nicht länger von unseren Instinkten leiten lassen und wie für den komplexen Bewusstseinszustand typisch unsere Psyche nicht länger von unserem Ego bestimmen lassen. Unsere psychischen Energien werden dem Willen unseres Selbst, dem höheren Bewusstsein, der Erleuchtung, dem *Satori*, Gott, unterstellt.

Durch *die* Dunkle Nacht der Seele erreichen wir die Stufe des erleuchteten Bewusstseins.

Wenn die Dunkle Nacht sich dem Ende nähert, wache ich eines Morgens mit einem ganz besonderen Gefühl von Freude auf. Licht und Hoffnung machen sich breit. Es ist der Beginn des erleuchteten Bewusstseinszustandes. Jetzt können wir unsere Energien von dort her beziehen. Das kann auch der Augenblick sein, den der Mystiker Meister Eckhart als Gottesgeburt in uns bezeichnet. Es ist eine Erfahrung, die Pierre Stutz (1996, 35) in seiner Version von Psalm 23 sehr treffend wiedergibt:

Du Gott bist der Grund meiner Hoffnung  
Du lebst als tiefes Geheimnis in mir  
Kommen auch Tage des Zweifels  
Der Ungewissheit  
Wo vieles wie eine große Lebenslüge erscheint  
So versuche ich vertrauensvoll zu Grunde zu gehen  
Weil Du mich durch diese Verunsicherung  
Zur Quelle des Lebens führen wirst  
Damit in mir auch Schwäche und Ohnmacht leben darf  
So wird mir nichts mehr fehlen und ich finde Geborgenheit in Dir

#### Literatur:

Leo Booth: Wenn Gott zur Droge wird. Missbrauch und Abhängigkeit in der Religion, München 1999

Roy Fairchild: Seelsorge mit depressiven Menschen, Mainz 1991

Erik Erikson: Identität des Lebenszyklus, Frankfurt 1973

- Romano Guardini: Die Lebensalter, Mainz 1986
- Romano Guardini: Stationen und Rückblicke/ Berichte über mein Leben, Mainz/Paderborn 1995
- Jolande Jacobi: Der Weg zur Individuation, Zürich 1965
- Johannes vom Kreuz: Die dunkle Nacht und die Gedichte, Einsiedeln, Freiburg, 4. Auflage 1992
- Robert A. Johnson: Transformation, San Francisco 1991
- C.G.Jung: Mensch und Seele, hrsg. V. Jolande Jacobi, Olten 1971
- C.G.Jung: Gesammelte Werke, Band9/1, Freiburg 1976
- C.G. Jung, Ein großer Psychologe im Gespräch, Freiburg 1994
- Verena Kast: Der schöpferische Sprung. Vom therapeutischen Umgang mit Krisen, Düsseldorf 2008
- Verena Kast. Die schöpferische Kraft der Krise, in Publuk-Forum Nr19, 2008,69 – 71
- Gerald May: The Dark Night of the Soul, San Francisco 2003
- Thomas Merton: Verheissungen der Stille, Luzern 1951
- Wunibald Müller: Hörst du das Lachen der Schmetterlinge? Den eigenen Grund finden, Münsterschwarzach 2002
- Wunibald Müller: Wenn der Geist die Seele berührt. Für eine dynamische Spiritualität, Ostfildern 2007
- Wunibald Müller: Ich wage mich in meine Dunkelheit. Depressionen verstehen, Münsterschwarzach 2009
- Wunibald Müller: Auf der Suche nach der verlorenen Seele, Mainz 2005
- Rainer Maria Rilke: Briefe an einen jungen Dichter, Leipzig 1929
- Richard Rohr: Endlich Mann werden, München 2005
- Bernardin Schellenberger: Stufen des Glaubens, Freiburg 1991
- John Wellwood: Toward a Psychology of Awakening, Boston 2002
- Jürg Wunderli: Und immer die große Leere. Die narzisstische Depression und ihre Therapie., Zürich 1990

Dieser Text ist ausschließlich zum privaten Gebrauch bestimmt. Jede weitere Vervielfältigung und Verbreitung bedarf der ausdrücklichen, schriftlichen Genehmigung der Urheberin/des Urhebers bzw. der Akademie der Diözese Rottenburg-Stuttgart. Alle Rechte bleiben bei der Autorin/dem Autor. Eine Stellungnahme der Akademie der Diözese Rottenburg-Stuttgart ist durch die Veröffentlichung dieser Präsentation nicht ausgesprochen. Für die Richtigkeit des Textinhaltes oder Fehler redaktioneller oder technischer Art kann keine Haftung übernommen werden. Weiterhin kann keinerlei Gewähr für den Inhalt, insbesondere für Vollständigkeit und Richtigkeit von Informationen übernommen werden, die über weiterführende Links von dieser Seite aus zugänglich sind. Die Verantwortlichkeit für derartige fremde Internet-Auftritte liegt ausschließlich beim jeweiligen Anbieter, der sie bereitstellt. Wir haben keinerlei Einfluss auf deren Gestaltung. Soweit diese aus Rechtsgründen bedenklich erscheinen, bitten wir um entsprechende Mitteilung.

Akademie der Diözese Rottenburg-Stuttgart  
Im Schellenkönig 61  
70184 Stuttgart  
Telefon: +49 711 1640-600  
E-Mail: [info@akademie-rs.de](mailto:info@akademie-rs.de)