



Coaching im Kontext von Spiritualität

Abschlussarbeit im Rahmen der Ausbildung zu Systemischen
Coach

Themenbereich Persönlichkeitsentwicklung

Oktober 2023

Jens Halden
j-p-halden@web.de

Vorab

Zu Beginn einer Coachingausbildung werden die grundlegenden Eckpfeiler vermittelt. Dazu gehören für mich das Inselmodell als Metapher für die menschliche Unterschiedlichkeit und die allparteiliche Haltung als Coach.

Meine persönliche Insel tauchte Mitte August 1961 aus dem unendlichen Meer der Möglichkeiten auf und unterliegt seitdem, wie alle anderen Inseln auch, permanenten Veränderungen.

Manche dieser Veränderungen vollziehen sich autonom, andere sind selbstbestimmt, viele werden angeschwemmt und aufgegriffen und manche werden aus luftigen Höhen abgeworfen und hinterlassen ihre Einschläge.

Als aufmerksamer Beobachter der eigenen Insel wird einem zumindest nicht langweilig. Eine dieser mir angetragenen Veränderungen ist das Gendern. Ich würdige die Absicht dahinter und lebe diese soweit es mir bewusst ist. In meiner Wahrnehmung wirkt das Gendern in Texten allerdings sperrig und deshalb verzichte ich in der vorliegenden Arbeit darauf.

Im Laufe der Ausbildung zum systemischen Coach durfte ich viele großartige Trainer kennen lernen und fühlte mich vom gesamten Team von Inkonstellation immer hervorragend betreut – dafür den allerherzlichsten Dank!

Am wichtigsten für den Lernerfolg ist das Vertrauen, das eine Lerngruppe entwickelt. Dieses Vertrauen war in unserer Gruppe von Anfang an da und vertiefte sich von Ausbildungsmodul zu Ausbildungsmodul.

Ihr Lieben, ich danke euch von Herzen und bin mir sicher, dass einige der Brücken, mit denen wir unsere Inseln vernetzt haben, über die Ausbildung hinaus Bestand haben werden.

Inhaltsverzeichnis Coaching im Kontext von Spiritualität

1	Einleitung -	Seite 3
2	Hauptteil	Seite 5
2.1	Coaching	Seite 5
2.2	Spiritualität	Seite 6
2.3	Coaching versus Spiritualität	Seite 7
3	Fazit	Seite 12
	Quellenangaben	Seite 13

1 Einleitung

Als ich im Frühjahr 2023 mit der Ausbildung zum systemischen Coach in Hannover begann, war ich auf Inhalte und Selbsterfahrung gleichermaßen gespannt. Insbesondere interessierte mich, wie sich Coaching und Spiritualität, meinem dominierenden Lebensthema, voneinander abgrenzen lassen, wo sie sich ergänzen und wo sie sich eventuell gegenseitig ausschließen.

Bemühungen, Spiritualität und Coaching zu verbinden, gibt es offensichtlich viele. Die Frage nach der Sinnhaftigkeit wird aber selten gestellt bzw. beantwortet. Textbeiträge wie der folgende aus dem Coaching-Magazin 2/ 2014 verkürzen das Thema m.E. unangemessen und arbeiten zudem mit Begrifflichkeiten (positive Spiritualität) die aus meiner Sicht keinen Bezug zum Kern von Spiritualität haben:

„...Prof. Dr. Kanning [beschrieb] esoterische Einflüsse und Strömungen im Coaching und beanstandete dabei ihre fehlende Professionalität und Wissenschaftlichkeit – zu Recht. Doch werden existenzielle Fragen und spirituelle Bedürfnisse auch im Rahmen eines professionellen Coachings immer öfter zum Thema, weshalb es zu kurz greift, die Möglichkeiten positiver Spiritualität als unterstützendes Element im Coaching gänzlich auszuschließen. Zudem belegen zahlreiche Studien deren Wirksamkeit, z.B. in spirituellen Psychotherapien. Allerdings gilt: Spirituelle Methoden dürfen nicht das professionelle Handwerkszeug ersetzen.“

((Quelle:<https://www.coaching-magazin.de/kontrovers/spiritualitaet-coaching>))

Bei meinen Recherchen zu dieser Arbeit stellte ich fest, dass mittlerweile sogar Ausbildungen zum `Spirituellen Coach` angeboten werden: Google wirft bei der Suchanfrage „spirituelles Coaching“ ca. 43.000 Ergebnisse und bei dem Suchbegriff „spirituelle Coachingausbildung“ ca. 2600 Ergebnisse aus.

((Quelle: Google, Stand 20.10.2023))

Der Umsatz im deutschen Coaching-Markt betrug 2017 ca. 520 Millionen Euro wobei der Anteil der Business-Coaches (ca. 9000 in Deutschland) den Hauptanteil generiert.

((Quelle: Stephan und Rötz 2018)).

Laut eines Beitrages der TAZ vom 11.2.2019 macht die sogenannte Esoterikbranche (und darunter fallen auch alle Angebote für spirituell interessierte Menschen) einen Jahresumsatz von ca. 20 Milliarden Euro. Dieses Geld wird fast ausschließlich von Privatpersonen ausgegeben.

((Quelle: <https://taz.de/Esoterik-und-Hokuspokus-als-Business/!5569021/>))

Die Vermutung liegt nahe, dass sich Life-Coaches im Gegensatz zu Business-Coaches nicht unerhebliche Marktchancen eröffnen, wenn sie ihr Portfolio mit Inhalten und Methoden aus der Esoterik bzw. Spiritualität erweitern.

Ich benutze beide Begriffe im Zusammenhang mit Jahresumsätzen in einem Atemzug aus zweckmäßigen Gründen. Die begriffliche Differenzierung macht an dieser Stelle insofern keinen Sinn, als dass es keine Umsatzzahlen gibt, die beide Bereiche differenziert betrachten.

Außerdem ist meine persönliche Erfahrung die, dass sich Menschen mit esoterischen Neigungen als spirituell empfinden und damit offen sind für alles was der Markt unter dieser Etikettierung anbietet.

Da es den Rahmen dieser Arbeit sprengen würde, die Inhalte dieser Angebote auf den Prüfstand zu stellen, bleibe ich in meinen Ausführungen grundsätzlich und so kontrovers wie möglich.

Diese Arbeit ist ein sehr persönlicher Versuch, diese Fragen für mich auszuleuchten und Orientierung zu finden und erhebt keinerlei Anspruch auf Vollständigkeit, Objektivität oder Allgemeingültigkeit.

Für Interessierte habe ich im Anhang beispielhaft einige Quellen und Medien gelistet, die meine Herangehensweise und Interpretation hinsichtlich Spiritualität verdeutlichen können.

Für jene Leser, die sich selbst mit diesem Thema beschäftigen: Ich räsoniere seit über vierzig Jahren mit den Lehren von Advaita, insbesondere mit den Schriften von Ramana Maharishi und seinem Schüler Sri Nisargadatta Maharaj.

1 Hauptteil

Ich werde in diesem Kapitel das Verhältnis zwischen Coaching und Spiritualität in meiner Interpretation darstellen und die Ziele sowohl von Spiritualität als auch mein Verständnis von Coaching erläutern, um dann anschließend einzuschätzen, ob sich bei der Vermengung beider Ansätze sinnvolle Synergien oder aber Unverträglichkeiten ergeben.

Dem Einstieg in den Hauptanteil möchte ich eine allgemeine Begriffsklärung voranstellen und mich dann von da aus in meine persönliche Perspektive begeben.

1.1 Coaching

„Coaching ist ein Prozess, bei dem ein Coach eine Person oder eine Gruppe dabei unterstützt, ihre Ziele zu identifizieren, Hindernisse zu überwinden und ihr volles Potenzial zu entfalten. Der Coach fungiert als Partner und unterstützt den Coachee dabei, Klarheit zu gewinnen, neue Perspektiven zu entwickeln und konkrete Schritte zur Erreichung seiner Ziele zu planen und umzusetzen.

Coaching kann in verschiedenen Bereichen eingesetzt werden wie z.B. im beruflichen Kontext, im persönlichem Leben, im Sport oder in der persönlichen Entwicklung. Der Coach stellt Fragen, hört aktiv zu, gibt Feedback und bietet Unterstützung, um den Coachee dabei zu unterstützen, seine eigenen Lösungen zu finden.

Coaching beruht auf der Annahme, dass der Coachee die Ressourcen bzw. das Wissen bereits in sich trägt, um seine Ziele zu erreichen. Der Coach hilft dabei, diese Ressourcen zu aktivieren und den Coachee dabei zu unterstützen, seine eigenen Lösungen und Antworten zu finden.

Coaching ist nicht beratend oder therapeutisch, sondern zielt darauf ab, den Coachee dabei zu unterstützen, seine eigenen Fähigkeiten und Stärken zu erkennen und zu nutzen... “

((Quelle: Chatbox, Frage: Was ist Coaching?))

1.2 Spiritualität

„Spiritualität ist ein Begriff, der verschiedene Bedeutungen haben kann, je nachdem, wie er verwendet wird. Im allgemeinen bezieht sich Spiritualität auf die Suche nach einer tieferen Bedeutung oder einem höheren Zweck im Leben. Es geht um die Verbindung zu etwas Größerem als uns selbst, sei es eine höhere Macht, das Universum, die Natur oder das eigene innere Selbst.

Spiritualität kann sich auf religiöse Praktiken und Überzeugungen beziehen, aber sie kann auch unabhängig von einer bestimmten Religion oder Glaubensrichtung existieren. Es geht darum, eine persönliche Beziehung zu dem, was als heilig oder transzendent betrachtet wird, zu entwickeln und nach einem tieferen Verständnis von sich selbst und der Welt zu suchen.

Spiritualität kann verschiedene Formen annehmen wie Meditation, Gebet, Yoga, Naturverbundenheit, Achtsamkeit, das Studieren religiöser Texte etc. Sie kann auch eine Quelle der Inspiration, des Trostes und der Hoffnung sein und Menschen helfen, mit Stress, Leid und Verlust umzugehen.

Es ist wichtig anzumerken, dass Spiritualität eine sehr persönliche und individuelle Erfahrung ist und für jeden Menschen unterschiedlich sein kann. Es gibt keine richtige oder falsche Art, spirituell zu sein und jeder kann seine eigene Definition und Praxis finden, die für ihn am besten funktioniert.“

((Quelle: Chatbox, Frage: was ist Spiritualität?))

1.3 Coaching versus Spiritualität

Im Folgenden werde ich die Definition von Spiritualität deutlich schärfen und alle Beliebigkeit ausgrenzen. Ich mache dies zum einen, um einen wirkungsvollen und verständlichen Kontrast zwischen Spiritualität und Coaching zu konstruieren und zum anderen, weil es meinem persönlichen Verständnis aus über vierzig Jahren Beschäftigung mit diesem Thema entspricht.

Coaching ist in meinen Augen ein Weg für Menschen, die ihre aktuelle Lebenssituation aktiv und selbstbestimmt in ihrem Sinne verändern oder gestalten wollen.

Der spirituelle Sucher geht der Frage „Wer bin ICH?“ nach und hat die Annahme, dass sich die von ihm erlebte Wirklichkeit völlig transzendieren lässt und dass der Urgrund seines SEINS eine Matrix ist, die sich sowohl ihrer selbst als auch aller Erscheinungen, die aus ihr quellen, bewusst ist. Diese Matrix selbst ist völlig unveränderlich. In Vedischen Schriften wird in diesem Zusammenhang der Begriff „unveränderliches Bewusstsein“ verwendet. Am besten gefällt mir zur Zeit der Begriff „RAUMBEWUSSTSEIN“.

((vgl. <https://www.youtube.com/playlist?list=PLvcSZmnHISHIJEYsutOZm7Px8dgyF6Ye>))

Während wir als Person im Coachingprozess versuchen, die Dinge, die uns bewusst oder unbewusst so agieren lassen, wie wir es tun, auf eine Weise zu modellieren, die das Leben für uns angenehmer macht oder die unser Zielerreichung dient, hat die spirituelle Suche eine andere Zielsetzung:

Der Frage nach gehend „Wer bin ICH“ weist Suchende alles Veränderliche, alles Persönliche und alles was er hat statt es zu sein, von sich, bis er sich schließlich auf dem Urgrund des Seins wiederfindet.

Die spirituelle Suche endet also im besten Fall mit der Transzendierung der Ego-Struktur, während das Spielfeld des Coachings die Gesamtpersönlichkeit eines Menschen ist, auf dem mit geeigneten Methoden Prozesse initialisiert werden, die den Klienten ermächtigen, Potenziale zu realisieren, Anpassungen vorzunehmen, Erweiterungen seiner Perspektive vorzunehmen etc.

Während im Coaching der freie und persönliche Wille, insbesondere der des Coachees, eine tragende Rolle spielt, ist sowohl freier Wille als auch Persönlichkeit aus der Perspektive eines erwachten spirituellem Lehrers reine Illusion.

Der Titel „Coaching im Kontext von Spiritualität“ impliziert bewusst die Annahme, dass Spiritualität eine erheblich größere Spannweite als Coaching besitzt und nicht umgekehrt Spiritualität ein Aspekt von Coaching sein kann.

Ich will dies anhand der Maslow'schen Bedürfnispyramide erläutern:

Die fünf Stufen der Bedürfnispyramide sind:

1. Physiologische Bedürfnisse: Hierzu zählen alle Grundbedürfnisse, die zum Erhalt des menschlichen Lebens erforderlich sind, wie Atmung, Wasser, Nahrung, Schlaf, Fortpflanzung, etc.
2. Sicherheitsbedürfnisse: körperliche und seelische Sicherheit, materielle Grundsicherung, Arbeit, Wohnung, Familie, Gesundheit, etc.
3. Soziale Bedürfnisse: Dazu gehören das Bedürfnis nach Kommunikation, Gemeinschaft (Familie, Freundschaft usw.), sozialer Austausch, der Beibehaltung einer sozialen Rolle und einem sicheren Platz in einer sozialen Gruppe.
4. Wertschätzungsbedürfnisse: Hierzu zählen das Bedürfnis nach Anerkennung, Respekt, Prestige, Status, etc.
5. Selbstverwirklichung: Wenn alle Bedürfnisse der unteren Stufen erfüllt sind schafft das Raum für Bedürfnis nach persönlichem Wachstum, Kreativität, Autonomie, Selbstverwirklichung, etc.

((Quelle: Chatbox, Frage: Bedürfnisse nach Maslow))

Was interessanter Weise in der einschlägigen Literatur häufig unterschlagen wird, ist die Tatsache, dass Maslow seiner Bedürfnispyramide auch die Möglichkeit der Transzendenz als höchste Stufe hinzugefügt hat.

((Quelle: C. Meyer, Seite 44))

Die Transzendenz bezieht sich auf das Streben nach einem höheren Sinn und Zweck, der über das eigene Selbst hinausgeht. Es geht darum, sich mit etwas Größerem zu verbinden und eine tiefere Bedeutung im Leben zu finden. Die Transzendenz ist somit ein Bedürfnis nach spiritueller Erfüllung und Selbstverwirklichung, welche über die Bedürfnisse der unteren Stufen hinausgeht. Maslow beschreibt die Transzendenz als eine das individuelle Selbst überschreitende Dimension oder etwas, das außerhalb des beobachtbaren Systems liegt.

((vgl. C. Meyer; Seiten 42-44))

Ein schönes Beispiel für diese These ist das Leben Siddhartha Gautama's, der später als Buddha bekannt wurde.

Er wurde etwa 560 v. Chr. in Lumbini, nahe der Stadt Kapilavastu (im heutigen Nepal) geboren und starb im Alter von 80 Jahren. Er entstammte dem Adelsgeschlecht der Sakyer und verbrachte eine unbeschwernte Jugend im materiellen Überfluss. Nach sechs Jahren voll vergeblicher Versuche, das Wesen des Geistes zu erkennen, setzte er sich in der Nähe des heutigen Bodhgaya unter einem Feigenbaum nieder und versprach, nicht wieder aufzustehen, bevor er sein Ziel erreicht hat. Schließlich erkannte er in tiefer Meditation das Wesen des Geistes und wurde damit erleuchtet, also ein Buddha, ein "vollkommen Erwachter".

Unmittelbar nach seinem Erwachen formulierte er die vier edlen Wahrheiten, von denen insbesondere die zweite aus meiner Sicht bemerkenswert ist und sowohl das Spannungsfeld beschreibt, in dem wir uns als Individuen befinden als auch die Möglichkeit andeutet, eben diese Individualität zu transzendieren:

Nicht Krankheit und Tod an sich erzeugen Leid, auch wenn die oft mit Schmerzen verbunden sind, sondern die Gedanken, jetzt etwas anderes haben zu wollen als die Krankheit. Die Ursache des Leids besteht also darin, das eine, was nicht ist, haben zu wollen und das andere, was da ist, abzulehnen. Dieser aussichtslose Kampf unseres Geistes mit der Realität und die grundsätzliche Ignoranz gegenüber dem, was wir eigentlich sind hält uns gefangen in der Illusion der Trennung, in der sich das leidende menschliche Individuum befindet.

((vgl. C. Meyer; Seiten 34-37))

Die Tendenz, Spiritualität auszugrenzen und sich auf „pragmatische Psychologie“ zu konzentrieren, zeigt sich im gesamten Mainstream der heutigen Psychologie.

Die großen Pioniere der Psychologie, wie C.G.Jung, Karen Horney, Fritz Perls, Carl Rogers, Erich Fromm oder Karlfried Dürckheim beschäftigten sich intensiv mit dem Aspekt der Transzendierung dessen, was wir als Selbst empfinden hin zu einem Höheren Selbst und verwirklichten dies wie es zum Beispiel Karlfried von Dürckheim gelungen ist.

((vgl. C. Meyer; Seite 42-44))

Ohne dieses Thema zu sehr aufweiten zu wollen, möchte ich auf eine Entwicklung hin zu einem Paradigmenwechsel hinweisen, die zur Zeit in den als seriös betrachteten Wissenschaften, insbesondere der Physik und Mathematik zu beobachten ist:

Angetrieben von den Erkenntnissen der Quantenforschung gibt es immer mehr belastbare Hinweise darauf, dass Bewusstsein kein Ergebnis unserer Hirntätigkeit ist, sondern seine Ursache. Dies entspricht den praktischen Erfahrungen und

Überlieferungen von sogenannten erwachten Wesen, die seit über 4000 Jahren bis heute gemacht werden.

Damit sind wir auch schon beim Kernziel von Spiritualität, nämlich dem Streben nach der Erkenntnis der letztendlichen Wirklichkeit, bzw. dem Wunsch, sich in dieser Wirklichkeit zu verankern oder aufzulösen.

Im Coaching-Bereich sind die Ziele wesentlich bodenständiger:

Der Coachee hat eine Vorstellung von sich und der Welt (seine Insel) und möchte mit Hilfe eines Coaches für sein jeweiliges Anliegen und Problem eine passende Lösung entwickeln, um diese Insel noch lebenswerter zu gestalten.

Im Coaching steht der Mensch im Mittelpunkt, wobei die Individualität gewürdigt, gestärkt und gefördert wird.

Ein Coach richtet sich dabei nach den individuellen Bedürfnissen des Klienten, wobei der Coachee selbst freiwillig und selbstverantwortlich am Coaching-Prozess teilnimmt und das Ziel selbst bestimmt

Und hier kommen Spiritualität und Coaching an eine entscheidende Trennlinie:
Ein verantwortlicher Coach achtet die Persönlichkeit, Perspektiven und Wünsche seines Coachees und stellt sich und seine Methoden in den Dienst eben dieser. Während also im Coaching der Coachee eigene Ziele mitbringt oder entwickelt, führt der spirituelle Lehrer seinen Schüler zu einem festgelegten und unveränderlichen Ziel.

Der spirituelle Lehrer hat kein Interesse an der Persönlichkeit seiner Schüler, weil aus seiner Perspektive diese Persönlichkeit nur eine fragmentarische Illusion ist, die aus dem sich selbst bewussten Möglichkeitsraum auftaucht und wieder in ihm verschwinden wird.

Er möchte die Schüler erfahren lassen, dass sie letztendlich genau dieses Raumbewusstsein sind, das sich gerade in einer Persönlichkeitstrance befindet.

Eine zusätzliche Schwierigkeit im spirituellem Kontext, ist die Begrenztheit der Sprache, wenn es darum geht, das was IST (Raumbewusstsein) zu beschreiben. Dies drückt sich überspitzt in folgender Hilfestellung für den spirituellen Sucher bei der Suche nach einem Lehrer aus: Der, der sagt, weiß nichts und der, der weiß, sagt nichts.

Beim Coaching liegt die Deutungshoheit von Worten des Coaches immer beim Coachee.

Bei der spirituellen Unterweisung allein beim Lehrer und damit auch die volle Verantwortung für das Ergebnis. Der spirituelle Schüler muss lediglich vollständige Hingabe leben, wenn er sich einmal an einen Lehrer gebunden hat.

Das Thema Lehrer-Schüler-Beziehung ist damit für den spirituellen Sucher eine sehr heikle Angelegenheit und die mit Abstand wichtigste Entscheidung seiner spirituellen Suche.

Im Coaching ist es so, dass der Coachee sich einen Coach sucht und wählt, mit dem er arbeiten will und kann. Ein Lehrer-Schüler-Verhältnis im spirituellem Kontext findet sich dagegen durch eine vom Schüler (und vom Lehrer) nicht zu kontrollierenden Resonanz. Für den spirituellen Schüler ist es die Regel, dass der Lehrer auftaucht, wenn der Schüler bereit für ihn ist.

3. Fazit

Gemäß der Maslow'schen Bedürfnispyramide gehen spirituelle Suche und individuelle Entwicklung zusammen. Beide sind Ausdruck der menschlichen Fähigkeit zu wachsen, sich zu verwirklichen bzw. sich im Kern des Seins zu erkennen.

Während beim Coaching Individualität und Persönlichkeit die tragenden Rollen spielen und deshalb Coaching-Prozesse durch Erkenntnisgewinn, Wissenszuwachs und Verhaltensänderungen geprägt sind, wird der spirituelle Sucher von der Möglichkeit gezogen, all das zu transzendieren und sich in der Erfahrung „wer oder was bin ich, wenn sich die letzte Zwiebelschale aufgelöst hat?“ zu verankern.

Aus meiner Sicht macht es für potenzielle Klienten von Coaching mit spirituellem Interesse, keinen Sinn, sich einen „spirituellen Coach“ zu suchen, weil, wie im Hauptteil beschrieben, die Zielrichtung im Coaching grundsätzlich eine andere ist als in der Spiritualität.

Sie sollten eine klare Grenze ziehen, zwischen der Person, die Wohlbefinden und Wachstum anstrebt (hier unterstützt Coaching) und dem zeitgleich vorhandenen inneren Ruf nach dem Aufwachen aus der Illusion der getrennten Persönlichkeit (hier braucht es m.E. einen erwachten spirituellen Lehrer).

Natürlich könnte man argumentieren, dass die sogenannten spirituellen Coaching-Angebote am Markt beide Ziele gleichzeitig verfolgen.

Ich halte es für unwahrscheinlich, dass ein vollständig erwachter spiritueller Lehrer Persönlichkeiten coacht, die ja aus seiner Sicht illusionär sind und sehe die Gefahr, bei diesen Angeboten an jemanden zu geraten, der ein spirituelles Ego auslebt und aus diesem heraus die für mich wichtigste Regel im Coaching untergräbt:

Der Klient bestimmt das Ziel.

Quellen und weiterführende Hinweise:

Chatbox AI

Christian Meyer: Erleuchtung kann jeder, Unum-Verlag, 2023

Ramana Maharishi: Sei, was du bist!: Die wichtigsten Lehren des großen indischen Weisen, Hrsg. O.W. Barth; 1. Juli 2010

Rupert Spira: Bewusstsein ist alles: Über die Natur unserer Erfahrung, Herausgeber : VAK; 1. Edition; 1. März 2011)

Von Rupert Spira finden sich bei Youtube aus meiner Sicht empfehlenswerte Teachings.