



## Religion / Spiritualität

Religion kann als Rückbindung an Gott verstanden werden (lat. religare: rückbinden) oder als Beobachten von Ritualen und/oder Inhalten einer Glaubensgemeinschaft (lat. relegere: wieder lesen, befolgen). Religiosität ist die persönliche Gestaltung und Lebenspraxis von Religion.

Spiritualität (lat. spiritus: Geist, Atem) meint die persönliche Suche nach Lebenssinn und Transzendenz. Als Breitbandbegriff umfasst er verschiedene Wege der Suche: innerhalb der institutionalisierten Religionen mit unterschiedlicher interreligiöser Offenheit, in verschiedenen Weltanschauungen, als humanitäres Engagement, als Naturverbundenheit, auf Wegen der Achtsamkeit usw.

Wichtig: eine Person kann sich alternativ als religiös oder spirituell oder als beides bezeichnen.



### **Spiritualität/Religiosität**

Woraus schöpfe ich meine Kraft? Was verleiht meinem Leben Sinn? Wie ist mein persönlicher Weg, mich an etwas anzubinden, was „größer“ ist als ich?

### **Welche Bedeutung hat dies für die Gestaltung meines Lebens?**

Welchen Einfluss hat meine Grundorientierung darauf, wie ich mit mir selbst umgehe, auch wie ich auf meine Gesundheit achte?

### **Welche Bedeutung hat dies für mich in meinem Beruf?**

Wie hilft mir meine Spiritualität/Religiosität in meinem beruflichen Alltag? Wünsche ich mir (Frei-)Raum für meine spirituellen/religiösen Bedürfnisse im Arbeitsumfeld?