

Lebensqualität aus der Erfahrung mystischer Spiritualität

Willigis Jäger, Holzkirchen

Noch nie stand in Westeuropa die Sehnsucht nach Spiritualität so sehr im Zentrum der öffentlichen Aufmerksamkeit wie in unserer Zeit. Zeitschriften, Rundfunk und Fernsehen beschäftigen sich immer häufiger mit diesem Thema. Die Regale der Buchhandlungen sind voll von Ratgebern, die Hilfe für ein besseres und glücklicheres Leben versprechen. Viele Menschen fühlen sich leer, mutlos, überfordert und fragen nach dem Sinn ihres Lebens. Sie wissen nicht mehr, wie sie einem zunehmend stressreichen Leben gerecht werden können, das sie als belastend empfinden. In allen sozialen Bereichen wird der Druck größer. Während die einen nicht mehr wissen, wie sie ihr Existenzminimum sichern können, erleiden Menschen in Spitzenpositionen wegen Überforderung bereits in jungen Jahren Hörstürze und Herzinfarkte. Inmitten einer der reichsten Regionen der Welt wird nun eine spirituelle Armut spürbar, die von immer mehr Menschen als Krise empfunden wird.

Die Angebote der Unterhaltungs- und Zerstreuungsindustrie boomen, doch sie verleihen dem Menschen keine bleibende Befriedigung. Wer immer nur konsumiert, bleibt am Ende doch hungrig. Wenn das Fest zu Ende ist und alle Teller leer gegessen sind, kommt unweigerlich die Frage: „Und was nun?“ Und dieses „Was nun?“ hört nie auf. Im Gegenteil: Es wird immer lauter. Und so suchen immer mehr Menschen nach einer Antwort, die ihrem Leben Sinn verleihen kann. Sie suchen diese Antwort auf einem spirituellen Weg.

Was aber heißt Spiritualität? Spiritualität meint nicht einen abgehobenen, elitären Geisteszustand, sondern eine Durchdringung des ganz gewöhnlichen Tagesbewusstseins auf einer Bewusstseinssebene, der wir bis jetzt zu wenig Aufmerksamkeit geschenkt haben. Ob wir diese Ebene göttliches Leben, religiös, integral oder spirituell nennen, ist letztlich unwichtig.

Mittels unseres normalen Alltagsbewusstseins gelingt es uns nicht, die Hintergründe unserer Existenz zu deuten. Wir haben unser Leben in einem Koordinatensystem aus ererbten Anlagen, Erziehung, Familie, Schule, Religion, Gesellschaft etc. verortet, das wir die meiste Zeit für wirklich halten und mittels dessen wir unser Dasein zu verstehen versuchen. Doch innerhalb