



## Oblatenbrief - Extra

Nütschau im Oktober 2013

Sonntagsgespräch am 27. 10. 2013

Prof. Dr. Fulbert Steffensky, Luzern

Liebe Oblaten,

P. Willibrord schrieb: „**Wenn wir den Text offen machen dürfen für die Oblaten, wäre das auf jeden Fall ein großer Gewinn.**“

Nun, wir dürfen. Fulbert Steffensky hat freundlicherweise die Erlaubnis zur Vervielfältigung seines Manuskriptes erteilt, wofür wir ihm ganz herzlich Dank sagen möchten, verbunden mit dem Wunsch, ihm im nächsten Jahr wieder in Nütschau zuhören zu dürfen. Ad multos annos!

## Spiritualität als geformte Aufmerksamkeit

Prof. Dr. Fulbert Steffensky, Luzern

### Die Signatur einer säkularen Welt

Unser Glaube, unsere Weltentwürfe und unsere Lebenskonzepte sind nicht unabhängig von der Zeit, in der wir leben; von den Menschen, mit denen wir leben und von den materiellen Bedingungen, die uns prägen. Ich vergleiche die Welt meiner Kindheit mit der Welt meiner Enkel und ermittle damit die Signatur der Gegenwart

Meine alte Kinderwelt war eine imitative Welt. Die Leute haben gedacht, gefühlt, geglaubt, gehandelt, wie ihre Vorfahren geglaubt und gehandelt haben. In der Welt meiner Enkel ist die Stimme der Toten leise geworden. Die Tradition ist verblasst, und unsere Kinder werden ihren Glauben und ihre Lebensoptionen neu aushandeln müssen. Das verwirrt sie und lässt sie zugleich zu Subjekten ihres Gewissens und ihres Handelns werden.

Unsere Welten waren voll von kanonischem Wissen, von Lehren und Lehrern. Unser Problem war, dass wir Texte hatten, die sich die Wirklichkeit unterwarfen. Das Problem unserer Enkel könnte sein, dass sie keine Texte haben, die ihnen die Welt aufschließen.

In meiner Kinderwelt kannten wir nur einen Lebensentwurf, unseren eigenen. Meine Enkel stoßen auf eine vielstimmige Welt, in der sich ihnen die verschiedensten Glaubens- und Lebensweisen anbieten. Das irritiert sie und befreit sie von der Diktatur der Einzigartigkeit.

In meiner Kinderwelt waren wir nie ohne Zugehörigkeit. Wir gehörten naturhaft zu einer Großfamilie, einem Dorf (auch in der Stadt!), zu einer Kirche. Wir wurden gesehen und waren nie allein. Meine Enkel leben in hoch individualisierten Welten. Sie sind frei vom Bann der Gruppen, und sind einsamer, als wir es waren.

Wir lebten in einer Welt voller Formen, Aufführungen, Bräuche, Rituale, Lebensinszenierungen, die uns die Optionen unserer Welt deutlich und glaubhaft machten. Unsere Enkel leben in Welten mit einem schwachen Pathos. Sie sind frei von Konventionen, aber ihre Lebenswünsche haben nur wenige Figuren, in denen sie eingeübt und befestigt werden.

Die Institutionen meiner Kinderwelt – die Schulen, die Kirchen, das Elternhaus – waren stark und streng. Geist wurde nicht selten mit Strenge verwechselt. Die Bildungswelten unserer Enkel sind meistens von schwacher Liberalität. Sie sind oft konsequenzenfrei, weil niemand genau weiß, wessen Geistes Kind sie sind und sein sollen.

Meine Kinderwelt war eine Welt der Nesthocker. Man blieb, zumindest tendenziell, in der Region, in der man geboren war; in dem Glauben, der einem überliefert war; in der Ehe, die man eingegangen war; in dem Beruf, den man gelernt. Die Welt meiner Enkel ist eine Welt der Nestflüchter.

Und ein letzter entscheidender Unterschied: Unsere Enkelkinder kennen Auschwitz, wir kannten es nicht. Das heißt, wir kennen den Zweifel, der uns verstört und der uns reinigt.

### **Glaubensfragment: Wir sind endliche Wesen, auch in unserem Glauben**

Es ist nicht selbstverständlich, dass man glauben kann. Wenn ich mich als Glaubenden von außen betrachte, bin ich verwundert über mich selbst: Wie kann ich an die Barmherzigkeit Gottes glauben, ohne dessen Wissen kein Haar von meinem Haupt fallen soll, wie Aggression und Feindschaft ein wesentliches Prinzip der Selbsterhaltung der Natur ist? Ich nenne das Beispiel eines Wunders der Schönheit im Dienste der Vernichtung anderer Lebewesen: Das Spinnennetz. Eine Spinne „versteht“ ihr Netz so zu bauen, dass das Gebilde als Ganzes intakt bleibt, auch wenn die Fäden an einzelnen Stellen durch schwere Beute oder heftige Winde reißen. Sogar einem Hurrikan kann ein solches Netz standhalten. Das Wunder aber ist gesponnen mit dem Zweck, anderes Leben zu vernichten. Die höchste Zweckmäßigkeit geht mit höchster Aggression zusammen. Welchen Sinn soll das Ganze haben? Seine Zwecke leuchten mir ein, aber sein Sinn? Der 104. Psalm lobt die Herrlichkeit Gottes und seine weise Ordnung. Die Erde ist voll von Gottes Güte, behauptet er. In Wirklichkeit beschreibt er nur die kalte Souveränität einer Natur, die lächelnd Gnade verteilt und kalt lächelnd Leben vernichtet. Der Psalm preist die jungen Löwen, die brüllen nach Raub und die ihre Speise von Gott suchen. Diese „Speise von Gott“ sind die Lämmer, die in ihrer Todesangst brüllen; die Ziegen, die dem tödlichen Biss zu entkommen versuchen. „Es warten alle auf dich, dass du ihnen Speise gebest zur rechten Zeit.“, heißt es im Psalm. Für die meisten Lebewesen in der Geschichte ist die Speise „zur rechten Zeit“ ausgeblieben, oder sie dienten „zur rechten Zeit“ als Speise für andere Kreaturen. Wie verrückt und wahnhaft, verzweifelt oder wie mutig muss jemand sein, der dies mit offenen Augen sieht und dennoch sagt: „Lobe den Herrn, meine Seele.“ Kann es sein, dass Menschen zwar nicht an Gott glauben, aber an ihren Glauben glauben; an ein Sprach- und Deutungssystem, das ihnen einen Sinn vorspielt, der gefeit ist gegen den Blick in die Abgründe des Lebens? Kann es sein, dass man seinen Unglauben nicht erkennt, weil man **gewohnt** ist zu glauben? Man kennt die alten Glaubenstexte und Lieder; man geht zum Gottesdienst und man betet; man lebt mit anderen Gläubigen zusammen und meidet die Ungläubigen. Man lebt also in religiösen Kontexten, die es einem kaum erlauben gottlos zu sein; vor allem jenen nicht, die mit Religion auch noch ihren Lebensunterhalt verdienen. Man lebt in einer Aura unbedachter Selbstverständlichkeiten. Es gibt übrigens auch die unbedachte Selbstverständlichkeit des Unglaubens.

Aber kann man überhaupt leben ohne die Welt der unbedachten Selbstverständlichkeiten?

Man kann nicht immer existentiell sein, und man muss einmal getroffene Annahmen für begründet halten, zumindest auf Zeit, um sich nicht in der eigenen Existentialität zu verstricken und zu erschöpfen. Bestimmte Fragen muss man zumindest vorläufig für beantwortet halten, wenn man in Ruhe existieren will. Es kann ja sein, dass in neuen Krisen die alten Welten erschüttert werden oder gar untergehen. Aber auf Zeit und vorläufig muss man in solchen

Welten leben, als gäbe es sie und als hätten sie einen festen Grund. Zur Entscheidung gehört, dass man entschieden ist und dass die Entscheidung nicht jederzeit wieder in Frage steht. Zum Frieden des Menschen mit sich selbst gehört, dass er seine eigenen Entscheidungen gelten lässt. Das ist beim Glauben so, wie es bei der Liebe so ist. Die Entschiedenheit ist das Floß, auf dem die Liebe schwimmt. Ob Stürme kommen, die das Floß in neue Seenot bringen, ist eine andere Frage.

### **Auch der karge Glaube ist ein Glaube.**

Manchmal besteht der Glaube nur noch aus Handlungen: In die Kirche gehen, aufstehen, knien, sich bekreuzigen, einen Psalmvers in der Nacht aufsagen, einen Vers sagen, wenn ein Notfallwagen passiert, einen Psalm vor dem Frühstück lesen, ein Kind bekreuzigen. Der Glaube ist wie eine leere und ausgeräumte Kapelle. Nicht beten, aber in die Maske der Beter schlüpfen. Karsamstagsglaube, der Glaube schweigt, der Unglaube schweigt oder wird noch nicht gewagt. Gewagter Unglaube, gewagter Glaube!

Aber ist es in der Liebe anders? Es gibt Zeiten, vielleicht sogar Jahre, in denen die Liebe nur noch aus „Handlungen“ besteht: Jemandem das Frühstück machen, die Fahrkarte für ihn kaufen, ihm die Tür aufhalten, den Abfall entfernen, die Gesten der Höflichkeit. Es gibt Zeiten, in denen der Anker der Liebe aus dem Herzen gerissen ist und die Ankerung nur noch in „Handlungen“ besteht? Wer sagt denn, dass die Liebe abhanden gekommen ist, nur weil man sie nicht mehr spürt? Die gegenwärtige kühle Liebe besteht auch aus dem Gestern, als man sich heiß geliebt hat. Sie besteht auch aus der Hoffnung auf den Neuen Morgen, wenn man sich wieder heiß liebt. Man hat kein Recht, in der Gegenwart der kalten Liebe oder des kalten Glaubens zu ertrinken. Wer sagt denn, dass der Glaube abhanden gekommen ist, nur weil man nicht mehr glaubt?

Was trägt eigentlich? Ist das Nest der Liebe und des Glaubens nur das Herz, die Seele, die Innerlichkeit? Sind die „Handlungen“ nicht genau so sehr Retter der Liebe und des Glaubens? Auch das kalte Herz ist ein Herz. Vielleicht gibt es das ja, dass man aus purer Höflichkeit gegen Gott ihm den Glauben nicht aufkündigt.

Vielleicht gehört die Glaubensarmut zum Glauben. Bete und verlass deine glaubensnarzisstischen Gedanken! Du kannst nicht beten? Dann lass es! Du kannst nicht beten? Dann bete!

Gibt es eine Selbstlosigkeit, die sich weder um den eigenen Glauben noch um den eigenen Unglauben kümmert; die betet, in die Kirche geht, sich mit Weihwasser besprengt; eine postnaive Einfalt, die den eigenen Unglauben nicht ernst nimmt, ihm mit Humor begegnet; die den Unglauben nicht beweihräuchert, sondern ihn mit Humor ausräuchert? Der Theologe Michael Plattig schreibt: „Das Ringen um Selbsterkenntnis und Gotteserkenntnis schliesst auch das Ringen mit Gott ein.... Dieser Aspekt des geistlichen Leben und des Betens droht oft gegenüber Lob, Dank und Bitte sowohl liturgisch auch als persönlich unterzugehen. ... Deshalb ist es so fatal für eine christliche Gebetslehre, wenn das Konfliktgespräch mit Gott, wenn die Klage vergessen oder bewusst ausgeschlossen wird.“ (Geist und Leben 4/2011, S. 350)

### **Frömmigkeit oder Spiritualität?**

Jeder Begriff der religiösen Tradition hat seine Stärke und seine Korruption. So geht es mit dem Wort Frömmigkeit, so geht es inzwischen auch mit dem Wort Spiritualität, das in den letzten Jahren Fuß gefasst hat. Wer ist fromm und was bedeutet Frömmigkeit? Frömmigkeit ist zunächst eine Grundhaltung des Menschen seinem Gott gegenüber. Vielleicht sagt das Wort

Gottesfurcht am ehesten, was damit gemeint ist. Der Fromme weiß, dass er nicht Herr seiner selber ist. Er verdankt sich dem Gott, der ihn ins Leben gerufen hat. Dies ist ein Moment menschlicher Freiheit. Man muss sich nicht selbst gebären, man muss nicht sein eigener Souverän sein. Der Mensch ist ein bedürftiges Wesen, er hat sich nicht selbst das Leben eingehaucht; er ist, weil er ins Leben gerufen ist, nicht weil er Meister seiner selbst ist. Die Gottesfurcht ist also nicht die Angst eines niederen Wesens vor der Macht eines nicht begreifbaren Gottes. Diese Gottesfurcht „macht das Herz fröhlich“ (Sir. 1,12); sie ist „der Anfang der Weisheit“ (Psalm 111,10), sie ist die „Krone der Weisheit“ (Sir. 1,22). Spiritualität ist aber auch eine Tätigkeit: sie ist Gerechtigkeit. Die Frommen wandeln auf dem Weg des Herrn, und sie wissen, dass es keine Gotteserkenntnis ohne Barmherzigkeit gibt. „Wer in Gott eintaucht, taucht neben den Armen wieder auf.“, sagt der französische Bischof Jacques Gaillot. So sagt es das wundervolle 58. Kapitel aus Jesaja: Dem Hungrigen das Brot brechen, den Nackten bekleiden, die Elenden aufnehmen – das sind Formen der Frömmigkeit, ohne die alles Beten, Fasten und jeder Gottesdienst Geplärr sind. Nur dessen Heilung wird voranschreiten, nur dessen Gebete und Schreie werden gehört, der die Schreie der Armen nicht überhört. Die prophetisch Kritik an der „puren Frömmigkeit“, an der Gottesverehrung an der geschundenen Welt vorbei zieht sich durch die ganze Tradition. Die Frömmigkeit der Frommen steht unter Verdacht: Findet sie Gott in den Gesichtern der Gequälten, oder erschöpft sie sich in äußeren religiösen Werken?

Nun ist Spiritualität nicht nur die Haltung des Menschen vor Gott, sie ist nicht nur die Praxis der Gerechtigkeit, wenn sie dies auch vorrangig ist. Sie ist die Form, in der Menschen ihren Glauben und ihre Hoffnung aufführen. Der Geist kommt nicht ohne Figur aus, die Innerlichkeit kommt nicht ohne die Äußerung auf. Solche Äußerungen des Geistes sind das regelmäßige Gebet, der Gottesdienst als die Vergewisserung der Hoffnung durch die Gemeinde, die Losungen, das Lesen in der Bibel, es kann das Fasten oder die Wallfahrt sein. Zur ihr gehören die Regeln, Rhythmen und Methoden, mit denen das geistliche Leben zu gestalten ist und die einen von der Zufälligkeit der eigenen blinden Wünsche befreien. Der Mensch ist nicht nur Geist, er ist auch Leib, und jeder Geist der nicht Figur und Leib wird, ist wie eine Partitur, die nicht Musik wird. Frömmigkeit oder Spiritualität? Ich weiß nicht, was die beiden unterscheidet. Ich sage nichts gegen das Wort Spiritualität und gelegentlich benutze ich es. Für viele ist es ein unverfänglicheres Wort, mit dem sie ihren Glauben und seine Gestalt bedenken. Es kann sein, dass Wörter abgestanden und verbraucht sind. Dann könnte das neue Wort Spiritualität ein Weg zur alten Sache sein, warum nicht? Es stören mich eigentlich nur die Heilshoffnungen, die auf dieses neue Wort gesetzt werden, so als hätten wir damit etwas entdeckt, was wir noch nie hatten. Unsere Väter und Mütter haben schon gewusst, was Spiritualität ist, wenn sie am Morgen und am Abend gebetet haben, wenn sie die Losungen gelesen haben, wenn sie sonntags in den Gottesdienst gingen, wenn sie ihre Kinder taufte und ihre Toten beerdigten. Ja, sie haben es gewusst. Uns aber ist vieles von ihrem Wissen verloren gegangen, und wir müssen das einfache Alphabet der Frömmigkeit neu lernen. Wenn wir es unter dem Namen Spiritualität tun, ist auch das gut.

Spiritualität heißt, gebildete Lebensräume und Gewissen zu haben. Eine andere Voraussetzung jener Spiritualität und der Fähigkeit, das Leben als sinnvoll zu erfahren, ist der herrschaftsfreie Umgang der Menschen untereinander und der Menschen mit der außermenschlichen Natur. Hier liegt eines der Haupthindernisse dafür, Lebenssinn zu begreifen. Unsere macherischen Fähigkeiten sind ins Immense gewachsen, und die pathischen Begabungen verkümmern. Der Mensch - zumindest in unserem Kulturkreis - fühlt sich allein als Macher gerechtfertigt, und sein Selbstverständnis bricht zusammen, wo er sich nicht mehr als Macher erfahren kann. Kann man in einer solchen Kultur auf etwas anderes hoffen als auf die eigene Stärke? Kann man sich

hergeben und entlassen in das große Geheimnis der Welt? Könnte es sein, dass die imperiale Weise, mit der wir mit uns selber und der außermenschlichen Natur umgehen, etwas zu tun hat mit dem Verlust der passiven Stärken und den nicht-aggressiven Fähigkeiten des Menschen: der Geduld, der Langsamkeit, der Stillefähigkeit, der Hör- und Aufnahmefähigkeit, des Wartkönnens, des Lassen und der Gelassenheit, der Ehrfurcht und der Demut? Sich ins unendliche Geheimnis sagen zu können, heißt auch befreit sein zur Endlichkeit; davon befreit sein, selber Gott spielen zu müssen. Nur Wesen, die sich ihrer Endlichkeit bewusst sind, können geschwisterlich miteinander umgehen und können den eigenen Siegeszwängen entsagen. Ich denke an die Zerstörung der Spiritualität, die in der Zerstörung der Zeit und der Rhythmen liegt. Die Nacht wird zum Tag gemacht, der Sonntag zum Werktag, der Winter zum Sommer. Es ist der Zwang, jederzeit Herr der Lage zu sein; der Zwang, nichts ungenutzt zu lassen und unter keinen Umständen etwas aus der Hand zu geben; der Zwang, die Zeit zu Gold zu machen. In diesem Zwang, Herr über alles und Benutzer von allem zu sein, ist die Freiheit verloren gegangen. Es ist eine Sucht und eine fürchterliche Selbstüberhebung, omnipräsent und omnipotent sein zu müssen - jederzeit zur Stelle, jederzeit alles kontrollierend und jederzeit alles genießend.

Ich frage mich, ob wir nicht einem alten Wort neue Ehre geben müssen, dem Wort Askese. Ich meine damit nicht die alte Opferaskese, in der der Mensch das beste aus seinem Leben schneidet, um es einem hungrigen Gott zu geben. Ich meine eine Einfachheit, die uns wieder die erotische Zuwendung zum Leben ermöglicht. Herrschaft und die reine Quantität entsinnlichen das Leben. Überfluss stört die Intensität, die Genussfähigkeit, die Beziehungsfähigkeit und die Wahrnehmungsfähigkeit. Die reine Quantität entsinnlicht das Leben. Man kann nicht mehr erfahren, was Brot ist, was Wein, was Wasser, was Stille ist. Wir verlernen unsere Sinne: zu riechen, zu schmecken, zu fühlen, zu sehen. Eine unsinnliche Welt aber ist eine sinnlose Welt. Sinn und Sinnlichkeit hängen nicht nur im Wortstamm zusammen. Kein Sinn ohne Sinnlichkeit. Keine Sinnlichkeit ohne eine Kultur der Sinne!

Wir entfernen uns von der Natur und ihrer Kraft des Trostes und der Heilung. Die Natur, der ich mich ohne Herrschafts- und Benutzungsabsichten nähere, heilt. Sie lässt wenigstens für einen Augenblick die Fragen des Zweifels verstummen. Die Schönheit, die über sich selbst hinausweist, ist eine Art Propädeutikum des Glaubens und der Spiritualität. Wenn ich an einem klaren Frühlingshimmel einen Zug Kraniche nach Norden ziehen sehe, dann frage ich nicht mehr, ich staune. Wenn ich ein Blatt im Wind tanzen sehe und wenn ich einen Sonnenaufgang über dem See erlebe, dann verstummt der Zweifel, wenigstens für Stunden, wenigstens für Augenblicke. Die Natur heilt. Sie lenkt den Blick von uns selbst ab. Sie lehrt uns nicht glauben, aber sie ist eine Vorschule des Glaubens. Sie lehrt Ruhe, Schönheit, Endlichkeit, Sterben. Sie lehrt Grenzen, Zeiten, Rhythmen. Sie lehrt es uns, wenn wir nicht über sie siegen müssen. Eine der schönsten Stellen der Gegenwartsliteratur finde ich in Christa Wolfs Cassandra. Die Seherin weissagt den Eroberern Trojas: "Wenn ihr aufhören könnt zu siegen, wird diese eure Stadt bestehen." Und sie sagt weiter: "Vielleicht wird einmal eine Zeit kommen, in der die Menschen ihre Siege in Leben umzuwandeln wissen."

Es gibt also einen Vorhof der ausdrücklich religiösen Spiritualität, es ist die Aufmerksamkeit im alltäglichen Leben. Bin ich fähig, wahrzunehmen und zu empfinden? Wie lese ich die Schmerzen der Menschen und wie lasse ich mich von ihnen berühren? Wie gehe ich um mit den Dingen des alltäglichen Lebens? Bin ich fähig, sie als Gaben zu ehren oder bin ich ausschließlich Benutzer und Verfuger der Welt? Ehre ich das Wasser, die Stille, die Nacht, die Tiere, die Luft zum Atmen, oder wähne ich alles für mich und meinen Nutzen zur Verfügung?

Ich sehe Absichten und Interessen mit den Wörtern Spiritualität und religiöse Erfahrung verbunden, die ich für falsch halte. So möchte ich zunächst etwas sagen wider die Erfahrungs-

und Erlebniszwänge, die Menschen gelegentlich mit dem Wort Gotteserfahrung verbinden. Der Wunsch nach Sensation und der Wunsch, sich selber zu fühlen, ist eine Grundabsicht, die man in neuen religiösen Szenen ständig trifft (und dies nicht nur außerhalb der Kirche!). Viele Menschen halten offensichtlich die Normalität nicht mehr aus; die ausgeleuchteten Räume, in denen alles seine Erklärung und seine Vernünftige Begründung hat. Es ist, als ob sie gegen alle Vernunft die Schatten, die dunklen und gefährlichen Höhlen des Lebens suchten. Was uns da im hellen Licht der Aufklärung entgegenkommt, kann doch nicht alles sein. Es muss doch ein Geheimnis der Welt geben, und dieses muss doch sinnhaft zu erfahren sein. Es muss doch mehr geben als die fade Aufgedecktheit und Erklärtheit des Lebens. So suchen sie Stellen, an denen das Fremde und Nicht-Erklärliche erscheint und wo sie mit ihm konfrontiert werden, es mag aus dem Himmel oder aus der Hölle kommen. Der Wunsch nach Sensation ist ein Wunsch von verdrehter Richtigkeit.

Unsere Lebensräume in dieser Ersten, wohlhabenden Welt sind erfahrungs- und sinnenarm geworden, es sind temperierte Räume. Wir werden kaum einmal bis auf die Haut nass. Wir sind nicht bedrängt von Kälte und Hitze. Wir wissen kaum noch, was Hunger und Durst sind. Wir wissen nicht mehr, was eine Dunkelheit ist, bei der man die Hand vor den Augen nicht sieht. Man erfährt kaum eine vollkommene Stille. Vermutlich sind auch unsere erotischen Erfahrungen gedämpfter, als sie früher waren, gerade weil sie umstandslos zu haben sind. Wir erleben wohl weniger Glück und weniger Verzweiflung als in jenen Zeiten, in denen Menschen schutzloser waren gegen die Natur und gegen sich selber. Unsere Schulterfahrungen sind geringer geworden. Die Welt, die Religion, wir selber sind freundlicher uns selbst gegenüber geworden. Aber es gibt nichts ohne Preis. Vielleicht bezahlen wir den Fortschritt der Freiheit mit einer Art narkotischem Gefühl der Welt und dem Leben gegenüber. Dies dürfte eine der Gründe sein, warum Menschen dazu drängen, sich selber zu spüren, zu erleben und mit sich zu experimentieren.

Wiederum Michael Plattig (a.a.O.352): „Die alltägliche Gestalt des Glaubens und des geistlichen Lebens ist die Askese, die Übung und nicht die Erfahrung. Letztere kann nicht produziert werden, sondern sie wird geschenkt, worauf sich der Mensch durch Askese/Übung vorbereiten kann.“ Plattig zitiert den Rat eines Wüstenvaters, religiöse Erlebnisse nicht zu beachten. „Als der vermeintliche Christus erscheint, antwortete der Altvater: Ich will hier Christus nicht schauen, sondern in jenem Leben erst.“ Die Sucht nach religiöser Erfahrung nennt Johannes vom Kreuz „geistliche Habgier“. Und ein letztes Mal Plattig (351): „Heute haben eher Spiritualitäten und Gruppen Hochkonjunktur, die gerade die Anfechtung zu vermeiden suchen. Die Wellness-Kultur hat die Spiritualität für sich entdeckt. Sie dient zur Steigerung des Wohlfühls. Jede Form von Unstimmigkeit ist zu vermeiden, die Botschaft muss eingängig und wohlgefällig sein, das Evangelium wird auf Spruchweisheiten reduziert, Sperrigkeit ist ausgeschlossen.“

## **Spiritualität ist geformte Aufmerksamkeit**

Ich habe bisher folgende Züge von Spiritualität zu nennen versucht:

1. Spiritualität ist Gottesfurcht, d.h. wir sind nicht die Herren unserer selbst; wir sind Wesen, die sich verdanken. Das meint das Wort Gnade.
2. Spiritualität ist die Erkenntnis des Gesichtes Christi in den Gesichtern und Schicksalen der Menschen. Ich denke an Matthäus 25.
3. Spiritualität ist der herrschaftsfreie Umgang der Menschen mit Ihresgleichen und der außermenschlichen Natur.

Nun: Spiritualität ist Handwerk. Sie ist nicht den besonderen religiösen Genies vorbehalten. Sie ist nicht die Delikatess-Ecke für religiöse Feinschmecker. Der durchschnittliche Mensch kann sie lernen, wie er lesen, schreiben und kochen lernen kann, es gehört dazu keine besondere angeborene Frömmigkeit. Wohl muss man eine gewisse Aufmerksamkeit für das Leben haben, eine gewisse Leidenschaftlichkeit; die Fähigkeit zu wünschen und die Fähigkeit, Zustände unerträglich zu finden. Aber wie jedes andere Handwerk verlangt auch Spiritualität bestimmte Regeln und Methoden. Regeln und Methoden reinigen uns von der Zufälligkeit des Augenblicks und machen uns langfristig. Ich nenne einige bescheidene Regeln, die uns zur religiösen Aufmerksamkeit verhelfen können, und ich tue es am Beispiel des Betens.

### **Hier also einige Regeln für die geistliche Konstitution des Menschen.**

Statt Beten können Sie alle möglichen geistlichen Instrumente einsetzen.

1. Manchmal nehmen sich Menschen zu viel vor, wenn sie sich zum Gebet entschließen. Eine alte und verblüffende Aufforderung heißt: Dein Gebet sei kurz! Man soll besonders am Anfang kleine Schritte gehen: einem Psalm am Morgen eine ruhige Zeit lassen, vielleicht auch nur einen Psalmvers. Wenn er dem Herzen noch fremd ist, kann man ihn vielleicht schon sprechen wie eine Fremdsprache.

Daraus die Regel:

**Entschließe dich zu einem bescheidenen Vorhaben auf dem Weg des Gebets! Es gibt das Problem der Selbstentmutigung durch zu große Vorhaben.**

2. Das Gebet ist eine Rede ins Schweigen. Dass Gott hört und antwortet, kann man theologisch sagen. Aber in der erfahrbaren Realität hört und antwortet niemand. In einer solchen Gesprächssituation, die zumindest in der ersten Realität keine ist, werden die Betenden auf sich selbst zurückgeworfen. Man beobachtet und beachtet sich selber zu sehr, und das ist ungesund für jedes Gespräch, auch für das Gespräch mit Gott.

Daraus die Regel:

**Sei nicht gewaltsam mit Dir selbst! Kümmere Dich nicht darum, ob Du auch wirklich andächtig bist. Bete und überlass die Ganzheit deines Gebetes Gott!**

3. Das Gebet lässt sich nicht von seinem Nutzen her verstehen. Es ist die köstlichste Nutzlosigkeit, die wir haben. Alles aber, was eine unmittelbare Effizienz hat, lässt sich leichter rechtfertigen und drängt sich in den Vordergrund. Mit sich selber eine feste Gebetszeit ausmachen, rettet uns vor der Übermacht der „Geschäfte“.

Daraus die Regel:

**Gib dem Gebet eine feste Zeit. Bete nicht nur, wenn es dir danach zumute ist, sondern wenn es Zeit dazu ist.**

4. Es gibt Äußerlichkeiten, die an unserer Innerlichkeit bauen. Eine solche wichtige Nebensächlichkeit ist der Ort unserer regelmäßigen Gebete. Der regelmäßig aufgesuchte Ort gewinnt eine Stimme. Er sagt: Hier ist die Stelle deines Gebetes, bete! Der Mensch ist nicht nur Seele, er ist Leib. Er ist nicht nur seine eigene Innerlichkeit, er ist auch sein Äußeres.

Daraus die Regel:

**Gib deinem Gebet einen festen Ort! Der Ort hilft dem Geist, zu sich selber zu finden.**

5. Manche meinen, sie seien besonders ehrlich, wenn sie nur aus dem authentischen Augenblick heraus beten. Aber Stimmungen und Augenblicksbedürfnisse sind zwielichtig. Von ihnen kann man sich nicht abhängig machen.

Darum die Regel:

**Sei streng mit dir selber! Mache deine Gestimmtheit und deine Augenblicksbedürfnisse oder deine augenblickliche Unlust nicht zum Maßstab deines Handelns!**

6. Was man regelmäßig tut, tut man selten mit ganzem Herzen. Im Alltag gelingt uns meistens nur das halbe Herz, und das ist viel.

Daraus die Regel:

**Sei nicht auf Erfüllung aus, sei vielmehr dankbar für die geglückte Halbheit! Gib nicht auf, nur weil dein Gebet nur halb gut ist!**

7. Im Augenblick ist „Erfahrung“ ein Zauberwort. Die Augenblickserfahrung scheint eine Sache zu rechtfertigen, und wenn diese ausbleibt, scheint die Sache selber wenig wert zu sein. Gebet aber ist Arbeit, manchmal schön und erfüllend, oft langweilig und trocken.

Daraus die Regel:

**Rechne nicht damit, dass dein Gebet ein Seelenbad ist. Das Gefühl innerer Erfüllung rechtfertigt das Beten nicht, das Gefühl innerer Leere verurteilt es nicht.**

8. Immer wieder kommt es vor, dass Menschen mit ihren besten Vorsätzen scheitern. Sie vergessen für Tage ihre Gebete oder brechen nach drei Monaten mit den Abmachungen mit sich selbst. Aber drei Monate haben sie immerhin gebetet, und das ist nicht nichts. „Das Gelingen ist manchmal vielmehr das Endresultat einer ganzen Serie missglückter Versuche.“ (Vincent van Gogh an seinen Bruder Theo). Es geht um die Kunst, im Fragment die Spuren des Vollkommenen zu suchen!

Daraus die Regel:

**Verliere über deinem Misslingen den Humor dir selbst gegenüber nicht! Auch die Niederlage ist unsere Schwester und nicht nur unser Todfeind.**

9. Das tägliche Gebet verlangt eine gewisse Geläufigkeit. Ehe man anfängt, muss man wissen, was man tut und wie der Ablauf ist. Man kann etwa mit einer Eröffnungsformel beginnen („Herr, öffne meine Lippen!“), vielleicht folgt dann der Psalm, eine kurze Lesung, eine Zeit der Ruhe, in der ich die Bilder des Psalms bei mir verweilen lassen. Vielleicht folgt das Vaterunser und wiederum eine Schlussformel.

Daraus die Regel:

**Fang bei deinem Versuch nicht irgendwie an! Baue dir eine kleine Liturgie, die dir geläufig ist und die dich vor unnötigen und Kräfte verzehrenden Entscheidungen bewahrt!**

10. Wenn ich einen Psalm oder ein anderes Gebet bete, ist dies kein Nachdenken. Es ist eine Stelle hoher Passivität. Man ist Gastgeber der Bilder eines Psalms und lässt sie behutsam bei sich verweilen. Beten heißt sich ergeben. Man will nichts erjagen, beabsichtigen oder erfassen. Sich nicht wehren und nicht besitzen wollen, ist die hohe Kunst eines meditativen Verhaltens.

Daraus die Regel:

**Setze den Texten und Bildern nichts entgegen. Versuche sie nicht zu füllen mit deiner gläubigen Existenz! Überliefere dich ihrer Kraft und lass dich von ihnen ziehen!**



11. Unsere überlieferten Gebete, die Psalmen, das Vaterunser, sind immer besser als sie sind, weil unsere Toten sie uns vorgewärmt haben mit ihrem Glauben und mit ihrer Hoffnung. Die Psalmen waren auch die Gebete von Dietrich Bonhoeffer, von Martin Luther King, von Teresa von Avila und Hildegard von Bingen. Beim Beten berge ich mich in den Glauben unserer Toten. Daraus die Regel:

**Erinnere dich daran, dass die Psalmen das Gottesgespräch unserer Toten sind! Erinnere dich daran, dass du nicht Erster bist, sondern eintrittst in ihren Jubel und in ihren Schrei!**

12. Es gibt Niederlagen, die einem die Sprache verschlagen, manchmal auch die Gebetsprache. Vielleicht hat man dann noch einen Psalmvers zur Hand, den man mehr mit der Zunge als mit dem Herzen spricht. Dieser Vers ist wie ein Balken, den man nach einem Schiffbruch gerettet hat und an den man sich klammert.

Daraus die Regel:

**Lerne kurze Formeln aus dem Gebets- und Bildschatz der Tradition auswendig! Wir verantworten ihren Inhalt nicht. Wir sprechen sie mit den Zungen unserer toten und lebenden Geschwister.**

13. Die Gebete leben vom Schweigen, und manchmal enden sie und vollenden sie sich im Schweigen. „Alles in uns schweige“, heißt es im Lied von Tersteegen. Es kommt also niemals auf die Quantität der Gebete an, sondern auf die Ruhe und die Langsamkeit, die wir für sie aufbringen.

Daraus die Regel:

**Haste nicht beim Gebet! Bete kurz, langsam, in so viel Ruhe, wie du aufbringen kannst! Und wenn dir das Schweige ohne innere Unruhe gelingt, ehre es!**

14. Der äußere Lärm, wenn er nicht zu groß ist, muss das Schweigen nicht unbedingt stören.

Daraus die Regel:

**Bette mit Humor deine Gebete in das Geschrei deiner Kinder und in das Rattern des Zuges, der gerade vorüber fährt. Vielleicht machst du damit auch diesen Lärm zu einem Gebet.**

15. Alles, was wir tun ist Stückwerk, auch das Gebet. Man kann in Heiterkeit Fragment sein, auch im Gebet, wenn man weiß, dass der Geist Gottes sich in unsere Gebete einschreibt. Wir sind besetzt von einer Stimme, die mehr Sprache hat als wir selber.

Daraus die wichtigste Regel:

**Erinnere dich ständig an den Satz aus dem Römerbrief (8, 26): Der Geist hilft unserer Schwachheit auf. Denn wir wissen nicht, wie wir beten sollen, wie sich's gebührt. Der Geist tritt für uns ein mit unaussprechlichem Seufzen.**

## **Spiritualität als Flucht in das Glaubensgasthaus unserer lebenden und toten Geschwister**

Ich habe mir in den Regeln, in den Rhythmen und Formen, Stützen für unseren fragmentarischen Glauben gesucht. Es sind kleine Fluchten, die das Herz stärker sein lassen, als es von sich aus sein kann. Die Formen sind so etwas wie ein Rollator für unseren hinkenden Glauben. Ich nenne nun einen anderen Fluchtweg, die Flucht in das Gasthaus unserer Gottesdienste. Ich bin im Gottesdienst nicht allein. „Allein bist du kleine!“ – auch beim Beten, auch mit meinem Glauben und mit meiner Hoffnung. Ich nehme Teil am Glauben von anderen Menschen, und so kann ich leichter das Glaubensbekenntnis sprechen, das Vaterunser und die

Psalmen. Ich bin nicht nur auf meinen eigenen windschiefen Glauben angewiesen. Wir teilen den Glauben, wie man Brot teilt in kargen Zeiten. Gemeinschaft der Heiligen! Es sind noch andere Heilige da, die Toten und die Engel. In der Kirche gab es immer eine schöne Idee: jeder Gottesdienst ist Teilnahme am großen, objektiven Werk des Lobes Gottes, das die ganze Schöpfung singt. Die Beter stimmen ein in den großen Lobgesang der Engel. Wenn ich das weiß, dann brauche ich meinen eigenen gebrochenen Glauben nicht zum Maßstab meiner Worte und meiner Lieder zu machen. Gerade wenn man älter geworden ist und seine Niederlagen hat, verzichtet man gern auf sein bisschen Authentizität. Es entsteht eine neue Sehnsucht: sich einzufügen in den Gesang aller, der anwesenden Geschwister, der Engel und der Toten. Man birgt seine eigene zittrige Stimme in das große Lob der Welt. Man fragt nicht mehr danach, ob das Herz auch fromm genug ist zum Beten; ob die Gebete auch echt sind und ob auch alles von innen kommt. Man schüttet die Tränen seines Glücks und seiner Trauer in das große Meer des Lobes Gottes. Gemeinschaft der Heiligen!

### **Und als Letztes:**

#### **Die Flucht in das Glaubensgasthaus unserer Toten, in die Tradition**

Ich beginne mit einem Bild. Unsere Enkelkinder, also sie noch klein waren, schlappten gerne in unseren Schuhen und Pantoffeln durch die Wohnung. Sie spielten, sie wären wir. Was tun wir, wenn wir im Glaubensbekenntnis sprechen, hinabgestiegen in die Unterwelt, aufgefahren in den Himmel? Was tun wir, wenn wir die anderen grossen Sätze dieses Bekenntnisses oder unserer Tradition sprechen? Wir schlappen in der Sprache und in den Bildern unserer Toten durch diese Kirche. Diese Sprache passt uns nicht ganz; wir haben sie uns nicht ausgedacht. Es sind oft zu grosse Worte für unseren kleinen Glauben, für unsere karge Hoffnung und für unser beschränktes Verstehen. Sie ist uns so fremd, wie unsere Schuhe den Enkeln fremd sind. Sie ist uns so nah, wie unsere Schuhe den Enkeln nah sind. Ein Glück, dass man eine Fremdsprache hat, in die man seine eigene kleine Hoffnung bergen kann. Wenn ich einen Psalm bete, wenn ich die Texte höre, die von der Rettung des Lebens sprechen, dann berge ich mich in eine Sprache, die mir die Toten vorgewärmt haben. Man zitiert, wenn man glaubt. Ich zitiere, wenn ich auf das Land hoffe, aus dem die Seufzer geflossen sind. Ich zitiere die Apokalypse, wenn ich behaupte, dass es einen neuen Himmel und eine neue Erde geben wird, und dass der Tod nicht mehr sein wird, noch Leid, noch Geschrei, noch Schmerz. Welch ein Glück, dass man eine Fremdsprache für den Glauben hat. In der fremden Sprache, in den Geschichten und den Bildern von gestern berge ich meinen Glauben unter der Maske der Toten. Ich stehe nicht allein. Nicht einmal für meinen Glauben. Ich benutze die Sprache meiner lebenden und toten Geschwister, und ich benutze damit ihren Glauben. Ich glaube den Toten ihren Glauben. In den Formeln, in den fremden Sprachen der Toten springe ich weit über mein Sprachvermögen hinaus. Ich spiele den Clown, in der Sprache der andern, und lese ihnen die Hoffnung von den Lippen. Ich lese ihren Glauben, ich lerne ihren Glauben. Es ist mir zu buchhalterisch, darauf zu bestehen, alles allein vor dem eigenen Verstand und Gewissen verantworten zu wollen. Mein Herz verantwortet nicht die große Sprache, die die Auferstehung der Toten und der Sturz der Tyrannen nennt. Oft spricht man sie wie fremde Sätze gegen das eigene Herz. Es gibt Menschen, die es nicht ertragen, Söhne oder Töchter zu sein, eine Herkunft und eine Tradition zu haben. Sie ertragen es nicht, Tote zu haben, die vor ihnen gelacht, geweint, geliebt und geträumt und ihren Glauben gestammelt haben. Sie sind gezwungen Originale zu sein und alles im eigenen Namen zu tun, in der eigenen Sprache zu sprechen und vor dem eigenen Verstand zu verantworten. Welcher Zwang, erster zu sein, welcher Zwang, authentisch zu sein, welcher

Zwang, die Mäntel der Toten zu verachten. Wir kommen nicht aus dem Nichts, wir gehen nicht ins Nichts. Die Toten haben uns mit ihrer Überlieferung die Mäntel ihres Glaubens hinterlassen. Im 2. Buch der Könige wird uns folgende Geschichte erzählt. Das Leben des Propheten Elia geht zu Ende. Er ist unterwegs mit seinem Lieblingsjünger Elisa. Sie kommen an den Jordan, der angeschwollen ist. Elia schlägt mit seinem Mantel auf das Wasser, und sie passieren den Fluss trocknen Fußes. Dann kommt der Todeswagen, der Elia entführt. Seinem Jünger Elisa hat er seinen Mantel zurückgelassen. Dieser geht zurück, er kommt wieder an den Jordan, und er schlägt mit dem Mantel des Propheten auf das Wasser. Das Wasser teilt sich wie bei Elia, und der Jünger geht wie mit Elia ungefährdet durch den Fluss. Elisa hat ein Vermächtnis, er hat die Kraft und den Mantel des großen Meisters. Bei seiner künftigen Lebensarbeit ist er nicht mehr nur auf die eigene Kraft, auf den eigenen Mut angewiesen. Er hat den Geist des Propheten geerbt. Er braucht sich nicht mehr nur an sich selber zu wärmen. Er hat den Mantel des Toten. Die Tradition – das sind die Lebensmäntel, die uns die Toten hinterlassen haben. Wir haben im Glaubensbekenntnis, in den Bildern, in den Psalmen, im Vaterunser, in den Kirchengebäuden die Mäntel der Toten. Man muss sich nicht nur an der eigenen Wärme wärmen. Man kann sich in sie hüllen, wenn das eigene Glaubenshemdchen gar zu kurz oder zerschlissen ist. Die Kirche ist eine Art Kostümverleihanstalt mit ihren Schätzen, mit ihrer Tradition und mit ihren Bildern. Lassen Sie mich diesen Teil zusammenfassen: Die fremden Texte mit ihren fremden Horizonten und Bildern, die nicht die meinen sind, die Psalmen, die Propheten, die Schöpfungsgeschichte, die Rede vom Himmel, vom Himmelreich, vom Reich Gottes: Ich bin Gast von Bildern. Ich muss ihre weltanschaulichen Horizonte nicht zu meinen machen. Ich bin ihr leicht ironischer oder auch humorvoller Gast. Humorvoll: Ich glaube nicht alles, was sie sagen. Ich teile nicht ihre naturwissenschaftlichen und historischen Voraussetzungen, ich glaube nicht, dass die Welt in sechs Tagen geschaffen ist und vor 6000 Jahren. Humorvoll bin ich auch mir selbst gegenüber. Ich, der Mensch des 21. Jahrhunderts, erlaube mir eine Sprache zu sprechen, erlaube mir Bilder zu gebrauchen, die nicht meine sind. Die Psalmen, die anderen Teile der Bibel, sie sind das Gottesgespräch meiner Toten. Dieses höre ich, in dieses trete ich ein, in dieses schreibe ich ein meine eigenen Wünsche und Hoffnungen. Es sind die großen Gedichte von anderen Generationen, die ich lese. Ich frage nicht, ob sie in allem richtig sind. Und doch trinke ich von einer alten Wahrheit. Ich lasse ihnen ihre Fremdheit und nehme teil an ihrer Wahrheit. An der Wahrheit ihres Hungers nach Gott, nach Hoffnung, nach Gerechtigkeit, nach Schönheit. Mein Gaststatus macht es mir möglich, in den alten Zelten der Hoffnung zu wohnen. Ich gebe also meine eigenen Horizonte nicht auf, und ich beharre nicht auf ihnen, weil auch die mir zu kläglich sind. Ich bin ein Freigeist mit Wohnrecht an fremdem Ort. Ich lasse mich von ihnen in ihren Glauben ziehen. Ich mache erst gar nicht den Versuch, sie völlig mit mir auszufüllen, mit meinem eigenen kärglichen Geist und Glauben. Sie ziehen mich, den Fremden, in den großen Strom des Glaubens meiner Toten, ich glaube meinen Toten ihren Glauben. Ich wehre mich nicht gegen sie. Ich bin Freigeist mit Wohnrecht an fremdem Ort.