



# RELIGION 2.0?

TENDENSER OG TRENDS I DET NYE ÅRTUSIND



Det teologiske fakultet, 2010  
Aarhus Universitet  
Center for samtidens religion

# SPIRITUALITET

## – SAMLEBÅNDSPRODUKT ELLER UNIKA?

*Det er på mode at kalde sig spirituel i dag. I aviser, ugeblade, tv- og radioprogrammer udtaler både kendte og ukendte danskere sig ofte om deres spirituelle søgen. Boghandlernes hylder bugner af selvhjælpslitteratur med spirituelt tilsnit, og i folkekirken oplever man stigende efterspørgsel på spirituel vejledning, spirituelle tilgange til kristendom og pilgrims-vandring. Samtidig er ordet spiritualitet dukket op inden for en række nyere terapiformer, og i arbejdslivet bliver flere ledelsesformer og mentale teknikker (fx yoga og meditation) opfattet som spirituelle.*

### Spiritualitet: Troen er min helt egen

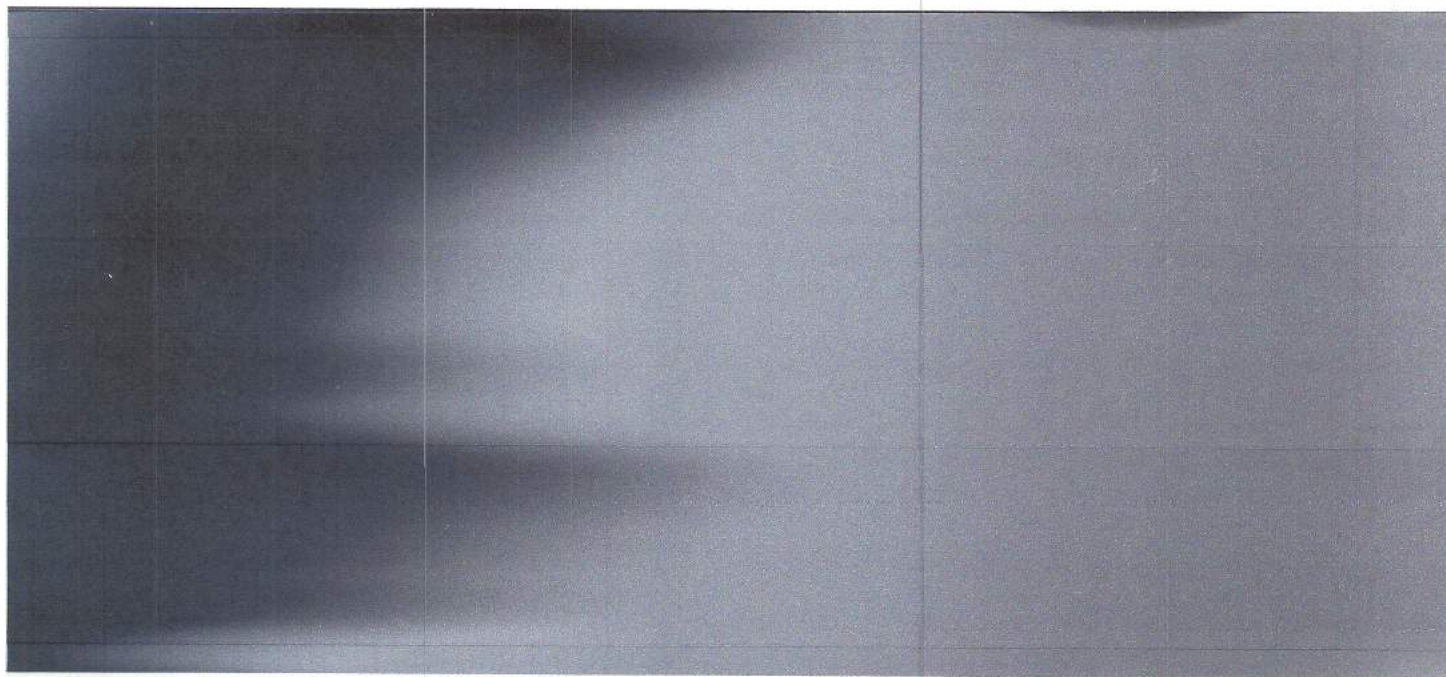
Men hvad er spiritualitet egentlig? Spørger man danskerne, vil de fleste fortælle, at spiritualitet er noget andet end religion. Ikke nødvendigvis noget, der er uforeneligt med religion, men alligevel noget andet. Mange spirituelt interesserede ser religion som noget rent ydre og kulturbestemt, der bliver trukket ned over hovedet på det enkelte menneske. Heroverfor fremhæver de spiritualiteten. Den bliver opfattet som den dybe og sande del af religionen og handler om det universelle, der ligger bag alle religioner. Man kan derfor godt hente indsigter i både

kristendom, jødedom og islam – men ikke *hele* sandheden. Den har ingen religion patent på.

Samtidig er det også en udbredt opfattelse blandt danskerne, at religion og spiritualitet simpelthen er hinandens modsætninger: Religion er dogmatisk, spiritualitet er regelfri. Religion er noget ydre, spiritualitet er noget indre. Religion begrænser mennesker, spiritualitet udfolder mennesker. Religion undertrykker mennesker, spiritualitet sætter mennesker fri. Og frem for alt: Religion ensretter, mens spiritualitet får mennesker til at blive præcis dem, de er.

Det er kendetegnende for mange danskere, der interesserer sig for spiritualitet, at de ser opblomstringen af spiritualiteten som et tegn på, at mennesker ikke længere vil lade sig undertrykke

AF IBEN EGEKVIST KROGSDAL





I de senere år er der afholdt spirituelle messer i flere og flere byer landet over. Her er tusinder af danskere blevet præsenteret for og har personligt afprøvet forskellige spirituelle teknikker og behandlingsformer

af systemer (og religion er her nærmest arketypen på et system) – men derimod vil finde deres helt *egen* sande og unikke vej til det guddommelige. Det sande og autentiske er det, der kommer inde fra det enkelte menneske. Derfor ser mange også spiritualiteten som et slags oprør imod religion: Først når mennesker gør op med dogmer, regler og kulturelt givne sandheder, kan de frit søge sandheden.

Dette opgør med systemer viser sig helt tydeligt i sproget ved, at mange danskere i dag gerne kalder sig selv spirituelt *interesserede* eller *søgende* – men de kalder sig praktisk talt aldrig *spirituelle*: Man er med andre ord ikke noget, der kan defineres udefra i en massebetegnelse eller puttes ned i en kasse.

## De spirituelt søgendes livshistorier

Men er det nu også rigtigt, at de spirituelle danskere er så unikke i deres måder at tro på? Er det så at sige rigtigt, at religionens store samlebånd er ved at ebbe ud, og at vi som følge heraf hver især bliver mere og mere originale i vores trospraksis?

Hvis man som forsker ser nærmere på, hvordan danskere 'fortæller' deres egen spiritualitet, er svaret nej. Det er nemlig påfaldende, at bestemte måder at opfatte tilværelsen på og bestemte forestillinger går igen i danskernes fortællinger om spiritualitet. Disse forestillinger findes overalt i den almindelige omtale af spiritualitet i medier, bøger og blade. De er også meget fremherskende de steder i arbejdslivet, hvor selvudviklingsteknikker og ledelsesformer, der omtales som spirituelle, bliver anvendt. Og

særligt tydeligt kommer de frem, når man kigger på spirituelt interesserede danskere – og i forskningsinterviews.

Selvom det netop er en pointe for de fleste spirituelt interesserede danskere, at de har gjort op med det ydre og har fundet en indefrakommende sandhed, indeholder deres livshistorier ofte meget enslydende syn på livets højde- og vendepunkter, det ►

**”Det er kendetegnende for mange danskere, der interesserer sig for spiritualitet, at de ser opblomstringen af spiritualiteten som et tegn på, at mennesker ikke længere vil lade sig undertrykke af systemer (og religion er her nærmest arketypen på et system) – men derimod vil finde deres helt egen sande og unikke vej til det guddommelige.**

### DANSKERNES RELIGIØSITET

Tal fra den europæiske samfundsundersøgelse, ESS, viser, at på en religiøsitetsskala fra nul til ti, hvor nul er "ikke religiøs", svarer næsten halvdelen af de adspurgte danskere i 2008, at de befinder sig mellem nul og fire.

I samme undersøgelse svarer 40 %, at de er "noget" eller "meget" interesserede i spiritualitet.

Kun 28 % svarer, at de "overhovedet ikke" interesserer sig for spiritualitet.

► guddommeliges væsen og det autentiske menneskeliv. Desuden trækker de spirituelt interesserede den samme type kriser frem som afgørende for et menneskes spirituelle udvikling, og de tolker disse kriser efter samme mønster. Typisk vil spirituelt interesserede danskere således fortælle, at de – ligesom alle mennesker – er født med et sandt, guddom-

meligt selv og med en forudbestemmelse til at skulle yde noget helt bestemt på jorden. I løbet af deres opvækst er de imidlertid blevet så påvirkede af andre menneskers forventninger, at de har glemt (meget af), hvem de *egentlig* selv var, og hvad de *egentlig* selv ville. De har været i "flinkeskolen", og der har de mistet deres selvfølelse og kontakten til deres dybeste selv (deres autenticitet). I stedet har de udviklet en ydre forestilling om sig selv (et ego) og er kommet til at leve for meget efter andres forventninger. Som voksne har de imidlertid været igennem én eller flere livskriser, der har fået dem til at vågne op og kigge indad i sig selv. Disse kriser er blevet oplevet som forudbestemte og meningsfyldte: De kom, fordi man skulle lære noget om sig selv. Spirituelle danskere fortæller typisk, at de via kriserne har lært "at sige fra" over for andre menneskers krav og forventninger og at "finde ind" til deres sande selv igen. De har lært at mærke sig selv, og de er begyndt at leve, som de selv ønsker – i stedet for som andre har lært dem det. På den måde har de skabt en overensstemmelse mellem det, de gør (fx deres arbejde, hvordan de taler til og om andre, og

hvad de vælger til og fra i tilværelsen) – og deres inderste kerne. Derfor lykkes de ting, de gør. De kan nu *mærke*, hvad der er det rigtige at gøre. De har lært at lytte til sig selv og være tro mod sig selv. Og hvis nye kriser rammer, vil de være det guddommeliges måde at hjælpe mennesker videre i deres spirituelle udvikling på.

### Spiritualitetens uskrevede selvrealiseringsmyte

Disse typiske livsbeskrivelser trækker på en fælles, bagvedliggende fortælling om menneskelivet. Denne fortælling er stærkt individualistisk og kunne kaldes for spiritualitetens uskrevede selvrealiseringsmyte. Ifølge denne myte er livet en lang og forudbestemt rejse mod at realisere det sande og guddommelige i det enkelte menneske. Man skal blive den, man i *virkeligheden* er. Det guddommelige er noget iboende, mennesker har glemt, og som langsomt bliver åbenbart for dem, når de gennemlever personlige kriser.

Spiritualitetens selvrealiseringsmyte ligner her oldtidens gnostiske myter. De handlede om menneskets rejse mod indsigt (gnosis) i dets egen glemte guddommelighed: Skulle mennesker frelses, skulle de genopdage noget oprindeligt guddommeligt, de havde tabt. Parallelt hermed søger nutidens spirituelle det oprindelige og tabte inde under kulturens fernis. De søger efter sig selv i en anden udgave end den, de er blevet opdraget til at være. Når mange i dag beretter om, hvordan de forsøger at blive sig selv (blive autentiske) gennem en livslang selvrealiserings-

proces, fortæller de altså hverken en helt ny eller fuldstændig unik historie; de fortæller stadig deres livshistorie efter bestemte, kulturelle skabeloner.

Derudover har spirituelt interesserede danskere også en trospraksis, der ved nærmere eftersyn er mindre unik, end mange forestiller sig. Til selvrealiseringsmyten er der nemlig knyttet en række ritualer, som meget bredt kan kaldes for terapier. "Terapier" omfatter her hele den generelle terapeutisering af menneskelivet, hvorved mennesker i dag i stigende grad konsulterer terapeuter (og selvudviklingsbøger) for at bearbejde sig selv. Herunder hører en række terapeutiske modefænomener, der i disse år ofte bliver koblet med spiritualitet: Yoga, meditation, Mindfulness, nyere korttidsterapier som NLP, Positiv Psykologi og en række former for coaching. Fælles for disse modefænomener er, at de har fokus på at gøre det enkelte menneske selvbevidst og ansvarligt for egne følelser, potentialer og ubevidste personlighedssider. Fælles for de terapeutiske modefænomener er det også, at de især appellerer til mellem- og højtuddannede danskere, der befinder sig i samfundets øvre midte og top.

## Spiritualitet: Unikaer på samleband

Spiritualitetens opblomstring er derfor ikke udtryk for, at enkeltmennesker har løsrevet sig fra kulturelle fortællinger, kulturelle systemer og kulturelle forudbestemmelser. Den er snarere udtryk for, at mennesker kobler sig på nye typer

af fortællinger og systemer, og at de gør det på nye måder gennem deltagelse i nye typer ritualer. Religiøse fællesskaber er ikke, hvad de har været. Men de findes stadig, om end nu i løsere former, med anderledes tilknytninger, med nye former for myter og ritualer og med nye dagsordner.

Derfor er det også vigtigt, at vi i religionsforskningen ikke bare ukritisk overtager de spirituelles egne begreber og selvopfattelser. Spiritualiteten bliver hverken særligt fri eller privat eller umulig at sætte på formel af, at de spirituelle oplever den sådan selv. Spiritualitet er heller ikke nødvendigvis et alternativ til religion, bare fordi spiritualitetens egne udøvere ser den som en guddommelig frisættelse fra religion til noget helt andet, individuelt-unikt. Spiritualiteten kan udmærket studeres systematisk med religionsvidenskabelige briller og begreber. Og kigger man godt efter som forsker, kan man måske endda se spiritualitetens unika-fortællinger komme glidende én efter én på kulturens (og religionens...) store samleband. ■

## VIDSTE DU AT ...

... en række bøger om spiritualitet i dag har bestsellerstatus i Danmark. Bogen "The Secret" (2007) af Rhonda Byrne er foreløbig blevet solgt i over 30.000 eksemplarer, og bogen "Nuets kraft" af Eckert Tolle (2000) indtil videre i over 40.000.

... spiritualitet får stadig mere spalteplass i dameblade, ugemagasiner og aviser (se evt. undersøgelsen "Religion og spiritualitet i danske dameblade uge 7, 2010 på: <http://teo.au.dk/csr/relaarbog10/ik/>)

## HVIS DU VIL VIDE MERE

### Hjemmesider

- [www.selvet.dk](http://www.selvet.dk)
- [www.hypnoseinstituttet.dk](http://www.hypnoseinstituttet.dk)

### Bøger og artikler

- Tina Magaard (red.): *Ledelse og spiritualitet*.
- *En antologi om nye veje i arbejdslivet* Gyldendal Business (2009).
- Charles Taylor: *Modernitetens Ubehag – Autenticitetens Etik* Forlaget Philosophia (2002).
- Iben Krogsgaard: *Ledelse i autenticitetens tidsalder*
- fra undertrykkelse til udtrykkelser Slagmark nr. 56, s. 17-28 (2010)