

Die Resilienz der Heiligen

(2025)

Sind religiöse Menschen glücklicher als Atheisten, Agnostiker und Zweifelnde? Mit dieser Frage beschäftigen sich zahlreiche Forscher und Soziologen. Viele Studien bestätigen, dass religiöse Menschen zufriedener durchs Leben schreiten als Ungläubige. Interessant ist in diesem Zusammenhang das **neueste** Ergebnis des Psychologen Gabriele Prati von der Universität Bologna im Fachjournal „Psychology of Religion and Spirituality“. In seiner Studie dokumentiert er, dass eine **direkte glückspendende Wirkung von Religiosität keine praktische Relevanz für das Wohlbefinden habe**. Zwar lasse sich ein statistisch signifikanter Effekt erkennen, dass religiöse Menschen glücklicher sind, allerdings sei dieser klein. Viele Menschen würden sich von der Kirche abwenden, weil diese sie nicht mit tieferem Glück erfülle. Es gibt auch Untersuchungen in den USA, die zeigen, dass sich Menschen

häufiger depressiv fühlen und eine bipolare Störung haben (Schwankungen der Stimmung), wenn sie es für Wichtigste halten, glücklich zu sein. (Quelle: Prof. Dr. Tatjana Schnell in einem Interview mit dem SPIEGEL (28.1.2024).

Prati wertete für seine aktuelle Arbeit Datensätze von fast 650'000 Testpersonen aus 115 Ländern, die zwischen 1981 und 2021 in regelmäßigen Abständen für den European Value Survey und den World Value Survey umfangreiche Auskunft gegeben haben. Diese Langzeitstudien bieten den Vorteil, so Sebastian Herrmann, auf den ich mich hier beziehe, dass die gleichen Testpersonen immer wieder befragt werden und so Veränderungen in ihrem Leben lokalisiert und erklärt werden können.

Zusammenfassend stellt er fest: Die Auswertung ergab zwar, dass sich ein positiver Effekt von Religiosität auf die Lebenszufriedenheit nachweisen lässt, aber dieser sei winzig, und vermutlich von praktischer Irrelevanz. Der **Einfluss von Einkommen auf Lebenszufriedenheit und**

auf das Glücksemfinden sei viel grösser.
(Quelle: Tages- Anzeiger 28. 12. 2024)

In meiner Dissertation (2000) habe ich gezeigt, warum das so ist. Es hat mit **utilitaristischer**, das heißt, auf Nützlichkeit bezogene Form von Religiosität zu tun. Hier wird Religion als Mittel zum Zweck praktiziert, um bestimmte Vorteile zu erlangen. Etwa soziale und emotionale Unterstützung, gesellschaftliche Akzeptanz und ähnliches. Demgegenüber ist **intrinsische**, also die verinnerlichte Form der Religiosität, anders. Menschen, die intrinsisch gläubig sind, praktizieren ihre Religion aus einem inneren, verborgenen Bedürfnis heraus, das sie mit Sinn und Freude erfüllt. Sie versuchen in dem, was sie gerade tun, den Willen Gottes zu erkennen und wenn sie wegen Irrtum, Unkenntnis oder Schwäche scheitern, werden sie nicht depressiv, sondern demütig.

**Die Menschen von Palm Beach in
Florida**

Nun aufgrund der Metaanalyse von Prati, müssten eigentlich die reichsten Einwohner Amerikas, von den Elitenort Palm Beach, noch mehr zufriedener und glücklicher sein. **Aber auch resilienter?**

Zur Erinnerung: Resilienz ist die Fähigkeit schwierige Lebenssituationen wie Krisen oder Katastrophen ohne dauerhafte Beeinträchtigung zu überstehen.

Palm Beach ist eine der exklusivsten Adressen Amerikas. Um 1900 ließ sich der Ölmagnat Henry hier nieder, baute Luxushotels wie das „Breakers“ und machte es zu einem Winterort für die Reichen. Der Elitenort Palm Beach hat nur etwa 9000 Einwohner, aber 58 Milliardäre leben hier. Damit hat es eines der höchsten Pro-Kopf-Einkommen der USA. Das sieht man sofort. Tagein, tagaus fahren hier Rolls-Royce, Bentleys, Ferraris, Maseratis und Jaguars an den Boutiquen vorbei. Auch ein Geschäft für Superjachten gibt es, Galerien mit Picasso und Warhols, mehrere

Kliniken für plastische Chirurgie, ein „Royal Luxury Spa“ für Hündchen. Selbst die Kirchen sind chic: Betshesda-bay-the-Sea verfügt über einen Koi-Teich. Und nach den Shopping-Strapazen kann man sich etwa im Flagler Steckhouse einen Meeresfrüchteteller für 235 Dollar gönnen. Und auf der Weinkarte findet man Flaschen für 4000 Dollar. Frank Cerabino, der seit Jahrzehnten für die „Palm Beam Post“ schreibt, drückt es so aus: „Wir Amerikaner beten das Geld an; es ist unsere Religion...“ Dann erwähnt er, dass es in Palm Beach ein sogenanntes „Sozial Index-Directory“ gibt, ein jährlich publiziertes W’hos who, das allerdings nur privat zirkuliere. Im Gegensatz zu Amerika, herrsche hier ein aristokratisches System. Cerabino: „In diesem Verzeichnis ist der Stammbaum eines jeden festgehalten. Aus welcher Familie er kommt, seine Schul- und Universitätsabschlüsse, sein finanzieller Background. Die besten haben Topnoten. Wenn man also zum Beispiel eine Party veranstaltet, kann man hier checken, wer infrage kommt und wer nicht. **Das löst Neid aus, und das ist auch beabsichtigt.**“ Da gebe es auch viel Heuchelei. Man rümpft sich die Nase gegen Neureichen, etwa gegen

Donald Trumpf, aber zugleich will man an seine Partys. „Man könnte ja dort Elon Musk treffen. Oder den Atomkoffer sehen, der ab den 20. Januar dort sein wird, wo sich Trumpf aufhält. Oder vielleicht Trumpf selbst, wie er im Freien isst...und jeder eine Selfie mit ihm schießen will.“ Der Journalist David Singer (Palm Beach) sagt: „Da ticken dann plötzlich auch die Vornehmen nicht anders als die Paparazzi.“ (Quelle: NZZ, 28. Dezember 2024)

Hier stellt sich für mich die Frage: Wie resilient sind wohlhabende und gebildete Menschen ohne tieferen Glauben an Gott?

Zahlreiche Studien und Lebensgeschichten dokumentieren folgendes: Reiche und gebildete Menschen haben mit ihrer Netzwerke oft mehr Zugang zu finanziellen, medizinischen, sozialen und psychologischen Reserven, die ihnen helfen Krisen, Stress und Herausforderungen zu bewältigen, unabhängig, ob sie religiös sind oder nicht. Doch all diese Mitteln helfen ihnen nicht oder nur wenig bei der Bewältigung der

Angst vor dem Tod und das Versinken in die Bedeutungslosigkeit.

Resilienz bei Heiligen

Die Resilienz bei Heiligen entwickelt sich ähnlich wie das Urvertrauen der Kinder zu ihren Eltern, insbesondere zur Mutter. Das geschieht in den ersten Lebensjahren durch Sicherheit und Geborgenheit. Die sichere Bindung zwischen Mutter und Kind ist dabei entscheidend. Wenn das Kind etwa Hunger, Durst, Trost und Nähe sucht und bekommt, entwickelt es Vertrauen. Das regelmäßige Erfüllen seiner Bedürfnisse gibt ihm das Gefühl der Stabilität. Auch ein ruhiger und gelassener Umgang der Eltern in Krisen, fördert das Urvertrauen des Kindes und später zu Gott. Ganz anders bei Menschen, bei denen das Gottvertrauen fehlt.

Ein Irrtum des Willens

Der NZZ Journalist Christoph Zürcher schreibt: Im Buch „Deep Survival“ untersuchte Laurence Gonzales, warum die einen Menschen Katastrophen in Wildnis überstehen und andere nicht. Es zeigte sich, dass die „surviver“ (Überlebende) jene sind, die sich keine Illusionen über ihre miserable Lage machten aber auch keine Hilfe von *aussen* erwarteten. Diese wollten das Beste aus ihrer Situation machen. Oder wie es der Schriftsteller Nikos Kazantzakis für das Überleben in Wildnis formuliert hat: „Ich hoffe nichts, ich fürchte nichts, ich bin frei.“ (2. Januar 2024)

Wirklich frei? Es gibt Menschen, die einen eisernen Willen haben und meinen ihre Ziele mit großer Kraft zu erreichen. In Krisensituationen glauben sie heldenhaft von ihrer tieferen Freiheit in der Weise Gebrauch zu machen, dass sie sich ausschließlich auf ihre eigenen Kräfte verlassen. Auf ihren starken Willen. Doch, so Dietrich von Hildebrandt (1940), handelt es sich hier nicht von einen

gottgewollten Gebrauch der inneren Freiheit, sondern von einer „selbstkommandierten.“ (S. 158)

Nicht so bei Menschen, die in Krisen auf Gott vertrauen. Das kann man auch psychologisch prüfen. Zum Beispiel durch **Initialträume**. In der Tiefenpsychologie werden Initialträume als wichtig angesehen, weil sie Einblicke in das Unbewusste ermöglichen und Informationen zu den aktuellen seelischen Zustand der Person geben. So erzählte mich einmal eine Mutter von zwei Kindern einen Traum, der sie zuerst sehr erschreckte, dann aber beruhigte.

Der Traum: Sie saß im Traum am Meeresrand und beobachtete die Wellen. Auf einmal wurden die Wellen schneller und grösser, am Schluss so gigantisch, dass sie merkte, sie kann sich nicht mehr in Sicherheit bringen. In ihrer Angst dachte sie an ihre Kinder, die etwas weiter im Landesinnern spielten. Die Wellen rasten mit hoher Geschwindigkeit an sie heran; dann erhob sie ihr Gesicht zur Sonne und rief mit lauter Stimme: „Herr ich bin bereit“. In diesem Augenblick verschwand ihre Angst und sie wachte auf.

Wie sehen: Die Frau rief, ich bin bereit. Aber wann sind **wir** bereit? Eine Antwort darauf fand ich bei der heiligen Caterina von Siena (14 Jhd.). Es geht um Erkennung der Schuld, Versäumnisse und um Reue. In ihrem Hauptwerk „Buch der göttlichen Vorsehung“ (Der Dialog), heißt es an einer Stelle: Ergriffe die Seele in ihrer letzten Stunde, auch wenn sie noch so schwerwiegende Sünden begangen hat die Hand Gottes, würde sie Erbarmen finden. Aber was ist die schwerwiegendste Sünde vor Gott? Caterina sagt: Das ist, wenn der Mensch noch im letzten Augenblick seines Lebens die eigene Erbärmlichkeit für grösser hält, als die Güte Gottes. Denn ein solcher Mensch verschmäht die Barmherzigkeit Gottes (Vgl. auch Kardinal Dr. Hans Urs von Balthasar, 1993, S. 49-50)

Ich sehe es so: Darum ruft uns der heilige Augustin (5 Jhd.) in Erinnerung: „Der dich schuf ohne dich, rechtfertigt dich nicht ohne dich.“ (Qui te fecit sine te, non te justificat sine te)
