

PSYCHOLOGIE HEUTE

GESELLSCHAFT

„Da kommen Engel wie gerufen“

Für viele hat das Leid keinen höheren Sinn mehr, sagt der Religionspsychologe Sebastian Murken. Warum Religion heute Privatsache ist.

VON BIRGIT WEIDT

 09. DEZ 2022

Herr Murken, Sie beschäftigen sich mit dem Glauben nicht unter theologischen, sondern unter psychologischen Aspekten. Was ist der Unterschied?

Die psychologische Perspektive untersucht Religionen ohne Wahrheitsanspruch als ein kulturelles und innerpsychisches Phänomen. Es geht mir nicht um die theologische Frage, Gottes Wille zu erkennen, sondern ich möchte Auswirkungen von Gottesvorstellungen auf das Seelenleben verstehen; welchen Gewinn Menschen aus Glauben und Religion ziehen, aber auch welche Belastungen und Zwänge dadurch

entstehen. Kurz gefasst: Mich interessiert nicht, ob Gott existiert, sondern wie die Idee von der Existenz Gottes psychologisch wirkt und warum der Gottesglaube eine so mächtige Kraft sein kann.

Diese mächtige Kraft scheint jedoch nachzulassen. Erstmals gehört mehr als die Hälfte der Deutschen keiner der großen Kirchen an. Geht das Bedürfnis zu glauben verloren?

Tatsächlich ist die Mehrheit der Deutschen nicht mehr Mitglied einer Kirche. Dies verändert die religiöse Situation in unserer Gesellschaft grundlegend: Es ist nicht mehr eindeutig, ob die Mitgliedschaft in einer Kirche die gesellschaftliche Norm ist und ein Nicht-in-der-Kirche-Sein das Abweichende oder ob Konfessionslosigkeit das „Normale“ ist und die Glaubenden einer Minderheit angehören.

Kirchenmitgliedschaft und Religiosität fallen jedoch nicht immer zusammen: Es gibt Menschen, die einer Kirche angehören, aber nicht religiös sind, und es gibt Menschen, die sich als religiös bezeichnen, aber nicht Mitglied einer Kirche sind.

Religion wird zunehmend etwas Privates, Intimes, über das wenig gesprochen wird. Im Freundeskreis, selbst in Partnerschaften wissen wir oft nicht, ob die Freundin oder der Freund betet. Religion ist keine kollektive Selbstverständlichkeit mehr, jeder muss für sich persönlich ein Verhältnis dazu finden.

Das war vor Jahrzehnten noch anders.

Als 1949 das Grundgesetz mit seinen Bezügen zur Religion unterzeichnet wurde, waren 96 Prozent aller Deutschen Mitglied einer der beiden großen Kirchen. Das Grundgesetz gilt noch heute, obwohl sich der Stellenwert der Kirchen verändert hat. Inzwischen stellt Religion keine gemeinsame gesellschaftliche Klammer mehr dar und wird zur Subkultur;

eine zwar mächtige Subkultur, aber der Anspruch, für die Gesellschaft als Ganzes zu stehen, ist nicht mehr gegeben. Die vielen Austritte belegen, dass die Kirche als Institution nicht mehr überzeugt.

Hat das auch mit der zunehmenden Individualisierung zu tun?

Individualisierung und Säkularisierung gehen einher mit dem Bedeutungsverlust von Religionen. Die Dynamik der letzten 70 Jahre zeigt: Die Bindung an den Glauben wird gelockert oder aufgelöst. Menschen wählen heute – auch im Bereich Religion und Spiritualität – entsprechend ihren Bedürfnissen, was zu ihnen passt.

Das ist ein wesentlicher Unterschied zu früheren Generationen: Wo damals Gehorsam, Pflichtgefühl und Unterwerfung unter Traditionen wichtige Aspekte im Leben waren, sind heute Autonomie, Wahlfreiheit und Selbstverwirklichung die bestimmenden Werte. Zugespitzt formuliert ist aus dem klassischen „Dein Wille geschehe“ in der Moderne ein „Mein Wille geschehe“ geworden.

Was meinen Sie damit?

Das Individuum mit seinen Wünschen und Bedürfnissen steht nun stärker im Mittelpunkt, und es müssen keine Opfer mehr gebracht werden, um am Heil teilzuhaben. Das klassische religiöse Denkmuster war: Wer Gott dient, seine Gebote erfüllt und gottesfürchtig lebt, hat die Chance, seine Gnade zu erlangen und nach dem Tod ins Paradies zu kommen. Wer sich dem versagt, gehört zu den Verlorenen oder Verdammten.

Deshalb galt: Ich richte mein Leben in der Gegenwart nach Gott aus, um später gerettet zu werden. Diese Denkbewegung hat in einer säkularen und individualisierten Welt ihre Plausibilität verloren. Heute heißt es: Man

lebt nur einmal. Es geht darum, das Leben in dieser Welt auszuschöpfen, sich zu verwirklichen, zu genießen, Spaß zu haben. Es dominiert diesseitiges Denken.

Doch was glaubt, wer nicht glaubt?

Für diese Frage ist es wichtig, das Wort Glaube näher zu untersuchen. Im Englischen gibt es zwei Wörter, *faith* und *belief*. Während *faith* den emotionalen Aspekt des Glaubens bezeichnet, ein Gefühl von Gehalten- und Geborgensein, Zuversicht und Gottvertrauen, ist mit *belief* der Glaubensinhalt gemeint, ein kognitives Fürwahrhalten, etwa: Ich glaube, dass Jesus von den Toten auferstanden ist.

Sie unterscheiden also zwischen einer eher emotionalen und einer eher kognitiven Seite des Glaubens?

Ja, und beide Aspekte erfüllen – psychologisch gesehen – wichtige Funktionen. *Belief* ist ein zentrales menschliches Bedürfnis, uns und unsere Welt zu verstehen und dort, wo wir mit Unsicherheiten, Leid und Endlichkeit konfrontiert sind, Plausibilitäten herzustellen. Es geht darum, in einer chaotischen, ungerechten und unvorhersehbaren Welt trotzdem einen Sinn zu sehen.

Glaubensinhalte dienen also dem Wunsch nach Vorhersehbarkeit und Handhabbarkeit ungewisser Ereignisse – und das unkontrollierbarste Ereignis des Lebens ist eben der Tod. Wir wissen nicht, wann er uns oder andere trifft und was danach kommt. Seit Urzeiten geben Religionen Antworten auf Fragen von Leid, Sinn und Tod, auch wenn diese sich ändern.

Faith bedeutet das Erleben und die Gewissheit, gesehen, gehalten und geliebt zu werden und auch verbunden zu sein mit einer Kraft oder einem Wesen jenseits der sichtbaren Welt. Hierin sehe ich die zentrale Antwort

der Religionen auf ein menschliches Urbedürfnis, nämlich sich in Verbindung zu bringen zu dem, was jenseits der eigenen Wahrnehmungsgrenze liegt.

Dieses Bedürfnis bleibt auch bei abnehmender Kirchlichkeit bestehen?

Mehr noch, es ist die Grundlage für alle Formen gegenwärtiger Spiritualität. Nehmen Sie zum Beispiel das Phänomen, Wünsche an das Universum zu schicken, die dann beantwortet werden, wie es von den Buchautorinnen Bärbel Mohr oder Rhonda Byrne propagiert wird. Das Grundbedürfnis, sich mit etwas wohlwollendem Transzendenten in Verbindung zu setzen, spielt auch hier eine Rolle.

Allerdings sind die damit verbundenen kognitiven Konzepte religiös und inhaltlich derart ausgedünnt, dass sie jenseits jeder personalen Gottesvorstellung liegen. Hierbei gibt es keinen vorgeschriebenen Heilsweg mehr, sondern eine allgemeine, diffuse Vorstellung, dass da draußen ein wohlwollendes Universum existiert, mit dem es möglich ist, in Kontakt zu treten und Unterstützung zu erfahren.

Was ist dabei anders als beim Gottesglauben?

Während beim klassischen monotheistischen Gottesglauben die Heilsbotschaft an Wahrheiten, Gebote und deren Befolgung gekoppelt war, fördert moderne Spiritualität das Bewusstsein und die Legitimität der eigenen Bedürfnisse und Gefühle. Der Gegensatz zum orthodoxen religiösen Ansatz, dass das jetzige Leben ein Jammertal, eine auszuhaltende Durchgangsphase sei, ist offensichtlich.

Menschen fällt es heutzutage schwer, derartige Gedanken noch zu akzeptieren und jenseitsorientiert zu leben. Gerade weil wir im Rahmen der Individualisierung diesseits- und bedürfnisorientiert leben, will kaum

noch jemand auf das versprochene Schöne im Jenseits warten: Das religiöse Versprechen, irdisches Leid habe einen höheren Sinn, trägt heute nicht mehr.

Was bleibt stattdessen?

Das sind unsere psychologischen Bedürfnisse. Auf der einen Seite gelten in unserer freiheitlichen Gesellschaft Autonomie, Wahlfreiheit und Unabhängigkeit als höchste Werte. Dies unterschätzt jedoch, dass unsere psychische Natur von zwei grundlegenden Bedürfnissen gekennzeichnet ist: Wir wollen autonom sein, sehnen uns aber zugleich nach einer – wie ich es nenne – „wohlwollenden Abhängigkeit“; der Wunsch, dass da draußen jemand oder etwas ist, der oder das uns sieht, uns führt und wohlwollend-fürsorglich begleitet. Das wird oft vorschnell als unreif, kindlich oder obrigkeitshörig abgetan.

Ich bin jedoch überzeugt, dass wir alle neben Autonomiestrebungen auch das Bedürfnis haben, uns fallenzulassen in ein größeres Ganzes, aufgehoben und verbunden zu sein. Es kann entlastend sein, wenn wir nicht für alles selbst verantwortlich sind, sondern eine höhere oder gemeinschaftliche Instanz für uns Verantwortung übernimmt. Die belastende Seite der Autonomie, der Stress, alles selbst entscheiden zu müssen und für alles allein verantwortlich zu sein, wird oft unterschätzt.

Natürlich hat eine nichtreligiöse Weltanschauung genauso wie eine religiöse einen psychischen und kognitiven Gewinn, es gibt aber auch die andere Seite: Grundsätzlich liefert die Wissenschaft Erklärungen auf schwierige Fragen, stößt jedoch bei existenziellen Fragen viel eher an Grenzen.

Das Verhältnis zur Religion wandelt sich. Welche sozialen Veränderungen zieht dies nach sich, wenn die Kirche als gemeinschaftlicher Anlaufpunkt verlorenght?

Die Kirche war früher vor allem in dörflichen Gegenden sozialer Treffpunkt. Neben dem allgemeinen Rückgang von Kirchlichkeit hat auch die Verstädterung dazu geführt, dass Kirchen immer weniger soziale Funktionen erfüllen. Statistiken belegen, dass der Kirchgang deutschlandweit extrem zurückgegangen ist. Nur etwa 15 Prozent der Kirchenmitglieder gehen regelmäßig mehrmals im Jahr zu Gottesdiensten. Von einem sozialen Anlaufpunkt kann man kaum noch sprechen.

Was macht das mit den Menschen?

Die meisten Frauen und Männer, die ich in meiner therapeutischen Praxis begleite und die streng religiös aufgewachsen sind, erleben die Distanzierung von religiösen Zwängen als große Befreiung. Kinder und Jugendliche, die auf Drängen der Eltern wöchentlich in die Kirche gehen mussten, haben das oft als belastende Verpflichtung erlebt. Es gibt inzwischen nur eine kleine Minderheit, die den Kirchgang als inneres Bedürfnis und Gewinn erlebt. Heutzutage sind es zumeist die Älteren, die noch gehen, vor allem Frauen über 70.

Werden sich in den kommenden Jahren noch weniger Menschen zum Gottesdienst einfinden?

Mit Sicherheit, denn insgesamt gesehen sterben mehr Gläubige, als neu hinzukommen. Auch unter Kirchenmitgliedern sinkt die Zahl der Gottesdienstbesuche. Da Kinder und Jugendliche Religiosität von ihren Eltern lernen, gibt es kaum noch Modelle für den Kirchgang. Hinzu kommt die wachsende Zahl an Konfessionslosen, insbesondere im Gebiet der ehemaligen DDR. Die Folgen sind eindeutig: Wer nicht religiös erzogen wurde, entwickelt auch im weiteren Leben nur sehr selten einen Bezug zur Kirchlichkeit.

Warum ist das so?

Es fehlt die emotionale Ebene, die mit einer kindlichen religiösen Erziehung einhergeht. Kinder lernen Religion prä- und transverbal, durch Stimmungen, Gerüche, Musik, durch das Gefühl von Andacht und Ehrfurcht. Spätere Versuche, dies nachzuholen oder irgendwie herzustellen, scheitern oft, weil diese emotionale Basis fehlt. Natürlich gibt es vereinzelt das Phänomen der religiösen Konversion. Bezeichnenderweise sind Konversionen, zum Beispiel zu christlichen Freikirchen, oft mit intensiven emotionalen Erfahrungen verbunden. Eine nur rationale, kognitive Entscheidung für Religion ohne emotionale Erlebnisse ist kaum tragfähig.

Wenn sich die Religiosität der Menschen in den letzten 70 Jahren so sehr verändert hat, wäre es dann nicht angemessen, die gesetzlichen Rahmenbedingungen anzupassen?

Das ist ein wichtiger Punkt. Die Religionspolitik in Deutschland basiert auf bis zu 200 Jahre alten Verträgen mit den Kirchen und völlig anderen gesellschaftlichen Bedingungen zu Beginn der Bundesrepublik. Die milliardenschwere Subventionierung der Kirchen durch Steuergelder, die Finanzierung von Gehältern der Bischöfe und Würdenträger, kirchliches Arbeitsrecht, theologische Fakultäten und ein staatlich finanzierter konfessioneller Religionsunterricht sind überkommene Relikte einer ehemals homogenen religiösen Gesellschaft, die dringend der Anpassung an unsere multireligiöse und säkulare Gesellschaft bedürfen. Da sich jedoch keine der großen Parteien mit einer kirchenkritischen Politik die Finger verbrennen möchte, wird es noch dauern, bis wir hier eine substantielle Veränderung sehen werden.

Wenn Religionen in der Gesellschaft immer weniger eine Rolle spielen, was geschieht mit dem Bedürfnis nach Transzendenz?

Das Bedürfnis nach Transzendenz drückt sich aus in dem Wunsch, nicht nur um sich selbst zu kreisen, sondern sich mit etwas Größerem jenseits der eigenen Begrenztheit zu verbinden. Wer der Religion den Rücken kehrt oder gar nicht erst zu ihr findet, sucht sich oft andere Formen der überindividuellen Einbindung. Das kann die Einbindung in die Natur, in die Familie oder in eine Gemeinschaft sein, aber sie kann auch in anderen spirituellen Erfahrungen erlebt werden.

Ein Beispiel ist der Engelglaube in der Gegenwart: Laut einer Forsa-Umfrage, bereits aus dem Jahr 2005, überstieg in der deutschen Bevölkerung der Glaube an Schutzengel mit 66 Prozent den Glauben an Gott mit 64 Prozent. Das fand ich interessant, weil hier spirituelle Bedürfnisse und individualistische Wahlmöglichkeit zusammenfinden.

Warum sind – aus psychologischer Perspektive – Engel so attraktiv?

In einer Gesellschaft, in der Gott nicht mehr selbstverständlich ist, kommen Engel wie gerufen. Sie übernehmen die Funktionen, die im christlichen Kontext traditionell Gott zugeschrieben werden, jedoch ohne verbindlichen theologischen Rahmen. Der Glaube an Engel ermöglicht einen Transzendenzbezug und wahrt dabei gleichzeitig die Autonomie des oder der Gläubigen. Engel fordern nicht, sondern müssen um ihr Wirken gebeten werden. Aspekte der Unterordnung und des Gehorsams werden zugunsten des Selbst, das seinen eigenen Weg finden soll, ersetzt.

Der moderne Engelglaube geht davon aus, dass es ein Universum von Engeln gibt und jeder seinen eigenen hat. Das finden viele Menschen plausibler als einen Gott, den sich alle teilen sollen. Engel erfüllen die Bedürfnisse des Einzelnen, und Gläubige sind hier nicht verpflichtet, Gott zu dienen oder zu gehorchen. Bedürfniserfüllung und Selbstverwirklichung finden im Engelglauben zusammen.

Was passiert eigentlich mit anderen Aspekten von Religion, den pazifistischen und kulturellen, wenn der Gottesglaube immer mehr aus dem gesellschaftlichen Fokus verschwindet?

Die These, dass Religion per se zum Frieden beiträgt, ist zu hinterfragen: Programmatisch gesehen ist Religion friedlich ausgerichtet, das stimmt, doch in der Realität sieht es oftmals anders aus. Bei Religions- und Konfessionszugehörigkeit geht es stets auch um Identität, und Identität lebt von Abgrenzung – und Abgrenzung wird nicht selten mit Gewalt durchgesetzt und verteidigt.

So gilt, wie wir gegenwärtig schmerzlich erleben, noch immer das alte Motto: „Und willst du nicht mein Bruder sein, so schlag ich dir den Schädel ein.“ Es gibt in der Weltgeschichte genug Beispiele für Kriege zwischen Religionen, zwischen Katholiken und Protestanten, Sunniten und Schiiten, Moslems und Christen, auch innerhalb der Konfessionen zwischen den „rechten“ und „falschen“ Gläubigen.

Religion ist identitätsstiftend. Welche positiven Auswirkungen kann eine religiöse Identität haben?

Dieser Frage bin ich in einer Studie nachgegangen, mit der Problemstellung, ob der Glaube bei der Verarbeitung einer schweren Krankheit hilft oder eher schadet. Meine Forschung mit Frauen, die an Brustkrebs erkrankt waren, ergaben keine eindeutigen Ergebnisse, denn Auswirkungen hängen vom individuellen Glauben ab: Die einen glaubten zum Beispiel an einen hilfreichen und liebenden Gott und haben dadurch Trost und Stärkung erlebt; die anderen sahen in der Krankheit eine Strafe Gottes und grübelten darüber, welche Sünde sie begangen hätten. Dies verstärkte dann Selbstzweifel und depressive Tendenzen.

Glaube kann also immer beides sein, unterstützend oder belastend und auf der gesellschaftlichen Ebene friedensstiftend, aber auch kriegerisch.

Wodurch hat sich Ihr Interesse an Religion und Spiritualität entwickelt?

Ich bin nicht religiös erzogen, aber ich habe mich schon als Schüler dafür interessiert, „was die Welt im Innersten zusammenhält“. Über dieses anthropologische Interesse bin ich über das Studium der vergleichenden Religionswissenschaften und der Psychologie bei der Religionspsychologie gelandet. Seither interessiert mich, wie unsere Psyche funktioniert und welche Erfahrungen wir über das rationale Alltagsbewusstsein hinaus machen können.

Sebastian Murken ist Psychologe und arbeitet in freier Praxis in Mainz – über-wiegend als Gruppentherapeut, Supervisor und Coach – sowie als Honorarprofessor für Religionspsychologie an der Universität Marburg.

DIE REDAKTION EMPFIEHLT

BEZIEHUNG

Und wenn ich ihn nun doch nicht liebe?

Zweifel an der eigenen Beziehung sind eine große Belastung – für den Partner und insbesondere den Betroffenen.

LEBEN

Narzissmus