

# Gelassenheit aus dem Kloster? Die stille Vereinnahmung säkularer Praxis

19. April 2026 | AWQ

Das Wort zum Kloster-Wort zum Sonntag: Conrad Krannich: Gelassenheit , veröffentlicht am 18.4.26 von ARD/daserste.de

## Darum geht es

Krannich stilisiert klösterliche Atmosphäre zur Quelle besonderer Kraft und Gelassenheit, blendet dabei aber die inneren Zwänge der Community aus und vereinnahmt universelle Achtsamkeitspraktiken für das christliche Narrativ.

## Das Setting: Idyll mit Regiefehler

Conrad Krannich , Pfarrer der Evangelischen Studierendengemeinde in Halle, schildert im „Wort zum Sonntag“ einen Gottesdienst zum Semesterbeginn im Kloster Petersberg, die anschließende Tischgemeinschaft und ein Gespräch mit „Schwester Alena“, einer jungen Psychotherapeutin. Sein Fazit: Hier werde eine besondere Gelassenheit spürbar, die sich ein Stück weit auch in den Alltag retten lasse. Der Text ist handwerklich geschickt gebaut, warm erzählt, harmlos im Tonfall. Genau deshalb lohnt der zweite Blick.

## „Von solchen Orten geht eine besondere Kraft aus“ — wirklich?

Krannich formuliert: „Von solchen Orten geht irgendwie eine besondere Kraft aus“. Das „irgendwie“ ist verräterisch. Gemeint ist eine diffuse spirituelle Aura, die dem Gemäuer zugeschrieben wird. Säkular betrachtet liegt die Wirkung nicht im Ort, sondern in völlig profanen Faktoren: romanische Architektur, gute Akustik, Abstand zur Stadt, ruhige Lichtführung, Gesang in Gemeinschaft, geregelter Tagesablauf, kein Smartphone-Druck. Wer sich an einem stillen Waldsee, in den Bergen, in einer guten Bibliothek oder beim Chorsingen im Gesangsverein ähnlich fühlt, kennt den Effekt.

Die Umdeutung einer nachvollziehbaren psychoakustischen und sozialen Erfahrung in eine „besondere Kraft des Ortes“ ist eine sanfte Form von Mystifizierung. Sie suggeriert, die Wirkung sei an den religiösen Rahmen gebunden — was empirisch nicht haltbar ist.



Foto: ErwinMeier – Eigenes Werk, CC BY-SA 4.0,  
<https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=113056506>

## „Hier kann ich sein, wie ich bin“ — unter drei Gelübden

Die zentrale Pointe des Beitrags ist das Zitat von Schwester Alena: „Hier kann ich sein, wie ich bin.“ Krannich ist davon berührt. Er verknüpft es mit „einer ganz besonderen Freiheit“.

Ein nüchterner Hinweis ist angebracht: Die Communität Christusbruderschaft Selbitz, zu der das Kloster Petersberg gehört, lebt nach den *drei evangelischen Räten* — Armut, Keuschheit und Gehorsam. So beschreibt es die Communität selbst, ebenso wie einschlägige Portale der bayerischen Landeskirche. Das ist eine lebenslange, öffentlich abgelegte Selbstverpflichtung, die das persönliche Leben in allen wesentlichen Dimensionen — Besitz, Sexualität, Autonomie in Entscheidungen — reglementiert.

Man kann das für einzelne Menschen als stimmigen Lebensentwurf respektieren. Man kann es aber schwerlich unkommentiert als Raum präsentieren, in dem man „sein kann, wie man ist“. Denn wer etwa als queer lebender, sexuell aktiver, in Besitzfragen selbstbestimmter oder gegenüber hierarchischen Strukturen skeptischer Mensch *so ist, wie er ist*, passt in diese Struktur eben nicht. Die Freiheit, von der Krannich spricht, ist die Freiheit *innerhalb* eines eng gezogenen normativen Rahmens — nicht Freiheit im emanzipatorischen Sinne.

Für ein bundesweit ausgestrahltes Format, das sich an ein heterogenes Publikum richtet, wäre eine solche Einordnung redlich gewesen. Sie fehlt.

## Psychotherapie im Kloster: eine problematische Melange

Krannich erwähnt beiläufig, dass Schwester Alena in den Klostermauern gerade eine eigene psychotherapeutische Praxis eröffnet hat. Das klingt zunächst sympathisch, verdient aber eine genauere Betrachtung.

Psychotherapie ist ein wissenschaftlich fundiertes, ethisch streng reguliertes Verfahren. Sie setzt die weltanschauliche Neutralität der Therapeutin, einen geschützten Rahmen und das klare Primat der Autonomie der Klienten voraus. Eine Praxis innerhalb einer Glaubensgemeinschaft, die nach festen spirituellen Regeln organisiert ist, wirft unvermeidlich Fragen auf: Wie wird mit Klientinnen umgegangen, deren Lebensentwurf im Widerspruch zur Communitätsethik steht? Wie wird die Rollentrennung zwischen seelsorgerlicher Identität als Ordensschwester und therapeutischer Rolle kommuniziert? Wie wird verhindert, dass der Ort selbst bereits eine nicht-neutrale Botschaft sendet?

Diese Fragen sind nicht polemisch, sie gehören zum Standardrepertoire therapeutischer Berufsethik. Krannich stellt keine einzige davon. Stattdessen dient die Psychotherapeutin als Vitrinestück für die Wohltat des Ortes.

## Achtsamkeit in christlicher Verpackung

Gegen Ende des Beitrags verdichtet Krannich seine Botschaft: „Im Moment sein, den anderen Menschen wirklich zuhören, die schönen Augenblicke bewusst wahrnehmen, sich in den schlimmen Momenten tragen lassen vom Glauben.“

Die ersten drei Elemente sind eine präzise Kurzdefinition von *Achtsamkeit*. Diese Praxis ist in ihrer heutigen, empirisch gut untersuchten Form maßgeblich säkular konzipiert — Jon Kabat-Zinns MBSR-Programm (Mindfulness-Based Stress Reduction) wurde ab den späten 1970er Jahren an der University of Massachusetts Medical School bewusst aus dem religiösen Kontext herausgelöst, um in Kliniken, Schulen und Unternehmen einsetzbar zu sein. Die Wirksamkeit bei Stress, Angststörungen und depressiven Rückfällen ist in zahlreichen Meta-Analysen belegt.

Man braucht für diese Techniken keinen Gottesdienst, kein Kloster und keinen Psalter. Man braucht ein paar Minuten am Tag und eine einfache Anleitung. Krannich weiß das vermutlich. Er verknüpft sie dennoch rhetorisch mit dem religiösen Setting und suggeriert, das eine gehe aus dem anderen hervor. Das ist eine leise, aber wirksame Etikettenvertauschung.

## „Sich tragen lassen vom Glauben“ — die Externalisierung der Bewältigung

Der vierte Bestandteil der Aufzählung ist der eigentlich problematische: „sich in den schlimmen Momenten tragen lassen vom Glauben“. Hier verlässt Krannich die Achtsamkeitsebene und wechselt ins Eigentliche. Statt die innere Ressource der Person zu stärken — Selbstwirksamkeit, soziale Netze, professionelle Hilfe, wenn nötig — wird die Bewältigung an eine externe Größe

delegiert, deren Existenz Voraussetzung der Wirkung ist.

Für Menschen in Krisen ist das ein zweischneidiges Angebot. Wer den Glauben nicht teilt oder ihn in einer belastenden Phase verliert, verliert nach dieser Logik auch das Tragende. Säkulare Konzepte psychischer Gesundheit setzen dagegen konsequent auf Ressourcen, die sich in der Person und ihrem realen Umfeld aufbauen und trainieren lassen. Sie sind robuster gegenüber weltanschaulichen Erschütterungen.

## Die Zielgruppe: Studierende im Semesterstress

Bemerkenswert ist der Adressatenkreis. Krannich richtet sich ausdrücklich an „meine Studierenden“ im „Stress, der mit dem neuen Semester jetzt wieder losgeht“, und an das allgemeine Publikum. Junge Menschen in einer biografisch offenen Phase, unter Leistungsdruck, mit unsicheren Zukunftsaussichten, sind eine klassische Zielgruppe religiöser Angebote — und zugleich eine besonders sensible. Dass ein öffentlich-rechtlich gesendetes Format genutzt wird, um das eigene Angebot der Evangelischen Studierendengemeinde und ein konkretes Kloster werbewirksam zu platzieren, darf man benennen.

## Was säkular-humanistisch bleibt

Gelassenheit, Präsenz im Moment, achtsames Zuhören, die Fähigkeit, schöne Augenblicke wahrzunehmen, und das Getragensein in schwierigen Phasen — all das sind gute, erstrebenswerte Dinge. Niemand muss sie Krannich streitig machen. Aber sie gehören niemandem.

Wer diese Qualitäten kultivieren möchte, kann auf ein breites, evidenzbasiertes Instrumentarium zurückgreifen: säkulare Achtsamkeitskurse, Psychotherapie nach wissenschaftlichen Verfahren, tragfähige Freundschaften und Familienbeziehungen, Gemeinschaft in Vereinen, Chören, Nachbarschaften, Engagement für anderes als die eigene Befindlichkeit, körperliche Bewegung, Zeit in der Natur, das bewusste Abschalten digitaler Reize. Nichts davon erfordert ein Glaubensbekenntnis, ein Gelübde oder eine Kirchensteuer.

Und das Getragensein in schweren Momenten? Das leisten in einer offenen Gesellschaft andere Menschen — Freunde, Angehörige, Kollegen, Therapeutinnen, Ehrenamtliche, Nachbarn. Nicht vollkommen. Aber überprüfbar, reziprok und ohne metaphysischen Überbau.

## Fazit

Krannichs „Wort zum Sonntag“ ist kein aggressiver Missionsversuch. Es ist das, was mittlerweile den Normalfall im evangelischen Religionsfunk ausmacht: eine sanfte, atmosphärische Werbung, die universelle menschliche Bedürfnisse einsammelt und ihnen ein christliches Label aufklebt. Gerade weil der Ton so harmlos ist, lohnt der Widerspruch. Gelassenheit braucht kein Kloster. Sie braucht Übung, Zeit und tragfähige Beziehungen — verfügbar für alle, auch ohne Gebet.

*KI*

*Text mit KI bearbeitet*

*Titelbild: ErwinMeier – Eigenes Werk, CC BY-SA 4.0,  
<https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=113056506>*

---

Quelle: <https://www.awq.de/2026/04/gelassenheit-aus-dem-kloster-stille-vereinnahmung-saekularer-praxis/>