

# Von Gipfelerlebnissen und Tiefenerfahrungen – Erlebnispädagogik im christlichen Kontext

## I. Die spirituelle Dimension der Persönlichkeit

Was mich an der Erlebnispädagogik schon immer begeisterte, ist, dass sie eine Dimension menschlichen Seins anspricht, die gerade auch in der Evangelischen Erwachsenenbildung vorkommen kann und sollte: das *Geist-Sein* des Menschen, seine *Spiritualität*. Ein Denker, der in diesem Zusammenhang viele wertvolle Hinweise liefert, ist Viktor Frankl. Als Holocaust-Überlebender gründete er nach Sigmund Freud und Alfred Adler die „Dritte Wiener Schule der Psychotherapie“, wobei es sich nicht um eine weitere Schule der Tiefenpsychologie, sondern um die sog. „Höhenpsychologie“ handelt. Frankl wollte die Menschen dazu bewegen, aktiv an die eigenen Grenzen zu gehen, anstatt sich hauptsächlich der Analyse und dem Behandeln von Problemen hinzugeben. Es ging ihm nicht darum, in der Tiefe der menschlichen Psyche enggeführt in Begrenztheiten zu wühlen, sondern Menschen zu helfen, sich aufzuschwingen in Höhen neuer Erkenntnisse über sich und den Sinn ihres Lebens.

Frankls Menschenbild enthält viele Aspekte, die nah dran sind am biblischen Verständnis des Menschen.<sup>1</sup> Laut Frankl *hat* der Mensch Leib und Seele, aber er *ist* Geist. Er *hat* Haare, Zähne, lange oder kurze Beine, starke oder schwache Arme, eine hohe oder tiefe Stimme und eine bestimmte Augenfarbe; und er *hatauch* Ängste, Träume, Gedanken, Gefühle, Instinkte und Triebe. All dies ist raumzeitlich gebunden, aber was der Mensch *ist*, übersteigt Raum und Zeit, er berührt in seiner Veranlagung die Transzendenz, die Sphäre des Ewigen, des Göttlichen.

Wie fatal, dass wir als Experten der Erwachsenenbildung häufig nur das in Betracht ziehen, was sich augenscheinlich formen und gestalten lässt und nicht das, was Menschsein wesentlich ausmacht, was ihn existenziell berührt und von innen heraus verändern kann.

Es besteht nämlich eine große Chance in der Nutzbarmachung der Eigentümlichkeit des Geistes, denn durch ihn kann der Mensch ausbrechen aus Defiziterfahrungen, sich etwa erinnern an positive Momente in der Vergangenheit oder sich eine mögliche Zukunft vorstellen, um damit kreativ neue Wirklichkeitsräume zu erschließen.

Frankls Bezeichnung der „Höhenpsychologie“ kommt nicht von ungefähr. Er war leidenschaftlicher Bergsteiger, der im Klettern nicht nur die eigenen Grenzen ausloten, sondern darüber hinaus die „Trotzmacht des Geistes gegenüber Ängsten und Schwächen der Seele“ nutzen wollte.<sup>2</sup> Diese Macht gilt es auch in der Erwachsenenbildung zu aktivieren. Denn sie hilft, Erlebnisse zu ermöglichen, durch die Menschen sich selbst neu begegnen können. Darin steckt ein Entwicklungspotenzial, das mehr verspricht als fertige durchdachte Programme, die festgelegten Prozessen folgen.

## II. Die Entfremdung des Selbst

Von der antiken Philosophie bis hin zu modernen neurowissenschaftlichen Erkenntnissen ist uns bewusst, dass sich Menschsein vor allem durch rationale Überlegenheit auszeichnet. Diese aber geht einher mit einer Reduktion von Wirklichkeit, einer Entfremdung von unseren Nächsten, von der Natur, von unseren Sinnen, von Gott und letztlich von uns selbst. Oft bemerken wir das gar nicht, denn wir haben uns eingerichtet in einer „durchschnittlichen Alltäglichkeit“<sup>3</sup>. Manchmal jedoch spüren wir eine innere Leere oder die Sehnsucht nach mehr. Frankl beschreibt dieses Phänomen mit dem Begriff des „existenziellen Vakuums“<sup>4</sup>. Wenn Menschen ihr Leben nicht in Sinn gründen, geraten sie in Abhängigkeiten, versteifen sich auf die Erlebnisse von Lust oder Macht – den eigentlichen (Neben-)Wirkungen von Sinnerfüllung –, oder sie generieren Verhaltensmuster, die ihnen selbst und anderen schaden. Sie entfremden sich von sich selbst, und je mehr sie spüren, dass sie getrieben sind, umso verzweifelter werden sie. Die Entfremdung von sich selbst führt dazu, dass Menschen sich in der Stille nicht mehr spüren können, sie brauchen den Kick ultimativer körperlicher Anstrengung. So sehr mich schwere Kletterpassagen oder höhere und längere Berg- und Skitouren selbst reizen, so beunruhigt bin ich doch über den Trend zum Extremen: immer weiter, immer höher, immer abgebrühter. All das gipfelt in einer Form der Erlebnissucht, die nur noch mit dem Nervenkitzel am Abgrund des Todes befriedigt werden kann.

Barbara Schellhammer



Dozentin für  
Erwachsenenbildung,  
Hochschule für  
Philosophie München  
www.hfph.de/  
hochschule/lehrende/  
dr-barbara-schellhammer

<sup>1</sup> „Erst die geistige Person stiftet die Einheit und Ganzheit des Wesens Mensch. [...] Leib und Seele mögen eine Einheit bilden [...], aber nie und nimmer wäre diese Einheit imstande, die menschliche Ganzheit darzustellen: Zu ihr, zum ganzen Menschen, gehört auch das Geistige hinzu, und es gehört zum ihm hinzu sogar als sein Eigentlichstes.“ (Frankl, V. (2002): *Der unbewußte Gott. Psychotherapie und Religion*. 6. Aufl., München, S. 18 f.

<sup>2</sup> „Was mag mich zum Klettern bewegen haben? Offen gesagt die Angst davor, aber wie oft frage ich meine Patienten wenn sie sich mit ihren Angstneurosen an mich wenden: Muss man sich denn auch alles von sich gefallen lassen? Kann man nicht stärker sein als die Angst? Hat nicht schon Nestroy [...] die Frage gestellt: Jetzt bin ich neugierig, wer stärker ist, ich oder ich? Und so habe ich denn auch mich, als ich mich vor dem Klettern fürchtete, gefragt: Wer ist stärker, ich oder der Schweinehund in mir? Ich kann ihm ja auch trotzen. Gibt es doch etwas, was ich einmal bezeichnet habe als die ‚Trotzmacht des Geistes‘ gegenüber Ängsten und Schwächen

Eine Erwachsenenbildung, die sich erlebnispädagogischer Elemente bedient, sollte nicht einseitig ein Erlebnis von Lust im Sinne des Flow-Gefühls oder von Macht im Sinne von: 'Irre, zu was ich in der Lage bin!' anstreben. Sie sollte viel grundlegender der spirituellen Not nachgehen, die aus einem Gefühl der existenziellen Frustration und damit zusammenhängender Selbstentfremdung resultiert. Dies wird vernachlässigt, wenn wir nur an Wissen, an Fähigkeiten und Können oder an systemischen Zusammenhängen wie Familie, Gesellschaft, Arbeitsumfeld usw. arbeiten, um Bildungserfolge zu erzielen. All das ist nicht zu vernachlässigen und wichtig, mit in den Blick zu nehmen, aber wenn Menschen sich selbst wirklich wieder näherkommen sollen, dürfen wir nicht vergessen, sie herauszufordern und anzuleiten, sich auf die Suche nach Sinn-Fülle zu machen. Insofern scheint es eigentlich viel richtiger, von *Erlebnisbildung* anstatt von Erlebnispädagogik zu sprechen, wenn unsere Angebote den ganzen Menschen berühren und nicht nur „pädagogische Maßnahmen“ an ihm vollzogen werden.

### III. Christliche Erlebnisbildung?

#### a) *Ausgewogenheit statt Extreme*

Auch das christliche Menschenbild geht von einer Entfremdung des Menschen von Gott und damit von sich selbst aus. Der christliche Bildungsauftrag zielt auf die Überwindung dieser Entfremdung: Der Mensch soll zu seiner eigentlichen Bestimmung kommen, sich seiner Gottebenbildlichkeit bewusst werden und in das Bild Christi hineinwachsen.

In der Folge möchte ich auf die Chancen und Grenzen einer Erlebnisbildung hinweisen, welche Elemente christlicher Spiritualität einfließt. Ich werde zeigen, dass der Mehrwert christlich orientierter Erlebnispädagogik nur in einem Spannungsverhältnis von zwei Auffassungen des Verhältnisses von Mensch und Natur realisiert werden kann.

Die erste Auffassung geht davon aus, dass der Mensch *Teil der Natur* ist. Dies drückt sich besonders deutlich darin aus, dass das hebräische Wort für Erde (*adamah*) das Wort Mensch (*adam*) enthält (Gen. 2,7). Die zweite Auffassung betont, der *Mensch stehe der Natur als Bewahrer und Verwalter gegenüber*, er ist also nicht primär Natur, sondern hat Anteil am göttlichen Herrschaftsauftrag (Gen. 1,28). Beide Vorstel-

lungen stehen in der Gefahr, in Extrempositionen abzugleiten. Damit dies nicht geschieht, ist es wichtig, die *Beziehung* von Gott und Mensch in den Mittelpunkt zu stellen, eine Beziehung, die sich zum einen im Schöpfungsbegriff und zum anderen in der Menschwerdung Jesu ausdrückt. Die balancierende Mitte bzw. das Spannungsverhältnis zwischen den unterschiedlichen Mensch-Natur-Verhältnissen lässt sich wie in der nebenstehenden Abbildung darstellen<sup>5</sup>.

#### b) *Der Mensch ist Teil der Natur*

Trotz der besonderen Bedeutung der Naturerfahrung für die Erlebnispädagogik existieren hier Ansätze, die die (göttliche) Unverfügbarkeit der Natur einengen und damit sich selbst ad absurdum führen. Formen des Pantheismus oder Vorstellungen natürlicher Theologie, die in jedem Baum, in jedem Berg, in jedem Naturereignis meinen, Gott begegnen zu können, reduzieren und domestizieren Gott. Insofern laufen Vorstellungen, dass wir Teil der Natur sind, in Gefahr, den Blick auf das Sichtbare zu begrenzen.

Wir können Gott in der Natur nicht finden – was ich hier bestenfalls entdecken kann, ist eine neue Erfahrung meiner selbst.

So kann es passieren, dass die Natur vergötzt und lediglich die Schöpfung gepriesen und angebetet wird, nicht aber der Schöpfer. Das Gefühl immanenter Gotteserfahrung in der Natur spielt zwar in vielen Religionen und esoterischen Strömungen eine zentrale Rolle, anders ist es aber im Christentum. Denn hier kommt die Gotteserfahrung von außen und transzendiert persönliche Erfahrungen, d. h., sie geht auch über die jeweiligen Naturerfahrungen hinaus. Wir können gewahr werden, etwas begreifen von der Größe Gottes in der Natur, aber Gott muss dem Einzelnen anders begegnen, er muss sich ihm oder ihr offenbaren. Nur dadurch, dass Gott sich uns als sein Gegenüber schafft und sich uns in Jesus Christus offenbart, kann ich etwas Neues über mich und die Welt erfahren – sonst bleibe ich immer in mir, in meiner Auffassung oder Erfahrung der Wirklichkeit gefangen. Deshalb ist es wichtig, die Naturerfahrung in der Erlebnisbildung nicht zur Gotteserfahrung schlechthin zu machen, sondern darüber hinauszugehen.

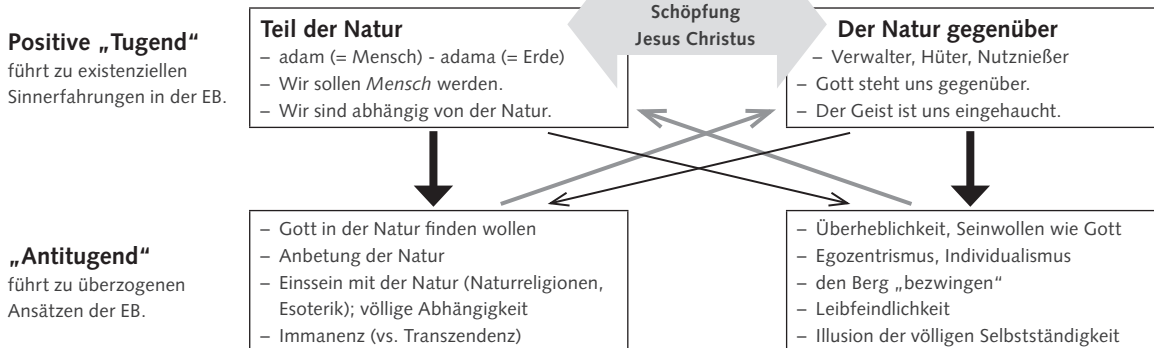
der Seele.“ (Frankl, V. (2008): *Bergerlebnis und Sinnerfahrung*. 6. Aufl., Innsbruck, Wien, S. 5.)

<sup>3</sup> Heidegger, M. (1986): *Sein und Zeit*. 16. Aufl., Tübingen, S. 16.

<sup>4</sup> Frankl, V. (2005): *Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn*. 18. Aufl., München, S. 141; oder ders. (2005): *Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie*. 3. Aufl., Bern, S. 11.

<sup>5</sup> Die Grafik lehnt sich an die Struktur des Wertequadrates an. Sie entspringt in ihrem Ursprung der von Aristoteles in seiner „Nikomachischen Ethik“ entwickelten Vorstellung, dass jede Tugend als die rechte Mitte zwischen zwei fehlerhaften Extremen zu bestimmen ist.

## Spannungsverhältnis christliche Erlebnisbildung

c) *Der Mensch steht der Natur gegenüber*

Wir sollten zugleich auf der Hut sein, nicht auf der anderen Seite die Balance zu verlieren, indem wir meinen, uns abnabeln zu können von der immanenten Naturverbundenheit des Menschen. Das Wissen um die besondere Rolle des Menschen als „Herrscher“ über die Natur (Gen. 1,28) birgt die Tendenz der Nutzbarmachung und Verzweckung von Natur für Lusterfahrungen, Nervenkitzel oder den ultimativen Kick. Dabei vergessen wir, dass wir auch den Auftrag haben, die Natur „zu bewahren“ (Gen. 2,15), letztlich in Beziehung mit ihr zu leben. Wir spalten uns aber von ihr ab, wenn wir uns über sie erheben. Eine ganze Tradition christlich-mystischer Denker schreibt von der Gottesnähe in der spirituellen Öffnung der Naturerfahrung, z.B. Meister Eckhart, Jakob Böhme, Angelus Silesius. Die Natur öffnet für Gespräche über Sinn, Wert und Gott. Das bewusste Gefühl des Einsseins mit der Natur, die Meditation und Reflexion der tiefen Verbundenheit mit ihr bergen wichtige Erkenntnisse, die eine erlebnispädagogische Erwachsenenbildung als wertvolle Schätze heben könnte.

Der Natur ein „Gegenüber“ zu sein, das sich abhebt, kann auch egozentrische oder gar narzisstische Strebungen befördern. Es kann dazu verleiten, die Natur gefügig zu machen, ihr unseren Willen aufzuzwingen. Dies wird deutlich in Aussagen wie den „Berg bezwingen“ zu wollen oder im Bestreben, mit Hightech-Kleidung noch dem schlimmsten Wind und Wetter zu trotzen, selbst das Unmögliche im Kampf gegen die Natur zu erreichen. Hier besteht die Gefahr eines Machbarkeitswahns, der womöglich noch damit begründet wird, dass wir zu Gottes Ebenbild geschaffen sind. Wir sind aber auch Teil der Natur und finden erst dann uns selbst, wenn wir

nicht Gott werden wollen, sondern dem nachspüren, wie es Gott mit unserer Menschwerdung gemeint hat – und zwar ganz persönlich, indem wir uns empfänglich machen für den Sinn unseres Lebens.

Eine weitere Verformung christlicher Auffassungen, die aus der Sonderstellung des Menschen resultiert und die für Erwachsenenbildung im erlebnispädagogischen Setting wenig hilfreich ist, besteht in der Abwertung oder Geringschätzung des Körpers. Dagegen misst etwa die ignatianische Spiritualität der natürlichen Körperempfindung und Sinneserfahrung großen Wert bei. In Exerzitien geht es darum, durch die bewusste Wahrnehmung des Körpers sich seiner selbst zu vergewissern. Dazu gehören das ruhige Sitzen in der Stille oder das Achten auf den eigenen Atem. Dies hat etwas mit Hingabe und Aufgabe, nicht mit Kontrolle von Körper, Emotionen und Geist zu tun. Es besteht ein schmaler Grat zwischen der positiven Grenzerfahrung und der Überforderung, wenn Menschen beginnen, den Körper gefügig zu machen und damit langfristig Raubbau an ihm betreiben. Ich habe den Eindruck, der Körper wird in Momenten der Schwäche fast schon ein Makel, gegen den mit aller Gewalt vorgegangen werden muss.

d) *Fazit*

Weder das Ansinnen, Gott in der Natur finden zu wollen, noch der Versuch, größer und stärker zu sein als die Natur, helfen, Ansätze christlicher Spiritualität für eine Erlebnisbildung fruchtbar zu machen. Wir sind geschaffen aus Erde, kehren zur Erde zurück *und* uns wurde der göttliche Atem eingehaucht, der uns lebendig macht. Dieser Schöpfungsbegriff führt uns zum Begriff der „Beziehung“, denn hier steht der Schöpfer der Schöpfung gegenüber, weil er



ein Gegenüber *wollte*. In unserem wissenschaftlich-rationalen Verständnis der Natur dagegen herrschen Logik, Gesetze und Chemie – wie seltsam zu meinen, die Naturwissenschaft könne befreien, aus der göttlichen Bezogenheit lösen. Gott will die Welt selbstständig, unabhängig und frei – nur so sind Dialog und Beziehung möglich.

Wenn es uns in der Erwachsenenbildung gelingt, Menschen an den geistig-schöpferischen *Grund* ihrer Existenz heranzuführen, können sie ihr persönliches Gewollt- und Gemeintsein spüren und erhalten so einen *Grund* zum Glücklichen.

Ohne einen solchen Grund versuchen Menschen vergeblich, ihr Lebensfass mit Glück zu füllen, denn es wird nichts darin bleiben können, wenn es keinen Grund und Boden hat.

Der Schlüssel liegt in der Erfahrung von einem *Leben in Beziehung*, mit der Welt und anderen Menschen, mit sich selbst und mit Gott. Eine gute Beziehung in all diesen Dimensionen gelingt nur im Spannungsverhältnis von Abhängigkeit und Selbstständigkeit, von Sicheinlassen und Sichabgrenzen. Es bedarf der Tiefenerfahrung im Bewusstsein, Teil eines größeren Ganzen zu sein, und es bedarf des Gipfelerlebnisses, das ich mir erarbeite, um auszu-steigen und die Dinge von oben zu betrachten.

Grundlage der Beziehung ist das *Vertrauen*. Nur Vertrauen setzt frei, über die eigenen Grenzen zu gehen und sich zugleich ganz einzulassen. Besonders die erlebnispädagogische Erwachsenenbildung besitzt die Fähigkeit und Möglichkeit, Vertrauenspraxis zu thematisieren und einzuüben. Ich denke hier beispielsweise an das Vertrauen in die Fähigkeiten des Seilpartners, das Vertrauen in das eigene Können oder in Seil, Karabiner und Schlingen. Aber auch das *Wissen* ist unerlässlich, um nicht arglos große Risiken einzugehen. Eine gute Vorbereitung, die Routenplanung, die Beachtung des Wetterberichts, die

Prüfung des Materials und der Partnercheck helfen, um dem Vertrauen auch eine sichere Basis zu geben.

Als Menschen machen wir ganz unvermeidlich die Erfahrung, dass wir uns selbst und dem anderen nie restlos und völlig vertrauen können. Wir erleben schöne Momente in der Beziehung mit anderen und mit uns. Das sind Momente, wo wir uns ganz aufgehoben fühlen. Doch diese Momente sind nie von Dauer, immer wieder werden wir enttäuscht, enttäuschen wir uns selbst. Deshalb ist es wichtig, auch die Gottesbeziehung in der Erlebnisbildung zum Thema zu machen. Ich finde es so wertvoll, dass es in der Bibel unzählige Geschichten in „erlebnispädagogischen Settings“ gibt, die gerade die Vertrauens-, Glaubens- und Beziehungsfragen zum Thema machen. Man denke beispielsweise an Petrus auf dem Meer, die Jünger im Sturm oder Jesus in der Wüste. In all diesen Geschichten geht es darum, dass Menschen sich auf abenteuerliche Wege einlassen und dann feststellen, dass sie es selbst, aus sich heraus nicht schaffen. Diese Einsicht entlastet uns als Erwachsenenbildnerinnen und Erwachsenenbildner. Wir können nicht nur verweisen auf den Schöpfergott, sondern vor allem auch auf das Leben und Sterben Jesu, worin sich ein Versprechen zeigt – ein Versprechen, „das Gott uns durch einen Menschen gegeben hat, der so radikal auf ihn vertraute, dass er in ihm ganz erscheinen, ganz ‚da‘ sein konnte“<sup>6</sup>. Dies ist das tiefste, das eindrücklichste Zeugnis der großen Sehnsucht Gottes nach Beziehung mit uns. Er glaubt an uns, auch wenn wir zweifeln oder sogar scheitern und versagen. – An diesem Punkt meiner eigenen Professionalität empfinde ich einen enormen Mehrwert durch die Basis des christlichen Glaubens. Wir müssen bei unserem Tun nicht (nur) auf die eigene Kraft vertrauen. Es tut gut, vertrauen zu können auf sein schöpferisches Ja zu unserem Leben, welches es sinnvoll macht – auch wenn wir immer wieder straucheln, hadern oder zweifeln. Allerdings gilt es auch hier, die rechte Mitte zu finden, denn nur aus dem Gottvertrauen heraus zu handeln, wäre ebenfalls problematisch – wir sind aufgefordert, uns des eigenen Verstandes zu bedienen, uns zu schulen und Verantwortung für unser Handeln zu übernehmen.

Der besondere Mehrwert einer christlichen Erlebnisbildung drückt sich darin aus, dass die Reflexion der Beziehung mit mir selbst und der Welt letztlich aufgehoben ist in der Beziehung zwischen Gott und mir, deren Anfang Gott selbst gesetzt hat.

<sup>6</sup> Schmidt, J. (2013): Schöpfung. In: Glaube. Jesuiten. 4/2013, S. 11.