

SWR2 Wissen

Jung, spirituell, online – Sinnsuche auf Social Media

Von Sofie Czilwik

Sendung vom: Dienstag, 11. Juli 2023, 8.30 Uhr

Erst-Sendung vom: Donnerstag, 3. November 2022, 8:30 Uhr

Redaktion: Vera Kern

Regie: Günter Maurer

Produktion: SWR 2022

Ob Tarotkarten legen, Meditation, Yoga oder Tipps für mehr Selfcare – spirituelle Angebote sind gefragt auf Social Media. Was suchen junge Leute darin?

Bitte beachten Sie:

Das Manuskript ist ausschließlich zum persönlichen, privaten Gebrauch bestimmt. Jede weitere Vervielfältigung und Verbreitung bedarf der ausdrücklichen Genehmigung des Urhebers bzw. des SWR.

SWR2 Wissen können Sie auch im **SWR2 Webradio** unter www.SWR2.de und auf Mobilgeräten in der **SWR2 App** hören – oder als **Podcast** nachhören:
<https://www.swr.de/~podcast/swr2/programm/podcast-swr2-wissen-100.xml>

Die SWR2 App für Android und iOS

Hören Sie das SWR2 Programm, wann und wo Sie wollen. Jederzeit live oder zeitversetzt, online oder offline. Alle Sendung stehen mindestens sieben Tage lang zum Nachhören bereit. Nutzen Sie die neuen Funktionen der SWR2 App: abonnieren, offline hören, stöbern, meistgehört, Themenbereiche, Empfehlungen, Entdeckungen ...

Kostenlos herunterladen: www.swr2.de/app

MANUSKRIPT

Musikakzent

Atmo 01 Instagram-Feed:

Account Julian-Heppt: „Gib’ mir eine Minute Zeit und ich erklär’ dir ein ziemlich krasses Mindset, dass tatsächlich dein Leben verändern kann und dich wirklich durch jede Krise führt, wenn du auch bereit bist, die volle Verantwortung für dich und dein Leben zu übernehmen.“

Account Marielena Krewer: „Die Engelszahlen 222. Die 2 steht für Balance und für Verbindung, wir leben in einer polaren Welt, das heißt, es gibt immer von allem zwei Seiten.“

Sprecherin:

Jüngere Menschen leben viel eher spirituell als Ältere. Das belegen Studien. Sie praktizieren Yoga, meditieren oder haben ein ganzheitliches Weltbild. Verstärkt wird dieser Trend über die Sozialen Medien.

Atmo 01b Instagram-Feed:

Account The Gnani: „Was macht das Leben eigentlich lebenswert? Ich glaube tatsächlich, dass es einzig und allein unsere Perspektive ist.“

Ansage:

Jung und spirituell – Sinnsuchende auf Social Media. Von Sofie Czilwik.

Sprecherin:

In sozialen Netzwerken bieten spirituelle Coaches Instagram-Lives zu Yoga und Meditation an, posten Kacheln zu Selbstliebe und positivem Denken oder legen Tarot-Karten. Moderne Gurus auf Instagram oder TikTok erreichen hunderttausende Menschen. Sie treffen offenbar einen Nerv: Orientierung in einer komplexen und bedrohlichen wirkenden Welt. Wie passen Social Media und Spiritualität zusammen? Und was suchen junge Menschen in spirituellen Praktiken?

O-Ton 01 Katja Kleder:

Ok, also, ich steh meistens auf und in der Früh bin ich erst mal dankbar. Also ich versuche meine Augen noch nicht zu öffnen und versuche erstmal in meinen Körper reinzufühlen, wie geht’s mir denn heute und welche Gefühle kommen auf, welche Gedanken kommen auf, wenn ich aufstehe und bin erstmal dankbar für die Sachen, die mir einfach grad in den Kopf kommen. Dann steh’ ich auf und mach’ mich fertig, dann meditier’ ich meistens, zehn bis fünfzehn Minuten und versuche dann, Yoga zu machen.

Sprecherin:

Katja Kleder ist 25 Jahre. Sie hat sich, wie etliche andere, auf einen Aufruf von SWR2 Wissen auf Instagram gemeldet: Gesucht wurden junge Menschen, die spirituell leben. Katja Kleder begann vor etwa einem Jahr, sich für Spiritualität zu interessieren, inspiriert durch den Podcast der bekannten spirituellen Influencerin

Laura Malina Seiler. Darin geht es um Selbstliebe, Karma oder positive Affirmationen für die eigene Karriere.

Auf Instagram postet Laura Malina Seiler regelmäßig kurze Messages an ihre Community:

Atmo 02 Laura Malina Seiler:

Und falls es bei dir auch so ist, dass es ein bisschen anders läuft als geplant, dann, dann mach das Beste draus, Cause you can't change it anyways, aber du kannst immer Einfluss darauf haben, wie du damit umgehst.

Sprecherin:

Katja Kleder beschäftigt sich auch mit der Idee, dass Gedanken ein reales Ereignis herbeiführen können. Sie fasst es so zusammen: Ihr widerfährt Gutes, allein dadurch, wenn sie fremde Menschen auf der Straße anlächelt.

O-Ton 02 Katja Kleder:

Die Dankbarkeit ist bei mir glaube ich so der höchste Stellenwert und dieses Selbstannehmen. Also man muss sich einfach selbst annehmen, die schlechten Gefühle, die guten Gefühle. Du bist nicht dein Gefühl, du bist nicht dein Gedanke, sondern das sind nur Gedanken und es sind nur Gefühle. Und es ist vollkommen okay, dass sie kommen, du musst nur schauen, was du eben damit anstellst.

Sprecherin:

Darin übt sie sich jeden Tag. Sie erzählt, dass sie lange an einer Depression litt und in ihrem stressigen Job im Einzelhandel nicht glücklich wurde. Schließlich trennte sie sich von ihrem Freund und beschloss im Sommer 2021 ein neues Leben in einer neuen Stadt zu beginnen. Sie verließ München und zog nach Wien. Jetzt arbeitet sie in einem Café. Die Spiritualität verleiht ihr ein neues Ich, sagt sie.

O-Ton 03 Katja Kleder:

Und seit ich eben spirituell bin, bin ich ein komplett anderer Mensch.

Sprecherin:

Und ihr Umfeld bemerke diese Veränderung an ihr.

O-Ton 04 Katja Kleder:

Familie und Freunde sagen, dass ich strahle und ich bekomme immer mehr Komplimente, dass ich Leute mit meiner guten Laune mitnehme und... ich find's schon krass, weil ich mich so nicht eingeschätzt hätte, weil ich ja eben Depressionen hatte, beziehungsweise seitdem keinen Rückschlag mehr hatte, bis vielleicht ein paar Stunden, wo es mir schlecht ging oder sowas, aber nicht mehr so schlimm wie früher und das fällt einfach auf und ich bin auch jetzt eben nach Wien gezogen und es fällt mir tausend Mal leichter, Menschen kennenzulernen als früher.

Sprecherin:

Über Instagram stößt Katja Kleder auf immer weitere Influencerinnen und Coaches, die spirituelle Inhalte teilen. Gerade am Anfang, als sie sich neu mit Spiritualität befasste, halfen ihr die Tipps größerer Accounts weiter. Wie meditiert man eigentlich? Darüber informierte sie sich auf Instagram. Wie findet man die für sich beste Atemübung? Auf YouTube gibt es unzählige Videos dazu. Die Algorithmen der Sozialen Plattformen lernen schnell und spielen der Userin ihren individuellen Feed aus. Mit Inhalten, zugeschnitten auf spirituelle Interessen.

Musikakzent**Sprecherin:**

Seit tausenden von Jahren leben Menschen ihre Spiritualität. Sie suchen Sinn in dem, was weder rational erklärbar ist noch physisch belegt werden kann. Neu ist, dass moderne Gurus für die Verbreitung ihres Glaubens soziale Medien nutzen – und dort auf viele junge Menschen treffen, die nach Spiritualität suchen.

Das Wort „Spiritualität“ leitet sich aus dem Lateinischen und Griechischen ab und bedeutet Geist oder „Ich habe eine Seele“. Im akademischen Diskurs taucht „Spiritualität“ allerdings erst im 20. Jahrhundert in der französischen katholischen Ordens-Theologie auf und schwappt erst um 1940 nach Deutschland.¹

O-Ton 05 Oliver Krüger, Religionswissenschaftler:

Spiritualität, das ist ein Begriff, den wir eigentlich nicht jetzt von der Wissenschaft her definieren können, sondern aus der Empirie heraus.

Sprecherin:

Oliver Krüger ist Professor für Religionswissenschaft an der Universität Fribourg in der Schweiz.

O-Ton 06 Oliver Krüger:

In den modernen westlichen Gesellschaften gibt es immer mehr Menschen, die sich eben nicht mehr als religiös identifizieren, sondern die seit den 70er- und verstärkt seit den 80er-Jahren und 90er sich den Begriff spirituell gesucht haben.

O-Ton 07 Pascale Siegers, Soziologe:

Und wo man das sehr deutlich gesehen hat, war dann in den 70- und 80er-Jahren im New-Age-Movement, wo eben diese Erwartung, dass ein neues Zeitalter anbricht, bestimmte spirituelle Themen, gerade die Ablehnung von religiöser Autorität, 'ne ganz zentrale Rolle gespielt hat.

Sprecherin:

Der Soziologe Pascale Siegers forscht am Leibniz-Institut für Sozialwissenschaften zu religiösem Wandel in Europa. Die New-Age-Bewegung, deren Anhänger sich zunächst auf den angelsächsischen Raum begrenzten, sich dann aber auch in Europa und Deutschland ausbreiteten, erwarteten nicht nur ein neues Zeitalter. Ihre

¹ Quelle: Knoblauch, Hubert: Soziologie der Spiritualität 2006

Religiosität umspannte Esoterik, aber auch der Glaube an Naturgeister oder Medien, die in Trancezuständen bestimmte Geister empfangen können. Ebenso wie Vegetarismus, ganzheitliche Gesundheit oder alternative Medizin.

O-Ton 08 Pascale Siegers Mainstream:

Und dann sind die Themen des New Ages langsam in den Mainstream der Gesellschaft diffundiert, würde ich sagen. Haben sich verbreitet, in dem zum Beispiel von Nachhaltigkeit sehr viel häufiger die Rede ist und Ganzheitlichkeit, von Achtsamkeit. Oder auch die besondere Betonung, dass man sich selbst was Gutes tun muss, dass man seine Persönlichkeit entwickeln sollte. Das sind alles Themen aus der Zeit, die in den 80ern sicher im Mainstream noch keine Rolle gespielt haben und diese Ausbreitung hat sicherlich auch dann zu einer Entgrenzung des Milieus geführt, sodass die Themen heutzutage prävalent sind, aber nicht unbedingt klar eingegrenzt sind, dass man also sagen kann, das ist eine Sekte oder eine Gemeinde oder Gemeinschaft, die man klar konturieren kann.

Musikakzent

Sprecherin:

Das Milieu, von dem Pascale Siegers spricht, hat sich mittlerweile so weit ausdifferenziert, dass sich jeder seine Art von Spiritualität aussuchen kann. Die Zeit der Gurus, die den *einen* spirituellen Weg vorgeben, Orientierung bieten und deren Anhänger eine Gemeinschaft bilden, scheint vorbei. Auf Social Media, auf Youtube, Instagram oder Tik Tok verbreiten nun zahlreiche Accounts Inhalte zu spirituellen Themen und scharen mal einige Hundert, mal Hunderttausende hinter sich, die ihnen digital folgen.

Heute nutzen viele, die auf Sinnsuche sind, soziale Plattformen und tauchen dort in die Welt der Spiritualität ein. Die Religionswissenschaftlerin Anna Neumaier forscht an der der Ruhr-Universität Bochum zu Religiosität im Internet. Sie sagt, Online-Plattformen werden auf drei unterschiedliche Arten von religiösen, weltanschaulichen oder spirituellen Bewegungen genutzt.

O-Ton 09 Anna Neumaier, Religionswissenschaftlerin:

Es geht natürlich einerseits um Informationen erstmal, Informationen zu bekommen, die man vor Ort vielleicht nicht bekommt. Dann kann es um Austausch gehen, um Austausch mit Gleichgesinnten, darum Teil einer Gemeinschaft zu werden übers Internet, und das dritte wäre wirklich die Frage der spirituellen oder religiösen Praxis. Also welche Art von Praxis kann man wirklich über das Internet mit anderen durchführen und das hängt natürlich einerseits sehr von der speziellen Praxis ab, ob das geht, und andererseits von den Plattformen.

Sprecherin:

In der Pandemie habe sich gezeigt, dass zumindest bei den Kirchen das religiöse Leben vorübergehend ins Netz verlagert werden konnte. Der Gottesdienst etwa oder das Anzünden einer Opferkerze. Aber nicht bei allen kann eine Online-Messe das Bedürfnis nach spiritueller Gemeinschaft ersetzen, alleine vor dem Computer zuhause, ohne die Atmosphäre in der Kirche zu spüren. Bei spirituellen Angeboten

außerhalb etablierter christlicher Gemeinden sei das anders, sagt Anna Neumaier. Auf Social Media waren Achtsamkeits-Coaches, Meditations-Anleitende oder Yoga-Lehrerinnen schon vor der Pandemie erfolgreich.

Atmo 03 Meditation Youtube Mady Morrison:

Schön, dass du da bist und dir Zeit für diese wundervolle Meditation nimmst. Bitte achte darauf, dass du die nächsten Minuten vollkommen ungestört bist, damit du die Meditation voll und ganz genießen kannst. Lass uns beginnen. Finde eine entspannte und aufrechte Position im Sitzen.

Sprecherin:

Eine der bekanntesten Influencerinnen für Yoga aus dem deutschsprachigen Raum, ist Mady Morrison. Über 2,5 Millionen folgen ihr auf YouTube, über 11 Millionen Mal werden ihre Yoga- und Meditationsvideos mitunter aufgerufen. Sie ist eine von etlichen Stars der Achtsamkeitsszene, die durch Werbung vor ihren YouTube-Videos oder durch Kooperationen mit Marken ihr Geld verdient. Auch spirituelle Coaches wie Laura Malina Seiler, die ihrer Kundschaft mit Kursen eine spirituelle Persönlichkeitsentwicklung verspricht, vereinen Zehntausende auf Instagram hinter sich. Seiler erzählt dort täglich von ihren eigenen Visionen, von Vergebung, über Lebensenergie oder darüber, wie Suchende ihren eigenen spirituellen Weg finden.

Atmo 04 Laura Malina Seiler:

Der erste Schritt, wenn du gerne deine eigene Spiritualität entdecken möchtest, dann ist es das Wichtigste überhaupt, dass du dich einer neuen Möglichkeit öffnest. Einer neuen Möglichkeit, dich selbst zu sehen, das Leben zu sehen, das große Ganze zu sehen und dich für einen Moment lang einfach nur dafür zu öffnen, dass vielleicht nicht alles stimmt, was du bisher geglaubt hast, wie die Dinge sind. Dass es vielleicht nicht stimmt, dass dieses Leben gegen dich ist, dass dieses Leben hart und unerecht ist, dass es vielleicht nicht stimmt, ja, dass du nichts verändern kannst.

Sprecherin:

Religionswissenschaftlerin Anna Neumaier sagt, dass Social Media die gelebte Spiritualität und den Austausch maßgeblich beeinflussen.

O-Ton 10 Anna Neumaier:

Wenn man an die Foren denkt, die so vor zehn Jahren oder so das Mittel des Austausches waren, dann ging es da eben um einen gleichberechtigten Austausch, vergleichsweise auf Augenhöhe. Das heißt, da werden auch im Vergleich zu religiösen etablierten Traditionen ein bisschen die üblichen Hierarchien aufgebrochen. Man sieht das ein bisschen auch ähnlich noch in den Facebook-Gruppen, die ja auch noch viel genutzt werden. Und dann hat man aber eher die sozialen Medien, sowas wie Instagram, TikTok oder so, die eher auf dem Influencer-Prinzip beruhen.

Sprecherin:

Das heißt: Influencer posten ihre Inhalte, die Community folgt ihren Accounts, kann kommentieren und teilen, hat aber längst nicht so viel Einfluss wie die Influencer selbst. Algorithmen befördern diese hierarchische Struktur in den sozialen Medien, sagt Anna Neumaier. Wobei nicht wirklich transparent werde, warum manche Accounts besonders viele hinter sich vereinen und andere nicht.

O-Ton 11 Anna Neumaier:

Das hat natürlich einerseits mit der Algorithmizität zu tun, die den Plattformen auch zu Grunde liegt. Die Plattformen leben ja auch davon, dass sie solche Figuren hervorbringen. Das ist sozusagen 'ne Win-win-Situation und deswegen sind die auch darauf eingestellt. Und andererseits kann man dann natürlich fragen: Warum gerade die Personen, die dann berühmt werden. Da muss man sehen, dass da ganz sozusagen verschiedene Kompetenzen zusammenkommen müssen. Vielleicht ein gewisses Charisma einerseits, natürlich die Technikbeherrschung andererseits, tatsächlich auch verstehen, was die Zielgruppe bewegt, aber auch in welcher Ästhetik, in welchem Stil man sie anspricht. Da kommt Kompetenz und Technik und Zufall wahrscheinlich zusammen.

Musikakzent**Atmo 05 Nina Brockmann, Coach:**

Ja wir sind in meiner Praxis jetzt hier in Schöneberg, herzlich willkommen, ich hab die jetzt gerade erst eingeweiht.

Sprecherin:

Nina Brockmann führt durch die Räume ihres Zweizimmer-Ladens in einer Seitenstraße von Berlin-Schöneberg. Hund Mavi schwänzelt um sie herum, die einfallende Mittagssonne wirft das gedruckte Logo vom Schaufenster als Schatten an die Wand.

Atmo 06 Nina Brockmann:

Hier vorne ist mein Coachingraum, hier hab' ich auch so ein Day-Bed. Hier assoziieren wir im Prinzip frei, wir reden, wir diskutieren auch über Themen, die uns irgendwie bewegen. Ich bin ja im Prinzip so ein Spiegel oder auch eher so eine spirituelle beste Freundin so bisschen, weil ganz viele haben keine Menschen so richtig in ihrem Umkreis manchmal, mit dem sie sich darüber austauschen können, was mir auch sehr auffällt.

Sprecherin:

In die Praxis von Nina Brockmann kommen junge Frauen, die mit ihrem Leben unzufrieden sind. Die Probleme mit ihrem Freund, mit ihrer Freundin, mit der Familie haben, oder in Job und Studium nicht weiterkommen. Junge Frauen, die eine Orientierung suchen und sie für 120 Euro pro Stunde von Nina Brockmann angeboten bekommen. Sie beschreibt ihr Unternehmen so:

O-Ton 12 Nina Brockmann:

Es ist eher eine Bewusstseinsweiterung, die glaub' ich, manche Menschen durchleben, die im Prinzip ihren Schmerz auch satt haben und Dinge jetzt anders angehen, mit einer anderen Perspektive, und die begleite ich eigentlich dahin, zu sagen, in Frieden über Dingen zu stehen oder Dinge sein zu lassen, loszulassen, Selbstwert, Grenzen, Vertrauen, Frieden.

Sprecherin:

Als Nina Brockmann vor etwa einem Jahr anfing, ihre Kundinnen und Kunden zu akquirieren, verteilte sie zunächst selbstgestaltete Flyer in der Straße. Doch erst nachdem sie ihren Instagram-Account eingerichtet hatte, kamen die ersten Anfragen. Die Plattform ist zentral für ihr Unternehmen.

Atmo 07 Nina Brockmann:

Tastaturtippen-Geräusch - Nina Brockmann: So.

Sprecherin:

Nina Brockmann öffnet die Notizen-App auf ihrem Laptop. Hier schreibt sie sich Stichworte für ihre Instagram-Posts auf.

O-Ton 13 Nina Brockmann:

Es ist meistens so, dass ich einen Gedanken hab' und dann baut der Gedanke sich auf. Und dann wiederholt sich der erste, dann baut der zweite darauf auf und dann kommt der dritte und dann wird's mir zu viel, um mir das zu merken, dann schmeiß ich meinen Staubsauger hin, setz' mich schnell hin, notier' mir das und dann ist es fertig und das sind auch die Sachen, die am besten funktionieren, sind die Sachen, die kommen, die ich direkt erfasse und die dann in zehn Minuten fertig sind.

Sprecherin:

Sie greift nach ihrem Smartphone in der Hosentasche und öffnet die Aufnahme-App.

O-Ton 14 Nina Brockmann (liest vor):

„Heute wähle ich Stille. Meine Gedanken zwar zu hören, mich aber nicht mit ihnen zu identifizieren. Heute wähle ich, über den Dingen zu stehen. Das weltliche zu sehen, doch nur deren Beobachter*in zu sein. Heute wähle ich die Vogelperspektive. Ich lebe, aber ich nehme nicht alles an. Ich bin, weil ich loslasse, etwas bestimmtes zu sein...“ War jetzt ein bisschen schnell. *lacht*

Sprecherin:

Sie scrollt durch die Videos in ihrem Instagram-Account und wählt eines aus, auf dem ihre Praxis zu sehen ist und das mit Musik unterlegt ist.

Atmo 08 Nina Brockmann:

„...Heute wähle ich die Vogelperspektive. Ich lebe, aber ich nehme nicht alles an. Ich bin, weil ich loslasse, etwas Bestimmtes zu sein...“ Also genau, dann mach ich meist noch Untertitel und dann ist es fertig.

Sprecherin:

Unter dem Namen „the Gnani“, postet sie etwa einmal am Tag Beiträge. „Gnani“ stammt aus einem Buch, das sie geprägt hat und so viel bedeutet wie „die Suchende nach der Weisheit“. Brockmanns Messages lauten: „Wir wählen, wie wir uns fühlen“. Oder: „Nimm dir Zeit, dich auszudrücken!“. Fast 60.000 Accounts folgen ihr auf Instagram. So sind mittlerweile auch Unternehmen auf sie aufmerksam geworden, die ihre Produkte über ihren Account bewerben und dafür Geld zahlen.

O-Ton 15 Nina Brockmann:

Ich hatte jetzt eine Kooperation mit `ner sehr, sehr nachhaltigen Active-Wear-Marke, die Sachen sind super, die sind nachhaltig produziert, das ist irgendwie auch eine neue Technologie, wo ich so dachte, okay, das ist wichtig und das ist gut und lass' uns zusammenarbeiten.

Sprecherin:

Die Markenkooperationen sind ein weiteres Standbein für Nina Brockmann. Wie viele andere Influencerinnen und Influencer setzt sie auf dieses Business-Konzept. Die Firmen sponsern T-Shirts, Schminke, Turnschuhe oder Kleidung und erwarten dann, dass die Produkte in den Posts zu sehen sind, positiv bewertet und in Kommentaren verlinkt werden.

Wie viel die Influencer dafür bekommen, hängt von mehreren Faktoren ab: von der Größe des Unternehmens – ein internationaler Konzern zahlt mehr als eine kleine Marke aus der Nachbarschaft. Aber auch von der Größe des Accounts des Influencers: Kleinere mit einigen tausend Followern verdienen weniger als größere, die 50, 100 oder 500.000 User erreichen. So variieren die Beträge von ein paar Hundert Euro pro Werbung für kleine Accounts mit unter 5000² Followern, bis zu 12.000 Euro³ für Accounts mit über 800.000 Followern.

O-Ton 16 Pascale Siegers:

Das spirituelle Milieu hat sich medial modern aufgestellt, in dem sie da in die sozialen Medien gegangen sind und dort ihre Angebote machen.

Sprecherin:

Der Soziologe Pascale Siegers sagt, dass Themen wie Spiritualität, Transzendenz oder Achtsamkeit so gut funktionierten, liege auch daran, dass sie wie für das Medium geschaffen seien.

O-Ton 17 Pascale Siegers:

Schöne Fotos von Natur und Mensch im Einklang, das lässt sich unheimlich gut in die Social Media-Welt einspeisen.

² <https://www.shopify.de/blog/mit-instagram-geld-verdienen#wieviel>

³ <https://www.gruender.de/finanzen/geld-verdienen-mit-instagram/#wie-viel-geld-kann-ich-mit-instagram-verdienen>

Sprecherin:

Und auf Social Media sind die jungen Menschen. 73 Prozent der 14- bis 29-Jährigen, das hat eine Erhebung von ARD und ZDF 2021⁴ ergeben, nutzen Instagram. Doch wie viele sind spirituell? Pascale Siegers sagt:

O-Ton 18 Pascale Siegers:

Wenn wir das über Fragebogen-Studien quantifizieren wollen, dann hängt das unheimlich stark davon ab, wie wir die Frage stellen danach, ob die Menschen sich spirituell fühlen oder spirituell sind.

Sprecherin:

Denn Spiritualität und Religiosität schließen nicht aus, betont der Soziologe. Im Gegenteil: Auch ein Christ oder eine Jüdin können sich selbst als spirituell verstehen. Der Begriff selbst sei nicht eindeutig zu fassen. In Umfragen werde häufig gefragt, ob man sich als spirituell, aber nicht religiös empfinde, um auszuschließen, dass die Befragten einer der großen Kirchen angehören.

O-Ton 19 Pascale Siegers:

Und dann finden wir um die zehn bis fünfzehn Prozent in Deutschland, die das wahrscheinlich unterschreiben.

Sprecherin:

Um das Feld einzugrenzen, müsse man sich Umfragen anschauen, die den Begriff Spiritualität genauer fassen. Etwa die Hälfte der Bevölkerung glaubt an die Vorhersagen aus Horoskopen. Junge Menschen viel eher als der Durchschnitt, 61 Prozent sind es in der Gruppe der 18-24-Jährigen. Und nur 30 Prozent bei den Befragten ab 55 Jahren.⁵ Sieben Prozent der 18 bis 29-Jährigen meditieren regelmäßig, in der Gesamtbevölkerung sind es fünf Prozent.⁶ Zwölf Prozent lassen sich regelmäßig homöopathisch behandeln. Unter den Älteren sind es neun Prozent.⁷ Spirituelle Praktiken sind unter Jüngeren verbreiteter als unter Älteren. Pascale Siegers sagt, lange hätte man angenommen, dass sich junge Leute von der katholischen und evangelischen Kirche abwenden, um sich dann spirituellen Anbietern zuzuwenden.

⁴ <https://de.statista.com/statistik/daten/studie/543605/umfrage/verteilung-der-nutzer-von-social-media-plattformen-nach-altersgruppen-in-deutschland/>

⁵ <https://de.statista.com/statistik/daten/studie/1273797/umfrage/glaube-an-vorhersagen-aus-horoskopen-nach-alter/>

⁶ <https://de.statista.com/statistik/daten/studie/631007/umfrage/umfrage-zur-verbretung-von-meditation-in-deutschland-nach-altersgruppen/>

⁷ <https://de.statista.com/statistik/daten/studie/630590/umfrage/umfrage-zur-nutzung-von-homoeopathie-in-deutschland-nach-altersgruppen/>

O-Ton 20 Pascale Siegers:

In Europa wurde lange Zeit die Frage diskutiert, ob es so etwas gibt wie eine Bricolage-Religiosität. Bricolage ist ein französischer Begriff, der heißt Basteln. Und der bezeichnet eine religiöse Praxis, wo man sich mal etwas aus der christlichen Tradition nimmt, mal aus der buddhistischen, mal aus dem spirituellen oder neu-spirituellen Milieu, wie dem New Age oder so. Und dass man dann aber trotzdem weiter religiös bleibt, dass man trotzdem einen Glauben hat an eine heilige transzendente Wirklichkeit, die man aber nicht unmittelbar erfahren kann. Und aus dieser Forschung ist die These, die Theorie religiöser Individualisierung hervorgegangen und dann wurden alle möglichen Zeichen zusammengetragen, dass die Menschen zwar nicht mehr in die Kirche gehen, aber weiter an Gott oder andere transzendente Mächte glauben. Und das ist eine produktive Forschung gewesen, weil sehr viele religiöse Phänomene dadurch in den Blick geraten sind, die man sonst übersehen hätte. Aber wir finden nicht eine Masse an Menschen, die sich so verhält, also die tatsächlich ihren privaten individuellen Glauben weiterlebt und damit die Verluste der Kirchen kompensieren könnten.

Sprecherin:

Junge Menschen treten also in der Regel nicht aus der Kirche aus und wenden sich stattdessen spirituellen Praktiken zu. Oliver Krüger von der Universität Fribourg in der Schweiz sagt, dass selbst die, die einer Kirche angehören, nur zu einem Drittel an die Existenz Gottes glauben.

O-Ton 21 Oliver Krüger:

Also sie haben da schon eine wahnsinnig große Entfernung zu allem, was Religion ausmacht. Das heißt in den großen Bewegungen, würde ich schon sagen, haben wir einen Abschied vom Religiösen, vom institutionell Religiösen auf alle Fälle.

Sprecherin:

Das heißt, die Mehrheit der Jüngeren versteht sich als nicht-religiös, nicht-spirituell. Nur eine Minderheit wendet sich alternativen religiösen Angeboten zu.

O-Ton 22 Oliver Krüger:

So, was passiert mit den anderen, die sich dann doch noch für Religionen in irgendeiner Weise interessieren. Ich würde sagen ja, da finden wir eben einen sehr freien Umgang, der auch durch Social Media beeinflusst ist mit Religionen, die sich ihren eigenen Weg suchen.

Musikakzent**O-Ton 23 Malin Schmid:**

Ich war, weil ich auf der Altenpflege arbeitete, also in einem Hochrisiko-Beruf, war es für mich sehr anstrengend, wir hatten sehr großen Druck, ich musste sehr viel arbeiten, zum Teil sechs Tage die Woche und das dann über dem vereinbarten Pensum, also meistens kam ich unter 60 Stunden die Woche gar nicht raus aus der Arbeit und dann noch die vielen News. Das hat mich so unruhig gemacht und hat mich verängstigt, dass ich einfach den Ausgleich gesucht habe. Etwas, das mich beruhigt.

Sprecherin:

Malin Schmid ist 20 und stammt aus Luzern. Während der Pandemie hat sie, wie so viele, den Halt verloren. Ein Virus, das die ganze Welt bedroht, die Zukunft ungewiss. Um niemanden anzustecken, isolierte sie sich. Ruhe findet sie in der Meditation.

O-Ton 24 Malin Schmid:

Meistens habe ich am Abend im Bett, bevor ich eingeschlafen bin, meditiert, um halt den Alltagsstress loszulassen, aber auch im Zug zur Arbeit, das waren die einzigen zwei Zeiten, in denen ich wirklich Zeit für mich hatte, weil sonst war immer so, entweder war ich auf der Arbeit oder ich schlief schon. Dazwischen gab es irgendwie nix.

Sprecherin:

Nach einer Woche täglichem Meditieren merkt Malin Schmid eine Veränderung.

O-Ton 25 Malin Schmid:

Bei jedem kleinsten News von Coronavirus war das nicht mehr so: Oh mein Gott es, es kommt wieder was, es wird gefährlich, ich könnte mich anstecken, sondern es war so, okay wir leben mit Corona, wir können es nicht ändern, ich nehme es an. Es ist okay, dass es mir Angst macht, aber ich muss mich nicht von der Angst beeinflussen lassen.

Sprecherin:

Sie beginnt, sich auf sozialen Plattformen weiter zu informieren.

O-Ton 26 Malin Schmid:

Je länger ich eigentlich mich mit dem Thema Meditation und Spiritualität auseinandergesetzt habe, desto öfter hab' ich natürlich auch auf Instagram oder Pinterest andere Sachen angezeigt gekriegt, das hat angefangen mit Duftölen, dann waren es nachher Kristalle und dann habe ich diese ausprobiert.

Sprecherin:

Sie trägt nun einen Amethysten in einer Kette um den Hals, einen lilafarbenen Edelstein, von dem sie sagt, dass er ihr Wohlbefinden steigert. Er sei beruhigend für Herz und Psyche und verbessere die Konzentrationsfähigkeit. Sie sagt, seit sie ihn hat, gehe es ihr besser.

Musikakzent**O-Ton 27 Pascale Siegers:**

In modernen Gesellschaften sind wir heutzutage viel mehr damit beschäftigt, uns zu fragen: Ist mein Leben gelungen? Bin ich glücklich? Wann bin ich glücklich, wie kann ich glücklich werden, warum sind meine Kinder nicht so, wie ich das gerne hätte, warum ist meine Partnerschaft nicht so, wie ich mir das wünschen würde. Das sind also die Themen, die auf das Subjekt bezogen sind, auf mein persönliches Wahrnehmen meiner Lebenssituation und nicht so stark auf mein Überleben oder das Überleben meiner Gruppe.

Sprecherin:

Auch im Umgang mit Lebenskrisen suchen manche bei spirituellen Angeboten nach Sinnhaftigkeit. Die evidenzbasierte Wissenschaft könne zwar erklären, *wie* eine Krankheit entsteht, sagt Soziologe Pascale Siegers. Doch sie liefere keine Antwort darauf, *warum* die Krankheit einen selbst befällt, *warum* man den Job verloren hat oder in die Insolvenz geraten ist.

O-Ton 28 Pascale Siegers:

Und entsprechend verändern sich die religiösen Antworten.

Sprecherin:

Spirituelle Anbieter und Praktiken fügen sich in diese Entwicklung ein. Sie versprechen – zumindest seelische – Heilung. Jungen Menschen wie Malin Schmid aus Luzern oder Katja Kleder aus Wien hilft ihre spirituelle Sinnsuche dabei, ein zufriedeneres Leben zu führen.

O-Ton 29 Malin Schmid:

Für mich bedeutet Spiritualität, die Ruhe im Alltag zu finden und auch eine Antwort auf Dinge, die ich manchmal auf die Schnelle gar nicht weiß und dann suchen kann, bei mir selbst.

O-Ton 30 Katja Kleder:

Auch wenn man irgendwie Ängste hat oder sowas, dass es immer Sachen sind, die einem was lehren sollen. Alles hat irgendwie seinen Sinn und alles führt zu dem Weg, der für dich halt einfach bestimmt ist.

Absage:

SWR2 Wissen (mit Musikbett)

Sprecher:

Jung und spirituell – Sinnsuchende auf Social Media. Von Sofie Czilwik. Sprecherin: Mareike Köhler. Redaktion: Vera Kern. Regie: Günter Maurer. Ein Beitrag aus dem Jahr 2022.

Abbinder

* * * * *