

Spiritualität & Ökologie

Führt die spirituelle Lebenspraxis
zwangsweise zu einem ökologischeren
Lebensstil?

von Denis Matthies

Projekt im Wissenschaftsladen Hannover e.V.

Inhaltsverzeichnis

1. Einleitung	3
2. Was bedeutet „Spiritualität“?	4
3. Was bedeutet „Ökologie“?	5
4. Die Verbindung zur Natur	6
5. Spirituelle Transzendenz	7
6. Das Konzept des Ego	8
7. Fazit	9
8. Literaturverzeichnis	10
9. Selbstständigkeitserklärung	11

Einleitung

Was bin ich? Wir vermuten die Antwort auf diese Frage zu kennen. Ein Mensch, ein Lebewesen, ein Organismus, eine Ansammlung aus Millionen von Zellen, eine physikalische Existenz. Doch stimmt das wirklich? Oder sind wir einfach nur Opfer unserer menschlich limitierten Subjektivität, die uns dazu verpflichtet diese Realität so anzunehmen, wie es unsere Sinne uns bewusst werden lassen? Was ist überhaupt Bewusstsein? Keine einfachen Fragen. Aber anhand dieser Fragen wollte ich schon mal verdeutlichen, dass Spiritualität ein komplexer Begriff ist, der sich oftmals mit Sachverhalten auseinandersetzt, die unser Verstand nicht unmittelbar verstehen kann. Genau aus diesem Grund, kann Spiritualität gar nicht präzise definiert werden, da er sich oftmals mit transzendenten Themen befasst, die sehr weitreichend auseinander gehen. Nichts desto trotz, werde ich ihn hier versuchen zu definieren, ebenso wie den Begriff der Ökologie. Diese Ausarbeitung besitzt keinen absoluten Wahrheitsanspruch. Es ist ebenfalls kein Versuch, eine wissenschaftlich fundierte Wahrheit aufzustellen, da dieses Thema nicht griffig genug ist. Es ist lediglich ein Versuch, anhand meiner subjektiv logisch wahrgenommenen Erkenntnisse etwas nachzuweisen, was eine von unendlich vielen Wahrheiten sein kann. Führt die spirituelle Lebenspraxis unmittelbar zu einem ökologischen Lebensstil? Subjektiv betrachtet meine ich die Antwort auf diese Frage zu kennen. Objektiv betrachtet gibt es keine Objektivität in einer von vornherein subjektiven Welt. Anhand der Beispiele Natur und Transzendenz habe ich vor diese These zu belegen. Inwiefern ein schöpferisches Verständnis der Natur unsere Verbindung zu ihr komplett neu definiert und prägt und inwiefern ein transzendentes Gefühl vom Leben einem eine komplett neue Grundlage des Urteilens und Handelns gibt.

Was bedeutet „Spiritualität“?¹

Zuallererst gilt zu sagen: Es gibt keine einheitliche Definition von Spiritualität. Es ist ein zu subjektiver und breiter Begriff, um eine präzise Definition formulieren zu können. Aus dem lateinischen übersetzt bedeutet spiritus so viel wie „Geist“ bzw. „Hauch“, oder spiro „ich atme“. Spiritualität beschreibt unser Verhältnis zur geistigen Welt, dem Formlosen, Transzendenten, Göttlichen, Unendlichen, einer tieferen Dimension des Daseins oder wie auch immer man es nennen mag. Sich mit den allgemeinsten Fragen des Lebens zu befassen bedeutet ebenfalls spirituell zu sein. Wer bin ich? Woher komme ich? Wozu bin ich hier? Spiritualität verbindet alle Religionen miteinander - und kann auch ohne konkrete Religionsangehörigkeit ausgeübt werden. Spiritualität heißt Ausrichtung des Lebens auf die Erfahrung einer höheren Wirklichkeit. Es heißt auch, nach einem höheren Sinn zu streben und sein Leben nach diesem höheren Sinn auszurichten.

¹ <https://wiki.yoga-vidya.de/Spiritualit%C3%A4t>
<https://de.wikipedia.org/wiki/Spiritualit%C3%A4t>
<http://roadheart.com/was-ist-spiritualitaet/>

Was bedeutet „Ökologie“?²

Ökologie, was aus dem griechischen abgeleitet so viel wie „Haushalt der Natur“ bedeutet, ist eine Wissenschaft, die höchst interdisziplinär organisiert ist. Je nach Sachverhalt werden demnach andere Teilbereiche wie Bioökologie, Geographie, Klimatologie, Ökonomie, Geologie Ethnologie, Psychologie usw. miteinander verknüpft. Aber Grundsätzlich geht es um die Wechselbeziehungen zwischen den Lebewesen und ihrer Umwelt. Das Adjektiv „ökologisch“ wird seit dem 20. Jahrhundert überwiegend nur noch umgangssprachlich als Ausdruck für schonenden Umgang mit Umweltressourcen innerhalb einer Haltung oder einem Agieren verstanden. Umweltschutz und Nachhaltige Entwicklung werden oftmals mit der Ökologie gleichgestellt.

² <https://www.duden.de/rechtschreibung/Oekologie>
http://www.jungjaeger.ch/uploads/media/Definitionen_Hege_Naturkenntnisse.pdf
<https://de.wikipedia.org/wiki/%C3%96kologie>

Die Verbindung zur Natur

Spiritualität definiert den Sinn einer Existenz gewissermaßen neu. Wenn der Mensch realisiert, was Mutter Natur für uns eigentlich bedeutet, hat man im Grunde genommen keine andere Wahl, als diese zu respektieren und dem entsprechend auch „richtig“ zu behandeln. Richtig in diesem Sinne bedeutet natürlich ökologisch nachhaltig. Unternehmen fallen oftmals Entscheidungen, die die Natur benachteiligen, weil sie lieber mehr finanziellen Profit machen wollen, als einige Einbußen zu haben weil sie noch zusätzliche Richtlinien zum Naturschutz beachten könnten. Dabei sollte es eigentlich so sein, dass die Natur als aller erstes berücksichtigt werden sollte, da wir ohne diese nicht mal existieren würden, gar noch weiter existieren könnten. Was die Natur für uns eigentlich bedeutet: Sie ist quasi unser Schöpfer, unser ewiger Begleiter, solange wir uns Mensch nennen können, und die uns einzig bekannte Quelle an „Leben“. Mutter Natur ist die Essenz des Lebens. Menschen, die dazu tendieren spirituell zu werden, stellen sich natürlich auch irgendwann die Frage „Wo komme ich her?“. Die Antwort lautet Mutter Natur. Das Verständnis, welches man sich danach zusammenreimt, so wie ich es im Grunde genommen hier gemacht habe, ist eines, welches einem einen tiefen Respekt zur Natur lehrt, und einen unausweichlich ökologischer werden lässt, weil es plötzlich eine Selbstverständlichkeit wird, seinen Schöpfer zu ehren und nicht zu zerstören. Dazu kann man jetzt natürlich jede Menge Verhaltensmuster benennen, die einen ökologischer werden lassen. Möglicherweise fängt man an weniger Müll zu produzieren, und wirft nicht einfach überall irgendwas hin, stellt seine Ernährung auf den Kopf indem man Vegetarier oder Veganer wird, weil man das Leben anderer Tiere und Lebewesen plötzlich sehr viel mehr wertschätzt, weil sie im Grunde genommen genau wie wir auch nur „Leben“ sind, und richtet sein Konsum umweltfreundlicher aus.

Spirituelle Transzendenz

Was bedeutet Transzendenz? Aus dem lateinischen übersetzt bedeutet es „übersteigen“. Als transzendent gilt, was außerhalb oder jenseits eines Abteils möglicher Erfahrung, insbesondere des Abteils der normalen Sinneswahrnehmung liegt und nicht von ihm abhängig ist. Was kann spirituelle Transzendenz in diesem Kontext also für eine Bedeutung im ökologischen Leben haben? Die Antwort auf die ich kam ist folgende: Das Erkennen, dass es da mehr gibt als nur das Leben, welches uns diese Gesellschaft vermittelt. Wir sind mehr als nur Werkzeuge, Spielfiguren oder Schafe innerhalb eines riesigen komplexen Systems. Wir haben tatsächlich die Wahl, ob wir weiterhin einfach dem folgen, was andere für uns festlegen wollen, oder lieber nach Antworten in uns selbst suchen. Die Konzepte von „Richtig“ und „Falsch“ erhalten eine komplett neue Bedeutung, wenn man sich erst mal auf transzendenter Ebene von gesellschaftlich festgelegten Strukturen entfernt. Dadurch realisiert man, dass die Erfahrung des Lebens unbezahlbar ist, und keine Sorge oder Angst es wert ist, diese zu degradieren. In den Fokus geraten vollkommen neue Prioritäten, die nichts mehr mit simplen kapitalistischen Vorsätzen zu tun haben, sondern sich eher darauf konzentrieren, sich selbst und seine Mitmenschen so gut wie möglich emotional zu erfüllen. Akzeptanz, Toleranz und ein allgemeines Verständnis für Menschen wird unausweichlich präsent. Auch hier landen wir wieder bei einem ökologischeren Leben, da die Überschreibung seiner derzeitigen Lebenseinstellungen durch transzendente Erfahrungen unmittelbar zu einem emphatischeren und minimalistischeren Lebensstil führen. Man kümmert sich mehr um sich, seine Mitmenschen, und zusätzlich wird ein neues Konsumbewusstsein geboren, welches minimalistisch agiert. Natürlich ist das nicht zwangsweise so, aber ein Annäherung findet statt.

Das Konzept des Ego

Wer sich mit Spiritualität befasst, wird unausweichlich auf das Konzept des Ego treffen. Was ist das Ego? Die Person, die wir „Ich“ nennen, die Person, die uns eine erfahrbare Realität bietet, die Person, die meint irgendwie individuell zu sein, anders als der ganze Rest, obwohl dies eigentlich nicht der Fall ist. Das Ego ist eine Illusion jeder Person, die wir in unserem Kopf erstellt haben, für die wir uns halten. Das Ego ist der unbewusste animalische Teil von uns, der sich um unsere allgemeinen Bedürfnisse kümmert. Das Ziel des Egos ist es, sich wie etwas Besonderes zu fühlen, anhand primitiver und simplen Verhaltensweisen uns emotional zu erfüllen. Man könnte auch sagen, dass Ego könnte wie ein wildes Tier in uns sein, welches fortwährend kampfbereit und fluchtbereit ist, ständig mit dem Ziel, effizient zu überleben. Doch warum wird das nun thematisiert? Das mag sich vielleicht so angehört haben, als ob das Ego unser Feind ist, eine Art böse Macht in uns, die kontrolliert werden muss. Aber das ist nicht der Fall. Wenn man das Konzept des Egos nicht kennt, arbeitet es heimlich, verkleidet als „Ich“. Wenn man sich jedoch seiner Existenz bewusst wird, ist es wie ein Freund, mit dem man debattieren kann, was das richtige ist. Weniger impulsives Handeln, weniger ignoranten Handeln, weniger animalisches Handeln und mehr menschlich emphatisches Leben. Wenn man sich erst mal vor Augen führt, was man wirklich braucht, damit es einem gut geht, stellt man fest, es ist eigentlich nicht besonders viel. Das Ego schafft ständig neue Illusionen des Brauchens, damit unsere Realität immer besser und besser werden kann. Im Grunde genommen brauchen wir jedoch nur Luft, Wasser, Nahrung, Schlaf und zwischenmenschliche Bindungen. Alles immer in Reichweite, egal wo man steht. Diese Realisation definiert das Konsumverhalten eines Individuums komplett neu, weil man eigentlich immer alles hat, es nur nicht richtig wertschätzt.

Fazit

Führt die spirituelle Lebenspraxis zwangsweise zu einem ökologischeren Lebensstil? Vielleicht nicht direkt, da man auch nur vorgeben kann spirituell zu sein, da sich das Ego daran erfreut etwas „besseres“ zu sein als der Rest der Menschheit. Sollte man jedoch wirklich spirituell leben, und nicht nur nach außen hin vorgeben dies zu tun, führt dies meiner Meinung nach unausweichlich zu einem ökologischeren Lebensstil. Anhand der Beispiele der Natur, Transzendenz und des Egos, welche nur 3 schlicht ausformulierte Argumentationskriterien meinerseits sind, sollte bereits deutlich werden, dass Spiritualität den Menschen in einer wertvollen Art und Weise aufwertet und ökologischer werden lässt. Der spirituelle Lebensstil führt nun mal dazu, dass man die Natur auf einer komplett neuen Ebene respektiert, und nicht einfach apathisch oder ignorant überall sein Müll hinwirft oder Institutionen oder Produkte finanziert die genau diese Apathie und Ignoranz fördern. Spiritualität anhand des Beispiels der Transzendenz führt ebenfalls dazu, dass man realisiert, dass die Antworten auf so viele Fragen in uns selbst liegen, diese Welt viel größer ist als wir es uns jemals vorstellen können und dass deshalb keine Angst oder Sorge es Wert ist uns auf den Pfad der ignoranten Selbstzerstörung zu begeben, sondern dass wir lieber als ein liebendes, menschliches und emphatisches Wesen immer für das Beste kämpfen. Und dann gibt es da noch das Ego, welches von dieser Gesellschaft bereits ausgiebig beeinflusst wurde, und uns zu einer kapitalistisch unökologischen Art zieht. Als spiritueller Mensch ist man dieser Komponente weniger ausgeliefert, weil man das Konzept des Egos versteht, und weiß, dass das einfach stumpf generierte Bedürfnisse voller Ängste und Unsicherheiten sind, und wir ihnen nicht zwangsweise folgen müssen um emotional erfüllt zu sein. Diese Alternative an emotionalen Bedürfnissen gibt einem ebenfalls die Kraft

ökologischer Leben zu können. Das Verzichten auf so Vieles fällt einem Individuum plötzlich so viel leichter, da es realisiert, dass es im Grunde genommen nur Illusionen waren, die man dachte dass man sie braucht, aber sie in Wirklichkeit kein bisschen besser sind, als alles was man bereits hat.

Es sollte nun unausweichlich klar sein, dass richtig praktizierte und verstandene Spiritualität einen unausweichlich ökologischer werden lässt, weil man einfach zu einem Menschen wird, dem vieles nicht mehr egal ist. Mit der Zunahme an spiritueller Lebensweise stirbt die uns von dieser Gesellschaft auferlegte „Egal-Haltung“ immer mehr ab, sodass eine Empathie fürs Leben aufsteigen kann, die jedem Menschen viel mehr Erfüllung bringt, als alles andere, weil sie auf ein Grundverständnis fundiert ist, welches durchwegs Positiv geprägt ist.

Literaturverzeichnis

Hier sind die Bücher, die mich dazu inspiriert haben diese Ausarbeitung zu schreiben.

Bücher:

Michael Smith – The Present, 2014 (digital: <https://www.pdf-archive.com/2016/04/17/the-present/>)

Michael Smith – The Present (with Religion), 2014 (digital: <https://archive.org/details/pdfy-mk756Kz0EeTkTfxl>)

Michael Smith – The Present Insights, 2014 (digital: <https://archive.org/details/pdfy-5W8ky37uRZS6sRRc>)

Fund aus dem Internet:

Duden [<https://www.duden.de/rechtschreibung/Oekologie>] (Stand: 19.08.18)

Jungjaeger.ch

[http://www.jungjaeger.ch/uploads/media/Definitionen_Hege_Naturkenntnis.pdf] (Stand: 19.08.18)

Wikipedia [<https://de.wikipedia.org/wiki/%C3%96kologie>] (Stand: 19.08.18), [<https://de.wikipedia.org/wiki/Spiritualit%C3%A4t>] (Stand: 19.08.18)

Yoga-vidya [<https://wiki.yoga-vidya.de/Spiritualit%C3%A4t>] (Stand: 19.08.18)

Roadheart.com [<http://roadheart.com/was-ist-spiritualitaet/>] (Stand: 19.08.18)

Selbstständigkeitserklärung

Ich erkläre, dass ich die Arbeit nur unter Nutzung der im Quellenverzeichnis angegebenen Hilfsmittel angefertigt habe und alle Formulierungen, die wörtlich oder dem Sinn nach aus anderen Quellen entnommen wurden, kenntlich gemacht habe.