



# Am Bildschirm Sinn finden?

*Laura Malina Seiler lehrt spirituelle Optimierung im Internet*

*Von Michael Utsch*

**Die Digitalisierung** hat längst auch den spirituellen Weiterbildungsmarkt verändert. Reisten früher an Erleuchtung Interessierte ihren spirituellen Lehrerinnen und Lehrern hinterher, um ihnen persönlich in Seminaren und Veranstaltungen zu begegnen und sich mit Gleichgesinnten auszutauschen, sind heute viele von ihnen online auf eigenen Kanälen verfügbar und kommen einem per heimischen Computer oder mobilen Endgerät ganz nah. Portale wie [www.jetzt-tv.net](http://www.jetzt-tv.net) oder [www.psonline.news](http://www.psonline.news) bieten seit Jahren mit wachsendem Erfolg Tausende von Online-Kursen zu den Themen Selbstfindung, Spiritualität, Heilung und Meditation an. Die Kirchen gehen mit dem Trend zur Digitalisierung

unterschiedlich um. „Jana glaubt“, „Theresa liebt“, und ein Pfarrerehepaar sagt „Anders. Amen“: Das von der evangelischen Kirche gestartete Netzwerk „yeet“ will die Vielfalt des christlichen Glaubens darstellen und hofft, damit junge Menschen auf den ihnen vertrauten digitalen Wegen zu erreichen. In der Krise, in der soziale Distanzierung staatlich angeordnet ist, erlangen jene religiöse Gruppen eine höhere Aufmerksamkeit, die schon seit Jahren die neuartigen Möglichkeiten digitaler Kommunikation für sich nutzen. Anders Papst Franziskus. In seiner vor wenigen Wochen veröffentlichten Enzyklika „Fratelli tutti“ warnt er vor den schädlichen Auswirkungen der digitalen Vernetzung. Als „Täuschung

der Kommunikation“ kritisiert er, dass in der digitalen Welt „alles zu einem Schauspiel“ werde. Die virtuelle Nähe im Netz sei eine scheinbare. Die Blindheit für die Körpersprache führe nicht selten zu einer „konsumistischen Abschottung“ und damit in eine gefährliche Isolation.

Online-Kurse bieten aber fraglos viele Vorteile – zumal in Pandemie-Zeiten. Obwohl auch spirituelle Formate in den letzten Jahren sprunghaft zugenommen haben, setzt einer der größten Verlagskonzerne Deutschlands, die Funke-Mediengruppe, ganz traditionell auf Papier. Vor einem Jahr ging ein neues Hochglanz-Magazin mit einer Auflage von 100 000 Exemplaren zum Preis von 10 Euro an den Start. Das 148 Seiten um-

fassende Magazin mit dem Titel „I AM by Laura Malina Seiler“ beschäftigt sich mit persönlicher und spiritueller Weiterentwicklung und erscheint jährlich viermal in gedruckter Form. Die Herbstausgabe vermittelt als Schwerpunkt Anleitungen, wie man seine Spiritualität entdecken und wie Meditation das Leben verändern kann. Ob diese schwammigen Floskeln als Kaufanreiz im hart umkämpften Zeitschriften-Segment reichen?

Energie, Schöpferkraft, Vergebung, Transformation – eine Mixtur esoterisch-religiöser Begriffe durchzieht alle vier bisher erschienen Ausgaben. In Aussicht gestellt werden persönliche und spirituelle Weiterentwicklung in kurzer Zeit. Editorin und Namensgeberin ist die Unternehmerin, Podcasterin und Bestsellerautorin Laura Malina Seiler. Die 34-Jährige ist der aktuelle Superstar der spirituellen Szene in Deutschland. Nach dem Studium der interkulturellen Kommunikation arbeitete sie als Konzertmanagerin, heute bezeichnet sie sich als Visionärin. Als „Mindful Empowerment Coach“ will sie achtsame Selbstermächtigung und Selbstwirksamkeit vermitteln. 20 000 Menschen sollen bereits an Seilers Kursen teilgenommen haben. Zehntausende schauen ihre YouTube-Videos oder folgen ihr im Foto-Netzwerk Instagram. Ihr Podcast gehört zu den meistgehörten in Deutschland und verzeichnet mehrere Millionen Abrufe, sie belegt #1 in den iTunes-Charts der Kategorie Gesundheit. Der Kern ihres kostenpflichtigen Online-Kursprogramms bilden vier Wochen lang per Video begleitete Morgenmeditationen und aufgezeichnete Video-Coaching-Sessions der sog. Rise Up and Shine-Universität – steh auf und strahle.

Obwohl sich Seiler seit Jahren in den sozialen Medien vielfältig präsentiert, sieht der Verlag offenbar eine ausreichend hohe Nachfrage für ein weiteres gedrucktes Lifestyle-Magazin – vielleicht gerade deshalb. Die früher verbreitete Befürchtung, das Internet würde den Buch- und Zeitschriftenmarkt zerstören, hat sich nicht bewahrheitet. Im Gegenteil: Pfiffige hybride Unternehmerinnen

wie Seiler fördern mit ihrer gleichzeitigen Präsenz in analogen und digitalen Medien den Umsatz in beiden Formaten: den Podcast beim Spülen, die Zeitschrift auf dem Sofa. Nach Vorgaben des Verlags soll der Titel „I AM“ vom Handel in die Rubrik Frauenzeitschriften / Mindstyle einsortiert werden, neben Titel wie „Auszeit“, „Carpe Diem“, „Der Pilger“, „Einfach. Sein“, „Emotion“, „Flow“, „Happinez“, „Hygge“, „New Spirit“ und vielen mehr.

## DIE WELT DER GEBRAUCHS-ESOTERIK

Die Beiträge im neuen Magazin sind in Rubriken wie „Spiritualität & Meditation“, „Gesundheit & Fitness“, „Beziehungen & Emotionen“, „Sinn & Berufung“, „Wohnen & Lifestyle“, „Erfolg, Karriere & Finanzen“ sowie „Ernährung“ untergeteilt. Zudem laden viele Workbook-Seiten zum Mitmachen, Ausfüllen und Reflektieren ein. Eindringlich fordert Seiler die Leser zur Entschleunigung auf. Mit plakativ gestalteten, oft jedoch banalen Aussagen wie „Du bist ein Original!“ oder schlichten Tipps „Glücklich werden in 5 Schritten – Lebe im Hier und Jetzt!“ will sie das Selbstwertgefühl stärken und die Selbstwirksamkeit erhöhen.

Zwei Besonderheiten weist das neue Magazin auf. Es ist das erste spirituelle Personality-Magazin auf dem deutschsprachigen Markt. Laura Malina Seilers mildes Lächeln begegnet dem Leser nicht nur auf dem Titel, sondern in zahlreichen Beiträgen. Und man reibt sich die Augen: Angeblich erscheint es komplett anzeigenfrei. So jedenfalls lautet das großformatige Versprechen auf jedem Cover: „100% Laura, 0% Werbung“. Bei genauem Hinschauen erweist sich dies aber als eine Mogelpackung. Zwar gibt es keine Anzeigenkunden, aber zahlreiche werbende Hinweise Seilers auf spirituelle Accessoires, Bücher, Kleidung, Kurse und Nahrungsmittel mit den jeweiligen Online-Bezugsadressen.

Weltanschaulich ist das Magazin in der Gebrauchs-Esoterik zu verorten. Leider fehlen jegliche Bezüge zu den klassischen Meditationstraditionen. Ob die Macher in den traditionellen Religio-

nen keine Potenziale für die persönliche spirituelle Weiterentwicklung finden konnten? Dann haben sie nicht genau hingeschaut. Zumindest macht das neue Magazin deutlich, dass unsere spirituellen Bedürfnisse durch Wohlstand, Bildung und Technik kaum gestillt werden können. Professionell gestaltet lassen sich diese Bedürfnisse gut vermarkten, offensichtlich auch im herkömmlichen Zeitschriftenformat. Menschen suchen Entschleunigung, Ermutigung und positive Anstöße von einem sympathischen Vorbild, das Themen wie Achtsamkeit, Sinnfindung und persönliche Weiterentwicklung authentisch und nahbar verkörpert.

Sinnfluencer-Follower wie die von Laura Malina Seiler werden allerdings über zwei Fallen stolpern. Wenn die kostenpflichtigen Online-Angebote nicht zum gewünschten Seelenfrieden führen, fühlt sich die jeweilige Kundin schnell selbst schuldig. Und während die Fridays-for-Future-Bewegung Gemeinschaft stiftet, lassen Seilers Angebote der spirituellen Selbstoptimierung die Nutzer allein vor dem Bildschirm zurück. Spiritualität meint vor allem Selbsttranszendenz und Verbundenheit mit etwas Größerem und nicht Selbstoptimierung. ←



Prof. Dr. **Michael Utsch** ist Dipl.-Psychologe und arbeitet bei der Ev. Zentralstelle für Weltanschauungsfragen (ezw) in Berlin und als niedergelassener Psychotherapeut.