

# SWR >> KULTUR

## **SWR Kultur Glauben Suche nach Sinn und erfülltem Leben – zwischen Yoga und Kirche**

Ein Feature von Miriam Staber

Sendung vom 09.02.2025

Redaktion: Sophie Rebmann

SWR Kultur können Sie auch im **Webradio** unter [www.swrkultur.de](http://www.swrkultur.de) und auf Mobilgeräten in der **SWR Kultur App** hören oder als **Podcast** nachhören.

---

### **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.

---

### **Die SWR Kultur App für Android und iOS**

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

## **Musik**

### **OT Tanja Seuffer, Yoga-Lehrerin**

„Yoga hat mich einfach hingeführt zu einem konsequenteren Auseinandersetzen mit mir selbst und mit all der Komplexität, die das Menschsein ausmacht. Und mir einfach Werkzeuge an die Hand gegeben, mit denen ich zu einem bewussteren Leben gefunden hab.“

### **OT-Teilnehmerin**

„Ich kann behaupten, dass man von allem etwas Gutes für sich mitnehmen kann. Und man muss jetzt nicht unbedingt sagen: So, jetzt bin ich katholisch, oder jetzt bin ich buddhistisch, oder jetzt befasse ich mich nur noch mit Kräutern. Alles hat was. So individuell, wie die Menschen sind, sind auch diese Rituale.“

### **OT Kirstin Kruger-Weiß**

„Ich glaube, wir sind schon auch als Kirche auf dem Weg zu sagen, wir müssen die Vielfalt der Spiritualität heben, weil wenn wir das nicht tun, dann reden wir auf einem Markt, der Menschen einfach ganz arg guttut, nicht mit und überlassen ihn anderen.“

## **Suche nach Sinn und erfülltem Leben – zwischen Yoga und Kirche**

### **Eine Sendung von Miriam Staber**

**Atmo:** Kräutersträuße binden

**Autorin** Erst ein Kiefernzweig, dann getrockneter Lavendel, ein wenig Schlehenholz oder Salbei. Rund 20 Frauen und Männer stehen in einem kleinen Wäldchen bei Ludwigsburg an einer Feuerstelle und binden Kräutersträuße - zum Räuchern. Sie nehmen am Kurs „Räuchern mit Heimischen Kräutern“ teil. In der Mitte die Leiterin, Kräuterpädagogin Anamaria Zube-Pop:

### **OT Anamaria Zube-Pop, Kräuterpädagogin**

„Bei diesen Kräuterbündeln ist es so, dass man die dann hier anzündet - ich mach das mal vor - dann bildet sich hier die Glut, ähnlich wie bei einer Zigarette. Wenn's ganz dicht ist, fängt es an, in der Mitte zu brennen. Und man kann

natürlich auch rumlaufen, durch die Luft bleibt es auch an und ölmt dann halt hier so weiter.“

**Autorin** Anamaria Zube-Pop, eine kleine, drahtige Frau mit langen dunklen Haaren, lässt die Runde an ihrem qualmenden Kräuterstrauß riechen. Zwischen den Bäumen bilden sich dünne, lange Rauchschwaden.

### **OT Anamaria Zube-Pop, Kräuterpädagogin**

„Wer einen Kamin zuhause hat, wird es vielleicht kennen: Die verschiedenen Hölzer haben ja auch einen ganz bestimmten Duft. Obstbaum-Hölzer, Kirschholz riecht zum Beispiel ganz intensiv, verströmt einfach dieses Mandel-Aroma. Apfel riecht auch ganz intensiv. Buche, Eiche haben alle ihre eigenen Gerüche.“

**Atmo:** Büschel entzünden

**Autorin** Nach und nach zünden die Kurs-Teilnehmerinnen und -Teilnehmer ihre Kräuterbündel an. Für einige von ihnen ist das Räuchern ein wichtiges Ritual

### **Umfrage Teilnehmerinnen**

„Ja, ich fühle mich danach irgendwie gut. Ruhiger, gelassener. Das ist jetzt meine persönliche Auffassung. Ich glaube, da ist jeder so individuell, und jeder ist so, wie er ist.“

„Also mir tut's gut, ja. Wahrscheinlich ist es auch Einbildung – aber wenn man dran glaubt, tut's auf jeden Fall gut. Nur ich muss immer aufpassen, weil mein Mann mag das nicht so mit dem Räuchern. In der Wohnung.“

**Autorin** Aber für viele im Kurs ist das Räuchern Neuland:

### **Umfrage Teilnehmer**

„So mit Räuchern hatte ich bis jetzt noch nichts zu tun. Aber ich finde es total spannend und habe jetzt auch voll viel Neues gelernt. Und es ist ja auch so: hier sind ja auch Leute mit total unterschiedlichem Hintergrund und kommen hier alle zusammen und finden's total spannend hier.“

„Ich interessier mich einfach für Sachen, die schon da sind. Also praktisch die Natur. Und jetzt interessiert mich auch das Sinnliche. Das ist einfach was anderes irgendwie!“

**Autorin** So ist es meistens bei den Kräuter-Kursen: Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer sind unterschiedlich erfahren im Räuchern und kommen aus unterschiedlichen Alters- und Berufsgruppen. Aber vor allem: Die uralte Tradition des Räucherns erlebt aktuell eine Renaissance - die Kurse sind sehr beliebt. Dieser, den die 51-jährige Zube-Pop über die Stadt Ludwigsburg anbietet, hat jedes Mal eine lange Warteliste.

### **OT Anamaria Zube-Pop, Kräuterpädagogin**

„Ich denke, das hängt schon auch mit unseren Zeiten zusammen, dass die Leute irgendwo einen Halt suchen und auch nach einem Sinn. Und auch die Entfremdung von der Kirche bei vielen ist da sicherlich auch ein Grund, weil sich ja viele Menschen wohl doch nicht mehr so aufgehoben fühlen. Und wahnsinnig auf der Suche nach so einem Sinn sind, nach etwas, was ihnen Halt gibt. Und das scheint vermehrt die Natur zu sein.“

### **Musik**

**Autorin** Die religiöse Landschaft in Deutschland verändert sich: Evangelische und katholische Kirche kämpfen seit Jahren mit hohen Austritts-Zahlen. Aber das Bedürfnis nach Spiritualität in der Gesellschaft bleibt, sagt Religionswissenschaftlerin Anna Kira Hippert vom Centrum für Religionswissenschaftliche Studien an der Ruhr-Universität Bochum:

### **OT Anna Kira Hippert, Religionswissenschaftlerin Ruhr-Universität Bochum**

„Das ist ein Trugschluss, dass man denkt, wenn die Leute aus der Kirche aussteigen, dass die Religiosität irgendwie zurückgeht, weil man natürlich auch christlich geprägt ist, dann denkt man immer: oh Religion spielt keine Rolle mehr. Aber wir in der Religionswissenschaft, wir haben eben festgestellt, dass das Bedürfnis nach Religion nicht verschwindet, sondern im Gegenteil: Wir sehen sogar eher ein wachsendes Interesse an religiösen Themen.“

**Autorin** Genauer gesagt: An spirituellen Themen. An sogenannter populärer Religion. Populäre Religion ist eine Form der Religiosität, die vor allem mit dem Aufkommen der Moderne und der Massenmedien entstanden ist. Dabei geht es weniger um ein regelmäßiges „In-die-Kirche-Gehen“ oder verbindliche Dogmen, erklärt Religionswissenschaftlerin Hippert.

**OT Anna Kira Hippert, Religionswissenschaftlerin Ruhr-Universität Bochum**

„Viele empfinden Kirchen als unflexibel oder nicht mehr zeitgemäß. Und die Menschen suchen stattdessen eben den Sinn zunehmend in individuellen Praktiken. Also es geht nicht um ein Ende des Glaubens, wie viele immer denken, ganz im Gegenteil, sondern um die Suche nach Formen, die persönlicher, freier und weniger institutionell geprägt sind. Das ist ganz wichtig.“

**Autorin** Auch Formen davon, was viele unter den Begriffen Aberglauben oder Esoterik kennen, werden unter populäre Religion gefasst – wie beispielsweise eben das Räuchern, Astrologie oder Kartenlegen. Menschen suchen darin Orientierung und Erfüllung. Andreas Oelze ist Pfarrer und Weltanschauungsbeauftragter der evangelischen Landeskirche in Württemberg. Er beobachtet, wie sich Religiosität aus Sicht der Kirche verändert:

**OT Andreas Oelze, Pfarrer**

„Offensichtlich nimmt das Bedürfnis nach Spiritualität und Religion langsamer ab als das Bedürfnis, in der Kirche Mitglied zu sein. Offenbar gehen Leute aus der Kirche und sind woanders noch religiös verortet. Vielleicht kann man aber auch sagen, es hängt mit der Freiheit der Gesellschaft zusammen. Sobald ich halt eine freie Gesellschaft habe, habe ich die Wahl auch im Bereich der Religion, auch ein großes Gut. Und damit habe ich aber eben auch die Vielfalt, die Wahlmöglichkeit.“

**Musik**

**Atmo:** Matten und Blöcke im Yogastudio

**Autorin** Yoga-Vorbereitungen in Stuttgart-Ost. Zehn Frauen und Männer rollen ihre Matten aus, legen Kork-Blöcke daneben. Hier und da wird ein Kopf in den Nacken gerollt, ein Arm gedehnt. Dann wird es ruhig in dem kleinen Yogastudio von Tanja Seuffer.

**Atmo:** Tanja Seuffer: „Herzlich Willkommen, schön, dass ihr da seid. Wir beginnen im Sitzen. Und ihr dürft euch alle aufrecht setzen, die Hände ganz entspannt ruhen lassen.“

**Autorin** Tanja Seuffer macht seit fast 20 Jahren Yoga. Anfangs war es eher eine Art Sport für sie, das Körperliche stand im Vordergrund. Aber bald fing sie an, sich auch mit der philosophischen Lehre des Yoga zu beschäftigen.

### **OT Tanja Seuffer, Yoga-Lehrerin**

„Also Yoga ist grundsätzlich ja ein großes Wort. Aber insgesamt hat's einfach mehr Sinn reingebracht. Es hat mir einfach die Möglichkeit gegeben, Dinge zu hinterfragen, und hat aber natürlich einfach durch den körperlichen Aspekt auch wirklich eine grundsätzliche Heilkraft. Man fühlt sich einfach wohler in seinem Körper. Also man hat einfach, oder ich hatte einfach eine grundsätzlichere Freude auch am Leben.“

**Autorin** Da Yoga ursprünglich aus Indien stammt, liegen die Wurzeln der Yoga-Philosophie im Hinduismus und in Teilen im Buddhismus. Tanja Seuffer ist evangelisch getauft und auch konfirmiert, hat aber das Christentum als sehr dogmatisch und regelzentriert erlebt, erzählt sie. Yoga habe sie dem Buddhismus nähergebracht. Im Studio steht auch eine kleine tönernen Buddha-Statue.

### **OT Tanja Seuffer, Yoga-Lehrerin**

„Ich habe mich immer mit den Fragen auseinandergesetzt: Wer bin ich? Warum bin ich hier? Warum sind wir alle hier? Und wie verhalten wir uns zueinander? Habe aber dabei gemerkt, dass je mehr ich nach Antworten suche, umso größer die Fragen eigentlich wurden und habe dann letztlich im Yoga zum ersten Mal was gefunden, was mich wegbringt von den Fragen und hin zum Sein und zum Erleben.“

**Autorin** Sie fühlt sich stabiler, erfüllter, verbundener, seit sie Yoga praktiziert, sagt Seuffer.

### **OT Tanja Seuffer, Yoga-Lehrerin**

„Yoga hat mich einfach hingeführt zu einem konsequenteren Auseinandersetzen mit mir selbst und mit all der Komplexität, die das Menschsein ausmacht. Und mir einfach Werkzeuge an die Hand gegeben, mit denen ich zu einem bewussteren Leben gefunden hab.“

**Autorin** Seit etwa fünf Jahren hat Tanja Seuffer nun ihr eigenes Studio in Stuttgart, sie unterrichtet mehrmals pro Woche verschiedene Yoga-Arten.

**Atmo:** Tanja Seuffer: „mit der Ausatmung zurück, das Bein, in den dreibeinigen Hund. Und stellt den Fuß ab, kommt zurück in den herabschauenden Hund. Nehmt den Blick nach vorne, hebt beide Fersen und macht zwei große Schritte nach vorne. Taucht ab in die Vorbeuge (ausatmen)...“

**Autorin** Hauptberuflich arbeitet Seuffer in einem Museum, das ist ihr wichtig: Sie will nicht aus finanziellen Gründen Yogastunden geben, sondern teilen, was sie für sich daraus gelernt hat.

**Atmo:** Tanja Seuffert, Yoga-Lehrerin: „Nehmt die Hände vor dem Herz zusammen – Namaste. Vielen Dank. “

**Atmo** Aufräumen

**Autorin** Die Atmosphäre in dem kleinen Yogastudio ist familiär. Viele hier kommen seit Jahren – machen Yoga in der Gruppe und allein zuhause.

### **OT Teilnehmerin**

„Für mich ist es die optimale Form, Dinge in Balance zu bringen. Also zwischen Kraft und Loslassen, zwischen Beweglichkeit und Halten, Haltung. Ich bin jetzt Mitte 50 und fühle mich ziemlich beweglich, kraftvoll und in Balance – und da

spielt Yoga für mich ne ganz große Rolle. Also wenn ich in Balance sag, dann meine ich eben in Balance – das ist mein Tempel, den ich hier pflege. Und der besteht aus Körper, Geist und Seele, und das finde ich im Yoga tatsächlich.“

**Autorin** So geht es vielen. Yoga boomt in Deutschland, im Westen, sagt Religionswissenschaftlerin Anna Kira Hippert.

### **OT Anna Kira Hippert, Religionswissenschaftlerin Ruhr-Universität Bochum**

„Yoga ist ein sehr gutes Beispiel für eben populäre Religion. Das übernimmt man aus dem Hinduismus sozusagen, oder aus Indien. Weil viele die körperliche Praxis für sich selbst wahrscheinlich als erfüllend und sinnstiftend empfinden. Und der sogenannte Spiritual Marketplace, also der spirituelle Markt sozusagen, der hat sich erweitert. Also Yoga, Achtsamkeitspraktiken, konkurrieren eben mit klassischen Kirchen um die Aufmerksamkeit und Sinnsuche der Menschen.“

## **Musik**

**Atmo:** Feuer

**Autorin** An der Feuerstelle in dem Wäldchen bei Ludwigsburg wirft Kräuterpädagogin Anamaria Zube-Pop eine Räuchermischung in die Glut. Es qualmt – und duftet, an diesem kalten Dezembertag. Es ist kurz vor Weihnachten, kurz vor Silvester – und kurz vor den sogenannten Raunächten. In dieser Zeit wird besonders gern geräuchert. Zube-Pop erklärt, dass die Raunächte heute häufig eine Zeit der Reflektion sind. Über das Erlebte nachdenken, eine persönliche Jahresbilanz ziehen – und Veränderungswünsche aufspüren.

### **OT Anamaria Zube-Pop, Kräuterpädagogin**

„Für mich persönlich ist es hilfreich, zu schauen: Was hab‘ ich geschafft, was hab ich gemeistert? Und auch in meinem Leben passieren Dinge, da könnte ich manchmal davonlaufen. Mit dieser Manifestation meiner Gedanken, die ich in eine andere Richtung bringen, schaffe ich vielleicht, auch mein Leben in eine andere Richtung zu bringen. Da ist es hilfreich, zu räuchern, als Tool, als Werkzeug, um dem Ganzen einen Rahmen zu geben.“

**Autorin** Die Raunächte sind die längsten Nächte des Jahres, zwischen Weihnachten und dem Dreikönigstag. Das Christentum feiert in dieser Zeit mit Weihnachten Jesus Geburt. Aber die Raunächte hatten schon lange vorher, in der Zeit der alten Germanen, große Bedeutung. Dem Volksglauben nach trieben in den Raunächten Dämonen ihr Unwesen, die Tür zum Geisterreich stand offen, erklärt die Religionswissenschaftlerin Anna Kira Hippert:

**OT Anna Kira Hippert, Religionswissenschaftlerin Ruhr-Universität Bochum**

„Bei den Raunächten. Die sind ja erst mal ein Beispiel, da geht es ja sehr viel um die Wiederbelebung alter, oft auch als heidnisch wahrgenommener Bräuche, die liegen mega im Trend. Und diese Raunächte wurden halt oft genutzt, um das alte Jahr zu verabschieden und das neue Jahr symbolisch willkommen zu heißen etwa durch Orakel, Räucherrituale oder aber auch durch meditative Rückschau. Und das Besondere daran ist, dass man diese Rituale selbst gestalten kann. Also sie verbinden Naturverbundenheit und symbolische Übergangsrituale, ohne dass eine Institution wie die Kirche vorgibt, wie sie durchzuführen sind.“

**Autorin** Um die Raunächte ranken sich also unterschiedliche Mythen und spirituelle Rituale. Heute besinnen sich immer mehr Menschen wieder darauf – wobei es jetzt aber eher um Dankbarkeit und Entschleunigung geht - oder wie in Ludwigsburg um Sinnlichkeit und Dankbarkeit, erklärt die Bräuche-Forscherin Lisa Maubach vom LVR-Institut für Landeskunde und Regionalgeschichte in Bonn:

**OT Lisa Maubach, LVR-Institut für Landeskunde und Regionalgeschichte**

„In dieser Zeit zwischen den Jahren zur Ruhe zu kommen, den Trubel der vorweihnachtlichen Zeit, sozusagen zu überwinden und jetzt sich vorzubereiten auf das neue Jahr in der Gemeinschaft – das ist grade heute wieder ein großer Trend. Es gibt sehr, sehr viele Menschen, die in dieser Zeit spirituell aktiv sind. Das ist eine Beobachtung, die wir anstellen.“

**Autorin** Auch die Räucherkurs-Teilnehmenden fühlen sich davon angesprochen, suchen in den Raunächte-Ritualen eine Möglichkeit, sich zu fokussieren und Kraft fürs neue Jahr zu schöpfen.

## **Umfrage Teilnehmerinnen**

„Ich hab’s letztes Jahr gemacht, wo man jeden Tag Wünsche aufgeschrieben und verbrannt hat. Und ein Wunsch ist dann übriggeblieben und für den ist man selber verantwortlich sozusagen. Und die anderen Wünsche hat man ans Universum abgegeben und das hat mir voll gut gefallen und von dem her würde ich’s denk ich wieder machen. Weil’s auch so eine Ruhe mit sich bringt, so ein in sich kehren. Und einfach mal, in dieser sehr, sehr schnelllebigen Welt, die wir doch mittlerweile haben, einfach mal still zu sein und einzuhalten.“ „Mir gibt’s Sicherheit, und wenn ich mich sicher fühle, auch gestärkt, geerdet, verwurzelt, kann ich das meinen Kindern einfach weitergeben. Und wenn wir uns sicher fühlen, hat das auch was mit Geborgenheit zu tun. Geborgenheit gibt diese Sicherheit, und das ist ja auch das, was Kinder einfach brauchen, was wir aus auch als Erwachsene brauchen.“

**Autorin** Zwischen den Jahren - in den Raunächten – zu räuchern und dabei zu reflektieren ist ein Zeichen der Individualisierung von Religiosität. Gleichzeitig schafft es - wie beim Räucherkurs in Ludwigsburg oder etwa in Yogastudios - neue Gemeinschaften, erklärt Bräuche-Forscherin Lisa Maubach. Denn auch wenn man alleine räuchert, tut es gut, dass man nicht der oder die Einzige ist, die diese Rituale pflegt. Man kann sich in dieser Gemeinschaft verorten, wie eben auch in Religionsgemeinschaften:

## **OT Lisa Maubach, LVR-Institut für Landeskunde und Regionalgeschichte**

„Der Wunsch, dem Leben eine Sinnstiftung zu geben, eine Bedeutung zuzuschreiben, und auch Erklärungen vielleicht zu finden für bestimmte Dinge - was man ja vielleicht auch mit Spiritualität bezeichnen kann - der ist nach wie vor da. Und aus dem Grund verlieren die Bräuche eben nicht an Bedeutung. Also der Mensch braucht Bräuche. Man könnte vielleicht sagen „Brauch kommt von brauchen“, wir brauchen diese Bräuche in unseren Gesellschaften. Und aus dem Grunde finden wir auch wieder neue. Die Raunächte sind ein ganz gutes Beispiel dafür.“

**Autorin** Sinn stiften und mit Unsicherheit umgehen – auch Religionswissenschaftlerin Anna Kira Hippert nennt diese Gründe für das Aufleben der Raunächte oder den Yoga-Boom. Und das schließt sich häufig nicht aus mit christlichen Traditionen und christlichem Glauben.

## **OT Anna Kira Hippert, Religionswissenschaftlerin Ruhr-Universität Bochum**

„Viele suchen Orientierung, Gemeinschaft und Zugang zu Transzendenz. Also etwas „nicht Weltlichem“. Und Praktiken wie Yoga oder die Raunächte bieten eben Flexibilität und das Gefühl von Selbstermächtigung. Ja, die können individuell angepasst werden, ohne vielleicht aber dieses nicht Weltliche, Transzendente zu verlieren. Also man möchte seine persönliche Sinnsuche nicht nur auf einer Art und Weise beantworten, sondern durch viele verschiedene, zusammengemischte religiöse Praktiken.“

## **Musik**

**Autorin** Die katholische Kirche Stuttgart versucht, sich verändernde religiöse Praktiken unter dem Dach des Christentums zu ermöglichen. Seit fünf Jahren gibt es das Spirituelle Zentrum in der St. Fidelis-Kirche in Stuttgart-West. Es ist das erste katholische Spirituelle Zentrum Baden-Württembergs.

**Atmo:** Basteln mit meditativer Musik

**Autorin** Im Meditationsraum, der in den Chor-Raum der St. Fidelis-Kirche hineingebaut ist, bastelt eine Frauengruppe kleine Papier-Laternen. Der Raum ist schlicht und hellgehalten. Theologin Kirstin Kruger-Weiß leitet die Veranstaltung, die den Titel „Lichtmomente“ hat.

## **OT Kirstin Kruger-Weiß, Theologin**

„Wenn es so richtig kalt ist und abends dunkel, dann zünde ich gern eine Kerze an. Freu mich an dem Licht, an der Wärme, an dem Duft und erinnere mich auch gern an das, was mein Leben hell macht, an Lichtmomente.“

**Autorin** Die Frauen schreiben ihre persönlichen „Lichtmomente“ auf kleine Karten und legen sie in die gebastelten Laternen. Neben diesem kreativen Teil hat der Nachmittag in St. Fidelis ein weiteres Element: Yoga. Dafür übernimmt Kollegin Anna Riedl, die hauptberuflich bei der Caritas arbeitet und ausgebildete Yogalehrerin ist.

## **Atmo** Gong

### **OT Anna Riedl**

„Komm ganz hier in diesem Raum an. Spür die Matte unter deinen Beinen. Versuche, deinen Fokus auf dich selbst zu lenken“

**Autorin** Yoga und christlicher Glaube, das ist für die Frauen kein Widerspruch – im Gegenteil:

### **OT-Teilnehmerin**

„Ich gehe regelmäßig in den Gottesdienst und ich praktiziere regelmäßig Yoga. Und für mich gibt's in diesen Haltungen – wenn ich mich nach oben ausstrecke oder wenn ich mich tief verbeuge – dann hat das ganz viel mit meiner Spiritualität zu tun, in der ich sowas zum Ausdruck bringen kann, einfach.“

**Autorin** Neben Veranstaltungen wie der Lichtmomente-Yoga-Auszeit bietet das Spirituelle Zentrum der katholischen Kirche Stuttgart – genannt Station S – beispielsweise auch christliche Achtsamkeitspraxis, kontemplative Gottesdienste oder Musikmeditation an. Eine Kombination aus katholischer Tradition und experimentellen Wegen, erklärt Kirstin Kruger-Weiß, die Leiterin:

### **OT Kirstin Kruger-Weiß, Leiterin Spirituelles Zentrum Station S**

„Wir haben ganz viele kirchliche Orte, die sehr wertvoll sind, weil sie die Eucharistiefeier anbieten, weil sie eher so auf dem traditionellen Weg unterwegs sind. Aber Glaube ist vielfältig, ganz arg vielfältig. Und da soll Station S einfach so ein Ort der Vielfalt sein, wo Menschen zur Ruhe kommen, zu sich und zu Gott finden können. Und ein wichtiges Element ist tatsächlich eben über den Körper.“

**Autorin** Körperübungen hätten schließlich auch in der katholischen Kirche eine Tradition.

## **OT Kirstin Kruger-Weiß, Leiterin Spirituelles Zentrum Station S**

„Also eigentlich wurde schon in der Bibel mit dem Leib gebetet, und das ist in Vergessenheit geraten. Also in der Bibel ist ganz oft ‚stehen‘, ‚sitzen‘, ‚die Hände erheben‘. Im Gottesdienst sind die Teile noch da, aber sie sind dem Priester überlassen, also erhebt die Hände. Und das ist eigentlich total schade, weil wir ganzheitlich unterwegs sind. Und wir entdecken, dass gerade auch ein Station S für uns hier neu und auch wieder.“

**Atmo:** Lied „Tragt in die Welt nun ein Licht“

**Autorin** Die Frauen tragen ihre Laternen aus dem Meditationsraum in die Kirche und stellen sich singend um den Altar. Sie freuen sich, dass es dieses spirituelle Angebot innerhalb der katholischen Kirche gibt:

## **OT Umfrage Teilnehmerinnen**

„Ich habe nach einem Ort für christliche Meditation gesucht, nachdem ich eine Auszeit in einem Kloster gemacht habe. Hier werden Räume geöffnet, indem man auf eine andere Weise Zugang finden kann. Nicht nur über gesprochenes Wort, sondern einfach auch mal übers still werden oder in sich gehen. Und ich finde, es gibt wenig Orte, die so viel Raum lassen. Wo nicht so eng gefasst ist, wie man Glaube denkt oder versteht oder Gott versteht, das fand ich hier total schön.“

**Autorin** Insgesamt werden die Veranstaltungen der Station S sehr gut angenommen, sagt Leiterin Kirstin Kruger-Weiß. Sie sieht darin eine Chance für die katholische Kirche:

## **OT Kirstin Kruger-Weiß, Leiterin Spirituelles Zentrum Station S**

„Menschen kommen zu uns und sage: „Gut, dass es euch gibt“. Und erst in einem zweiten Schritt entdecken sie: „Ach, ihr seid auch Kirche. Ah, dann ist Kirche ja gar nicht so schlecht. Dann bleibe ich“. Und wo immer das geschieht, bin ich wirklich froh, weil ich denke, wir haben einfach so viel, was wirklich nähren kann und was den Menschen guttut, in den vielfältigen Bereichen. Also ich glaube, wir sind schon auch als Kirche auf dem Weg zu sagen, wir müssen die Vielfalt der Spiritualität heben, weil wenn wir das nicht tun, dann reden wir auf einem Markt, der Menschen einfach ganz arg guttut, nicht mit und überlassen ihn anderen.“

**Atmo:** Lied „Tragt in die Welt nun ein Licht“

**Autorin** Das Spirituelle Zentrum der katholischen Kirche Stuttgart will ein Ort sein, an dem christlicher Glaube in Vielfalt und Offenheit gelebt wird. Die hohe Nachfrage stimmt Leiterin Kirstin Kruger-Weiß trotz der steigenden Zahl der Kirchen-Austritte positiv für die kommenden Jahre:

**OT Kirstin Kruger-Weiß, Leiterin Spirituelles Zentrum Station S**

„Ich hoffe, dass Menschen auch in Zukunft hierherfinden, Halt machen können, ihren Alltag unterbrechen und gestärkt wieder weiterziehen. Und meine Vision ist, dass wir das ausbauen können und dass es ausstrahlt in die Stadt, aber auch in die Kirche. Und dass Menschen auch für sich entdecken: Ah, so kann das gehen. So kann ich glauben und meine Spiritualität leben.“

**Autorin** In beiden großen Kirchen gibt es zahlreiche neue Ideen und Konzepte – um auf die sich verändernden Bedürfnisse der Menschen einzugehen. Auch für Pfarrer Oelze, den Weltanschauungsbeauftragten der evangelischen Landeskirche in Württemberg, ist das der richtige Weg:

**OT Andreas Oelze, Pfarrer**

„Wir sind alle da am Versuchen, auch schon seit Jahren. Ich denke, es gibt einige gute Wege. Also das heißt wirklich: Öffnungen, auch Öffnungen für neue Formen mitzumachen. Was wir als Christliche Kirchen nicht machen können: Wir haben einen Inhalt, der ist uns vorgegeben. Also da sind wir gebunden. Unser Auftrag ist, Evangelium Jesus Christi zu verkündigen. Aber wie wir das machen, da können wir, denke ich, deutlich flexibler werden.“

**Autorin** Es sei wichtig, als christliche Kirchen spirituelle Angebote zu machen.

**OT Andreas Oelze**

„Die Botschaft des Christentums ist Nächstenliebe, es geht darum: wie gehe ich mit dem anderen um. Der Unterschied ist: Esoterik neigt zur Selbsterlösung, also man selbst ist verantwortlich dafür, dass es einem auch gut geht. Es geht hier um

eine Erfolgsspiritualität: wie bin ich besonders erfolgreich im Leben. Und wenn es nicht funktioniert, wird aber die Schuld in der Regel im Einzelnen angelastet, nicht dem System, sondern ich bin dann schuld. Und das kann eben auch psychologisch einfach zu Problemen führen.“

**Autorin** Die konkurrierenden Akteure auf dem „spirituellen Markt“ widersprechen dieser These natürlich: Auch bei ihnen gehe es um sehr viel mehr als Selbstoptimierung. Die Yogalehrerin Tanja Seuffer formuliert beispielsweise als Zukunftsvision, dass sie ihr Yogastudio möglichst nachhaltig betreiben will. Und:

### **OT Tanja Seuffer**

„Das ist, glaube ich, ein bisschen auch das, was ich wesentlich finde, nämlich so stabil zu sein, dass es mir guttut und das dann letztlich eigentlich sich auch in eine Community überträgt, die das weitergibt. Und manchmal denke ich, so ein bisschen ist es auch das, was die Bibel meint, wenn sie sagt Liebe deinen Nächsten.“

### **Musik**

**Autorin** Religiosität in Deutschland verändert sich, wird individueller. Und das könnte sich noch verstärken, glaubt Religionswissenschaftlerin Anna Kira Hippert:

### **OT Anna Kira Hippert, Religionswissenschaftlerin Ruhr-Universität Bochum**

„Weil wir haben auch digitale Räume. Also wir haben jetzt Social Media, was dazukommt. Und diese digitalen Räume, die können natürlich auch eine ganz andere Form von Gemeinschaft schaffen, neue Arten von ritueller Praxis und gleichzeitig könnte das Bedürfnis nach traditionellen, gemeinschaftsorientierten Ritualen in Krisenzeiten auch stärker werden.“

**Autorin** In der Individualisierung könnte also die Gefahr liegen, dass spirituelle Praktiken sich weiter auseinanderentwickeln und sogar zur Spaltung der Gesellschaft beitragen. Für Pfarrer Andreas Oelze eine zentrale Aufgabe für religiöse Institutionen, allen voran die Kirchen:

## **OT Andreas Oelze, Pfarrer**

„Viele verschiedene Angebote können verschiedene Leute erreichen. Für mich als Pfarrer, der das Ideal einer Kirchengemeinde weiterhin hat, ist die Frage: Wie bringen wir sie zusammen? Was ist das, was uns immer noch eint? Das ist, finde ich, eine Herausforderung für uns als Kirche. Aber auch als Gesellschaft, die verschiedenen Blasen. Wo sind die verschiedenen Bubbles? Wo finden Sie noch zusammen als das, was eben für gesellschaftlichen Zusammenhalt notwendig ist?“

**Atmo:** Wald / Räuchern

## **Autorin**

In dem Wäldchen bei Ludwigsburg löschen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer der Räucherwanderung das Feuer. Viele wollen auch zum nächsten Kurs kommen. Für sie ist es erfüllend und selbstverständlich, sich aus unterschiedlichen Religionen und spirituellen Ritualen eine ganz persönliche Praxis zu basteln.

## **OT-Teilnehmerin**

„Ich kann behaupten, dass man von allem etwas Gutes für sich mitnehmen kann. Und man muss jetzt nicht unbedingt sagen: so, jetzt bin ich katholisch, oder jetzt bin ich buddhistisch, oder jetzt befasse ich mich nur noch mit Kräutern. Alles hat was. So individuell, wie die Menschen sind, sind auch diese Rituale. Und das ist gut so.“

**Musik**

**Absage**

**Ende**