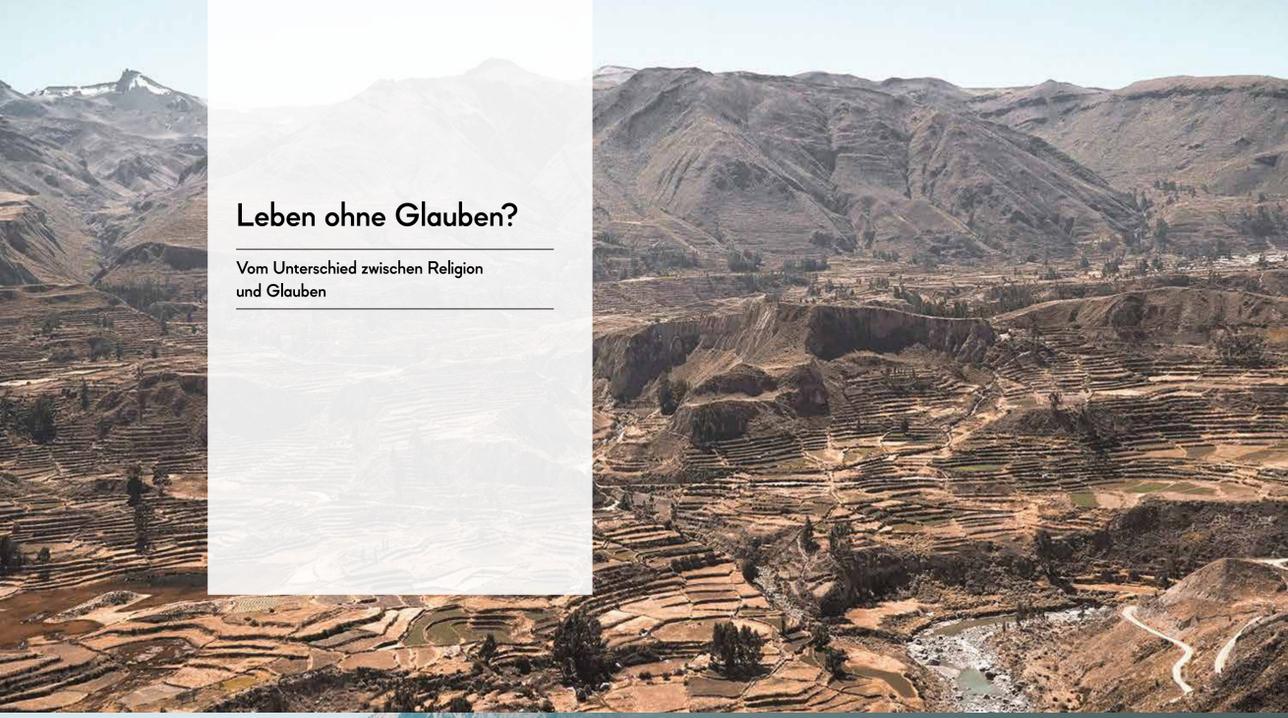


Leben ohne Glauben?

Vom Unterschied zwischen Religion und Glauben



Die einen glauben an Gott, die anderen an Humanismus, Verschwörungsmythen oder einfach die Macht des Geldes. Lateral-Chefredakteur Thomas Horsmann sprach mit der Sinnforscherin Professor Tatjana Schnell.

Lateral: Frau Schnell, Sie sind Professorin für Psychologie und lehren an Universitäten in Oslo und Innsbruck. Ihr Spezialgebiet ist empirische Sinnforschung. Für viele Menschen ist Glauben sinnstiftend, was ist denn überhaupt Glauben?

Tatjana Schnell: Eine ganz große Frage. Ich würde gleich mit einer Differenzierung beginnen, da wir den Begriff alltagsprachlich vor allem im Hinblick auf Religiosität nutzen. Deshalb ist es sinnvoll ihn von Anfang an aufzufächern, da wir ja später noch auf andere, nicht-religiöse Formen von Glauben zu sprechen kommen. Zunächst ist Glauben, ganz grob und allgemein gesprochen, etwas anzunehmen, auf etwas zu vertrauen, das nicht bewiesen oder nicht belegt

werden kann. Dieses Glauben hat ganz unterschiedliche Zusammenhänge mit unserem Leben, je nachdem wie weitreichend, bedeutungsvoll und handlungsleitend es für uns ist. Die drei Aspekte finde ich daher wichtig. Das erste ist die Reichweite: Ich kann glauben, dass es morgen regnet. Das hat sehr wenig Auswirkung auf verschiedene Bereiche meines Lebens. Ich kann an Gott, an Allah, an die Würde des Menschen glauben, und das hat eine sehr viel größere Reichweite als der Glaube, dass es morgen regnet. Man kann es als ein Kontinuum verstehen, hinter dem im Grunde sehr ähnliche Prozesse stehen. Der zweite Aspekt ist die Bedeutung, die ich mit Glauben in Verbindung bringe. Wenn ich glaube, dass es morgen regnet und das tut es nicht, dann ist das für mich nicht besonders schlimm. Wenn ich aber an Gott glaube und dieser Glaube in Frage gestellt wird durch andere Menschen, dann spüre ich, wie viel er mir bedeutet. Oder wenn ich Dinge erlebe, die diesen Glauben in Frage stellen. Je höher die Bedeutsamkeit, desto „heiliger“ ist mir der

Glaube, und desto empfindlicher reagiere ich, wenn man ihn in Frage stellt, mir wegnehmen oder kaputt machen will. Und der dritte Aspekt ist, wie sehr ich den Glauben in meinem Leben tatsächlich auch umsetze, handlungsweisend und -leitend werden lasse. Man kann nämlich sehr wohl Dinge glauben, ohne dass dies Auswirkungen auf das eigene Leben hat. Und hier sind wir eigentlich schon in der Sinnforschung, wo wir gesehen haben, dass Dinge, die Menschen sinnvoll finden, die sich aber nicht im Handeln ausdrücken, letztlich auch keine Bedeutung für ihren Lebenssinn haben. Ich kann also sagen, „ich glaube an Gott“ oder „die Natur ist mir wichtig“, aber wenn ich weder bete noch in die Natur gehe, sie schützt und schone, dann hat dies für mein Leben und Er-leben keine Konsequenzen. Ich kann also vieles glauben, aber solange ich nicht danach lebe, bleibt es relativ leer und irrelevant. Je mehr es sich aber im Handeln widerspiegelt, desto bedeutsamer ist es für mich - und dann sind wir wieder da, was ich eben gesagt habe: es hat dann einen hohen Stellenwert, Heiligkeit oder Signifikanz.

Lateral: Welche Funktion hat denn dann der Glaube?

Tatjana Schnell: Zuerst einmal würde ich sagen, wir können gar nicht ohne. Wir wissen vieles nicht über uns selbst und die Welt – da bleibt uns nichts anderes übrig als zu glauben. Da wir als Menschen eine relative Freiheit haben uns zu verhalten, dadurch, dass wir nicht rein instinktgebunden leben, haben wir die Notwendigkeit, uns zu überlegen, was wir tun wollen. Wir können Ja oder Nein sagen. Wenn wir uns für etwas entscheiden, brauchen wir gewisse Annahmen, wozu das führen wird, oder warum wir es tun wollen. Bereits das sind Glaubensprozesse. Wir wissen ja nicht, ob C herauskommt, wenn ich A tue, es ist lediglich wahrscheinlich, aber nicht sicher. Man kann auch, wie der Psychologe George A. Kelly, sagen: im Grunde sind wir alle Laienwissenschaftler. Wir handeln aufgrund unserer Hypothesen oder Annahmen - und eine Annahme ist eine Form von Glauben, wie eingangs erwähnt. Wenn wir keine Annahmen hätten, wüssten wir auch nicht, wie wir handeln sollten. Ich gehe mal davon aus, dass wenn

ich Ihnen heute ein Interview gebe, dies zu einem Text führt, den Menschen lesen, die das interessiert. Auch das ist nur Glaube, kein Wissen. Aber wenn ich diese Annahme nicht hätte, dann wüsste ich nicht, warum ich das jetzt tun sollte. Daher: Ohne Annahmen, ohne Glaube könnten wir als Menschen gar nicht handeln.

Lateral: Gibt es die Funktion des Glaubens, die uns das Leben sichert, damit wir Krisen überstehen und planen können?

Tatjana Schnell: Hier ist es nun wichtig: Reden wir vom religiösen Glauben, oder von dem „ich glaube, es regnet“ Glauben? Wahrscheinlich interessiert Sie jetzt mehr der religiöse Aspekt, oder?

Lateral: Zunächst im Hinblick auf „was ist Glaube“ und der nächste Schritt wäre dann der religiöse Glaube.

Tatjana Schnell: Das ist interessant, das so durchzudenken. Was es um die Bewältigung von



Krisen geht, ist Glauben schon wichtig. Glauben heißt Annehmen, auch Vertrauen. Wenn wir das Gefühl haben, wir können eigentlich auf nichts mehr vertrauen, z. B. kurzzeitig auf das, was die Regierung oder die Wissenschaft sagt, dann wird es kritisch und kann zu Gefühlen von Kontrollverlust führen, die auch psychisch gefährlich sind. In dem Sinne ist das ganz basale Glauben wichtig in Krisenzeiten, das es eine Kontrollüberzeugung aufrechterhalten kann und das Vertrauen, dass wenn wir bestimmte Dinge tun, das auch Konsequenzen hat. Es geht also darum, nicht das Vertrauen in unsere Handlungsfähigkeit zu verlieren. Wenn Sie aber fragen, ob der religiöse Glaube notwendig ist für die Bewältigung von Krisen, dann würde ich dies in Anlehnung an empirische Studien verneinen. So zeigt z.B. unsere aktuelle Studie zur Pandemie, dass Menschen, die einen Sinn in ihrem Leben sehen, besser mit Krisen umgehen können. Dieser Sinn ist jedoch nicht nur durch Religion oder Spiritualität möglich; Lebenssinn kann auch auf einem säkularen, diesseitigen Fundament stehen. Man kann also ohne einen Transzendenzglauben

sehr wohl durch Krisen kommen, solange man ein stabiles existenzielles Fundament hat. Zum Beispiel als überzeugte Atheistin: Wenn sie glaubt, wir haben wissenschaftlich begleitete Maßnahmen und Werkzeuge, die uns durch die Krise steuern können, und für sich den Anspruch hat, verantwortlich und sozial zu agieren, dann kann auch das persönlich gut durch eine Krise bringen. Es braucht also keinen transzendenten Glauben, um mit Krisen umzugehen.

Lateral: Dann vermischt meine Frage, ob es Menschen gibt, die an gar nichts glauben, wahrscheinlich die beiden Bedeutungen.

Tatjana Schnell: Genau. Man kann sagen, dass es bei der basalen Bedeutung wahrscheinlich nicht so ist, denn jeder glaubt irgendwas, sonst würden wir nicht handeln. Je bedeutsamer aber der Glaube für das eigene Leben ist, desto eher sehen wir auch Unterschiede. Wenn wir sagen, eine atheistische, humanistische oder religiöse Überzeugung fungiert als Glaube, dann gibt es natürlich auch Menschen, die solche Überzeugungen nicht haben. Das haben

wir in der Sinnforschung festgestellt: Manche Menschen sagen, mein Leben hat keinen Sinn, was ich tue, hat keine Bedeutung, ich gehöre nirgends dazu. Ein Teil von ihnen sagt: Ich vermisste das aber auch nicht, ich suche keinen Sinn. Ich empfinde mein Leben deswegen nicht leer, ich lebe halt einfach so. Eine solche Haltung ist relativ weit verbreitet. Sie geht allerdings auch damit einher, dass diese Menschen wenige Überzeugungen haben, für nichts eintreten; dass sie nichts besonders interessiert, sie allerdings auch nicht glauben, ihr Leben beeinflussen zu können. Sie haben eher externe Kontrollüberzeugungen – glauben also, dass ihr Leben vor allem durch Zufall oder mächtige Andere bestimmt wird – und eine geringe Selbstwirksamkeit. Bei diesen „existenziell indifferenten“ Menschen sehen wir also keine weitreichenden, bedeutungsvollen Glaubensüberzeugungen.

Lateral: Es wird ja unter Nichtgläubigen oder Atheisten gerne auf den Humanismus verwiesen, der alle wichtigen Regeln oder Überzeugungen – auch

des Christentums - enthält, ohne diese an einen Gott festzumachen. Wäre der Humanismus oder andere Dinge, an die man glauben kann, Glauben in diesem Sinne?

Tatjana Schnell: Ja, auf jeden Fall. Wir haben zum Beispiel für eine unserer Studien über 1.000 säkulare Menschen gefragt, wie sie sich selbst bezeichnen. Manche haben sich als Atheist*innen identifiziert, andere als Agnostiker*innen, wieder andere als Humanist*innen oder Freidenker; das sind schon interessante Unterschiede. Wenn jemand sich als Atheist bezeichnet, dann sagt er: es gibt keinen Gott, oder ich glaube, es gibt keinen Gott. Wenn jemand sich als Humanist bezeichnet, dann meint sie: ich glaube an keinen Gott, aber ich bekräftige Wert, Würde und Autonomie jedes einzelnen Menschen. Schon allein in dieser Selbstbezeichnung liegt also mehr als eine Abgrenzung von einem Glauben an Gott oder eine höhere Macht; sie impliziert gleichzeitig die Überzeugung, dass wir als Menschen ethisch, solidarisch und sinnvoll leben können, ohne einen

Jenseitsbezug zu haben. In unserer Studie haben wir auch gesehen, dass Humanist*innen eine etwas höhere Sinnerfüllung berichten als andere säkulare Menschen. Säkulare Menschen können demnach sehr wohl eine Überzeugung haben, die als ein Glaube, als eine Sinnquelle wirkt. Das ist etwas, was sie mit religiösen Menschen teilen. Interessant ist, dass es einerseits humanistische Assoziationen und Organisationen gibt, die sich explizit als säkulare Humanisten verstehen und verlangen, dass man nicht in der Kirche ist, wenn man Mitglied werden will. Andererseits gibt es zum Beispiel in Holland humanistische Vereinigungen, wo es selbstverständlich ist, dass auch religiöse Menschen dazugehören können.

Lateral: Jetzt hatten wir positive Glaubensvorstellungen, wie religiöse und humanistische, aber es gibt auch – so empfinde ich das zumindest – negative Glaubensvorstellungen, wie Weltverschwörungen oder böse Mächte, die ja im Christentum auch so ein bisschen mitspielen. Wie wirken sich denn diese negativen

Glaubensvorstellungen aus?

Tatjana Schnell: Das ist schön, dass Sie formuliert haben, dass Sie es so „empfinden“. Das zeigt nämlich auch die Subjektivität des Sinnerlebens. Als Sinnforscherin ist mir dies immer wichtig zu betonen; es zeigt sich bereits in der philosophischen Definition von Sinn: Sinn gehört nicht zum Wesen einer Sache, einer Handlung oder einem Ereignis. Er entsteht aus der Bedeutung, die eine bestimmte Person in einer bestimmten Situation der Sache, Handlung oder dem Ereignis zuschreibt. Deshalb finden auch Verschwörungstheoretiker das sicherlich sinnvoll und richtig, was sie tun. Ebenso kann auch der Glaube an böse Mächte eine starke sinnstiftende Struktur schaffen. Etwas, das als sinnvoll erlebt wird, ist nicht gleichzusetzen mit dem, was wir aus einer demokratischen, aufgeklärten Perspektive gut und richtig finden; es ist eine subjektive Erfahrung. Dies im Hinterkopf zu behalten ist wichtig, wenn wir Menschen betrachten, die zum Beispiel sagen: die Pandemie ist eine Strafe Gottes. Das mag einerseits



abstrus erscheinen, andererseits ist es aber für diese Personen eine potentiell sinnstiftende Erklärung der Krise. Von daher ist es nicht so leicht, „Negativität“ zu definieren. Letztendlich wird es darum gehen, ob diese Überzeugung der Person selbst und ihrem Umfeld Schaden zufügt. Ist dies nicht der Fall, so gilt es, im Sinne der Meinungsfreiheit auch Positionen zu tolerieren, die unserem eigenen Weltbild fremd sind.

Anderes ist es im Falle von Verschwörungstheorien, die für einzelne Personen sinnstiftend sind, für eine Gesellschaft aber kritisch, wenn der Gesellschaftsvertrag explizit oder implizit angegriffen wird. Hier sehe ich die Notwendigkeit, klare Position dagegen zu beziehen. Aber auch dabei sollten wir uns bewusst sein, dass dies eine Wertung ist; nicht „die Wahrheit“ oder das einzig Sinnvolle, sondern eine normative Setzung – die wir meiner Meinung nach setzen sollten: Schließlich haben wir mit unserer Demokratie etwas zu verlieren und zu erhalten.

Lateral: Viele Menschen glauben an die Macht des Geldes. Wer Geld hat, ist viel glücklicher, kann alles machen; wer kein Geld hat, ist womöglich

unglücklicher, kann sich nicht wehren. Was ist damit?

Tatjana Schnell: Hier haben wir ein Beispiel für einen Glauben, der den Gläubigen selbst Schaden zufügt: Die Empirie hat die Dysfunktionalität dieser Überzeugung belegt. Für die Superreichen, das hat eine neue Studie gezeigt, ist es offenbar tatsächlich so, dass ihr Reichtum mit einer gewissen Entspannung einhergeht. Die allergrößte Mehrheit der Menschen hat dagegen nicht so viele materielle Werte zur Verfügung, dass sie sagen kann, „Ich muss mich nicht um meinen Lebensunterhalt sorgen“. Glauben sie an die Macht des Geldes, dann leben sie in einem ständigen „nicht genug“. Materielle Orientierung bedeutet auch Konsumorientierung. Und hier befinden wir uns in der sogenannten hedonistischen Tretmühle, die – angefeuert durch die Werbeindustrie – verhindert, dass wir je zufriedener sind. Nehmen wir an, wir hätten ein tolles Smartphone besitze, aber dann gibt es ein besseres, und meines ist plötzlich „schlecht“. Durch die ständige Hervorbringung von neuen, angeblich besseren Produkten manövriert uns eine materielle Orientierung immer wieder in die Situation, in der wir feststellen: Nein, das ist nicht gut

genug. Wir müssen etwas Anderes haben, wir müssen mehr haben. Dabei spielen auch soziale Vergleiche eine wichtige Rolle: Es gibt ja Menschen, die NOCH mehr haben; das will ich jetzt auch... So findet ein ständiges Trainieren auf Defizitorientierung statt, was eigentlich niemandem guttut, wie viele Studien zeigen.

Lateral: Glaube, christlicher Glaube und andere Religionen stehen Geld und Reichtum kritisch gegenüber. Wäre eine höhere Religiosität ein Mittel, sich gegen diese Konsumorientierung zu wehren?

Tatjana Schnell: Man sieht das z. B. recht gut im Islam, der sich gegen ein Finanzsystem, das auf Zinsen beruht, ausspricht. Viele Gläubige setzen das um und möchten gar keine Zinsen haben, deswegen gibt es islamische Banken. Wenn diese Einstellung tatsächlich so gelebt wird, könnte es eine gewisse Gelassenheit, eine Distanz zur Konsumorientierung schaffen. Bei Menschen, die sich als religiös im christlichen Sinne verstehen, ist die Beziehung zwischen Glauben und Leben relativ schwach. Wie unsere Studien zeigen, gibt es nur noch wenige Menschen

in Deutschland und Österreich, für die die Religion auch handlungsleitend im Alltag ist. Deswegen sehen wir eher selten Menschen, die sich aufgrund ihrer religiösen Überzeugungen von materiellen Bestrebungen abgrenzen.

In den USA gibt es dagegen eine ganz enge Verbindung zwischen materiellem Wohlergehen und religiösem Glauben. Im Sinne des Gospel of Prosperity (Wohlstandsevangelium) glauben viele Menschen: „Wenn Gott Dich liebt, wird er Dich reich machen“. Das predigen Priester, obwohl einiges an Interpretationsspielraum notwendig ist, um religiöse Texte – wie z.B. Jesus' Gleichnis vom Nadelöhr – so zu interpretieren, dass Religiosität und materieller Reichtum gleichgesetzt werden.

Lateral: Vielleicht als letzte Frage: Woran glauben die Menschen denn heute?

Tatjana Schnell: Sie glauben sehr unterschiedliche Dinge. Betrachten wir den Glauben, bei dem es darum geht, was Menschen in ihrem Leben bedeutsam finden und nicht nur „ich glaube, dass es morgen regnet“. Dann können wir ihn mit dem in Verbindung bringen, was wir als

„Lebensbedeutungen“ untersucht haben. Wir haben Menschen zunächst qualitativ dazu befragt, was sie glauben, was sie tun und was sie erfahren. Bei jeder Antwort haben wir nachgefragt, was das genau heißt und es bedeutet. So sind wir auf ganz grundlegende Überzeugungen gekommen. Insgesamt konnten wir 26 solcher Lebensbedeutungen identifizieren, die sich in fünf Dimensionen ordnen lassen. Hier handelt es sich um Glaubensüberzeugungen, die Menschen tatsächlich auch leben. Die fünf Dimensionen können Sie auf www.sinnforschung.org nachlesen. Die ersten beiden Dimensionen beziehen sich auf Überzeugungen, bei denen wir uns selbst überschreiten, von uns absehen, also **Selbsttranszendenz**. Diese kann vertikal ausgerichtet sein, als Religiosität und Spiritualität. Relativ wenige Menschen in Deutschland und Österreich berichten hier hohe Werte. Es gibt aber auch eine diesseitige,

horizontale Selbsttranszendenz, z. B. in Naturverbundenheit, sozialem Engagement, Generativität. Sie ist weiter verbreitet. Weiter gibt es den Glauben an sich selbst, im Sinne von **Selbstverwirklichung**: Individualismus, Macht, Entwicklung, Wissen, Kreativität. Bei der vierten Dimension, die wir mit dem Begriff **Ordnung** bezeichnen, geht es darum, Dinge zu bewahren, im Sinne von Tradition, Vernunft, Bodenständigkeit und Moral. Und die fünfte ist der Glaube an das eigene Wohlbefinden und das meiner Nächsten, das nennen wir **Wir- und Wohlfühl**. Menschen leben und kombinieren diese 26 Lebensbedeutungen ganz unterschiedlich. Es lassen sich keine besonders häufigen Typen feststellen. Die meisten vertreten mehrere dieser Überzeugungen. In Deutschland sehen wir im Durchschnitt eine besonders hohe Bedeutung von Ordnung und Wir- und Wohlfühl. Den Menschen ist es wichtig, für

ihre Nächsten, Bodenständigkeit und sich selbst gut zu sorgen. Moral, Bodenständigkeit und Vernunft spielen ebenfalls eine große Rolle. Dabei gibt es jedoch Unterschiede je nach Alter, Lebensphase und Ausbildung. Auf jeden Fall gilt: Menschen glauben an Vieles und Unterschiedliches.

Lateral: Das erinnert mich ein bisschen an Marketingkurse, wo verschiedene Grundmuster von Menschen definiert werden, die auf unterschiedliche Angebote anders reagieren, bei denen der Verkäufer dann anders agieren soll. Hat das damit was zu tun?

Tatjana Schnell: Bei solchen Sätzen werden die Menschen meist in Typen unterteilt, also kategorisiert. Dabei geht natürlich viel Komplexität verloren. Das eben geschilderte Modell beruht hingegen auf einer dimensionalen Sicht, d. h. jede*r

von uns hat auf jeder der 26 Lebensbedeutungen eine niedrigere, mittlere oder hohe Ausprägung. Wir sind nicht entweder Selbstverwirklicher oder Um-Andere-Kümmere. Diese Marketinganalysen stecken die Menschen eher in eine Schublade. Ein wirklichkeitsnäheres Modell ist vielleicht zu komplex, um es als Verkäufer einfach anwenden zu können. Wenn wir allerdings die 26 Lebensbedeutungen analysieren, dann finden sich keine simplen Cluster, wie ich bereits gesagt habe. Es gibt Selbstverwirklicher, die sich um ihre Nächsten kümmern und auch um ein größeres Ganzes; es gibt reine Selbstverwirklicher und andere, denen es nur um das Wohl anderer geht; wieder anderen geht es primär um Religion und Ordnung ... Diese Komplexität ist, was wir in der Empirie finden, wie Menschen sich tatsächlich erleben.

Lateral: Vielen Dank für das Gespräch!



Prof. Dr. Tatjana Schnell
„Wir sehen die Dinge nicht, wie sie sind. Wir sehen sie so, wie wir sind.“ Anaïs Nin

Prof. Dr. Tatjana Schnell ist Professorin an der MF Specialized University in Oslo und an der Universität Innsbruck. Als Leiterin des „Existential Psychology Lab“ forscht sie zu Themen wie Lebenssinn, Weltanschauung, Leid und Sterblichkeit und deren praktischer Bedeutung für Individuen, Organisationen und Gesellschaft.