

Supervision und Spiritualität – ein Diskussionsanstoß

Michael Seitlinger

Auf den ersten Blick erklärt sich die Verbindung von Supervision und Spiritualität nicht von selbst, und es liegt vielleicht auch nicht auf der Hand, wie beides in Beziehung zueinander gesehen werden kann. Für mich persönlich hat diese Beziehung insofern eine Bedeutung, weil sie mit meiner Person und meiner beruflichen Biografie verknüpft ist: Als Supervisor und Coach arbeite ich mit Menschen daran, die Kommunikation und Arbeitsbeziehungen besser zu verstehen und neue Handlungsspielräume zu eröffnen. Als Theologe mit einem langjährigen Fokus auf die spirituelle Übungspraxis der Zen-Meditation und Kontemplation begleite ich Menschen auf dem Weg einer Öffnung für die spirituelle Dimension in ihrem Leben.

Ich nehme wahr, dass das Thema Spiritualität zusehends heraustritt aus dem Sonderbereich einer religiös-institutionellen Einbettung. Spiritualität ist in der gesellschaftlichen Breite als Frage nach der Tiefendimension menschlicher Existenz gleichsam salonfähig geworden. Auch wenn sich damit heute zum Teil fragwürdige Moderscheinungen verbinden, diese Frage spricht einen wachsenden Kreis von Interessenten an. Nicht zuletzt im Kontext beruflicher Arbeit und Verantwortung findet diese Thematik Resonanz, so etwa hinsichtlich eines umfassenderen Verständnisses von Persönlichkeitsentwicklung.

Nun kann man freilich sagen, dass Supervision bzw. Coaching einerseits und Spiritualität andererseits zwar ihren je eigenen Sinn haben, aber ansonsten eher nichts miteinander zu tun haben. Aus meiner Sicht lassen sich aber durchaus Verbindungslinien ziehen. Diese möchte ich im Folgenden benennen, nur sehr anfanghaft und sicherlich unvollständig – verbunden mit der Hoffnung, dass dieses Thema zukünftig noch intensiver reflektiert und bearbeitet wird.¹ Ich denke etwa an die zahlreiche Literatur, die es zum Grenzgebiet zwischen Spiritualität und Psychotherapie gibt. Diese Begegnung ist heute schon sehr weit vorangeschritten und das jeweilige Potential wechselseitig fruchtbar gemacht: zum Beispiel dadurch, dass der größere spirituelle

¹) Interessanter Weise wird im Supervisions-Grundsatzpapier der DGSv von 2007 die Kategorie „Spiritualität“ in den Kontext von Supervision eingeführt: Deutsche Gesellschaft für Supervision e.V. (Hg.), Supervision 2007 – Ein Arbeitspapier zu Grundsatzfragen, Köln 2007, S. 9.

Horizont von Heil und Heilung in das Selbstverständnis von therapeutischer Arbeit mit hineingenommen wird und andersherum die Erkenntnisse und Erfahrungen der Psychotherapie die spirituelle Praxis bereichern oder kritisch begleiten, wenn sie etwa helfen, fragwürdige Formen von Spiritualität aufzudecken.² Wieso sollte es also nicht auch einen gewinnbringenden Bezug zwischen Supervision und Spiritualität geben? Vielleicht ist dieser Bezug nicht so naheliegend wie der zwischen Spiritualität und Psychotherapie, ich halte ihn aber dennoch für möglich und sinnvoll. Dazu muss ich zunächst in ein paar wenigen Grundzügen deutlich machen, was ich unter Spiritualität verstehe.

Spiritualität in einem weiten Sinn kann man verstehen als die Ausrichtung des Menschen auf eine größere Wirklichkeit, die eine heilsame oder befreiende Qualität für ihn hat. Von der Herkunft her steht die spirituelle Praxis in der Regel auf dem Boden einer geschichtlich gewachsenen und tradierten Religion. Heute lässt sich eine Entwicklung beobachten, in der diese religiösen Rückbezüge oft sehr selektiv und lose wahrgenommen werden und sich ein „Gottesbezug“ von der Einbettung eines festgefügt konfessionellen Gesamtkontexts vielfach löst. Hier zeigt sich ein neues, vielleicht etwas diffuses Bewusstsein für die spirituelle Dimension des Lebens, das sich nicht mehr entlang traditioneller Religiosität formuliert. Die Gefahr liegt vielleicht in einer gewissen Verflachung und Geschichtslosigkeit im Fahrwasser zeitgeistiger Trends. Die Reibung am Weisheitsschatz bewährter religiöser Tradition bliebe meines Erachtens als vertiefende Auseinandersetzung wünschenswert. Aber die Chance dieser neuen Offenheit gegenüber Spiritualität sehe ich in der unverbrauchten Frische und persönlichen Interessiertheit, mit der nach dieser Dimension gesucht und gefragt wird.

Spiritualität in diesem weiten Sinn sucht nach einem persönlichen Weg, auf dem ich mich vertrauend öffne auf einen größeren Wirklichkeitszusammenhang, der mir als Mensch unverfügbar vorgegeben ist, der mich immer schon heilsam umfängt und als wirksame Erfahrung – oft wohl nur in bescheidenen kleinen Schritten – in mein Leben treten kann. Das geschieht durch Formen des Gebets, des Innehaltens und der Sammlung, dem Ringen um Tiefe und Wahrhaftigkeit, durch Loslassen, Hingabe und Bewusstseinsweiterung. Diese Übung ist aufs Ganze gesehen im übrigen kein In-

²) Vgl. dazu den Sammelband: Seitlinger M., Was heilt uns? Zwischen Spiritualität und Therapie, Freiburg 2008/ 3. Aufl.

³) Vgl. dazu Seitlinger M., Höcht-Stöhr J., Wie Zen mein Christsein verändert. Erfahrungen von Zen-Lehrern, Freiburg 2006/ 3. Aufl.

nerlichkeitskult oder Wellness-Programm, es fordert mich und meine alltäglichen Fixierungen heraus, überschreitet (transzendiert) und durchkreuzt eben auch meine Planungen und Vorstellungen vom Leben. Es ist eine Einübung für „gute und schlechte Zeiten“, die durchaus auch eine gewisse Treue und Disziplin verlangt. Es geht um eine Umgestaltung meiner Lebenskoordinaten aus der Tiefe, die ihre Relevanz in mein konkretes Alltagshandeln und Engagement hinein entfaltet. Spiritualität und Religion – auch im ganz traditionellen Sinn – sind, anders als vielleicht landläufig aufgefasst, zunächst nämlich keine ethischen Programme: es geht nicht um eine Handlungsanweisung, mich und die Welt besser zu machen, sondern mich in einem tieferen Lebenszusammenhang mehr und mehr neu wiederzufinden und aus dieser Quelle zu leben, zu handeln und mich in der Welt einzubringen.

Die Zen-Meditation, die im japanischen Zen-Buddhismus wurzelt, ist für mich ähnlich wie die Kontemplation, die in der christlichen Mystik beheimatet ist, ein konkreter Weg, wie diese spirituelle Ausrichtung vertieft kultiviert und eingeübt wird. Die Begegnung mit der Zen-Meditation hat für das Christentum in den vergangenen Jahrzehnten eine sehr fruchtbare Entwicklung der Wiederentdeckung christlicher Mystik angestoßen.³ Für meine heutige religiös-spirituelle Identität sind diese Impulse bestimmend geworden.

Worum geht es nun bei dieser Form der Meditation und Lebenshaltung? Es geht nicht um ein weltflüchtiges Sich-nach-innen-Kehren, sondern um ein Sich-Öffnen für eine tiefere Dimension der Wirklichkeit, die sich in der ungeteilten Geistesgegenwärtigkeit eines jeden Moments eröffnen kann. Der Mensch ist in der Regel mit einem mehr oder weniger subtilen „Film“ von Gedanken und Vorstellungen identifiziert, aus dem er seine Identität bezieht. Sich aus diesem Identitätsnetz zu lösen und die befreiende Tiefe ungeteilter Gegenwärtigkeit zunehmend als die eigene Identitätsbeheimatung zu erkennen, darum geht es in diesem Meditationsprozess. Das ist oftmals gar kein leichter Prozess, weil im Zuge dieses innehaltenden Öffnens auch ungeliebte Anteile, die in der eigenen Persönlichkeit verborgen und unerlöst wirksam sind, auf die Bühne des Bewusstseins treten können, was zu ernsthaften Krisen führen kann. Aber am Ende stehen auch diese Phasen im Dienst der Befreiung, weil diese Anteile durch Bewusstwerdung und Annahme integriert und dabei in eigene Lebendigkeit verwandelt werden können. In der Tat hat Meditation auf den ersten Blick etwas von Rückzug aus den gewöhnlichen Lebenszusammenhängen zu tun. In der Übung, sich

immer wieder ganz der ungeteilten Gegenwärtigkeit zu überlassen, vollzieht sich eine gewisse Entidentifikation von alten Mustern und Sicherheit gebenden Strukturen. Diese Entidentifikation steht letztlich aber im Dienst einer vertieften, befreiteren und damit intensiveren Teilhabe am Leben.

Von dieser kurzen Darstellung von Spiritualität und Meditation schlage ich nun eine Brücke zur Supervision, und zwar im Sinn einer auf Reflexivität gestützten, tiefenpsychologisch orientierten Arbeit. Fordert nicht diese Art von Supervision auch ein hohes Maß an Innehalten und unmittelbarer Wahrnehmung, um die bestimmenden Motive, die in einer Situation wirksam sind, aufzuspüren, um dadurch in einer Art Entidentifizierung Distanz zu diesen Motiven zu bekommen? Die bisherige Motivlage einer Situation wird dadurch etwas mehr durchschaubar und relativiert und eröffnet schließlich einen Zuwachs an Handlungsspielräumen – das Ziel der supervisorischen Arbeit. Natürlich zielt die supervisorische Arbeit nicht in dem Maße auf ungeteilte Präsenz wie die Meditation, aber da gibt es ein großes Stück gemeinsamen Wegs im Bemühen um vertiefte Bewusstheit.

Für mich kann ich sagen, dass die Haltung der Meditation auch innerhalb des supervisorischen Arbeitens ein wertvoller Zugewinn ist. Wenn die Lage verworren erscheint und die Tendenz, vorschnell auf irgendwelche Interpretationen zuzugreifen, spürbar wird, Gefühle im Spiel sind, denen ich lieber aus dem Weg gehen will, dann bleibt immer diese Möglichkeit, sich ganz der Gegenwärtigkeit zu öffnen, in der nichts verdrängt werden muss und in der all die vielfältigen Bewegungen des Bewusstseins heilsam umfassen und relativiert sind. Es ist, wie einen Raum zu betreten, in dem unangestrengt Nichtwissen und Dasein möglich ist, selbst wenn in vordergründigen Bewusstseinsbewegungen Gefühle und Gedanken an einem zerran. Das ist ein Mehrwert für mich als Supervisor und ich erlebe, dass dieser Bewusstseinsraum auch für den Supervisanden in seiner bisweiligen Identitätsverstrickung hilfreich und heilsam sein kann, jenseits einer strategischen Intervention – allein dadurch, dass ich diesen Raum zulasse und damit gleichsam zur Verfügung stelle.

Vielleicht sage ich in Bezug auf das supervisorische Arbeiten Selbstverständliches und man fragt sich, ob man denn die genannte Haltung nun unbedingt spirituell nennen müsse. Das muss man freilich nicht, aber dieser Brückenschlag kann helfen, die-

se Haltung noch einmal in einem befruchtenden größeren Kontext zu begreifen, vorausgesetzt natürlich, man kann etwas anfangen mit dem Verständnis von Spiritualität, das ich oben ausgebreitet habe.

Das sind nun ein paar skizzenhafte Überlegungen zum Thema *Supervision und Spiritualität* von mir. Vielleicht sind sie Anstoss für eine weitere kreative Auseinandersetzung in der Zuordnung von Supervision und Spiritualität.

Michael Seitlinger, München

Theologe und Supervisor DGsv

www.michael-seitlinger.de

Kontakt: mail@michael-seitlinger.de