

Stephanie Krenn

Konrad Pfaff

*Wort-Aufbrüche*

*Selbst-ständig glauben*

# *Das Herz aber übersteigt uns*

Rainer Maria Rilke

Moderne Selbsterfahrung und Spiritualität  
in Kontemplationen, Meditationen und Reflexionen  
zu Texten des Alten und Neuen Testaments

## *Wir leben in einer guten Zeit*

Der *Kairos* dieser Zeit ist Anruf und wundersame Herausforderung hier und jetzt. Meine ganze reale Person, ihre Subjektivität "muß dran glauben", und das Ausweichen und Davonlaufen wird immer schwieriger. Die unausweichliche Redlichkeit und Wahrhaftigkeit des alleinstehenden, ins Eigene geworfenen modernen Subjekts läßt sich weder mit Dogmen und Lehren traditioneller Orthodoxie, noch von zentralistischer Autorität und formalen Ritualen abspesen. Der Mensch ist sich selbst Vermittler und "Gottbegegner" in seinen aufregenden Selbsterfahrungen. Es ist die Stunde des Individuums. Sein Weg kommt aus dem Herzen oder gar nicht. Es muß sein eigener Weg sein. Er verläßt und läßt viele alte Muster und Gewohnheiten und schaufelt sich einen Weg ins Neue und Freie. Er ringt darum, daß er seinem Herzen und Selbst folgen kann. Er fühlt sich verbunden und solidarisch mit vielen Suchenden auf vielen Wegen. Seine Verbundenheit weitet sich täglich: Natur, Kosmos, dem Leben und allen Dingen, Tieren und Menschen fühlt er sich in einem Atem verbunden.

Immer mehr Menschen wollen sich selbst leben und sich wie den Nächsten, den Fremden und Feind lieben. Es gelingt immer mehr. Sie wollen sich weder erpressen noch kaufen lassen. Nur, was in ihrem Selbst ist, gilt. Nur, was sie tief in ihrem Herzen bergen, kann sie führen.

Meine Freiheit ist, meinem selbstkräftigen Herzen zu folgen.

## *Ein Neues will entstehen in dieser Zeit*

Mit diesen Meditationen, Reflexionen und Kontemplationen möchten wir dem neuen großen Atem im Menschen dienen. Dabei wird aufgezeigt, daß dieses Neue auch im Abendland seine guten Wurzeln hat und das neue Licht nicht nur *ex oriente* kommt.

Das ist eine Hilfe wider die Botschaften und Informationen der Schrecken, des Hasses, der Unglücke und Schicksalsverfallenheit. Die Welt und die Welt der Medien ist fehlerfixiert, bosheitsfixiert, unheilverkündend und voll apokalyptischen Wehgejammers. Sobald ich mich selbst in die Bresche zu schlagen versuche, mich selbst anspreche, beginne ich, mich gegen diese Sklaverei und Verführung zu wehren. Widerstand leiste ich, weil ich erschüttert bin und nach dem Strohalm des Menschlichen greife.

*Denn das eigene Herz übersteigt uns.*

(R. M. Rilke, aus der zweiten Elegie der Duineser Elegien)

Weshalb wohl? Weshalb übersteigt das eigene Herz uns? Welche Herztiefe übersteigt das Herz? Etwas Größeres und Herrlicheres desselben Herzens übersteigt mein bebendes Herz. Ein Herz übersteigt sich selbst, wenn es sich befreit, wenn es sich erlaubt, diesen Übersprung wider alle Hoffnung zu wagen.

"Das willkürlichste Vorurteil ist, daß dem Menschen das Vermögen, außer sich zu sein, mit Bewußtsein jenseits der Sinne zu sein, versagt sei. Der Mensch vermag in jedem Augenblicke ein übersinnliches Wesen zu sein. Ohne dies wäre er nicht Weltbürger, er wäre ein Tier. Freilich ist die Besonnenheit in diesem Zustande, die Sich-selbst-Findung, sehr schwer, da er so unaufhörlich, so notwendig mit dem Wechsel unserer übrigen Zustände verbunden ist. Je mehr wir uns aber dieses Zustandes bewußt zu sein vermögen, desto lebendiger, mächtiger, genügender ist die Überzeugung, die daraus entsteht: der Glaube an echte Offenbarungen des Geistes." (Novalis, Fragmente, IV, 23)

Das Herz ist die Quelle des vermehrten Lebens, weil es Ort der versammelten Erde und des Himmels zugleich ist. "Hitlahawut" nennt die Botschaft des Chassidim in den Legenden des Baalschem das Entbrennen des Herzens, das die Inbrunst ist und unser Herz zum Instrument der Lebensverdichtung und dem der Ekstase macht. "Hitlahawut erschließt deinem Leben seinen Sinn. Ohne sie hat auch der Himmel keinen Sinn und kein Wesen." (Martin Buber, Die Legenden des Baalschem, Zürich 1955, S.19)

Die Botschaft des entbrannten Herzens und des Einsseins von Selbst und Gott läßt Wonne spüren, auch wenn die Flammen des Brandes schmerzen.

In alter Sprache lautet dies: "Das Herz ist Gottes Einbruch- und Ausbruchsstelle." (Buber, S. 20)

Der Weg der *Inbrunst* seines Herzens ist immer und überall der richtige. Jeder geht verschiedene Wege, Gott prüft das Herz und nicht den Weg und heiligt den Weg und die Wahrheit durch die Inbrunst des Herzens, durch das Feuer der Liebe. Solch ein entbranntes Herz, das sich selbst göttlich findet, "wird die Dinge binden an ihre obere Wurzel". (Buber, S. 20)

*Doch siehe, du hast Gefallen an der Wahrheit des Herzens; lehre du mich Geheimnisse der Weisheit.*

(Psalm 51)

Daß der Mensch sein Leben leben und intensivieren kann, daß er den Geschmack von Fülle zu kosten vermag, beruht auf seiner Fähigkeit, sich selbst bewußt und wach im Leben zu erfahren. Daß alles Leben Selbsterfahrung werden darf, ist uns durch Herz, Geist und Selbst geschenkt.

Die Heilsbotschaften, Offenbarungen, Frohen Botschaften aller Religionen unserer Erde sind in der Sprache des jeweiligen Volkes und der jeweiliger Zeit geschrieben. Diese Sprachen haben gemeinsam, daß sie voller Poesie und voller Bilder sind, die nicht nur Zauber und Reiz entfalten, sondern auch vielfältig und vieldeutig das aufzeigen, was sie aussprechen wollen.

Keine spricht Wissen um des Wissens willen, Information um der Information willen aus, keine wird vermittelt, um Gegenständliches genau und exakt zu umschreiben. Jede Botschaft möchte mit ihrer Sprache Leben an- und nicht nur aussprechen, jede will im Hörenden und Lesenden Leben vermehren.

Heilsbotschaften wollen heilen und Heil bringen. Frohe Botschaften wollen Türen zur Freude öffnen.

Den Reichtum des Lebens anzusprechen, verlangt die Vieldeutbarkeit des Wortes in seiner poetischen Sprachmächtigkeit. Nur die *schöpferische Sprache* ist der *schöpferischen Kraft* gemäß. Nur ein Zauber der Sprache ist der Liebeskraft Gottes gemäß. Nur die Sprache des ganzen Herzens wird dem Glanz des Seins gerecht.

*Herzerfahrung* ist die Grundlage jeder Religion, nicht mit Macht, Dogma und Institution verwechselbar und nie mit

Vorurteil, Fanatismus und Verfolgerwahn gleichzusetzen. Diese Kontemplationen wollen Reflexionen sein, die allesamt Seinserfahrungen im Selbst ansprechen. Sie möchten den Weg zu Schwerpunkten zeitgenössischer Spiritualität als *Mystik des Alltags* für den Suchenden weisen.

Die Botschaft des Herzens lautet: *Selbstfindung ist einzige Gottesentdeckung*.

Deshalb ist in jeder Weltreligion ein Beitrag für die geheimnisvolle Selbstentfaltung des Menschen enthalten.

Die erfahrungsbezogene Neuentdeckung der christlichen Überlieferung mag vielen Lesern und Leserinnen als nichts Besonderes erscheinen, für andere Bestätigung, für andere Ärger, für manchen vielleicht neu sein. Unser Anliegen war weder ein kirchliches, noch ein abendländisches. Wir sind geistige Erben nicht nur Athens, Roms und Jerusalems, sondern auch des Ostens, Nordens und Südens.

Die Botschaft lautet, daß das, worin wir uns gegründet sehen, uns umfaßt: Gott ist des Endlichen voll, das Ewige beherbergt die Zeiten, Unendlichkeit birgt Grenzen, Allmacht Ohnmacht, Allkraft zeugt Energien überall. So lautet die Botschaft des Heils, daß eine Allmacht in der Ohnmacht des Alltags enthalten ist und durch den Menschen sichtbar wird nur im Zauber seiner Kräfte der Liebe.

"Durch heiliges Schaffen und heiligen Genuß vollzieht sich die Erlösung der Welt." (Martin Buber)

Wir versuchen, eine menschliche Tiefe auszumachen, die symbolischer Ort des Lebens und der teilhabenden Existenz ist. Viele Worte gibt es und Begriffe, die Bilder, Analogien und überlieferte mythische Zugriffe sind. Sie enthalten auch rationale Aussagen. Alte Namen wie Geist, Seele, Herz wechseln sich ab mit neueren wie Bauch und Kopf und meinen jene Stelle, in der Menschen gründen, in der sich schlichtes, physisches Überleben in Leben und Erleben wandelt.

Wir bevorzugen den Namen *Herz* dafür. Dabei nehmen wir auf, daß mit diesem anthropologischen *Ort* auch ein *Eingang* des Übersteigens gemeint war und ist. *Der Ort tiefer Gründung und stärkster Bewußtheit* wird Fundplatz einer den Alltagsmenschen *transzendierenden* Kraft.

*In uns* finden wir die Stelle, auf die es ankommt, wir sind ausgestattet mit einem *inneren Organ* des Lebens und der Lebenssteigerung. Es liegt an uns, wie wir damit umgehen, mit Gefühlen, Erkenntnissen, Reflexionen und Methoden, die uns den Zugang zu den Schichten dieses inneren Raumes weisen.

Die *Entdeckung* meines Selbst erweist sich als eine Entdeckung *teilhabender Herzlichkeit*. Sie wird zur lebendigen Flamme einer Selbsterfahrung als historischer Prozeß gesellschaftlich-politischer Art. Der Mystiker ist im Kern immer revolutionär, immer aus göttlich-guten Gründen ein Widerstandskämpfer gegenüber den Ketten der Weltordnung und der machtverhafteten Institutionen, die Geist und Herz verraten, wie Staat und Kirchen.

Am Anfang waren Klang und Wort. *Das Wort ist Fleisch geworden*.

Das Bedeutsame aller Sprachen ist, daß sie für die Offenbarung des Lichtes brauchbar wurden. Ur-Klang band sich an die Sprache des Menschen.

So bleibt uns nichts anderes übrig, als das *Eine* poetisch zu umfassen. Die Sprache der Bilder, der Analogien und Gleichnisse in ihren Mehrdeutigkeiten ist sowohl Sprache der Offenbarung als auch Versuch der Annäherung an Göttliches.

Offenbarungen sagen primär nicht Wissen aus, sie verheißen Leben in Bildern, aus denen wir - unwissend, närrisch, wissend oder weise - leben können. Immer sind es Angebote der Einweisung in die Fülle des Lebens. Die Sprache ist Anreiz zum Schmecken des Lebens. Gerade Poesie hilft diesem Ver-

langen in uns. Dieser Sprache-Zeigecharakter, Verweischarakter meint Mehrung des Lebens, Mehrung der Lebens-Lust. Der Offenbarung sich zu entziehen, solcher Sprache auszuweichen, ihrer Schönheit zu entlaufen und der treffenden Wahrheit Ausreden entgegenzustellen, sind immer wiederkehrende Versuche beim Hören und Lesen göttlicher Botschaften. Zu allen Zeiten meinten wir, klüger, wissenschaftlicher und andersmächtig sein zu können.

Das Zu-Herzen-Nehmen dieser Sprache, die uns meint und aufnimmt, ist der immer neue Anfang. Wenn ich gemeint bin in der An-sprache, sollte ich nicht einen anderen suchen. Denn: jedes Selbst ist getroffen in der Ansprache.

Wir mißtrauen der rituell-überkommenen Frömmigkeit und Gläubigkeit des Christentums sowie aller anderen institutionellen Religionen auch des Ostens im dritten Jahrtausend, wir sind skeptisch Lehrmonopolen und Vermittlungsmonopolen gegenüber, die den suchenden Menschen nicht mehr an die lebendigen Quellen zu führen vermögen.

Der Strom der Überlieferung und die Wolke der Zeugen - nicht stets im Gegensatz zur Lehre der Institutionen - weisen uns auf Quellen und Hilfen hin, die den Menschen einerseits ganz zum Selbstwerkzeug und andererseits zum "Gottesentdecker" machen. Diese Verheißungen stehen im Mittelpunkt: die Vermählung von Himmel und Erde und des Menschen Ringen. Aus diesem Quell nehmen wir das Wort der *Verheißung des Lebens* wörtlich.

Im Mittelpunkt der Frohen Botschaft steht: Dein Herz ist der vornehmste Ort der Berührung mit einer dich übersteigenden Kraft. Die Entdeckung und Entfaltung deiner selbst deckt sich mit der des dich Umfassenden und Übersteigenden. Alle Botschaft ist ausgesprochen auf die Herzensfreude der Menschen hin, auf daß sie auch das Schwerste noch von Herzen tun können und somit das "Leben in Fülle" haben.

*Wir werden die Welt verstehen, wenn wir uns selbst verstehen, weil wir und sie integrante Hälften sind. Gotteskinder, göttliche Keime sind wir. Einst werden wir sein, was unser Vater ist.*

(Novalis)

"Hat man Gott im Herzen, so grübelt man nicht. Man hat nur eine große, erhebende Empfindung in seiner Seele." (Novalis, Aus dem Tagebuch)

Gottesanwesenheitserfahrung, Gottesabwesenheitserfahrung, "Gott-ist-tot"-Erfahrung, Gottesfremdheitserfahrung, Gottesliebeseerfahrung und welche Gotteserfahrung es immer noch sei: sie hängt an der Fähigkeit, zu erfahren und mit dem Herzen aufzunehmen. Der innere Mensch und sein Mittlerorgan, das Herz, ist die Einbruchsstelle des *ihn Übersteigenden*. Ist dies aber verkümmert, vergiftet, verzogen, ist solche Erfahrung gefährdet: Erfahrung, daß ich lebe, lebe in der Fülle, lebe mit Lust, weil ich in mir selbst geborgen bin und werde. Es geht nicht um eine abstrakt-isolierte Information von einer Transzendenz, die vom Leben und den erdhaften Bedeutungen abgezogen und entfernt wurde. Es geht nicht um die Erfahrung des Jenseitigen, Überirdischen und Esoterischen, was immer das alles heißen mag, es geht um Erfahrungen, in denen mein ganzes Selbst versammelt ist und erlebt, wie die Fülle des Lebens schmeckt.

Wenn die Erfahrung jede Erwartung verläßt, wenn sie jede Sicherheit übersteigt und jede Gewohnheit untergräbt, ist sie überraschend, neu und überwältigend.

Der Mensch ist versunken oder außer sich oder ist einer Stille und Geistigkeit ausgesetzt, die Heiterkeit in Alltäglichkeit gebiert. Immer meint diese Erfahrung sein Selbst und zugleich die Erfahrung eines Übersteigens.

Sich selbst erkennen ist nichts Besonderes. Es muß dieser Akt einmal eintreten, schon der Existenz des Du und Wir wegen. Andererseits läßt sich der Mensch auf etwas ein, dessen Abenteuerlichkeit er nicht ermißt. Sie wird ihn tüchtig beuteln und durch Zweifel hetzen, in Trug und Lug einschläfern und ihm auch wieder ein böses Erwachen bringen. Er wird merken, daß er das Kennen und Wahrnehmen seiner selbst in der Welt braucht. Eine Teilhabe aber an seinem In-nesein hält ihm Freude und Angst, Stärke und Schwäche bereit.

"Das Wort: Erkenne dich selbst, heißt ganz einfach: Gib acht auf dich selbst, damit du gewahr werdest, wie du zu deinesgleichen und der Welt stehst. Hierzu bedarf es keiner psychologischen Quälerei. Jeder tüchtige Mensch weiß und erfährt, was es heißen soll, daß Selbsterkenntnis nicht allein in der Seele, sondern nur tätig an der Welt gefunden werden kann." (J. W. Goethe)

Wie ermunternd spricht der Weise von dem Nichtbesonderssein der Selbsterkenntnis, die einfach zum tüchtigen, tätigen Menschen dazugehört, der in ihr lebt, wie der Fisch im Wasser, und sie tätig wie andere Erkenntnisse seiner Welt. Es ist wichtig, daß wir uns solche Kompetenz als vorhanden und jederzeit brauchbar vorstellen. Selbsterkennen durch Tun gehört zu jedem tätig existierenden Menschen.

Aber das Schattenbild der Selbsterkenntnis: Hypochondrismus, seelische Labilitäten, Störungen, Depressionen, Manien, Hysterien, Selbstmordstimmungen, abstrakt künstelnde Sentimentalitäten, Selbstverneinungen begleitet uns stets.

"Heautonomie (grüblerische Selbstbeschäftigung) sehen wir schon seit geraumer Zeit nur auf Selbstqual und Selbstvernichtung auslaufen, ohne daß auch nur der mindeste praktische Lebensvorteil daraus hervorgegangen wäre." (Goethe an Hegel, 1827)

Wir kennen diese Trug- und Vexierbilder, die sich in den Prozessen der Selbstschau, des Ego-Trips auch heute ein Stelldichein geben.

Wir entsprechen Erwartungen und fixieren unsere Einstellungen, die uns zum Funktionieren im Rollengeflecht der Gesellschaft bringen. Dabei lernen wir - bis in die Automatik einer Konditionierung - was Rollen und ich-bezogene Identitäten fordern. Ideologie und Moral werden als festgefügte Vorurteilssysteme gelernt.

Das Leben scheint in dieser Normalität von erschreckender Festigkeit: bruchlos und verschweißt in sozialen Identitäten.

Diese im Inneren der Psyche angesammelte Welt ist bereit, zu binden und das Ego zu dirigieren. Deshalb das Angebot, es zu "reinigen" und aus dieser Unverrückbarkeit zu rücken. Oft ist das Sisyphusarbeit. Um durchzugehen, braucht es nicht nur Wissen und Weisheit, sondern auch Kraft und Mut.

Wir können uns liebend annehmen, unbegriffen oft, erschüttert über uns und unsere Fehler und Fallen. Wir können uns lieben und uns so offenbaren, daß wir aus allen Verstecken heraustreten.

Hier entsteht Einheit durch die Herzensaneignung in heilsamer Gewißheit und Verheißung: "so grübelt man nicht". Dieses Grübeln ist verwechselbar mit Nachdenken, mit Suchen als Weg zur Selbsterkenntnis und Selbsterfahrung. Wie unterscheidet sich Grübeln von Nachdenken? Grübeln stellt lauter Warum-Fragen dort, wo Geheimnis ist oder Verborgenheit. Grübeln will Wissen haben, nicht fragen und respektieren. Es will eine Frage ohne Antwort nicht anerkennen. Dabei bekommt es nie genug Antworten, denn, wenn ich will, hat jede Antwort ein neues Warum. Durch Grübeln entsteht das vom Verstand nicht erhellte, von Liebe nicht berührte, fordernde Alles-über-sich-wissen-Wollen! Es ist eine Selbstbeschäftigung grausamer Ausweglosigkeit. Es wird zum zer-

quälten Verliebtsein in die Ergebnislosigkeit. Statt einer großen Erfahrung, einer schönen enthusiastischen Empfindung grübeln wir Selbstzweifel, Krisen, Konflikte herbei, verwechseln die heilsame Unruhe des Herzens mit dem gehetzten, weil ungeliebten Herzen und verwechseln die nicht auszuhaltende Stille mit Abgewiesenheit, weil sich in uns ein "Recht" auf endgültige Antworten breit macht.

Ja, das brave Ich erlebt sich in einer harten Welt, die es zu ergründen hat und versucht bis zuletzt, dem Leben, der Lebenslust und der Liebe einen Strich durch die Rechnung zu machen.

Alles, was mir geschieht und zustößt, wirft mich in mich selbst zurück, damit ich all das Geschehen in mir empfangen, prüfe, bearbeite, umwandle, damit ich all dem Geschehenen erst den Stempel des "eigen" wirklich Angeeigneten gebe. Ich habe dafür ein Werkzeug, um all das zu verschweißen und mich selbst zu bauen! Aber im Herzen wird auch gesondert in Spreu und Kleie, in unnützlich und wesentlich. Erst, wenn ich das erfahre und diese Unterscheidung nicht leugne, kann der Weg vom Ich zum Selbst beginnen.

Das ist der Weg: mich selbst, meinen Leib, meine Glieder und Sinne, mein Gemüt und mein Herz immer wieder so zu reinigen, daß alle meine Fähigkeiten zum Werkzeug meines Selbst werden.

*Nichts ist dem Geist erreichbarer als das Unendliche.*

(Novalis, V1, 335)

*Die Geisterwelt ist nicht verschlossen, dein Sinn ist zu, dein Herz ist tot!*

(Goethe)

Wann eine Religion und Mythologie verfällt, merken wir erst an der Frage nach dem Auseinander und Ineinander von Himmel und Erde: Eine Religion wird äußerlich und verliert sich, wenn sie nur das Auseinander von Gott und Mensch betont. Eine Religion wird seinsmächtig und lebenskräftig bis in den Alltag, wenn sie das Ineinander von *göttlich* und *menschlich* betont und fordert.

Die eine Fühl-Denkfigur ist die, die das Auseinander- und Entgegengesetztsein von Mensch und Gott betreibt: Gott: der Alleskönner, Alleswisser, Allesmacher usw., dagegen der Mensch: klein, frech, eng begrenzt, verängstigt. Die andere Fühl-Denkfigur betont das Ineinander und Zueinander. Die Vielheit Mensch und die Vielheit Gott, der Einzelne und der Eine haben sich nötig, keiner kann allein in der Allmacht oder Ohnmacht verbleiben. Der *große Andere* ist auch in mir, sonst wäre ich nicht, ich bin in ihm, sonst wäre ich nicht.

Der Mensch ist nicht nur äußerlich *Gottes Geschöpf*, sondern er ist innerlich *selbst göttlich*.

Die Fühl- und Denkfigur des Aus- und Gegeneinanders von Himmel und Erde, Mensch und Gott ist eine schier trostlose. Die äußerliche Trennung und Spaltung mündet in Entfremdung und gegenseitige Tötung.

Auch die "Schöpfer-Geschöpf-Beziehung" kann dies nicht aufheben; noch nicht einmal das "Vater-Kind-Verhältnis"

vermag das zu bannen. Dafür bedarf es neuerer und hoffnungsvollerer Fühl- und Denkinhalte, die gleichzeitig uralte Menschheitsinhalte sind. Sie zeigen das unaufhörliche *Ineinander* auf, das zwischen Göttlichem und Menschlichem herrscht. Sie verweisen auf das Geheimnis der Einwohnung und Geburt des göttlichen Geistes im Menschen und, vom Menschen her gesehen, auf das Einswerden in der Liebe. Das Bewußtwerden des Menschen ist, daß in ihm selbst etwas existiert, das ihn übersteigt, daß er sich nicht zu finden vermag, ohne daß er in sich selber etwas entdeckt, das er als nicht von seinem Maß und Wert erfährt. Sein Selbstgewinn entpuppt sich als "Gottesfund" und seine Selbstentfaltung als die Entdeckung göttlicher Kraft und Weisheit in sich selbst. Diese Reflexionserhellung des Ineinander von "Göttlichem" und Menschlichem ist die Grundvoraussetzung für alle Formen der Teilhabe. Dieses "Nur-Beziehen" von Schöpfer auf Geschöpf, von Unendlichem auf Endliches, Unsterblichem auf Sterbliches, Unvergänglichem auf Vergängliches bleibt im Vorhof unserer Erschütterungen. Der Auseinanderbruch von Göttlichem und Menschlichem ist Spaltung und Unheiles. Leider beschwören wir diese Entzweiung immer wieder. Wie schnell gewöhnen wir uns daran, nachdem wir den ersten Schritt der Trennung von den verborgenen, himmlischen Mächten in uns getan haben, sie abzuschieben in ein *Jenseits*, in ein ohnmächtig Unirdisches oder unzuverlässig Magisches. Solange diese Trennung von Himmel und Erde festgehalten wird, wird alles Verbindende und Verbundene abgewehrt und verweigert. Getrennt von den "himmlischen Mächten" in uns selbst, verarmen und verkümmern wir. Auf einmal ist Himmel eine Sache von unbestimmter Zukunft, die Sache eines verwiesenen Geschehens und einer sehr dunklen, nebelhaften Frühe der Menschheitsgeschichte. Weit hinter dem Horizont ist Gott!

Deshalb geben wir auch jedem Wort der "Frohen Botschaft" eine ganz andere Bedeutung. Freude ist nicht mehr die Freude hier, Lust nicht die Lust jetzt, Liebe nicht die verwirrende Anziehung des Du. Die Sprache zerfällt, weil wir zerfallen sind. Wir sind nicht im Wort, wir gebrauchen Wörter.

Die Worte der "Frohen Botschaft" mit ihren Verheißungen, Aussagen, Zeugnissen kommen nicht als Worte des Glückens zu uns. Sie sind nicht Anwesenheit der Liebe im Alltag, in unserem Erleben, durchdringen nicht unsere Gefühle und Seinszustände. Lust jetzt in der Sonne, Freude beim Essen, Herrlichkeit des Gebirges, zärtliche Süße mit meinem Kinde sind aber Frohe Botschaft. Liebe, Hoffnung, Harren, Sehnsucht, all dies verknüpfen die "Gläubigen - d. h. Ungläubigen" zu wenig mit den Gefühlen, die - innewohnend - sie übersteigen.

Verbinden wir in unserem Denken und Fühlen und in unseren Worten Himmel und Erde, ist das Himmlische nicht mehr so fade und das Irdische nicht mehr so klein und unwürdig. Lust ist Lust, Seligkeit ist Seligkeit, Freude ist Freude, und wir sollten prüfen, wie wir von der Trennung wieder zur Einheit kommen dürfen, denn dieser dein Sehnsuchtsschmerz von gestern, diese deine Lust am Abend, deine Seligkeit morgens sind Unterpfand der Verheißung, daß du dir Freude und Lust schenken darfst und daß von uns dieselbe Sache, dasselbe Erleben benannt wird, je nachdem, welche Ebene wir uns gerade aussuchen. Heine macht uns dies deutlich:

"Ei kennt ihr noch das alte Leid,  
das einst so wild die Brust durchglüht,  
ihr Saiten dumpf und trübe?"

Die Engel, sie nennen es Himmels Freud,  
die Teufel, sie nennen es Höllenleid,  
die Menschen, sie nennen es Liebe."

Liebe und Lebenslust sind Worte für Seligkeit. Wir dürfen diese nicht in eine ungewisse Zukunft abschieben. Schieben wir sie weg, bleibt unsere Gegenwart hohl und leer. Es ist das *Jetzt*, in dem die Ewigkeit aufbricht und sich entfaltet. Jede wirkliche Erfahrung, jedes teilhabende Erleben wird ein Zugangsort zu unserem Selbst und seinem göttlichen Grund.

*Eine richtige Antwort ist wie ein lieblicher Kuß.*

(Sprüche 24,26)

Dein Wort  
ist eine Welt  
mach aus der Welt  
ein Wort

(Rose Ausländer)

Höre, und du kannst antworten.  
Schau, und du kannst antworten.  
Spüre, taste, rieche, fühle, und du kannst antworten.  
Lerne empfangen, und du wirst geben können.  
Du lernst den Anruf, die Herausforderung,  
und du antwortest glücklichvoll.

Antworten kann ich auf Fragen. Antworten gebe ich auf Herausforderung. Die Herausforderung ist eine Frage. Jede Situation ist eine Anfrage an mich.

Wer die Zeichen, Rätsel, Schriften nicht deuten kann, die in der Wirklichkeit jeweils verborgen sind, gibt keine Antwort.

Antwort durchbricht den Mechanismus der Abläufe, Zwänge, Funktionen, die uns Angst und Trägheit suggerieren.

Keine gegebene Situation, Lage, Umwelt, kein "Schicksal" ist einfach so und so. Sie ist eine je verschiedene Anfrage und erfüllt ihre Bestimmung erst in der Antwort des Einzelnen.

Die Qualität der Antwort entscheidet über den Menschen.

Im Grund gibt es nur einige Antworten, die der Mensch den Fragen der Erde, den Herausforderungen des Himmels geben

kann. Es ist die Schönheit, die Güte und Barmherzigkeit, die Wahrheit und Redlichkeit, die Liebe - und wenn einer sonst eine bitter-süße Antwort findet, die zum Wachsen des Lebens beiträgt - auch noch diese. . .

Die eigene, selbsteigene, selbsterworbene Antwort ist die geheime Aufgabe in allen sozialen Verantwortungen.

Was du nicht verwandeln kannst in eine Frage an dich, in eine Herausforderung an dich, in einen Anruf an dich, bleibt eine unbeachtete, unbenutzte, ungenutzte, ungelebte Realität.

Alles Wirkliche, deine Umwelt, unsere Welt, wird sinn- und bedeutungsvoll, wenn du und ich sie als Frage und Anruf erfahren. Alle Welt kommt in den Sinn, wenn du und ich sie beantworten in Frieden, mit Arbeit, mit Liebe und Lob. Es ist ein Wunder, daß alle Welt, Situation, Schicksal - gut oder böse - wenn sie nicht als fix und fertig gegeben erscheinen, eine Antwort im Fühlen, Denken und Tun verlangen.

Wort ist Antwort.

Tun ist Antwort.

Lieben ist Antwort.

Vertrauen ist Antwort,

Dank ist richtige Antwort,

und Gutes sagen zu dir,

zu mir, über andere,

ist freimachendes, liebendes Antworten.

Es gibt Worte, die uns Geliebtsein in einem Ausmaß schenken, daß unser Leben zur Teilhabe in Fülle wird.

Zauberworte sind wie Schlüssel, wie Codeworte, um Zugänge zu öffnen, wie Parolen, um Einlaß zu bekommen in das eigene tiefe Selbst. Sie sind Wechselworte, die Verwandlung verheißen und Erleben verwandeln lassen.

"Es ist sehr gut denkbar, daß die Herrlichkeit des Lebens um jeden und immer in ihrer ganzen Fülle bereitliegt, aber verhängt in der Tiefe, unsichtbar, sehr weit. Nur sie liegt dort nicht feindselig, nicht widerwillig, nicht taub. Ruft man sie mit dem richtigen Wort, beim richtigen Namen, dann kommt sie." (Kafka)

"Der Heilige Geist ist mehr als die Bibel. Er soll unser Lehrer sein, nicht toter, irdischer, zweideutiger Buchstaben." (Novalis, Fragmente XII, 688)

"Wer hat die Bibel für geschlossen erklärt? Sollte die Bibel nicht noch im Wachsen begriffen sein?" (Novalis, Fragmente XII, 97)

Die Bibel - wie die großen Schriften aller Religionen - lebt, indem sie wächst. Ihr Wachstum ist implisiv, nicht explosiv, es führt ins Innere von Welt und Mensch. Frohe Botschaft will das Innere des Menschen erfüllen. Das bedeutet, jedes Wort, jeden Begriff und jedes Bild nicht nur wörtlich zu nehmen, nicht nur äußerlich zu lesen und zu begreifen, sondern alles Gesagte im Inneren sich geschehen zu lassen.

Alles beginnt in dir, in mir, in uns innerlich; wie jedes Subjekt sind wir der archimedische Punkt, aus dem allein Leben und Glück anfangen können! Auch jeder "Gott" braucht diesen Punkt als Anlaß und Anstoß, einen Menschen in Bewegung zu setzen oder ihn aus den Angeln zu heben. Gott bedarf des Menschenherzen, denn er ist des Herzens Grund. Als solcher fordert er seine eigene Entdeckung durch den Menschen.

*Der verborgene Mensch des Herzens, unverrückt mit sanftem und stillem Geiste. Das ist köstlich vor Gott.*

(1. Petrus 3,4)

*Verborgene* - nicht äußerlich, nicht für das Auge erkennbar; *Herz-Mitte* aller Bewegtheit der Gefühle und Bedürfnisse; *der verborgene Mensch des Herzens* - das einmalige, sich stets neu erschaffende Geheimnis des Seins in dieser Welt; *unverrückt* - dein Selbst, das verankert ist auf einem Grund, der auch dann nicht wankt, wenn alle Welt-Egos wanken; *sanft und still* - der aufnahmefähig und hörend sich versenkt; *Geist* - das *Selbst* - vom Odem Gottes durchhaucht und erfüllt vom Heil; *Lust Gottes* - an solch köstlicher Frucht; wenn der Mensch sein Selbst wie eine Blüte entfaltet, ist dies köstlich für den *Einen*, weil er seine eigene Göttlichkeit darin wiederfindet: sanft im Herzen des Menschen entfaltet. Ein Genuß für den *Einen* - und zaudern wir nicht, solche Worte zu gebrauchen - ist es, die von dir gefundene Verborgeneheit deines Selbst, das sich jetzt als unverrückbarer Kern deines Lebens erweist, zu schauen. Du meinstest vielleicht, nur dich entdeckt zu haben, aber du hast viel mehr in dir entdeckt. Du hast *dich* gewonnen als Geschenk des Seins. Und wenn du nicht die überlieferten Worte, Bilder und Begriffe gebrauchen willst, nimm neue oder das Schweigen!

Der Innenraum, "das Herz dieser Welt", ist der Ankergrund. Wenn ich diesen Ankergrund nicht bereithalte, hat kein Gott, kein Selbst eine Chance, mich zu verändern und zu stärken.

*Wir haben aber solchen Schatz in irdenen Gefäßen,  
auf daß die überschwengliche Kraft sei Gottes und  
nicht von uns.*

(2. Korinther 4,7)

Was ist der Schatz in dir? Deine Offenheit? Du hast Göttliches in dir. Du bist auch ein "irdenes Gefäß", und es zerbricht leicht, bekommt Sprünge, wenn du nicht achtsam bist. Dann fließt dir die "überschwengliche Kraft" aus. Dein irdenes Gefäß braucht dein achtsames Formen, braucht Festigkeit (durch Brennen), braucht immer wieder Reinigung.

Dein Gefäß möge nicht angefüllt sein mit Nutzlosem, mit Erwartungen und vergangenen Inhalten, abgestandenen Gedanken und Mustern. Es braucht wie die Gefäße deines Alltags, die du jeden Tag säuberst, den Schimmer von Klarheit.

Viele Menschen sehen und halten sich selbst auf Abstand. In ihrem Bemühen, nicht oberflächlich, sondern "religiös" zu sein, richten sie sich nach einem fernen Wesen, wollen ihren Weg dahin berechnen und empfinden ein drohendes Gegenüber, das zu beschwichtigen ist.

Der von Sehnsucht nach dem einen Leben erfüllte Mensch öffnet sich der Nähe, die sein eigenes Selbst ihm schenkt. Er erfährt immer wieder Verbundenheit und Teilhabe, die Berührung durch den Atem des Geistes.

"Das wahre Leben, das hab ich nie verschmäht. . .

Und so bleiben Gottes Werke, die er im Menschen gewirkt hat,

immerdar im unerschöpflichen Leben."

(Hildegard von Bingen, LUM 16/17)

*Gott, der sprach: Licht soll aus der Finsternis hervor-leuchten, der hat einen hellen Schein in unsere Herzen gegeben, daß durch uns entstünde die Erleuchtung zur Erkenntnis der Herrlichkeit Gottes.*

(2. Korinther 4,6)

Aus meiner eigenen Finsternis heraus kann und wird das Licht mir leuchten. Darum ängstige ich mich nicht vor meiner Finsternis, auch wenn sie mir oft undurchdringlich erscheint. Ihre Erhellung ist schon bereit.

Schaue in sie hinein, und du wirst entdecken: Deine Dunkelheit ist Nährboden des Lichts. Woraus soll das Leuchten hervorgehen, wenn nicht aus der Finsternis?

Nur aus deinen Finsternissen und unfaßbaren Dunkelheiten beginnt das Leuchten der erfahrenen Freude, der erlebten Fülle. Dein Selbst leuchtet durch Finsternisse aller Art wie aus der Eingeborgenheit des Kindseins - noch ohne faßbare Sprache - das erste Lächeln. Das Licht in der Fremde, der Liebe, in den Sinnfernen deines Daseins leuchtet dir heim in dein Selbst.

"Was sich nach Licht sehnt, ist nicht lichtlos,  
denn die Sehnsucht ist schon Licht. . "

(Bettina von Arnim)

"Ich bin das Licht der Welt."

(Johannes 8,12)

*Sie wissen nichts und verstehen nichts; denn sie sind verblendet, daß ihre Augen nicht sehen und ihre Herzen nicht merken können.*

(Jesaja 44,18; vgl. Jesaja 6,9-10; Römer 7,18-23; Jeremia 10,14)

*Wer nicht merkt und achtet auf sein Herz, ist verblendet von Welt und Welt-Ordnung. Sie haben keine Vernunft noch Witz.*

Abhängig vom Ich-Gekeife, vermengen wir uns allzu gerne ins Prestigegezänke oder in eine "Meuteeinigkeit".

Wie oft haben wir, verblendet, die Zugänge unserer Seele versperrt, durch die das Licht und der Odem strömen möchte. Gefühle der Sicherheit und Sicherung, Gefühle von Haben-wollen und Abrechnen, Aufrechnen, Nachrechnen verschließen uns die Freude an dem, was uns gegeben ist. Wir machen Probleme dort, wo wir einfach sein sollten. Wir hadern über Versagungen und versagen uns neues Sehen. Wir sind ungnädig zu anderen und unserem So-Sein und versagen uns die Gnade des *Ja*. Wir möchten Lebensformen erzwingen und geraten in eine Stimmung voll Anmaßung und Hohlheit. Es ist jener Zustand, in dem die Vernunft sieht, was wir sein sollten, wo wir aber maskenhaft werden, weil das Herz zurückbleibt.

Die Eifersüchtigen und Neidischen werden Machthaber. Die Lieblosen werden Eiferer und Inquisitoren. Die sich selbst gefunden und ihren göttlichen Weg ersehnen, werden offen, milde, mit dem Herzen sehend und hörend, sind dankbar, im und mit dem Herzen bedenkend. Wir meinen, viel zu wissen vom Schöpfer-Gott, Allmachts-Gott, Herren-Gott, Vater-Gott und Erlöser.

Worauf es aber zu allen Zeiten ankommt, ist der "Herzens-Gott", mein Selbst in mir, das Lebensgeisttragende, auch dann, wenn ich leugne, weil ich ehrlich oder blind bin, wenn ich aufschreie nach Zeichen.

Das ist der Kern-Glaube aller Kulturen, Religionen, Zeitalter: daß der *Eine* in mir wohnt und es an mir ist, dies zu entdecken. Die Entdeckung braucht Erfahrungen. Betroffenheit als Erschüttertersein im Herzen ist die Neuordnung meines Selbst-erlebens und -Wirkens.

"Der Entwicklungsprozeß bedarf sowohl der Klärung als der Trübung."

(C. G. Jung, Psychologische Typen, Ges. Werke, Nr. 6, S. 262)

Wir sollten beides mit offenen Sinnen erleben, beides als Heilwirken erfahren, in beidem uns vertrauend umsehen, es durchwandern und uns dem Leben nicht verweigern, sondern seine Erfahrungsquellen intensiv nutzen.

## *Ich bin das Licht der Welt.*

(Jesus, bei Johannes 8,72)

Wer ist dieses "Jesus-Ich"? Licht ist das Symbol von Geist, Erneuerung, Angenommen- und Erkanntwerden. Ich darf sagen: Ich habe ein Selbst in mir, das in sich trägt den, der sagt: In mir ist das Licht der Welt, durch mich fließt das Licht der Welt, aus mir strahlt das Licht der Welt, denn ich bin teilhaftig dieses Lichtes. Licht und Erhellung entdecke ich in mir als die Freude eines Hineingenommenseins in etwas Unauslöschbares, in die Schönheit der Akzeptanz. Jesu *Ich* ist nicht ein fernes Du, sondern ein nahes starkes Ich-Selbst in mir! "Ich bin das Licht der Welt." Wo erfahre ich das Licht und die Helligkeit? Das "Licht der Welt" erfahre ich, wenn ich auf meines Herzens Grund ein Seins-Licht entdecke. Wo sonst sollte ich das Licht schauen können als in meinem Herzen selbst? Wo sollte ein Gott in mir wohnen, wenn nicht in meinem Selbst? Die göttliche Herrlichkeit und Wunderwirksamkeit ist nicht in einem isolierten Kopf zu Hause, nicht in den Affekten und Trieben isoliert, auch nicht in jenen gemachten Identitäten, Rollen, fixierten Funktionsbildern des Menschen in der Gesellschaft, sondern im Lebens-Kern meines Selbst, da, wo Weite, Freude und Kraft sind.

*Weil du im Herzen betroffen bist und dich vor mir gedemütigt hast, so habe ich dich auch erhört, spricht der Herr.*

(2. Chronik 34,27)

Im Herzen betroffen zu sein, heißt, sich ansprechen lassen, sich öffnen dem großen Du in mir. Es heißt, erschüttert eingestehen, daß ich mein Tiefstes nicht gehört habe, ich mir nicht erlaubt habe, in mein Selbst einzutreten, das ihm schon gehört hat, von Anfang an.

Im Herzen betroffen bin ich und zersplittert, und doch erhört mich Gott, Göttin und das göttliche Kind, die im Innersten meines Herzens sind. Ich wachse in Bereitschaft.

Der Zugangsweg zur Kraft und Herrlichkeit ist mein Herz, mein Selbst. Und wie gehe ich mit mir um? Wieviel Erfahrung lasse ich zu oder schiebe ich weg? Wieviel erdichte ich mir, um der fordernden Erschütterung zu entgehen?

Ich erfahre in mir Kraft, Leben und Liebesmut. Ich erfahre und erkenne dabei: Das ist der Schlüssel zum Geheimnis des erlebten Ineinander von Göttlichkeit und Erdigkeit. Die Kräfte wollen in mir zu fließen beginnen und warten auf meine Bereitschaft.

Herrlichkeit und Schönheit in mir wollen gefunden werden. Mancher nicht benennbare Schmerz, mancher Druck, manche Schwere sind Anzeichen meiner Verslossenheit, meines mangelnden Mutes, mit den Strömen des Innersten zu ziehen. So aber nehme ich die Verheißung des Lebens hier und jetzt auf. Alles kann Freude werden, auch im Schmerz.

Meine Wege, meine Leiden, meine Geduld, meine Kämpfe und Anstrengungen schaffen mir in diesem Strom Leben und Kraft. Ich lasse die Kraft und die Schönheit wirken.

Blind ist, wer die Sonne nicht sieht,  
töricht ist, wer sie nicht kennt,  
armselig, wer ihr nicht dankt.

Sie ist das Licht,  
sie ist das Gute,  
sie ist das Heil.

Aus ihr strahlt,  
aus ihr wirkt,  
aus ihr spendet

der Herr der Sinne,  
der Vater des Seins,  
der Lebenswirker.

(Giordano Bruno,  
Budzimski-Wecker, Giordano Bruno-Buch, 1927)

*Gedenkt nicht an das Frühere und achtet nicht auf das Vorige! Denn siehe, ich will ein Neues schaffen; jetzt wächst es auf, erkennt ihr's denn nicht?*

(Jesaja 43,18-19)

Ich bin oft Sklave der alten Muster der Gefühle, Meinungen und Verhaltensweisen. Von dem, was mir einstmals geschah und was man mir angetan hat, kann ich mich nicht lösen, kann es nicht lassen, halte es fest als mein Leid damals und als Leiden heute. Diese Ketten halten mich: da ist das Frühere und Vorige in mir. Erlösung kommt aber durch das *Neue*, das ein Gott in mir schaffen will, damit das Frühere mich nicht mehr versklavt.

Denke und binde dich nicht an das Geschehene und Verflorsene. Das Heilbringende will dich davon erlösen. Ein *Neues* soll geschaffen werden, und ich und du sind die Schöpfer. Gelöst sind dann die Ketten, mit denen wir uns gebunden haben. Das Neue in uns *selbst* wächst aus der Loslösung und Selbstbefreiung. Neues werden lassen, ist Gutes sagen und tun, ist Segen werden für sich und die anderen. Das Neue ist erreichbar, will in uns wachsen, will er- und begriffen werden. Jeder Tag enthält das Neue, entweder ungenutzt, beiseite gelassen und verstaubend oder im Licht begriffen und mit Lust getan. Das Selbst läßt sich nicht identifizieren in meinen sozialen Identitäten, Rollen, alten Mustern, nicht im Kopf, auch nicht in den Gefühlsmustern, von denen ich abhängig bin und erst recht nicht in den festgelegten Erwartungen gesellschaftlicher Art. Nicht die nationale Identität, nicht die der Klasse, Rasse, des Berufes oder Geschlechts, der Sprache oder die einer Familienfunktion machen mich aus.

Kraft als Anfang, Lebensschönheit und Lebensüberfluß wollen entstehen und wirken. Im Selbst prüft und besinnt sich

mein Dasein und gehen alle meine *Iche* auf. Diese Entdeckung ist die *Erfindung* meines Lebens und der Anfang eines Weges mit festen Schritten.

*Schaffe in mir, Gott, ein reines Herz, und gib mir einen neuen, beständigen Geist.*

(Psalm 51,12)

Das ist das Gebet der Gebete gerade in unserem subjektiven Zeitalter, das uns Reinigungshilfen zum Sehen, Hören, Fühlen, Denken und für all unsere Empfänglichkeit gibt. Wir bitten um Geist wider alle alten Muster, wider Kleinmut und Bangigkeit: einen mutig-beständigen Geist der Tat im Hier und Jetzt. Das Wunder des Lebens beginnt immer und immer neu als Entdeckung im Herzen.

Wie viele Händler bedürfen der Beachtung in unserem Tempel des Herzens, des Geistes und unseres Körpers: Gedankenhändler, Rechthabehändler, Tauschhändler, Wechsler und Verwechsler. Es ist wichtig, den Tempel zu leeren und zu reinigen, ihn für neuen beständigen Geist zu öffnen. Beginnt in einem Menschen seine eigene "Kindschaft", so wohnt in ihm das erwachte, zugelassene "göttliche Kind" als Urgrund des Seins.

Immer aber ist es der im Herzen des Menschen Erfahrene, der den neuen Geist bringt. Dies besagt das *Code-Wort* "Selbst". Unser Selbst ist tiefer als alle Identitäten und Rollen, weiter als alle Fixierungen und Engpässe. Es umfaßt das Ego und gründet es im *Einen* uns *Übersteigenden*.

*Alles, was ihr tut, das tut von Herzen, als dem Herrn und nicht den Menschen.*

(Kolosser 3,23)

Das ist ein gewaltiges Wort für uns: Engagement, Enthusiasmus, "Begeistertheit" in innerlich redlicher Festigkeit lassen das Herz verlässlich werden im Tun und Ausharren. Tut von Herzen eure Arbeit! Tut durch Selbst-Achtsamkeit Gutes. Tut eure Gebete und Werke aus dem Herzen, nicht mit den Außenschalen, und sie werden Gottes-Früchte.

Ich soll mich meines Selbst nicht nur besinnen, sondern aus ihm lieben, arbeiten und kämpfen. Was wir von Herzen tun, ist eine köstliche Frucht. Es ist ein entflammtes Tun. Inbrunst liegt in allem Fühlen, Denken, Tun desjenigen, der es vom Herzen tut, dem göttlichen Selbst in sich folgend und nicht jedermann zuliebe und von irgendwem erwartet. Abhängigkeit von Menschen ist ein ständiger Leidbringer. Unabhängigkeit erfahren wir dort, wo wir unserem Selbst folgen.

Es gibt Zauberworte fürs Leben, die das Leben einsammeln und stärken. Es gibt Zauberworte, oft als Worte der Poesie vermittelt, für eine Kultur, ein Jahrhundert, eine Epoche, eine Gesellschaft, ein Volk, einen Stamm oder Clan. Zauberworte sind Worte der Verständigung und der Liebe. Es gibt auch individuelle Zauberworte für einen Menschen, seinen Lebenslauf, seine Anschauung, seinen Weg und seine Beziehungen. Der Mensch braucht zum Leben geschenkte, gewählte, *zu ihm gekommene Zauberworte*, die magische Wegweiser auf seinem Weg sind. Zauberworte sind Codeworte, die das Viele der Welt als das *Eine* in sich bergen.

Alles, was ihr tut, tut von Herzen - nimm es als Zauberwort.

*Ich will ihnen ein anderes Herz geben und einen neuen Geist in sie geben.*

(Hesekiel (Ezechiel) 17,19)

Hier ist das Geschenk des Mühens: ein anderes Herz und ein neuer Geist. Das andere Herz wird neue Mitte aller Gefühle in mir. Der neue Geist wird bessere Mitte aller Denk- und Bedeutungsakte meines Daseins. Das andere Herz ist nicht das von der Welt erwartete Ich, eingeeengt in tranchierte Vorstellungen und Verstellungen. Der neue Geist ist nicht das angehäuften Wissen. Mein Herz wird der neue Geist der *Fülle des Lebens* sein.

Der Schauplatz des Wortes ist zu allererst unser Herz. Wir sollten alles als ins Herz gesprochen, die Seele berührend, erleben. In unserem Selbst geschieht das Wunder.

Wie sehr wissen und spüren wir, daß es am Anfang und an jeder Kehre unseres Weges auf das neue Herz und auf den neuen Geist ankommt, die wir entdecken und mit Kraft entfalten können wider die Bedrängnisse, die aus alten Fixierungen stammen und die sich so oft entgegenstemmen aus Angst vor Fülle und Lust des Lebens. Der neue Geist vermag, Ketten zu lösen, vermag hin zu kraftvollem Frieden zu befreien.

*Er aber hat die Erde durch seine Kraft gemacht  
und den Weltkreis bereitet durch seine Weisheit.*

(Jeremia 10,12; vgl. Jeremia 51,15; Psalm 93,1; Psalm 104,2;  
Jesaja 40,22)

Energie und Kraft des Göttlichen ist "Codewort" des *Einen*. *Er* ist die Kraft und gibt uns Kraft, Mut und ausdauernde Geduld. Des Menschen ist das Üben mit der geschenkten Energie: das Tun, Ringen und Wachsen. Kraft kann der Mensch achtsam, gezielt und dankbar einsetzen. Er kann durch sie lernen zu wachsen und zuzunehmen. Noch die schwächste Anstrengung und Niederlage ist voll von göttlicher Energie. Die Schöpferkraft verbündet sich mit dem, der seine Kraft nutzt in anstrengenden Kämpfen und friedvollen wie schmerzlichen Siegen.

Die Kraft im Menschen wird Stärke, Lebensmut und Liebeswille, wenn wir uns dies immer neu bewußt machen. Sie wird Weisheit, wenn wir achtvoll mit ihr umgehen. Und was heißt, ich habe keine Kraft mehr? Nichts anderes als, ich habe vergessen, daß Kraft in mir fließt. Ich habe zu sehr mich allein als Kraftspender gesehen, habe erwartet und nochmals erwartet, daß mir dadurch Kraft von anderen zufließe, so wie ich mir das vorstelle, auch wie ich meine, daß ich sie gegeben habe.

Ich habe keine Kraft mehr, heißt ja nicht, ich bin körperlich müde und brauche Ruhe. Es heißt wohl, ich habe vergessen, bewußt zu schöpfen aus der ewigen Kraftquelle in mir, habe vergessen, die Verbindung zu dieser Quelle in mir zu pflegen. Vielleicht ist mir mein Ich wichtiger geworden als mein Selbst und dessen Quellen. Vielleicht möchte ich mich auch vor den Aufgaben drücken. Denn Kraft ist nicht nur Lust, sie birgt viel Tun in sich, daher ist sie auch recht anstrengend.

Das ist das Grundverhältnis: Kraft und Macht, Energie und Schöpfung, ist Ringen, Harren, Anstrengen, Lernen und Sehen!

Erkenne ich, daß aller Kampf, alle Anstrengung und alles Ringen, Wachsen, Lernen und Verwandeln des Menschen sich aus göttlichen Energien nährt?

*Wir arbeiten und kämpfen, weil wir unsere Hoffnung auf den lebendigen Gott gesetzt haben.*

(1. Timotheus 4,10)

Uns ist aufgegeben, zu arbeiten und zu kämpfen. Wenn wir dies von Herzen, vom ganzen Selbst, von Innen her tun, in Hoffnung und Gedulden auf den Lebendigen in uns selbst, wird uns vieles anders zuwachsen.

Das Ineinander von Göttlichem und Menschlichem ist Kriterium des rechten Kämpfens und Arbeitens. Es ist gut, wenn ich dabei meine Hoffnung und Liebe zu dem Lebendigen in meinem Selbst erlebe.

Darin liegen auch der *Adel* und die *Schönheit* des Glaubens, des Glaubens an das Selbst im Menschen, denn sein Vorhandensein schließt ein, daß wir das rechte Herz haben, etwas zu wagen. Das wäre ein seltsames Wagnis, das nichts von Furcht, Gefahr, Sorge, Unsicherheit hätte; und doch ist die wunderbare "Spielernatur" des Glaubenden angefragt. Wie traurig, wenn über uns gesagt würde: aber sie wagen nichts, keinen Einsatz, kein Opfer, keinen Verlust.

Ein banges, immer wieder fürchtendes Herz ist sicher auch unser, jedoch nur, wenn es sich nichtig und verneinend verhält, trübsinnig wird, und keinen neuen Schritt wagt. Wagnis gehört nicht nur zur Spieler-Natur, sondern ist auch Zeichen der Mut-Natur. Ohne diese beiden Lebens- uns "glauben" wir nicht wirklich.

*Die da haben den Schein eines gottseligen Wesens,  
aber seine Kraft verleugnen sie; solche meide.*

(2. Timotheus 3,5)

Energie ist Schöpferkraft, die sich dem Menschen als Lebensmut und Kampf um Selbsterhaltung gibt, auch denen, die sich das "Lebenwollen" immer wieder absprechen. Wenn ich nur dem Schein (eines göttlichen Wesens) nacheifere, um Prestige und Anerkennung zu gewinnen und die Kraft und die Herrlichkeit nicht als inneres Erbe und als innere Gewißheit erfahre, sollte ich solches Streben am besten meiden! Der Geist der Furcht ist oft Anlaß zum Scheinen, zum Mehrdarstellen als Sein. Solcher Schein weicht der Kraft des anstrengenden Wirkens aus. Wir werden zum "Scheinheiligen". Wir heucheln uns selbst etwas vor. Wer die Kraft in sich nicht aufnimmt, kann nicht mutig lieben und sich in "Zucht" erzo-gen wissen. Wer dir einredet, Kraft käme von außen, den meide.

Durch dein Ringen öffnest du dich. Dein Kampf geht um die Entfaltung deines inwendigen Menschen, um die größere Empfänglichkeit für das, was Liebe und Zucht wirklich meinen: Bereitsein ohne Ich-Befangenheit.

Dein Kampf um Aufgaben, Aufträge, Durchsetzungen deines inneren Selbst hat aber immer auch die Tendenz, dein Ich so sehr zu betonen, daß es dich ablenkt vom inneren göttlichen Antrieb. Ist dein Kampf ein rechter Kampf, kämpfst du mit und um deinen göttlichen Urgrund und dessen Leben.

Neben diesem Kampf gibt es den Krampf des Ego, das sich windet wie die Welt im Krieg. Krieg und Krampf sind das Gegenteil eine gerechten Auseinandersetzung in der Liebe und um Liebe. Die Krone erhält nur der Kämpfer des Lichtes, nicht der Verkrampfte und Totschläger, auch nicht der Kon-

summent und Nichtstuer. Die Krämpfe der Welthändel, ob im Alltag oder auf Völkerebene, verschließen und verstecken das Selbst oder täuschen es vor und schachern mit ihm. Es ist nicht leicht, sich davon zu befreien. Und doch: wir haben nicht den Geist der Furcht bekommen, sondern den der Kraft. Lassen wir uns davon beflügeln!

*Und die Geduld unseres Herrn achtet für eure Seligkeit.*

(2. Petrus 3,15)

Geduld heißt Bejahen und Bejahtwerden. Derjenige, der mit einem anderen Geduld hat, bejaht ihn, akzeptiert ihn, "wartet" und trägt ihn.

Weil der göttliche Anrufer Geduld mit mir hat, erachte ich diese unfaßbare Geduld, dieses Ertragen als Grundlage meines Wachsens hin zur Seligkeit. Ich lebe aus der Akzeptierung Gottes, der mich geduldig trägt besonders dann, wenn ich von mir aus meine, nicht weiterzukommen, mich nicht bewegen zu können.

So ist auch mein Akzeptieren und Ertragen des anderen nichts als der Versuch, ihm Achtung und Liebe zu bieten, damit er sich wieder mutig auf seinem Weg orientieren kann und lernt, sich selber zu dulden und mit sich Geduld zu haben. Und bei allem Wachsen bedarf es immer auch der Rast, des Verweilens, der Neuorientierung oder Übung des bis dahin Erreichten. Wenn Gott so ungeduldig mit uns wäre, wie wir es mit uns sind, wie viele blieben stecken auf der Strecke, im Tunnel, in der Schlucht der Wirrnisse? Wenn Gott so ungeduldig mit uns wäre, wie wir es oft mit anderen sind, er würde zum Töter der Liebe. Und doch steckt in der Geduld, im Dulden und Ertragen die Verheißung der Seligkeit, die Verheißung des Über-uns-hinaus-Gelangens.

Diese große Geduld ist dieselbe, die dein Selbst mit deinem Ego hat. Es akzeptiert, trägt und verwandelt.

Die "Geduld Gottes", der Erde, der Natur, der Nächsten trägt uns, auch wenn wir uns abwenden.

Und doch ist Gottes Geduld auch auf uns angewiesen. "Die- weil du hast bewahrt das Wort meiner Geduld", heißt letzt-

endlich, ich brauche dich in meinem Wirken, ich nehme dein Bewahren an, hole es hinein in das Geschehen, bündle deinen Anteil mit meinem zum Widerstand gegen Zerstörung. Geduld ist eine Form von Kraft. Mut ist eine Form von Kraft. Harren und Hoffen sind Formen von Kraft. Bewahren und Wachsen ist Kraft. Liebe ist *die* Kraft.

*Lasse keiner den Mut sinken.*

(1. Samuel 17,32)

Mut ist besser als nur Erkennen. Mut ist besser und mehr als überlegen, viel besser als träge sein, als genügsam sein - aus Gleichgültigkeit. Mut ergreift, geht voran und vertraut: Im Mut sind Hoffen und Vertrauen, daß keiner alles alleine zu tun hat, daß in mir Unterstützung, Hilfe und Ermutigung wirken.

Im Wagemut, nicht Kleinmut, gebe ich dem Göttlichen in mir Raum. Im Wagemut verbünden sich Glaube und Wagnis, verbinden sich Anstrengung und Vertrauen.

Was heißt Mut fassen? Es heißt, sich von Vergangenen lösen, sich dem Unbekannten zuneigen, leben im Vertrauen des Getragen- und Geliebtseins. Mutig gehen heißt, dem entgegengehen, dem begegnet werden soll. Manchmal wird Angst neben dem Mut einhergehen. Soll sie! Unsere Hand faßt nach dem Mut. Manchmal wird Furcht uns beschleichen. Wir sind wach, denn Mut macht uns achtsam.

Mut ist auch gutes, mühesames Verlangen, alle meine Fähigkeiten einzusetzen für den eigenen Weg - zusammen mit anderen - und gegen Verführungen der Trägheit.

*Da nicht ist Grieche, Jude, Beschnittener, Unbeschnittener, Ungriecher, Skythe, Knecht, Freier, sondern alles und in allen Christus (Selbst). So ziehet nun an als die Auserwählten Gottes, Heiligen und Geliebten, herzliches Erbarmen, Freundlichkeit, Demut, Sanftmut, Geduld; über alles aber ziehet an die Liebe, die da ist das Band der Vollkommenheit;*

(Kolosser 3,11-14)

Hier ist die Anleitung und das Angebot, zugeschriebene Identitäten, äußere Zugehörigkeiten wie Nationalitäten, geringer zu schätzen als das Erwachen in uns selbst, aus dem heraus wir voll erregender Ehrfurcht unser eigenstes Leben entbergen dürfen. Alle Identitäten werden vom Selbst durchstoßen. Die tiefe Verbundenheit alles Einmaligen wird hineingenommen in das Geheimnis des Auserwähltseins. Jeder ist erwählt als von Gott geliebt. Jede andere Vorherrschaft völkergebundener Art wird aufgehoben und überformt. Und wenn wir uns gereinigt haben, ziehen wir uns an als Menschen göttlichen Seinsglanzes.

Nationalismus, Rassismus, Feminismus, Patriarchismus, Altersidentitäten lassen wir zurück, ziehen all das aus und ziehen aus dieser Befangenheit aus, um in das gelobte Land aufzubrechen, das da heißt: herzliches Erbarmen mit uns und den Mitmenschen, Sanftmut und Demut vor uns und dem Sein der Geschöpfe, Geduld und Liebe in tief empfundener Dankbarkeit für uns und alle.

*Darum auch wir, dieweil wir eine solche Wolke von Zeugen um uns haben, lasset uns ablegen die Sünde, so uns immer anklebt und träge macht, und lasset uns laufen durch Geduld in den Kampf, der uns verordnet ist.*

(Hebräer 12,1; vgl. 1. Korinther 9,24; Hebräer 10,36)

Trägheit, Passivität und sich auslieferndes Konsument- und Patientsein ist Gegenteil von Kampf und Ringen mit und in sich.

Auch "Sünde" bedenken wir als ein "Code-Wort", ein Schlüsselwort für Geschehnisse, die heute so gewichtig sind wie früher, nur mit anderen, uns hilfreicherem Begriffen benannt wie: "Trennung vom Selbst", "herzloses Tun", "gleichgültiges Verhalten", ohne Achtsamkeit und Disziplin.

Es mag sein, daß einer "Gott" nicht direkt nennen mag, aber den Menschen alle Liebe und Aufmerksamkeit schenkt. Der ist nicht gemeint. Wohl aber kann der gemeint sein, der zu Gott "Gott" sagt und seine Beziehung zu ihm nennt und preist, aber Menschen verachtet, unversöhnlich mit ihnen umgeht und ihnen sein Herz verschließt. Ein solcher stellt sich gegen die Liebe.

Vom offenen Leben trennen uns unsere Ketten der Schwäche, obwohl wir sie manchmal mit Stärke verwechseln und Unversöhnlichkeit Charakterstärke nennen. Es ist das Gegenteil von "Fülle des Seins".

Wir laufen weg vor dem, was uns liebend füllen möchte und lassen träge gehen, was als Ansporn angeboten ist. Trägheit und Lebensverneinung verschließen uns die Kampfbahn des starken Herzens. Wir verschließen uns und verneinen dabei unsere eigene Befreiung. Kämpfe aber, die uns "verordnet" sind, zu denen wir angestachelt werden von uns selbst, be-

freien uns von unseren erworbenen Zwängen, reinigen uns von Bangigkeit und bringen uns den Lebenslan. Dieses Sichstellen und Durchhalten ist aus der Liebe zu unserem göttlichen Selbstleben geboren, und daran unterscheiden wir den Kampf von den Kriegen, die aus Haß, Rechthaberei und Herrschsucht zum Tode führen.

*. . . daß ihr nicht träge werdet, sondern Nachfolger derer, die durch Glauben und Geduld ererben die Verheißungen.*

(Hebräer 6,12; vgl. Hebräer 13,7)

Trägheit ist die größte Gefahr, in der wir stehen, denn sie trocknet das Leben aus, denn sie läßt die Säfte und Kräfte in uns verdorren. Trägheit ist die Abstumpfung des Lebens. Müde dürfen wir werden, oberflächlich, ungeschickt, untüchtig, dumm, aber nicht träge, denn die Trägen rufen, sehnen und harren Gottes und seiner Energien nicht mehr - sie vergraben ihr Leben.

Was ist diese Trägheit in unserer Leistungsgesellschaft, in der wir uns anstrengen und arbeiten, in der wir erwerben und zu-gewinnen? Hier ist die Rede von der Trägheit des Herzens, nicht an uns zu glauben und nicht mit den *Talenten* zu arbeiten, die wir haben; vielmehr zu warten, der "Zauberer" in den verschiedensten Erscheinungsweisen möge für uns tun, was nur tägliche eigene Anstrengung erreichen kann. Letztlich ist Trägheit, zu warten auf die Erklärung meines So-Seins und es dabei bewenden zu lassen, bzw. meine Anstrengung nur darauf zu richten, dieses So-Sein anderen rechtfertigend anzubieten.

Wir alle sind angelegt auf Glauben und Geduld. Wir verlangen sie nur allzu gern von anderen und verbauen uns die Sichtweise, daß unser Glaube und unsere Geduld mit uns selbst uns zuallererst unseren Weg ermöglicht, unsere Talente vermehrt und uns dann dazugegeben wird. Wir wehren uns gegen die Erzählung, das Gleichnis in der Bibel, das von den Talenten handelt, wo doch der dritte der Begabten nichts "Böses" getan hat, sondern sein Talent *nur* eingegraben hat, damit er es zurückgeben kann. Es wird ihm aber weggenom-

men, denn er hat es nicht genutzt, nicht gebraucht; er meinte, ohne es leben zu können.

Himmel, Kräfte und Geist wollen Nützer und Benützer der Gaben, und sie brauchen Mitarbeit.

*Ihr habt nicht engen Raum in uns; aber eng ist's in euren Herzen. Ich rede mit euch auch als mit meinen Kindern, daß ihr euch auch also gegen mich stellet. Werdet auch weit. Ziehet nicht am fremden Joch mit den Ungläubigen.*

(2. Korinther 6,12-14; vgl. Epheser, 5,6-7)

Enge bringt Verkrampfungen, Enge versperrt den Atem, macht undurchlässig, bewegungsarm, macht Angst. Die Enge des Ego im Herzen läßt "Auflösungen" nicht zu und darum auch keine "Erlösung". Wenn die Geburt des Selbst in uns geschehen soll und wir nicht am fremden Sklavenjoch des erworbenen Ichs mit den "Ungläubigen und Lieblosen" ziehen wollen, wird das "Sich-Weiten" als tägliche Übung nötig. Mein Herz weiten, öffnen, um mich in der Fülle meiner Möglichkeiten zu erfahren, heißt, der Kraft und Weisheit Raum geben.

Aus der Enge durch eine Pforte ins Weite treten und sich da entfalten, das ist die Umschreibung der Geburt des Selbst aus den vielen engen fixierten Ichen, an denen wir so krampfhaft hängen. Ozeanische Weite göttlicher Energien umfassen mich dann.

*Ich weiß deine Werke, daß du weder kalt noch warm bist. Ach, daß du kalt oder warm wärest! Weil du aber lau bist und weder kalt noch warm, werde ich dich ausspeien aus meinem Munde.*

(Offenbarung 3,15-16)

Gleichgültigkeit, Lauheit und Trägheit sind unsere Feinde. Alle drei sind des gleichen Stammes! Und alle sind Vorboten des Todes und lassen uns todesstarr werden - schon im Leben! Diese Dreierheit ist die Negation des Lebens und der Liebe, aber auch der Lust und Freude.

Lau, ohne Engagement, in der Trägheit funktionierender Pflichten und Rechte sterben wir, lange bevor wir sterben. Und doch spüren wir in uns eine zaghafte Sehnsucht nach bewegenden Schlägen des Herzens. Und doch möchten wir uns einmal ganz warm erleben, und doch wissen wir, daß wir auch der Kälte verdanken, in Bewegung gekommen zu sein, dank der Angst vor dem Erfrieren. Lau - das ist das *Nicht-Ja*, *Nicht-Nein*, Nicht-Tag, Nicht-Nacht, nicht hier, nicht dort. Wir meinen, mit dem Lau-Zustand könne uns nichts passieren, deshalb erschreckt er uns nicht, und doch ist dies der größte Schrecken. Heiß und Kalt haben das wachmachende, aufmerksame Erschrecken an sich. Was aber erschreckt, erschüttert, stößt an.

Lauheit entzieht sich dem Mitleiden und Mitlieben, und sie kennt nicht den Schrei der Sehnsucht. Darum sei Preis aller heftigen Bewegtheit. Nur sie führt zur Tiefe der Gelassenheit.

*Vierzig Jahre hatte ich Mühe mit diesem Volk und sprach: Es sind Leute, deren Herz immer den Irrweg will und die meine Wege nicht lernen wollen.*

(Psalm 95,10; vgl. Hebräer 3,17)

Und nun sind seitdem noch fünfundzwanzig Jahrhunderte hinzugekommen, und wir sind noch immer dieses Volk, jeder einzelne!

Der *Eine* hat Mühe mit den Starren, den Festgelegten, die falsche Wege einschlagen, Fluchtwege beschreiten und die besserwisserisch nicht lernen wollen, offen und weit zu werden.

Wie oft wagen wir nicht, das Risiko auf uns zu nehmen, unserem Herzen zu folgen, dem Unbekannten zu vertrauen ohne Dummheit und Unachtsamkeit, ohne Erfolgsgarantie Liebe zuzulassen. Und schon gar nicht erlauben wir neuen Geist, neue Wege, ungewohnte Verhaltensweisen, Desillusionierung eines Rollenklischees um der Lebendigkeit willen, die auf- und wachrüttelt. Lernen? Wir meinen es zu tun. Nur, was lernen wir, und woraufhin richten wir dieses Lernen?

Das gilt für jeden von uns: entdecken wir die Kraft und den Geist in uns, dann folgen wir dem Anruf, den Franz von Sales meinte: "Legt eure Herzen ins Weite."

*Ihr Lieben glaubet nicht einem jeglichen Geist, sondern prüfet die Geister, ob sie von Gott sind; denn es sind viele falsche Propheten ausgegangen in die Welt!*

(1. Johannes 4,1; vgl. Matthäus 7,15; 2. Korinther 11,13-15)

Prüfet, prüfet, prüfet, denket, seid skeptisch, seid kritisch und entschleiert die falschen Ideologien, Propheten und Prediger jeder Einfärbung. Das aber tut mit erfülltem Geist und entbranntem Herzen. Im Hochgefühl der Lust, das uns der Geist schenkt, in der tiefgenossenen Stille der Versunkenheit - mitten in diesem Zustand - prüfet immerfort, was in eurem Geist ankommt, schauet kritisch im Glauben, schauet skeptisch in der Hingabe und sortiert den guten heilsamen Geist vom Geist der Ideologen, Institutionen und Geschäftemacher.

Was wir als Kind waren, ist uns als eine Vorahnung und als Neu-Suche gegeben.

Das Kind in uns ist Pfand einer schwer erfaßbaren Unsterblichkeit. Kindsein ist Geheiligt-Sein, ist Ursprung sein, ist Gläubigkeit und dem Herren folgen (wie wir es oft bei geistig behinderten Kindern so unvermittelt erleben dürfen). Der *Geist* in uns ist Kraft und Weisheitsspender. Da ist nicht Berechnung, nicht zergrübelnde Selbstbetrachtung, nicht Aufspüren von Beweggründen. Da ist Liebe und *Tun in Liebe*.

Wir sind begabt zur "Unterscheidung der Geister". Wir sind verstellt und angesprochen in allen Kirchen, religiösen Bewegungen, spirituellen Angeboten und Ausdrucksformen.

Wir lernen, das Gift von der Medizin zu unterscheiden und die Sensation und Attraktion von der verlangten, liebevollen Anstrengung eines guten Weges.

*Seid allezeit fröhlich, betet ohne Unterlaß, seid dankbar. . . Den Geist dämpft nicht. Weissagungen verachtet nicht. Prüfet aber alles, und das Gute behaltet.*

(1. Thessalonicher 5,16-21; vgl. 2. Thessalonicher 2,3)

Prüfet alles mit eurer Vernunft, und unterscheidet immerzu, denn darauf kommt es an. Wenn ihr den Geist wehen spürt, nützt die Stunde, wachet, liebt, arbeitet. Der Geist treibt uns an. Wenn echte Freude, beglückendes Stillesein und brennende Dankbarkeit uns im Herzen erfüllen, sind wir offen im Geist. Wir erfahren und leben das Hochgefühl der "Fülle des Seins". Wer immer uns dies dämpft, fördert weder den Geist noch die Kräfte, die sich entfalten möchten.

Meist sind wir es selbst, unsere Unzufriedenheit, unser Hader oder unser Aufspüren-Wollen, was und wer alles nicht genügt und wie wir uns selber nicht genügen. In solchem "Messen" stecken auch andere, die uns mit Vorstellungen vollgepackt haben, mit Schuld- und Minderwertigkeitsgefühlen. Darum ist es so wichtig, uns die Leere zu schenken als *Freiwerden von diesen Bürden*. Und alles versteckte Gute möge neuen Platz bekommen - zu herzlicher Fröhlichkeit im neuen Herzen.

*Wasche mich rein von meiner Missetat, und reinige mich von meiner Sünde.*

(Psalm 51,4)

Wir haben vergessen, daß Waschen, Reinigen, Verbrennen einen Zugriff erfordern, ein Aktivwerden und Kämpfen gegen etwas. Es war und ist ein Tun wider äußeren Schmutz, gegen äußeres und inneres Gift, gegen Schematismus, Routine, Unachtsamkeit. Es ist nicht nur ein Akt der Prüfung und der Unterscheidung, sondern einer des Widerstandes und Zerstörens, ja des Vernichtens des Schmutzes und Giftes und alter Muster, die mich am Leben hindern, die meine Liebe verhindern und das Leid vermehren. Ungerechtigkeit z. B. ist schlimm, wenn ich mich davon vergiften lasse, weil ich nicht nur die Ungerechtigkeit aufzeige, sondern die Menschen verurteile, ihnen Böses nachsage, sie richte. Ich mache den Vorgang schlimmer und werde unfähig, liebend dagegen zu kämpfen. Ich trage nicht zur Umkehr, zur Besinnung, zur langsamen Veränderung bei, sondern zur Verhärtung, Verteidigung, Rechtfertigung und damit zur Verfestigung.

"Wasche mich rein": Jede Tempelreinigung auf der ganzen Welt verweist in irgendeiner Form auf die Bedeutung der Reinigung. Reinigen, Entleeren, Ausatmen, Aufgeben von Ansprüchen, Loslassen von Gewohnheiten, von Privilegien und Begünstigungen, Ausscheiden der ich-befangenen Vorstellungen - was für ein bedeutsamer Lebensprozeß zu allen Zeiten, in allen Kulturen, und wie wenig verstehen wir davon! Reinige du mich, heißt, schenke mir das Leben der Liebe. Nur ist all dies ohne die Bereitschaft der Selbst-Reinigung, ohne das Wissen, *daß dieses Du in mir ist*, eine Gefahr. Ich bin nicht schon gereinigt, weil einer mich lospricht. Er braucht mich, um es tun zu können und braucht

meinen Glauben, mein Üben, meinen pfleglichen, immer neu reinigenden Umgang mit mir.

Reinheit ist ein Weg zum Anfang, eine schöne Regression zum Leben, ein Lernprozeß zur "Form" und den Maßverhältnissen ursprünglicher Art. Reinigung ist "Lösung" und die wahre Bereitung von "Erlösung". Sie ist Verbrennung des Hinderlichen.

Um meine Energien und Fähigkeiten auszuschöpfen, bedarf ich der Hilfen. Dabei sind Lust und Last ineinander verweben. Ich lerne immer mehr, Lust an den Reinigungen zu gewinnen.

Ich spüre, was es heißt, in reiner Aufmerksamkeit zu leben. Ich werde hellwach für die konstruktiven Kräfte und Gedanken in mir, aber auch für die irreführenden und zerstörerischen.

Ein "reiner Mensch" ist in einem *fast* wiederhergestellten Stande der Unschuld, mit einem Herzen, das sich von der harten und groben, oft böartigen Befehls-moral seines Volkes und seiner Kultur mehr und mehr gelöst hat.

Ihm wird vieles "rein", und das Gift auf Erden tötet ihn nicht. Lauheit, Trägheit, Starre sind Nährboden für Gifte aller Art. Nehmen wir sie hinein in die täglichen Waschungen und Entleerungen, auf daß sie sich von uns lösen und unsere Haut und unser Atem den Geist und die Strahlkraft göttlichen Wirkens aufnehmen können.

Reinigung und Danksagung gehören zusammen wie Ehrfurcht und Lob. Sie sind die Bejahungsformen des Menschen gegenüber dem Sein.

*. . . die zum Herrn schrien in ihrer Not, und er führte sie aus ihren Ängsten und stillte das Ungewitter, daß die Wellen sich legten und sie froh wurden, daß es still geworden war und er sie zu Lande brachte nach ihrem Wunsch: Die sollen dem Herrn danken für seine Güte und für seine Wunder, die er an den Menschenkindern tut.*

(Psalm 107,28-30; vgl. Psalm 9,12)

Aber verheißen ist: Wenn wir müde sind, ist das nicht Trägheit. Wenn wir schwach geworden, ist das nicht Gleichgültigkeit. Wenn wir bitter werden in Ohnmacht, ist das nicht Starre. Wenn wir Angst haben, verschließen wir uns nicht auf immer. In diesem Zustand - schmerzhaft, leidvoll, doch harrend - erwarten und hoffen wir, hoffen auf die Kräfte Gottes in uns. Und Gottes Verheißung lautet, daß wir Kraft, Mut in den Anfang erhalten, wenn wir glaubend ersehnen, daß Gottes Kraft in uns wirksam ist! Alle, die sich mühen und guten Willens sind, alle, die sich anstrengen und doch Enge und Unheil erleiden, sind Teil der einen Kraft und Schwäche.

Ich lerne, was zusammengehört: die Not, die durch das So-sein der Welt, durch das So-sein der Gesellschaften, durch das So-sein der Menschen und mich selbst sich einstellt. Und gleichzeitig sind da im Menschen Bedürfnisse, Wünsche und Sehnsüchte nach mehr Leben und Glück. Und zu jeder Zeit gibt es in allen Frohen Botschaften der Erde - auch in unserer - die Verheißungen von Lebenserfüllung, von Liebe und Seligkeit.

Wir sehnen uns nach etwas, was diese Welt, diese Gesellschaft und ihre Institutionen nicht geben können.

Die Welt, in der wir unsere Pflichten tun, ist so unüberschaubar und ängstigend wie die Wüste, so ruhelos und stürmisch wie das Meer, so unbeständig wie Wind und Wetter.

Wir aber ersehnen etwas, was darüber hinausträgt, was heil hindurchführt, was mehr ist, als wir können. Dieses Bedürfnis tieferer Art lebt in der Menschheit unabweisbar. Aus ihm wachsen Glauben und Hoffen, Beten und Beschwören. Wir haben dieses Bedürfnis und den tiefen Wunsch, es möge gestillt werden. Daß wir dies in uns haben, ist nicht mehr und nicht weniger als die anthropologische Garantie "Gottes", daß wir fähig und berechtigt sind zu überleben. Wir sind begabt mit dieser Sehnsucht und darum der Selbstteilhabe fähig.

Was die Sehnsucht der Menschen ist, liegt auch in der Verheißung Gottes an sie. Wir sollen das Leben haben und es in Fülle haben, das Glück möge uns leuchten, die Freude ein ansteckender Funke sein, die Lust der Liebe uns verbinden. Wir hoffen, nicht klein, kraftlos und Spielball aller Welt zu sein. Selbst der Mutlose, der Resignierende trägt in sich einen Funken Hoffnung, es möge ein Wunder geschehen, es möge Hilfe kommen und Heilung. Nur schreit er nicht im Glauben, sondern macht sein Sehnen klein und richtet die Kraft des Schreis gegen seine Glaubenskräfte.

Uns ist unsere "Einzigartigkeit" als "Paradiesesfülle" im Hier und Jetzt der Gegenwart geschenkt, in der unsere Seele über sich hinauszureichen vermag in Gefilde, die Vorboten für Befreiung sind.

Jede Schönheit und Energie der Liebe und des Liebens führt in Herrlichkeiten, wenn wir nicht vom Habenwollen besessen sind. Wenn uns Freude, Lust und Leben verheißt werden, haben wir auch die Fähigkeiten in uns, solches Leben zu entfalten, unabhängig von Äußerlichkeiten. Wenn aber unser Blick sich starr nach außen richtet, etwas Bestimmtes erzwingen möchte, hat sich die Sehnsucht gefesselt, und Hilfe

gen möchte, hat sich die Sehnsucht gefesselt, und Hilfe ist weit. Allen, die Angst haben, zu träge, eng und starr zu sein, gibt Gott zur Unterscheidung eine Verheißung.

*Er gibt dem Müden Kraft - und Stärke genug dem Unvermögenden.*

*Die auf den Herrn harren, kriegen neue Kraft, daß sie auffahren mit Flügeln wie Adler, . . . daß sie wandeln und nicht müde werden.*

(Jesaja 40,29-31; vgl. Jesaja 30,15 und 49,23; Psalm 103,5)

Ich bin müde, kraftlos, mutlos, unvermögend und unfähig, aber ich harre, hoffe, ersehne "Gott". Das ist meine wahre Würde und mein Anrecht, darum bekomme ich neue Kraft, neue Mutflügel, Adlers Spähblick, Engelschwingen.

Müdesein, kraftlos und unvermögend sein, ist dann nicht schlimm, wenn wir auf die eine Kraft harren und uns danach sehnen. Allen, die dies tun, wird das Leben verheißen, das uns Flügel verleiht zum "Auffliegen" aus den Tiefen, aus der Dunkelheit - Schwere, Bürde und Verhaftetsein zurücklassend.

Die auf den Herrn, d. h. auf die Machtvollkommenheit des Selbst in mir, auf den inwendigen Herzensgeist hoffen, sich gedulden und auf ihn setzen, ihn annehmen und sich nicht aufgeben, nicht träge werden, erleben die Auswirkungen Gottes in sich selbst, sind beschenkt mit den Früchten der Liebe und des Lebens.

Wenn einer müde wird, aber auf Kräftigung wartet, ist er nicht träge. Wenn einer Schwäche spürt, aber auf Gesundheit hofft, wenn einer betäubt und bedrückt ist, voller Resignation und trotzdem aufs Erwachen harrt, ist er nicht gleichgültig. All diese Kümmernisse und Wartezeiten sind auch Prüfzeiten für neue, vertiefte Gotteserfahrungen, Geisterfahrungen, Verbundenheitsgewißheiten in erweiterten Räumen.

*Der Herr ist nahe denen, die zerbrochenen Herzens sind.*

(Psalm 34,19)

*Der Herr hilft denen, die ein zerschlagenes Gemüt haben.*

(Psalm 34,19)

Der Geist des männlichen, des weiblichen, des kindhaften, des mütterlichen und väterlichen, natürlichen Gottes ist nah.

Wo kann mir dieser Geist auf Erden begegnen? Nun, nah ist das Göttliche mir ausschließlich im lebendigen Herzen.

Durch den schmalen Spalt eines gebrochenen Herzens dringt noch immer Licht. Die Erlösung und Gründung in Gott ist jenen näher, die Offenheit und Offenlegung ihrer zerbrochenen Herzen erlebten und die Erfahrung ihrer ermüdeten, gespaltenen Seele.

Die große Mutter bringt deine Ohnmacht auf den Weg, erbarmt sich deiner, so du dich deiner erbarmst. Das göttliche Kind befreit dich zu deinen Anfängen, da deine Verfestigungen gebrochen sind.

Muß denn jemand ein zerschlagenes Gemüt haben, um Hilfe zu bekommen? Er braucht zumindest ein waches Bewußtsein seiner Zerschlagenheit, Zerspaltenheit und Geschädigtheit, um sich aufzumachen und Hilfe zu holen, nach Hilfe zu rufen, aufmerksam sich nach Hilfe umzusehen. (Nicht jedes Hilfsangebot ist Hilfe!).

Gesagt wird hier: Deine Chance wächst mit dem zerschlagenen Gemüt, denn in den Trümmern deines Ego findet dein Selbst leichter die neue Heimstätte, findest du leichter den Weg zu dir und Gott in dir, leichter, weil du die eingefahrenen Bahnen zerstörst und die von anderen vorgezeichneten

Bahnen nicht mehr erkennbar sind. Und doch bleibt die Gefahr, sich nach ausgetretenen Pfaden umzusehen und sich auf das Neue nicht einzulassen; dem Gewohnten den Vorzug zu geben und sich dem, der in uns Neues und Erneuerung wirken möchte, nicht anzuvertrauen.

*Ich will das Verwundete verbinden und das Schwache stärken.*

(Hesekiel 34,16)

Nur das Verwundete wird verbunden, das Schwache nur wird gestärkt! Als ich wach geworden bin für mich, habe ich mich schwach und verwundet gespürt, ausgesetzt und verloren. Welcher Verheißungs-Trost wird mir hier geschenkt: Ich will das Verwundete verbinden.

Aufwachen bedeutet, die Wirklichkeit erkennen. Mein Verwundetsein und meine Wirrheit, die ich im Aufwachen zugebe, rufen das göttliche Erbarmen an, um mich zu stärken. Ich fühle Stärkung, weil ich Gottes Kraft in mir spüre, weil mein Nächster mir hilft und ich mein Tun erkenne, weil mir Kräfte zuwachsen, mich selber in meinen Fähigkeiten neu zu sehen. Jede Zuwendung, die ich durch andere erfahre, ist die Zuwendung eines "inkarnierten Gottes". Auch die schwierige und die anscheinend oder wirklich harte Erfahrung ist die Anforderung und Aufforderung zu hören, zu hören, wer zu mir spricht.

Jene Menschen, die sich erfahren haben, gewinnen mehr und mehr die Fähigkeit, im Nächsten, im andern, in allem Lebendigen der Natur und in allen Zeitläufen den allesverbindenden Geist zu erkennen, ihn im Schrecken des Feuers, in den aufgepeitschten Wogen ebenso wie in der Stille der Lüfte und dem Ruf des Nachtvogels zu erfahren. Das macht einen religiösen Menschen aus. Er findet sich im eigenen Herzen, das bedeutet im Herzen "Gottes". Reine Augen, reine Ohren und ein reines Herz werden ihm geschenkt.

*Laß die Traurigkeit aus deinem Herzen und tue das Übel von deinem Leibe; denn Kindheit und Jugend ist eitel.*

(Prediger 17,10; vgl. 2. Korinther 7,1; 2. Timotheus 2,22)

Was für eine Aussage aus der uralten Kenntnis des Menschen: die Gefahr, in seiner Kindheitsgeschichte stecken zu bleiben und das Potential seines Erwachsenseins im Hier und Jetzt nicht zu nutzen.

Traurigkeit wird nicht besser bewertet als das Übel! Hier ist die Rede von der Traurigkeit, die du mitschleppst, die dich nicht aufliegen läßt.

Wieso aber: "Kindheit und Jugend ist eitel"? Eitel sind sie in ihren alten festgehaltenen Verhaltens- und Erziehungsmustern, in ihrem Nachhohlrängen, obwohl du als Erwachsener dir selbst gut sein kannst. Viel Traurigkeit im Herzen, viel Bangnis und Übelkeit kommen von diesen geglaubten oder tatsächlich gewesenen "Messer-Verletzungen" der Kindheit, die wir nicht zum Heilen bringen, weil wir meinen, hier schulde *man* uns etwas, dies müsse ein anderer tun. Wie sehr sollten wir, Mitglieder der modernen Therapiegesellschaft, dies beherzigen: Wir sollen Traurigkeit und Leibesübel ablegen, *denn* (wie eigenartig dieses "*denn*") Kindheit und Jugend ist eitel, d. h., laß sie doch nicht so bestimmen, heute und hier, wo dein Bewußtsein Gottes Kraft zu erfahren vermag. Laß dich im Guten wie im Schlechten von dir und anderen nicht so auf diese Zeit festlegen, wie du es oft fälschlicherweise verstanden hast. Streif sie ab! Gefalle dir auch nicht darin; sie bringen dir weniger Erlösung als du meinst.

Du ziehst auch die Kleider dieser Zeit nicht mehr an, sondern greifst nach neuen. Erbarme dich deiner, und schenke dir gnädig als Erwachsener die Selbst-Zuwendung, die Gottes

ist, die Liebe, die Gottes Liebe ist, und werde wach und lebendig für deine gute Elternschaft für dich selbst!

Wiederhole nicht an dir selbst durch Selbstverneinung die Zurückweisung, die du vielleicht erfahren hast - durch beharrliches Dich-selbst-Abwerten - die Strenge, die dir Schmerzen bereitete. Solches Wiederholen bedeutet, sich an die Fehler und das Versagen zu hängen und sie neu zu vergegenwärtigen. Dies ist jedoch nicht die Gegenwart; du holst es nur in die Gegenwart und läßt es nicht los.

Dein Dich-Annehmen und Bejahen im vollen Bewußtsein deiner Stärke im Geist ist deine Gegenwärtigkeit. Du wirst aufgerufen, sie dir zu schenken. Wieviel Liebe können wir finden in dem Wort: *Laß die Traurigkeit aus deinem Herzen!*

*Wer seine Sünde leugnet, dem wird's nicht gelingen; wer sie aber bekennt und läßt, der wird Barmherzigkeit erlangen.*

(Sprüche 28,13)

Sünde ist nichts anderes als "Selbst-Mißlingen", sich selbst nicht annehmen, sich verleugnen und verneinen. Sünde ist, seinem Ego, d. h. seiner fixierten Welt-Identität, folgen: fraglos seine Rolle wichtiger nehmen, als seinem Herzen zu folgen, den Erwartungen der Welt entsprechen ganz ohne Frage und Selbst-Suche. Mich akzeptieren und bewußt so sehen, wie ich bin, ist der erste Schritt auf dem Weg in die Selbst-Begegnung. Du lebst eine Krise und wandelst dich.

Das Akzeptieren und Offenbaren dessen, wie ich bin und war, ohne Rechtfertigung und ohne Beschönigung, gehört zu jedem redlichen Anfang. Ohne diese Bereitschaft, mich wenigstens *mir* einzugestehen, ohne dieses Bekenntnis beginnt kein Weg. Ich akzeptiere mich "arm-selig" und ich weiß mich "arm" und "selig". Ich leugne meine Armut nicht und leugne nicht, daß mir Barmherzigkeit widerfährt. Mein göttliches Selbst nimmt mich an, wie ich bin. Woher nehme ich den Mut, mich *nicht* anzunehmen? Woher nehme ich die Kraft, meine dunklen Seiten von mir wegzuhalten, so als ob es sie nicht gäbe? Mein Zu-mir-Stehen mit allem, was ich bin, und mein Mich-Ablegen, um Raum zu schaffen für mein Ja allein, wird mich Wege des Heils finden lassen. Ich lasse mich *von mir selbst nicht mehr absondern*, ich sammle mich für neues Werden.

*Es ist das Herz ein trotzig und verzagt Ding; wer kann es ergründen? Ich, der Herr, kann das Herz ergründen und die Nieren prüfen und gebe einem jeglichen nach seinem Tun, nach den Früchten seiner Werke.*

(Jeremia 17,9-10: vgl. Prediger 9,3; Matthäus 15,19; Psalm 7,10 und Psalm 139,23-24)

Herzmitte unserer Gefühle und Antriebe ist auch Trotz, ist auch Wütendsein, widerspenstig und verzagt, bange und ängstlich mich gebärden. Wie oft stehen wir vor uns selbst wie vor einem Rätsel, wenn wir unsere Widersprüchlichkeit erfahren, wie oft meinen wir, Eindeutigkeit unseres Herzens sei das Ideal. Wir entdecken und anerkennen nicht die Chance, die im Vielen und in den Gegensätzen des Daseins enthalten ist: Das Hineingestelltsein in die Lebendigkeit des Lebens. Das Herz ist der Träger unseres Lebens, und nur der *Eine* kann es ergründen und prüfen. Es gründet und ist eingebettet, geborgen im ewigen Goldgrund des Selbst.

Das Herz ist der Ort unsichtbarer Kräfte der Schönheit und Weisheit. Wohl kann Gott diesen Ort meiner Mitte ergründen. Für meine Nachbarn und Nächsten wird mein "Selbst" dagegen sichtbar in meinem Tun und in meinen Werken. Die Früchte sind hier wichtiger. Sie werden nicht alle brauchbar sein und auch nicht für jeden. Sie mögen Nahrung werden für Hungernde.

Was ich nicht von Herzen getan, ist Gleichgültigkeit, Heuchelei, auch dann, wenn es Ritus, Messe, Gebet oder Meditation betrifft. Es bringt keine Frucht. Darum gilt die Schelte Gottes nur dem Tun, das nicht vom Herzen gespeist, nicht aus der eigenen Fülle geschieht. Seine Schelte gilt allen nicht herzhafte Suchenden.

Liebe dich und dein Tun von Herzen, und du bereitest dir  
Tage des Freuens, des Staunens, der vollen Lebendigkeit,  
auch im Grau des verhangenen Himmels, der trotz allem über  
und in dir ist.

*Ich will euch heimsuchen, spricht der Herr, nach der Frucht eures Tuns.*

(Jeremia 21,14)

Nicht nach Gebet, Meditation, Ritual, Messe, Brandopfer, nach Magien, Mystiken, Ämtern und nicht nach den verschiedenen Formen des innegewordenen Versenkens, nicht nach Loblied, Predigt oder Askese, sondern nach den Früchten des Tuns, das aus dem inwendigen Menschen kommt, wird gefragt. Das Tun aus dir heraus gilt bei Gott! Alles, was du aus vollem Herzen tust, läßt dich den Himmel in dir erfahren. Wenn du aus deinem Selbst zu leben beginnst, wirst du immer mehr Gottes Anfänger.

Die fleischlichen Dinge sind das Kriterium der geistigen Dinge.

Die Minderbewertung des realen Tuns, der realen Verhaltensweisen, der realen Wirkungen, des guten, freundlichen Handelns gegenüber dem schönen Ausdrucksverhaltens in Kreisen, die sich der Spiritualität, Kontemplation oder der neuen Religiosität widmen, ist ein Zeichen des inneren Geteiltheits.

Was sind die Früchte unseres Innewerdens und Erwachens aller Meditationen, aller Atemübungen, Rituale, Mythenrämedarlegungen, Versenkungen, aller Übungen der Achtsamkeit?

Die Früchte sehen wir am täglichen Tun der Liebe, am Tun der Barmherzigkeit, am Tun der Freundschaft und des Einstehens füreinander. Die Früchte sehen wir auch an der Art und Weise des Umgangs mit uns selbst.

Der Tüchtige taugt für Gutes, weil sein Tun sich in Segen verwandelt.

*Ich habe Lust an der Liebe und nicht am Opfer, an der Erkenntnis Gottes und nicht am Brandopfer, (spricht Gott).*

(Hosea 6,6)

*Ich bin euren Feiertagen gram und verachte sie und mag eure Versammlungen nicht riechen. Und ob ihr mir gleich Brandopfer und Speiseopfer opfert, so hab ich kein Gefallen daran, so mag ich auch eure feisten Dankopfer nicht ansehen. Tue nur weg von mir das Geplärr deiner Lieder, denn ich mag dein Psalterspiel nicht hören. Es soll aber das Recht offenbart werden wie Wasser und die Gerechtigkeit wie ein starker Strom.*

(Amos 5,21-24; vgl. Jesaja 1,11-15 und 66,3; Jeremias 6,20)

Es spricht der, der die Lust und die Liebe ist. Wir werden aufgefordert und ermuntert zu erkennen, daß nicht nur Opfer, sondern auch Rituale, institutionelle Spenden, Sachen, Tieropfer, Brandopfer und alle freudlosen Muster der Unterwerfung oder alle Muster der direkten oder indirekten unbewußten Bestechung unerwünscht sind. Erkenntnis als Lohn der Liebe erfreut das Selbst in uns, und die Lust an der Erkenntnis des Seins ist eine Verheißung und zugleich ein tiefes Bedürfnis in uns. So lebe ich aus meinem Selbst und aus der Lust am kraftvollen Dienen.

Prüfet eure Rituale, Gottesdienste, Messen, Gebete, Lieder und Opfer, prüfet, prüfet ihren Geist der tätigen Liebe, ob denn all eure Gottesdienste einmünden in die Offenbarung des rechten Tuns von Herzen und in die Selbsthingabe.

Prüfen wir uns, welche Rituale, Meditationen, Loblieder, Klänge wir benützen, um den inneren Menschen zu stärken, ob wir uns redlich stellen auch den Dissonanzen der Welt oder an der bequemen Oberfläche bleiben möchten, um uns der Notwendigkeit auch der Schmerzen zu entziehen. Wir dürfen vom Leichten zum Schweren gehen und umgekehrt. Nur beim einen oder anderen zu bleiben, verfälscht das Leben. Unsere Liebesstärke erweist sich immer nur am Tun der Liebe, an der Hilfe, die wir geben und nehmen, uns selbst und dem Nächsten.

Zauberei, Magie, Alchimie, Astrologie, Tarot, viele Therapien, viele Spiritualitätsarten, viele Meditationsangebote, alle möglichen archaischen, ideologischen, religiösen Angebote können unterstützen, anregen und helfen, auf einen geklärten Weg zu kommen.

Wenn sie als Abkürzungswege benutzt werden, Anstrengung scheuend, Widerstand, Kampf vermeidend, vor Disziplin und Selbstverantwortung sich drückend, dann sind sie Fluchtwege und Wahngelüste.

In seiner Hilflosigkeit kommt der Mensch auf den Gedanken, sich zu wünschen, es gäbe Hilfen, die von außen kommen, so daß er sie sich nicht eigentlich in seinem Inneren erringen müßte. Die Fata Morgana des Hilflosen ist eine vorgegaukelte Hilfe, die ihm ohne sein Zutun und ohne, daß er sich mehr anstrengen müßte, Lösungen anbietet. Das ist eine oft unbezwinglich wirkende Illusion. Sie verknüpft sich mit der Vorstellung, wir könnten heil sein und heil werden ohne das wesentliche Kriterium von Glauben, Lieben und Helfen im alltäglichen und mühseligen Tun. Das aber bedeutet, daß einer sich selbst einzubringen hat und es seine Aufgabe ist, in seinem unruhigen Herzen Gottes Tun mehr und mehr anzuerkennen. Dies ist nicht leicht, es läßt uns auch stöhnen, und deshalb entsteht schnell eine Sucht nach wunderlichen, au-

Bergewöhnlichen, exotischen und außersinnlich-esoterischen Praktiken. Sie sind anziehend, faszinieren uns, so wie ein Kind fasziniert ist von etwas, das es nicht durchschaut, sich aber wünscht, es möge funktionieren, und solche Praktiken wirken vielversprechend für einen Hilflosen. Zum ersten sprechen sie den unwissenden Kopf an und zum zweiten die Trägheit und Lauheit des Hilflosen, der nicht zuallererst Selbsthelfer werden will. Es ist ein Unterschied zwischen Mystik und Mystizismus, zwischen Glauben und fanatischem Aberglauben, zwischen Liebesehnsucht und Herrschsucht. Mystik, Glaube, Liebe suchen Reflexion und Zweifel, tragen nüchternes Denken und fordern es ein. Der Aberglaube geht ihm aus dem Weg, so weit, daß daraus eine geistige Behinderung wird, die die eigene Intelligenz verneint.

*Jedoch in der herausgerufenen Gemeinde will ich lieber fünf Worte mit meinem Denksinn sprechen, auf daß ich auch andere unterrichte als ehntausend Worte in einer Zunge.*

*Brüder, werdet nicht kleine Kinder in euren Sinnen, jedoch seid unmündig im Üblen, in euren Sinnen aber werdet vollkommen.*

(1. Korinther 14,19-20)

Es ist wichtig, nüchtern und differenziert mit meinem Denksinn zu erzählen, von meinem Weg, von meinen Erschütterungen und verständlich darzulegen, daß es um mein Leben, meinen Alltag jetzt und hier geht und um nichts anderes. "Nicht sollt ihr soviel in Zungen reden", d. h. von Spiritismus, Okkultismus, von Prophezeiungen, Visionen, Geheimniskrämereien, die im Tun nicht weiterbringen! Wieviel Phantasie, Träume, Bilder aus östlicher und westlicher Überlieferung, um die wir uns bemühen und die aus dem eigenen Unbewußten steigen, werden fruchtbar im Leben und Tun? Flüchten wir uns nur in interessante, exotische Verzählchen aus aller Welt und allen Zeiten? Erst wenn alles über den Kopf ins Herz geht und aus dem Herzen in das Geschenk des Denksinnes, wird das Zusammensein und Zusammenwirken bereichert, erweitert, vermehrt. Eine heilsame Reinigung ist die Reinigung von Vorurteilen, Stereotypen, Allgemeinheiten, und das verlangt meine Wachheit und selbsterarbeitete Mündigkeit.

*Kommet her, höret zu, alle, die ihr Gott fürchtet;  
ich will erzählen, was er an meiner Seele getan hat.*

(Psalm 66,16)

Die Furcht, die wir haben, vor dem eigentlichen Leben und dem Erfahren und Stammeln aus dem Selbst, kann nur durch Aufmerken, Hören und Offensein für die Erzählungen und Berichte, was anderen passierte und was sie erfuhren, besänftigt werden. Was geschieht, wenn der inwendige Mensch auf dem Wege zu seiner Klarheit sich mitteilt, wenn er bereit ist, in die Mitte seines Herzens aus seiner Herzensmitte zu berichten? Es ist ein vornehmer Liebeserweis, wenn ich Hörer und Zeuge sein darf, daß ein Mensch erzählt, singt und davon zeugt, was ihm widerfuhr, als er den göttlichen Geist in seiner Seele erfuhr und was dieser an seiner Seele getan.

Es gehört die Sprache der Erfahrung und des Erlebens dazu, nicht die des Wissens oder der Theologie: Wie in den Psalmen kann die "narratio" dessen, was mir geschah, durch die "Poesie", die allein Nähe und Liebe erreicht, ausgedrückt werden.

*Einen jeglichen dünkt sein Weg recht, aber der Herr prüft die Herzen.*

(Sprüche 21,2)

Wie viele von uns meinen, es sei doch richtig, wie sie leben, alles sei geordnet, wohlbefunden, unumstritten anständig, normal. Wer aber sich selbst prüft im Herzen, wird "wissen", daß da vieles ist, was er vernachlässigt, was er unterdrückt, was er nicht zum Leben bringen möchte, weil es "Unordnung" schafft und anderes anfragt als das "Normale". Und der, dessen Sehnsucht stark genug ist, wird sich auf die Suche nach dem wahren Weg wagen und sich im Herzen seines Selbst nach dem richtigen Weg fragen, wo ihn das *Eine* leitet und auf den rechten Weg weist. Nicht der Weg der Masse, das Geradeausgehen in Konformität, das von Autorität Vorgeschriebene zu tun, ist entscheidend, entscheidend ist das Herz, der Geist, aus dem heraus du liebst.

*Alles, was da ist, das ist ferne und ist sehr tief; wer will's finden?*

(Prediger 7,24; vgl. Hiob 28,12-20; 1. Timotheus 6,16; Römer 11,33)

Ferne, Tiefe, Fremde, Weite sind auch mir zu eigen, darum erschrecken sie mich nicht zu Tode. Ferne, Tiefe, Weite sind Gottes. Unzulänglich wäre ich, gäbe es in mir nicht alles: auch Ferne und Fremde, das Unbekannte und Unfaßbare. Mein Selbst und der göttliche Grund seines Glanzes in mir sind oft gleichsam hinter dem Horizont verborgen.

Wer dies leugnet, und nur Nähe, bekanntes und verwandtes Sein anerkennt, wird mit der schwer faßbaren Seite des Seins ungeduldig und abweisend. Wer sie verleugnet, verdrängt, bedrängt sich selber mit diesem Geheimnis.

Auch das Erschreckende berge ich in mir. Mächte und feindliche Mächte erlebe ich in mir und möchte wegschauen. Erst allmählich lerne und mühe ich mich, alles anzunehmen. Gelingt mir, all das zu akzeptieren, werden Ferne und erschreckende Tiefe nicht nur zumutbar, sondern Kraftquellen, die der Lenkung bedürfen, die ich aber benutzen darf, um das Neue in mir zu stärken. Das Ferne öffnet mir weite Räume, die Tiefe führt mich auf die Spur des Urgrundes, Mächte werden erkennbar. Ich bin ihnen nicht mehr ausgeliefert. Zum Findenwollen gehört sicher Mut. Das Sich-Auseinandersetzen mit dem Gefundenen macht Mut.

Das *Eine* sehnt sich nach den Wildnissen unserer Herzen, kennt die Kraft, weiß um die kreativen Möglichkeiten, hat Geduld und Lust, mit uns den Weg zu gehen.

Gott ersehnt uns, wie wir ihn, harrt auf uns, wie wir auf ihn. Mein göttlicher Kern in mir wartet des Aufbruchs - ich auf

die Offenbarung der göttlichen Kräfte in mir - denn in den fernen Tiefen der Mächte entstehen die Energien.  
Das Ersehen, Erharren, Erhoffen ist das Schiff eines Nahenden. Wer wirr ist, wer bange ist, aber des Heilbringenden hart, auf seinen "Selbstaufgang" hofft, wird "erlöst"!

*Welches Gebot ist das größte? Er sprach zu ihnen: Du sollst den Herrn, deinen Gott lieben aus deinem ganzen Herzen, aus deiner ganzen Seele und all deinem Sinnen und Denken. Dies ist das größte und erste Gebot, das zweite ist ihm gleich: Du sollst deinen Nächsten lieben wie dich selbst. An diesen beiden Geboten hängt das ganze Gesetz und die Propheten.*

(Matthäus 22,36-40)

Einen anderen "Gott" als deinen, den du in dir findest, kannst und sollst du nicht lieben. Dein Herz liebt das Selbst.

Dein Nächster ist der, den du auch in dir findest als dein Selbst, darum liebe ihn wie dich selbst.

Auch hier liebst du dich in ihm und ihn als dich, weil er in dir lebt, wie du in ihm. Hier liegt das wunderbare Geheimnis der Verbundenheit bei aller Einmaligkeit, das jede Ich-Ideologie aufhebt. Wie anders könnten wir wirklich lieben als in der Erfahrung des Vielen im Einen und des Einen in allem?

Darum übersteigt die Aufforderung, "Gott" zu lieben, mitnichten meine Fähigkeiten. Ja, man könnte sagen, was ist leichter als sich selbst, seinen selbstigen Urgrund, seinen Nächsten, Allernächsten zu lieben? Wir lieben aber uns selbst und unser gefundenes Selbst in uns nicht so leicht (und diese Nichtliebe kennt viele Schmerzen), so lange wir dies nicht nach dem Gesetz des inwendigen Menschen, nach der Bestimmung des inwendigen Menschen mit lauterem Herzen tun.

Gottesliebe, Selbstliebe, Nächstenliebe kann der in eins bringen, der gestimmt ist auf Wunder und stimmig wird in allen Klängen: dann liebe ich auch den "fremden und unbekanntem Gott" in mir, auch die fremden und unbekanntem Teile mei-

nes Selbst und auch die fremden und unbekanntes des nächsten anderen. Habe ich einmal in mir das Fremde, die Fremde, die unbekanntes Weite und Ferne lieben gelernt, werde ich den fremden und weit entfernten Nächsten staunend annehmen und lieben, weil ich ihn (wenn auch vielleicht weit weg) in mir habe und alles in mir anzunehmen gelernt habe.

Aber, ob ich es nun so meine, oder ob es so ist, das Fremde und Unbekanntes wird mir oft feindlich und gefährlich erscheinen. So erlebe ich manchmal den göttlichen Geist nicht nur als fremd und abgewandt von mir, sondern auch als feindlich und strafend, als unangenehm, mühselig und widerlich. So sehe ich mein Selbst dann auch. Ich vermag es nicht zu lieben, ich sträube mich gegen mich selbst. Ich kann nicht glauben, daß daran etwas liebenswert sei und sehe auch viele andere so, d. h. feindlich zeigen sich die nächsten anderen in mir selbst: Ich kann ihnen nicht glauben, kann ihnen nicht vertrauen, kann (und will) ihre Liebe für mich nicht sehen, nicht hören, nicht spüren. Der ungeliebte Feind in mir, voll Mißtrauen, Rachsucht, Härte und nicht-tuend, was ich verlange, zeugt (nahezu ununterbrochen) äußere Feinde, birgt Unglück für mich und andere.

Fange an, gut zu dir zu sein, wirklich freundlich und nicht zuletzt liebend mit dem Feind in dir umzugehen, nicht, weil du alles gutheißt, wohl aber, weil du es als zu dir gehörend ansiehst und das Göttliche in dir es nur liebend verwandeln kann mit aller Geduld, die in der Liebe enthalten ist.

So wird das: liebe Gott, dich selbst, deinen Nächsten, den Fremden, deinen Feind nicht mehr zu einem der vielen moralischen Appelle oder zu einem der vielen ethischen Gebote, die den armseligen Menschen überfordern, denn du hast all das in dir, in deinem Herzen.

Es ist keine Aufforderung aus einem fernen Paradies und kein unerreichbares Ideal, sondern wird eine ganz intime,

reale, alltägliche und befreiende Angelegenheit. Schon im Ansinnen ist eine Ermöglichung und Verheißung als Antwort.

Was ich innen finde, was ich im Herzen bereits und bereit vorfinde und im Geiste erfinde, das alles darf ich lieben, an dem hab ich Anteil. Ich finde ein Selbst, einen göttlichen Geist, ein Selbst des anderen, des Fremden und befremdlich Feindlichen in mir. Ich habe auch die Kraft und den Mut, mich selbst, Gott, den Nächsten, den Fremden, den Fernen und den Feind zu lieben.

*Bleibe als Fremdling in diesem Land, und ich will mit dir sein und dich segnen.*

(1. Mose, Genesis 26,3)

Wer macht das *Eine* fremder, ferner, feindlicher als ich mir selbst, solange ich die Aufforderung der Hingabe und Liebe darin nicht annehme? Welches Glück, welches Geschenk für mich selbst, mich auf den Weg zu machen, das Fremde zu lieben und dem Fernen, das mich gehen, suchen und wachsen läßt, zu danken.

Was ich "Feind" nenne, was mir drohend, strafend, rächend zu begegnen scheint, ist ein Teil der Freiheit des großen Selbst-Gottes und darum auch meines kleinen. Weil ich in mir das Fremde und Feindliche finde, lerne ich damit umzugehen, so daß ich nicht zu sehr überrascht bin, auch außen Fremde und Feinde zu finden, die ich dann anzunehmen bereit bin.

Da ich die fremden Gewalten und "feindlichen Mächte" in mir fand, finde ich nun Fremde, Helfer und Feinde, die zu lieben eine innerliche Herzens- und Selbst-Aufgabe ist. So erscheint die sonst fast dem lächerlichsten Idealismus zugezählte "Feindesliebe" nun in jenem göttlichen Licht, das hie und da in einem offenen und hingabefähigen Selbst aufleuchtet.

In diesem Licht wird dem inneren Fremdling Heimat gewährt und dem inneren Feind die Freundeshand geboten. Wir erleben, daß das Fremde und Feindliche etwas ist, das für das Selbst eine Herausforderung und Chance darstellt. Die Verwandlung des Selbst ins göttliche Selbst geht ohne die Chance, die der Fremde und der Feind gewähren, nicht. Das feindliche Fremde entpuppt sich so als etwas im Selbst, das uns in die "große Erlösung" hinein Holt. Das Exempel des Fremd-

seinmüssens und -dürfens ist dem Geist aufgegeben. Wenn du nie auch Fremdling in dieser Welt, Gesellschaft, Nation bist, wirst du kaum die Sehnsucht nach dem wahrhaft Eigenen verspüren. Wie dann soll das *fremde Wahre* Gottes in dich einziehen?

*Darin ist die Liebe völlig bei uns, daß wir eine Freudeigkeit haben.*

(1. Johannes 4,17)

Freude - *das* Kriterium! Freude schafft die Stärkung aller Tugenden, ist der Widerschein aller Güte und Milde. Freude ist der Glanz der Liebe und Gerechtigkeit. Freude ist das Leuchten auf dem Weg und aller kleinen Schritte dabei. Prüfen wir uns, wie froh wir sind im Gebet und in der Kontemplation, spüren wir, wieviel Lust uns Lieben und liebendes Tun bereiten, erleben wir uns, wenn wir sach- und menschengerecht sind. Sind wir voller freudiger Erregung, wenn wir teilen und helfen, spüren wir Spaß an der Kräftigung und Stärkung unserer Seele? Gott erfreut sich unserer Freude sehr, der Geist allen Heils freut sich unserer Inbrunst.

Freude und Lust sind an unsere genußvolle Bejahung des ganzen Seins, an unsere Dankbarkeit und beherzten Lobpreis gebunden.

*Einer unter den zehn aussätzigen Männern, als er sah, daß er gesund geworden war, kehrte er um und pries Gott mit lauter Stimme und fiel nieder auf sein Angesicht zu Jesu Füßen und dankte ihm!*

(Lukas 17,15-16; vgl. 1. Timotheus 4,4)

Einer bekommt es geschenkt und preist Gott. Wie viele dagegen meinen, Gesundheit sei ein selbstverständlicher Anspruch, sei ihre berechtigte Erwartung ans Dasein.

Wer bemerkt, was ihm geschah und geschieht, wer bemerkt, daß er gesund, stark, freundlich wurde? Wer dies wahrnimmt, wird mit reinem Herzen danken und mit reinem Geist loben. Ich bin in den Händen eines Größeren, Mächtigeren, Schöneren, der mir Heil schenkt und der mir innewohnt.

Geschenke sind nichts Selbstverständliches, sind nichts, worauf ich Anspruch habe, sind Liebe, Bedachtsein und Bitten, daraus wieder Liebe werden zu lassen.

Dankbarkeit ist das *Wie* und die bestimmende und erwachsende Form spiritueller Arbeit, denn in ihr liegt unsere Wiederverwurzelung im Anfang.

Wie geht es mir, wenn ich dankbar bin? Ich bedenke alles, was mir zu eigen ist: das Wunder meiner Sinnesorgane, meiner Körperfunktionen, das Dach über dem Kopf und den gedeckten Tisch und und und. Es gibt so unendlich vieles, wofür ich zu danken habe, jeden Tag, jede Stunde. Und mein Ausdruck von Dank ist immer auch ein Ausdruck von Hinwendung zum Schöpfer, zu dem einen, dessen Hand sich für uns öffnet und der allen Wesen seinen Atem einhaucht.

*Ich danke dir dafür, daß ich wunderbar gemacht bin, wunderbar sind deine Werke, und das erkennet meine Seele wohl. . . Aber wie köstlich sind vor mir, Gott, deine Gedanken!*

(Psalm 139,14-17)

Dankbarkeit ist ein Zeichen des guten Genusses. Dank folgt der Seinsbejahung. Dank folgt immer der Selbstbejahung. Dank für etwas, wofür ich weder wirklich etwas tat noch schuf, für etwas, das ich als Geschenk annehmen darf ohne mein Dazutun, ist nicht Pflicht, sondern das Gefühl des Beschenkten, das er sich schenkt. Der im Genuß des Lebens Beschenkte, schenkt *sich* der Gabe und dem Geber dazu. So ist Dankbarkeit die Vervielfachung jedes Geschenkes. Die Gabe wird erst wirksam durch das Sichschenken des Beschenkten. Sie wird wirksam in der Freude des Beschenkten. Dank ist das Geschenk aus dem Herzens-Selbst. Darum danke ich gern für alles und immerfort.

Eine Voraussetzung, um dankbar sein zu können, "danke" sagen zu können und es auch zu meinen, ist Offensein für Überraschungen und Wunder. Überraschung ist fast ein Synonym für Geschenk.

Das Leben selbst ist immer überraschend. Vielleicht ist Überraschung ein angemessener Name für das Leben im *Einen*. So verwurzelt uns das Gefühl der Dankbarkeit ins Leben. Es fällt uns oft sehr schwer, dankbar zu sein für alles, was wir als so selbstverständlich, so normal und erwartungsgemäß ansehen. Natürlich gibt es auch Überraschungen leidvoller, schmerzvoll herber Art, die uns aus der Bahn werfen und für die wir alles weniger als dankbar sind: Krankheiten, Unfälle, Trennungen und vieles andere. Wir hadern, wir trauern, vielleicht sind wir der Verzweiflung nahe. Wenn aber Dankbar-

keit zu einem uns wichtigen Gefühl wurde, wird sie im Laufe der Zeit sich wieder durchsetzen und wir danken für das, was wir so lange haben durften und danken für das, was uns noch alles blieb. Oft sind die vom Leid Gezeichneten sogar die Dankbarsten; sie wissen, daß nichts selbstverständlich ist.

Das Besondere und Überraschende im Alltäglichen schafft erneut Dankbarkeit, und das Gelingen trotz Behinderung beschenkt uns. Wenn das Leben selbst überraschend ist, wir es aber routinemäßig, mechanisch ablaufen lassen, dann sind Routine, Gewohnheit und Unterwerfung eben etwas anderes als Leben. Sie sind schal, lau und machen unzufrieden.

Es ist nicht das Leben, es ist der Tod, der uns getroffen hat, bevor wir sterben.

Unser dankbares Wachsein für Sehen, Hören, Lächeln aber macht uns aufmerksam für jeden Ruf des Du, jeden Klang aus den Zweigen, jede Farbe der Natur, jedes Leuchten des alltäglichen Lichts.

. . . Da rauschten

Lebendiger die Quellen, es atmeten

Der dunklen Erde Blüten mich liebend an,

Und lächelnd über Silberwolken

Neigte sich segnend herab der Äther.

(Hölderlin)

*Ich bin gekommen, damit sie das Leben und volle Genüge haben sollen.*

(Johannes 10,10)

Ja, Leben, stark, schön, seinsgenießend und liebestrunken!  
Ja, "volle Genüge" im Genießen, Sehnen, im Brennen und Reinigen, im Wachsen, im Verwandeln.

Vom "uneigentlichen Leben", vom entleerten, entsetzten Leben, vom Existieren hinter Milchglas ohne Klarheit löst *Er* mich aus, löst mich zur Entdeckung göttlichen Selbstgrundes aus. Ich bin erlöst, wenn ich mich im Herzen lösen lasse. Ich bin gestärkt und gekräftigt, lasse ich die Kräfte in mir wirken. Ich lebe, wenn ich das Geschenk, das Leben in mir, dankend akzeptiere!

Ich liebe, wenn ich entdecke, daß ich vom göttlichen Geist in mir geliebt werde.

Einen Apfel wirklich genießen, kann ich nicht nebenbei. Wenn ich ihn mit Aufmerksamkeit und wachen Sinnes esse, kann ich ihn genießen. Einen Apfel mit Andacht essen, läßt auch Würmer zu. Einen Apfel im Bannkreis des Wunsches und des Bedürfnisses zu essen, heißt, ihn achten und bejahen. Achten und Bejahen schaffen den Genuß. Einem aufmerksamen Empfangen entspricht der Genuß, einem Nebenbei-Essen entspricht der unachtsame Konsum. Wach einen Apfel essen heißt, ihn zu entdecken als köstliche Frucht.

Ich danke dem Sein durch den Genuß meines Seins und des *Sein* Seins. Genuß und Dank sind komplementär. Achtsamkeit und Wachheit sind eins. Gott pflanzte in den Menschen das Bedürfnis, sich in jedes Irdische zu vertiefen und sich so einzunisten, einzusiedeln in die Erde des Himmels. Der Dank ist des Genusses wundervoller Geschmack.

Die Verheißung des Lebens, der Fülle und Lust ergießt sich so auf das alltäglich-konkrete Leben, auf meine ganz "selbst-nahe" Erfahrung. In mir darf ich alles erfahren, aufnehmen, durchdenken und erfreuend allen Geschenken hinzufügen. Und das auch in der Wir-Form und empfänglich allen Vorboten der Seligkeit.

Es ist schon ein großes Kennzeichen von Leben, daß es Vielfalt, Reichtum, Mannigfaltigkeit in einer nicht allzu deutlichen Einheit und Ordnung aufweist.

Leben gebiert unendliche Formen, Prozesse, Wege und das immer wieder. Und es bestimmt sich selbst damit. Lebensfreude ist vielseitig und vielartig, bietet sich an und ist Begabung, unabhängig von der Quantität materieller Güter. Ein Kind freut sich an einem Bindfaden, den es gerade braucht und der es anregt. Einfache Menschen, die ihr Sein höher schätzen als ihr Haben, können das auch. Und das ist Merkmal himmlischen Reichtums: Leben ist immer wieder Seligkeit. Wir vergessen dies nur zu schnell, holen uns Wissen darüber nicht in erster Linie für Beseligung heran, sondern eher zur Klage darüber, was wir jetzt haben möchten, aber vermissen.

Lust und Freude werden von allem kreatürlichen Fleisch ersehnt. Und die Freude beginnt immer jetzt, denn sie liegt in meiner Entscheidung. Ob ich mich über ein Geschehnis freue oder ärgere, liegt letztendlich in meiner Fühlentscheidung, wohl aber auch in der Vielfalt des Betrachtens ein und derselben Sache.

"Die auf den Herrn harren", auch wenn sie schwach und betrübt sind, denen wird ihr Weg durch neues Schauen vorbereitet.

*Ja, du wirst mit deinen Augen deine Lust sehen und schauen. . .*

(Psalm 91,8; vgl. Psalm 37,34)

Du siehst deine Lust, weil du bereit bist, sie zu entdecken, weil du weggehst vom vorgeschriebenen Sehen, hingehst zur göttlichen Vielfalt in dir, weil du bereit bist, Leben zu finden und Leben gefunden hast. Es ist uns nicht nur Lust verheißen, sondern wir dürfen sie spiegeln und vervielfachen. Wir haben die Erlaubnis, unsere Lust in Lichtstrahlen reflektieren zu lassen. Augen, Wasserfläche, Spiegel, Metallglätte schenkt uns Gott, daß wir die Lebensfülle sehen und uns selber in neuer Gestalt. Gott überrascht uns mit Leben und neuen Blicken auf das Leben.

Was uns überrascht, ist, daß sich Gott so sehr erfreut an unserer Freude und Lust. Diese Herzensfreude ist die Widerspiegelung seines Wohlgefallens am Sein. Dieses herrliche Gefühl der Lebensfreude wird für alle Tugenden und Forderungen zum Kriterium der Echtheit, weil es der Liebe am nächsten ist.

Unser Beitrag zur Wiederherstellung der "Herrlichkeit des Menschen" ist es, das Kleine wie das Große mit Freude von Herzen zu tun und uns selbst dadurch mehr am Sinn der Schöpfung zu beteiligen. Warum wohl "Gott" sich so sehr an unserer Freude erfreut, die doch, wie wir oft meinen, einfältig ist und keine Tugend zu sein scheint? Gott lehrt uns, daß Freude lebensvermehrend, lebenserhaltend wirkt.

Es scheint so zu sein, daß unsere kleine Pflanze Freude nur als armer Widerschein des Göttlichen kraftvoll wird.

*Ein fröhlich Herz macht uns ein fröhlich Angesicht; aber wenn das Herz bekümmert ist, so fällt auch der Mut. Ein kluges Herz handelt bedächtig; aber der Narren Mund geht mit Torheit um. Ein Betrüberter hat nimmer einen guten Tag; aber ein guter Mut ist ein täglich Wohlleben. Es ist besser, ein wenig mit der Furcht des Herrn zu sein, denn großer Schatz, darin Unruhe ist. Es ist besser ein Gericht Kraut mit Liebe, denn ein gemästeter Ochse mit Haß.*

(Sprüche 15,13-17)

Freude und Kraft vermehren sich gegenseitig! Kummer, Sorge, Angst auch. Sie machen mutlos und schwach. Zwei Kreisläufe gibt es. An uns liegt es, in welchen wir uns einhängen, in den, der unser Leben verstärkt oder den, der unser Leben schwächt. So einfach ist es oft. Warum neigen wir zuzeiten dazu, uns in den alten Mustern des Kummers, der Sorge und Angst zu verkriechen, uns als schwache und mutlose "Opfer" zu fühlen, und nicht die Anstrengung des Freuens und des Liebens auf uns zu nehmen?

Warum lieben wir uns so wenig und reden uns den Zwang ein, nicht anders zu können? Wir merken oft gar nicht, daß wir alle Liebe in unseren Kummer investieren und eine "Klagelust" gefunden haben als Surrogat der befreiten Lust aus unseren göttlichen Lebensströmen. Und wir merken oft nicht, wie sehr wir unsere Sorgen pflegen. Wir kehren nicht um, wie uns Johannes der Täufer in der Wüste zuruft, weil wir fürchten, etwas zu verlieren, aus dem wir für uns einen Inhalt machten. Fangen wir an, uns Schritt für Schritt unser Wohlleben zu gönnen, fangen wir an, uns zu lieben, die wir zu jeder Zeit geliebt sind.

*Die Frucht aber des Geistes ist Liebe, Freude, Friede, Geduld, Freundlichkeit, Güte, Glaube, Sanftmut, Keuschheit.*

(Galater 5,22)

"Höre auf, Gott außerhalb deiner selbst zu suchen, im Universum oder in ähnlichen Stratosphären. Such ihn in dir selbst und erfahre, daß er es ist, der ein für allemal sich mit dir verbunden hat. Und sage: mein Gott, mein Geist, mein Verstand, meine Seele, mein Körper, und erfahre, woher Leid und Freude und Liebe und Haß stammen, um zu erwachen, als würde man nicht erwachen und zu schlafen, als würde man nicht schlafen und sich zu verlieben, als verliebte man sich nicht. Und würdest du diese Dinge genau untersuchen, so würdest du ihn in dir selbst finden, als einen und viele, genau wie das Atom. So findest du in dir selbst einen Weg aus dir selbst hinaus." (Manoimus)

Die "Einbruchstelle des *Einen*" heute ist die von gestern, vorgestern und morgen und ist eine von Kirchen, Wissenschaften und Staaten eingeebnete, verdeckte Stelle im Menschen, sein Herz, sein Selbst! Es gibt keine andere Entdeckungsstelle, es gibt keine andere Geburtsstätte als die im Inneren, im möglichst tiefen Inneren, in der die Vermählung von Himmel und Erde stattfindet. Alle Fragen nach Glaubensinhalten verblassen zu Recht und immer mehr hinter dieser Entdeckung der Geburt Gottes mit seiner Kraft und Herrlichkeit in mir selbst.

Viele Gottes-Bilder, alte Gottes-Muster, Gottes-Begriffe sind unserem Geist fern gerückt. Der Gott des Jenseits der Theologen und Philosophen ist für viele gestorben. Durch seinen Tod hat er Platz geschaffen für jenen lebendigen Gott, der

nur durch das Herz des Menschen in die Welt kommt und den Menschen erobert und bewegt.

Das Selbst finden wir im "Herzentief" als den "alten Gott" der "alten Sprache".

Der ferne, abgewandte *Eine* ist ein notwendiges, nicht auslaßbares Erleben aller, die ihr Selbst suchen und finden.

Für die Mystiker, die Gottes nächste und fernste Nähe erleben durften, Eckehart, Suso, Tauler, Johannes vom Kreuz, Katharina von Siena, Franz von Assisi, Jakob Böhme, Theresia von Avila und Unbekannte, die zu dieser Wolke von Zeugen gehören, fanden den *Einen* in sich, in sich geboren, in sich offenbart. Die Einheit von göttlichem und menschlichem Selbst entdeckten, entfalteten sie im Schrecken und in Seligkeiten.

Es fließt ein unterirdischer Strom durch die Weltgeschichte, eine Unterströmung von hilfloser Unwirksamkeit aus der Sicht von Pracht und Macht, von zarter Geringfügigkeit aus der Perspektive von Krieg, Mord und Reichtum, von ungeheurer Tiefe für die, die Seligkeit suchen. Die Unterströmung ist eine solche von wirren, geringen und verrückten geist-erfüllten Menschen, die ihrem Herzen folgen. Sie erdreisten sich wider alle Zeitläufe, Bedrängnisse und Weltmächte, ihrem inneren Licht zu folgen - in einer Nachfolge, die nur das reine Herz erfüllt.

Ob man mit dem Finger auf sie zeigen kann oder ob wir gar "vermessen" genug sind, uns in ihre Reihe einzureihen? Frauen wie Maria Magdalena, die Barden und Sänger, Magier, Hildegard von Bingen, Poeten, Propheten, Mystiker, Nikolaus von Cues, Revolutionäre, Therese von Lisieux, Anarchisten, Partisanen, Musikanten, Baumeister gehörten zu ihnen. An ihrem Geist und ihrem Glauben kann man sie erkennen: sie suchten sich selbst, sie gingen mit sich selbst, sie

folgten ihrem "inneren Licht", sie waren des Geistes voll; enthusiastisch spürten sie sich in einer großen Nachfolge.

*Da es unsere eigentliche Berufung ist, Mittler zu sein zwischen Gott und Wirklichkeit, müssen wir Christus gerade in seinem Mittlertum nachahmen. Gottes Wesen ist schlechthin Mittlertum. Gott ist Mittler zwischen Gott und Gott, Gott und Mensch, Mensch und Mensch, Gott und Dingen, einer Sache und einer anderen, Ich und Ich. Gott ist Mittlertum, und an sich ist alles Göttliche Mittlertum. Analog ist für das menschliche Denken alles Beziehung, Logos. Beziehung ist göttliches Mittlertum. Das göttliche Mittlertum ist Gott.*

(Simone Weil)

Wir dürfen nicht nur, wir wollen und müssen die Frohe Botschaft im Sinne unserer Not, Sehnsucht und Hoffnung deuten. Sie ist zum Leben gegeben. Wir sind imstande, sie aus uns selbst, aus der Menschen Leben, Welt und Bedürfnis zu hören und zu lesen. Wir dürfen uns mit den Zentren der Botschaft verbinden.

Eine Religion, die sich von der religiösen Erfahrung ihrer Anhänger abkoppelt und sich davon unabhängig macht, hat Richtung auf eine institutionelle Erstarrung genommen. Sie legt mehr und mehr Wert auf ihre Lenkfunktion und ist ein funktionierender Teil einer Gesellschaft geworden.

Menschen, die eine eigene und selbst-hafte Grunderfahrung machten, gewannen stets den Reichtum des Lebens.

"Schritt vor Schritt muß man mit allen Mitteln des Selbst gewahrwerden ohne Ablenkung des Gemüts; ist das gelungen, ist alles gewonnen. Man muß dem Selbst innewohnen ohne das Gefühl, irgendwie handelnd zu sein, auch wenn man Aufgaben vollziehen muß, die das Schicksal einem zugebracht hat und man dabei schafft wie ein Verrückter.

Was ist außer dem Selbst, wenn du dich immer in seiner Wirklichkeit bewegst und keinen Unterschied zwischen dir und anderen setzt? Was begibt sich: wirst du geehrt oder geschmäht? Es ist wie sich selber segnen oder verwünschen. Nimm alle Weisheit aller heiligen Lehren in einem Wort: erlischt dein Ich, daß du das Selbst als höchste Wirklichkeit erlebst, - bleibt nur das Selbst als reines völliges Innessein. Erlebe das!"

(Sri Ramana Maharshi)

Es ist manchmal schwer, sich die gestohlenen Worte, Bedeutungen, Sinne und Bezeugungen wieder neu anzueignen und für das neue Leben brauchbar zu machen.

Die Worte einer Botschaft tauchen oft unter im Meer der Miß- und Unverständnisse, aber auch in dem Sumpf absichtlicher Manipulationen, in den Umfühlprozessen und Umdenknetzen der Macht. In diesem Dickicht stolpert nicht nur Wissenschaft, sondern auch der arme, geplagte Menschenverstand.

Alles, was wert ist und Sinn schafft, beginnt in uns selbst, und nur in uns, in unserem Herzen. Wenn es nicht in der Entdeckung des Herzens und seines inneren Lichts beginnt, wird es schnell unnütz und allzu schnell den "fürsorglich-verantwortlichen" Vermittler-Mächten nutzbar.

Denn Vermittlungsmonopol von Gott zum Menschen, vom *Einen* zu den *Vielen* zu besitzen, bedeutet Macht, bedeutet

letzten Endes immer auch Herrschaft und Lenkung der Gefühle und Gedanken der *Vielen*.

Alle Interpretationen der Frohen Botschaft, die von des Menschen Erfahrungen, von seinen Umständen, Gefühlen und Gedanken ausgehen und auch dahin zurückführen, dienen der Liebe. Des Menschen Herz und Selbst ist der alleinige Adressat der Botschaft und der einzige, der sie braucht.

Die Kräfte in uns möchten geweckt werden. Und wenn nicht, klage deine Unlust, jammere deine Sorgen, und werde dir deiner erschreckend gewahr, bevor es zu spät ist! Verliebe dich nicht in deine Unlust und pervertiere nicht das Genießen, indem du dir in deinen Sorgen gefällst.

Seligkeit üben lernen, davon ist die Rede. Schaffe Raum für deine Seligkeit, erarbeite sie dir, erkämpfe dir deine Mächtigkeit und dein Lieben. Du hast alles in dir.

Neue reine Wahrnehmung brauchen wir, um unser Selbst zu erfassen. Und wundervoll ist das Leben, das uns ermöglicht, mit Reizen der Liebe und des guten Tuns uns selber und andere wahrzunehmen in der Verbundenheit göttlicher Teilhabe.

Es ist die "Herrlichkeit des Menschen", über alle Geschöpflichkeit hinaus erhoben zu sein in die unaussprechliche Gemeinschaft göttlicher Natur.

Ich dachte, meine Reise sei zu Ende,  
die letzte Grenze meiner Kraft erreicht.  
Felswand sperre meinen Pfad,  
erschöpft sei meine Zehrung  
und die Zeit gekommen, sich zu bergen  
in der Nacht des Schweigens.

Doch siehe, ohne Ende ist in mir dein Wille.  
Und wenn die alten Worte mir ersterben,  
so brechen neue Melodien  
jung aus meinem Herzen;  
und wo die alten Pfade sich verlieren,  
steigt Neuland auf mit allen seinen Wundern.

(Rabindranath Tagore)

Die Zehn Gebote

als Angebot zur Selbstfindung

Die Zehn Gebote sind ein großes Thema, ein umfassendes Thema, ich möchte es hier ein persönliches Thema werden lassen. Ehe ich aber auf den Dekalog, das kürzeste und zugleich umgreifendste und meines Erachtens großartigste Gesetzeswerk, um in der mosaischen Sprache zu bleiben, im Einzelnen eingehe, möchte ich ein paar Vorbemerkungen machen.

Das Gesetzeswerk entstand in einer Zeit der Selbstfindung der Israeliten nach schweren Zeiten der Unterdrückung, und das heißt, nach Zeiten des Verlustes der Eigenmächtigkeit und Selbststeuerung. Ich brauche auf die alttestamentarische Geschichte nicht im einzelnen einzugehen, obwohl auch das Drumherum der Entstehung des Gesetzeswerkes wichtig ist; Sie wissen, die Israeliten wurden aus Ägypten herausgeführt von Moses, der, laut Bericht im Exodus und Deuteronomium, das Gesetzeswerk auf dem Berg Sinai empfing. Meist wird gesagt, es sei ihm diktiert worden, und er habe es aufgeschrieben. Im Talmud heißt es, es wurde Mose von Jahwe übergeben.

Zu den Evangelienberichten möchte ich aus der Jerusalemer Bibel zitieren (Herder-Verlag, 1968, S. 1361); dort steht einleitend: "Unzweifelhaft wollten die Verfasser der Evangelien in vielen Fällen bewußt die Dinge auf verschiedene Weise darstellen. Auch die mündliche Weise der Überlieferung vor ihnen, deren Erben sie sind, gab die Erinnerungen der Heilsbotschaft nicht weiter, ohne sie im Hinblick auf die Erfordernisse des lebendigen Glaubens, der von diesen Erinnerungen getragen wurde, auf verschiedene Weise zu interpretieren und zu adaptieren." Das Anliegen der Evangelisten war also nicht, profane Geschichtsschreiber zu sein, ja nicht einmal, wie Protokollisten alles wiederzugeben, was gesagt wurde. Ihr Anliegen war, jeweils ihre Zuhörer zu berücksichtigen, d. h. "ihre Reden und Schriften galten der Bekehrung und der

Erbauung, der Weckung und Klärung des Glaubens und auch der Verteidigung gegen die Feinde."

Wenn also die Evangelisten ihre Zuhörer berücksichtigt bei der Art und Weise der Darstellung dessen, was sie sagen wollten, dann sind die Evangelien immer auch ein psychologisches Werk. Geist will die Verschiedenheit, um den Menschen und die Menschen wirklich zu erreichen, den Menschen in seiner Besonderheit, seiner Vielheit und seiner Einheit anzusprechen. Und das will heute auch die humanistische und transpersonale Psychologie, nämlich, daß die im Menschen angelegten Metabedürfnisse des Allbewußtseins, der Grundwerte, des Numinosen, der Selbstverwirklichung des Soseins Antwort finden mögen in intensiven menschlichen Begegnungen und nicht zuletzt auch in der Heiligung des Alltagslebens. (vgl. Ch. Tart, Transpersonale Psychologie, S. 10)

Und aus diesem Verständnis wage ich, ein so großes Thema aufzugreifen, ein Thema und Werk, das Jahrtausende überstand und das damals als Angebot zum Gelingen der Befreiung geschenkt wurde.

Wie erleben wir dieses Werk heute, und was bedeutet es uns noch? Ich zitiere aus einem Aufsatz von Thilo Koch, wo er verschiedene Einstellungen zum Dekalog auseinandehält, wenn er sagt: "Es gibt eine orthodoxe und fromme Schule, die sieht im Dekalog das Grundgesetz der Welt, d. h. das Gesetz, das diese Welt zusammenhält und bis an ihr Ende gelten wird. Dann gibt es eine aufgeklärte christliche Schule, die den Dekalog entmythologisieren will und seine Doppelfunktion betont, einmal als Wort Gottes und zum anderen als zeitgebundenes Moralgesetz. Und diese Schule unterstreicht vor allem die Erneuerung und Wandlung des geistigen Gehalts der Gebote durch Jesus Christus. Und dann gibt es eine kritische oder weltliche Schule, die den Dekalog als historisches

Dokument gelten läßt, das Moses zugeschrieben wird, aber wohl erst später in der heutigen Fassung redigiert worden sei. Und diese Schule erkennt den Zehn Geboten von Sinai eine über den historischen Wirkungskreis hinausgehende ethische Verbindlichkeit nicht zu, und die radikalen Stimmen bezeichnen den Dekalog als Manifest einer despotisch willkürlich angemahnt autoritären, patriarchalischen und repressiven Ideologie."

Bei Johannes finden wir das schöne Wort: "Der Geist ist es, der Leben schafft"; und sich diesem Geist immer wieder neu zu öffnen, war und ist für mich Antrieb, den Dekalog nicht einfach zur Seite zu legen, sondern immer wieder neu hinzuhören, hinzuschauen, zu erfühlen und zu erfassen, wie oder was in uns angesprochen werden soll. Natürlich wissen Sie und weiß ich, daß der Dekalog vieles umfaßt, das nicht an einem einzigen Abend durchwandert werden kann. Ich möchte mich daher auf ein paar Gedanken einlassen, die die meisten von uns wahrscheinlich nicht gelernt haben und die doch da sind und den Zehn An-Geboten vielleicht ein neues Licht geben, etwas, was in ihnen enthalten ist, neu aufleuchten lassen. Und fast möchte ich an den Anfang in leichter Abwandlung mit Ezechiel sagen "Von den vier Winden komme, Du Odem, und wehe diese (Gebots)gebeine an, auf daß sie lebendig werden. "

Eine Anspracheform bei der Taufe, wo der Täufling direkt angesprochen wird, lautet: "Willst du zum Leben eingehen, so halte die Gebote", und dann folgt der Lukas-Text: "Du sollst deinen Gott lieben mit deinem ganzen Herzen und deinen Nächsten wie dich selbst." Wir werden also mit dem Liebesgebot, das das ganze Neue Testament mehr als alle anderen Gebote durchzieht und bei allen Evangelisten und Paulus immer wieder intensiv auftaucht, hineingenommen in eine Gemeinde der Liebenden, die wir sein sollten. Heißt das denn

nun, daß wir alttestamentarische Gebote lernen, in denen die Liebe ausgeklammert ist?

Ich werde jetzt die An-Gebote der Reihe nach mit Ihnen durchdenken.

Das erste Gebot und An-Gebot lautet:

*Ich bin der Herr, dein Gott. Du sollst keine anderen Götter neben mir haben.*

So steht es da, so haben wir es gehört und gelernt, und der Klang der Aussage ist für uns ein Machtklang. Wenn wir es mit diesem Machtklang sprechen, können wir die Liebe nicht oder kaum hören. Wenn wir es aber einmal anders sprechen, nämlich "Ich bin der Herr, *dein* Gott" und zu diesem "Dein" hinhören und das Wort "Herr", das ja aus der Kultur kommt, weglassen, hören wir: "*Ich bin dein*, ich bin für dich da, ich schenke mich dir, ich gebe mich dir, ich bin dein." Und dann heißt der zweite Teil, nämlich: "Du sollst keine anderen Götter neben mir haben." *Sei du doch auch mein*. Vergötze nicht Dinge oder Menschen um dich herum, die dich von mir trennen, Dinge wie Geld oder Besitz, Haus oder Karriere oder Gurus; aber vergötze auch nicht Sorgen und Kummer, Vorwürfe und Rechthabereien. Und es gibt so vieles andere, was wir vergötzen, und wir werden eigentlich im zweiten Teil gebeten, vergötze es doch nicht so, daß es deinen Blick festhält, deinen Blick, dein Fühlen, dein Bedeuten von mir abwendet und unsere Verbundenheit, mein Angebot, *dein zu sein*, nicht zuläßt, meine Hingabe an dich abweist. Wenn wir uns das Gebot so ansehen und so anhören, werden uns Macht und Ohnmacht von Liebe, auch von Gottesliebe, deutlich. Gott teilt uns nämlich in dem Gebot mit: "Ich kann immer nur meine Liebesbereitschaft und mein Lieben, mein Mit-dir-verbunden-sein-Wollen dir geben, dir schenken, dich darin mächtig werden lassen und bleibe doch in der Ohnmacht dei-

ner freien Antwort bis hin zur schonungslosen Preisgegebenheit am Kreuz!" Er *ist* mein; ob ich Sein bin, liegt in meinem antwortenden Denken, Fühlen und Tun. Er schenkt uns das *Dein* gleich am Anfang der Gebote. Er schenkt uns seine Verbundenheit, um die alle Mystiker zutiefst Bescheid wußten, wie zum Beispiel Theresa von Avila, wenn ein Gedicht von ihr anfängt "Gott spricht: O Seele, suche dich in mir und, Seele, suche mich in dir." Sie weiß sich geborgen und birgt. Hildegard von Bingen spricht von der Eingeborgenheit Gottes in uns und macht uns deutlich, daß er immer da ist, wenn wir ihn wahrnehmen, wenn wir bereit sind, zu spüren, daß er in uns ist. Und zu dieser Einwohnung und Eingeborgenheit Gottes in uns, in jedem von uns, wird der Satz von Simone Weil so bedeutsam hin zur Selbst- und Nächstenliebe, wenn sie sagt: "Nicht weil Gott uns liebt, sollen wir ihn lieben, sondern weil Gott uns liebt, sollen wir *uns* lieben, uns selber und jeden, der uns begegnet, jeden." Liebe deinen Nächsten wie dich selbst.

Im zweiten Gebot heißt es unterschiedlich:

*Du sollst den Namen Gottes nicht verunehren. Du sollst den Namen Gottes heiligen. Du sollst den Namen deines Gottes nicht mißbrauchen. Du sollst den Namen Gottes nicht zu Frevlem mißbrauchen.*

Die Textstellen sind verschieden. Dieses zweite Gebot ist eines, das ich lange beiseite ließ, denn so, wie ich es gelernt habe, hat es mich nicht sehr beeindruckt. Als Kind wußte ich nicht, welchen Namen Gott hat. In meiner Heimat sprach man vom *Herrgott*, das konnte man zusammenschreiben oder auseinander, und ich hatte den Eindruck, das kann nicht alles sein und was uns beigebracht wurde, etwa, man sollte nicht sagen "O Gott", weder im Schrecken noch in der Freude, oder sonst irgendeinen Ausdruck leichthin zu gebrauchen,

worin das Wort *Gott* enthalten ist, war doch nicht schlimm. Später verstand ich mehr davon, was damit gemeint sein könnte. Wenn zum Beispiel Gott für Hexenverbrennungen herhalten mußte und im Namen Gottes gefoltert wurde. Ich verstand, daß der Name Gottes um Gottes Willen nicht für Sadismus, für Machtgelüste, für pervertierte Ideologieansprüche herhalten soll und das, was eigentlich die Triebfeder des Handelns war, verdecken. Das ist ein schreckliches Geschehen, das ist ein furchtbares Geschehen. Ich habe mich nur deswegen damals nicht so sehr angesprochen gefühlt, heute würde es anders sein, weil ich mir sagte, da gehöre ich nicht dazu, das tue ich ja nicht, das müssen sich die ansehen, die so etwas machen. Irgendwann wurde dieses Gebot aber sehr viel mehr für mich, nämlich, als ich es in Zusammenhang brachte mit dem Johannes-Prolog: "Am Anfang war das Wort, und das Wort war bei Gott, und Gott war das Wort. Alles ist durch das Wort geworden, und ohne das Wort ist nichts geworden. Im Wort war (und ist) das Leben, und das Leben war (und ist) das Licht der Menschen." Und ich begriff, dieses Wort, das Gott ist, ist in uns und uns gegeben. Mit dem Wort begegnen wir uns, und durch das Wort schenken wir uns Leben, Freude, Liebe oder Finsternis und Leid. Und wenn das Wort, das uns gegeben ist und das in uns ist, uns zur Verfügung steht, wird das Gebot sehr bedeutsam: "Du sollst das Wort heiligen. Du sollst es nicht zu Frevlem mißbrauchen. Du sollst es dem anderen achtsam schenken. Du sollst behutsamer damit umgehen, wenn du über den anderen sprichst. Du sollst mit dem Wort dich und den anderen "nicht verunehren." Das bedeutet das zweite Gebot heute für mich.

Das dritte An-Gebot heißt:

*Gedenke, daß du den Sabbat heiligst, den Feiertag heiligst.*

Und in der Bibel steht es in einer besonders ansprechenden Weise, wenn es nämlich heißt: "Sechs Tage sollst du arbeiten und all dein Werk tun, der siebte Tag aber ist für deinen Gott, und auch den anderen ermögliche dies", und dann wird aufgeführt "Sohn, Tochter, Knecht, Magd, Fremdling, Ochse, Esel und allem Vieh." Das finde ich einfach schön. Beziehe die ganze Natur und alles, was dir zur Verfügung steht, in deine Feier ein. Es steht aber auch bei Markus - anscheinend ist schon sehr früh dieses Sabbat-Heiligen von den Funktionären zu fordernd herangeholt worden: "Und Jesus sprach: Der Sabbat ist um des Menschen Willen da und nicht der Mensch um des Sabbat willen." Das heißt, die Institutionen machen daraus gern ein Kirchgangsgebot; Jesus machte daraus ein Angebot zur Ruhe, zur Besinnung, zum Durchatmen, das schließt sicherlich den Kirchgang nicht aus, regt aber an, ihn so zu gestalten, daß mehr Besinnungsangebot für den Arbeitstag enthalten ist, mehr Gott-Heiligung zur Heiligung auch des Menschen. Ich wurde schon öfter gefragt, weshalb so viele junge Menschen dem Gottesdienst am Sonntag fernbleiben, und ich konnte nicht anders, als zu sagen: Da ist zu wenig gelebtes Wort, überzeugtes Wort, Wort aus dem Herzen, da sind zu viele Buchstaben. Bei Matthäus steht von Jesus: "Er lehrte sie, wie einer, der Macht hat", gemeint ist *Herzensmacht*, wie einer, der Liebe hat, und nicht wie die Schriftgelehrten. Wir müßten uns fragen, wann und wie oft wird Wort, unser Wort, Fleisch und Blut, weil es zutiefst aus unserem Sein kommt. Denn das ist es, wonach viele junge Menschen verlangen, und sie haben feine Ohren und helle Sinne, um Echtheit vom Buchstaben zu unterscheiden. Und wo werden sie, diese jungen Menschen, durch unser Wort

geheiligt, auf daß sie sich selber heiligen lernen? Wo werden sie sich selbst ein Wunder, damit der Dank, ihr *Dank, sich als Wunder erleben zu können*, die Besinnung lohnt? Khan formulierte es einmal so: "Es gibt Menschen, die mit offenen Augen und offenen Herzen leben, und andere, die nur Buchstaben erzeugen. Diese offenen Menschen sind diejenigen, die alle Schönheit auf dem Weg erblicken. Jeder Schritt vorwärts ist für sie ein neues Angebot zu lernen. Jeder Schritt enthält für sie Gnade und Segen und Stärkung. Ihre Seele tanzt. Sie tanzt Freude und Leid, Schmerz und Wonne, Sonnenspiegelung und Dunkelheit, Sternennahrung und Blütenduft, Tod und neues Leben." Solchen Feiertagstanz zu lernen, zu üben, in den Alltag zu nehmen, ließe auch die jungen Menschen voll ungeduldiger Freude oder mit guter Vorbereitung den Sabbat, den Sonntag, die Besinnung erwarten.

Das vierte An-Gebot, in manchen Büchern ist es interessanterweise das fünfte, heißt:

*Du sollst deinen Vater und deine Mutter ehren, ehre deinen Vater und deine Mutter, auf daß es dir wohl ergehe und du lange lebest auf Erden.*

*Dir*, nicht vorrangig den Eltern! Schwierig ist dies in einer psychologischen Zeit, wo die Eltern - mindestens seit Freud - kritischer angesehen werden auf das hin, was sie verpatzt haben und noch immer verpatzen, als zu den Zeiten, da Autoritätsgläubigkeit noch *in* war. Ehren heißt, und ich zitiere Hartmut von Hentig, "Achtung erweisen auch dann, wenn die Eltern Schwächen haben, Fehler begehen, uns verkennen oder gar Unrecht tun." Wenn wir aber genau hinschauen, ist unglückliche Kindheit heute aus vielerlei Gründen ein Stichwort geworden und nicht einfach vom Tisch zu fegen. Dieses vierte Angebot, und ich betone hier im besonderen das Wort

"Angebot", hat jedoch einen bedeutsamen, heilenden Aspekt, wenn wir das Angebot nämlich unter den Gedanken des Friedens stellen. *Mach in dir als Erwachsener Frieden mit deinen Eltern, laß sie los, und stell keine Rechnungen auf über das, was sie dir versagt haben*, aus welchem Grunde auch immer, und es wird *dir* besser gehen. Und das darf ich Ihnen als Psychologin sagen: Wem es gelingt, Frieden mit den Eltern zu machen, wie immer sie sich verhalten haben mögen, dem geht es besser. Du wirst nur so zu deiner wirklichen Freiheit kommen und zu deinem Wohlergehen. Das heißt, wir werden hier aufgefordert: "Richte nicht, rechte nicht." Du wirst nicht einmal aufgefordert zu lieben, wenn du es nicht kannst. Ehren sollst du, das heißt, hochherzig sein und Mitleid haben, nicht zuletzt auch mit dir. Und benutze die Eltern nicht für dein Dahinkümmern, weil sie es hätten besser machen müssen. Achte dich als Erwachsenen in deiner Elternschaft für dich. Wähle das für dich, würde Konfuzius sagen, was gut an ihnen ist oder war, und was schlecht an ihnen war, bessere an *dir*.

### Das fünfte An-Gebot:

*Du sollst nicht töten.*

Wenn wir bis dahin das "Du sollst" gehört haben, hört es sich jetzt, ab dem fünften, nach Verboten an. Und trotzdem würde ich gerne bei dem Wort "Angebot" bleiben, denn auch in diesem "Du sollst nicht" ist das "Bedenke es" enthalten. Dies und die nächsten drei Gebote sind in unseren Gesetzbüchern enthalten. Vielleicht fängt gerade deshalb bei diesen Geboten so eine arge Doppelzüngigkeit an, Doppelzüngigkeit in viele Richtungen, auf die einzugehen hier zu weit führen würde. Obwohl dieses fünfte Gebot Tausende von Jahren alt ist, gibt es noch immer Kriege, gerechte, heilige, und wir dürfen grauvoll töten im Namen des Vaterlandes, der Freiheit und

im Namen Gottes. Und Tausende von Menschen dürfen verhungern und niemand spricht von Tötung, obwohl wir in der Lage wären, dies zu verhindern. Und Tausende von Menschen sind ohne ärztliche Versorgung und werden ihrem Schicksal überlassen, und niemand fühlt sich als Töter. Aber wenn es *einen* Lebensmüden gibt, der in seiner Verzweiflung nicht mehr zurechtkommt und sein Leben nicht mehr packt, und er wird bei diesem seinem Tun "erwischt", dann fällt er unter das Gesetz.

Oder wenn einer drei Jahre im Koma liegt und die Anverwandten um Sterbehilfe bitten, und es getraut sich einer, diese Mitleidshaltung zu üben, dann fällt er unter das Gesetz. Und das ließe sich vielfältig weiterführen. Das heißt, dort, wo es um *einen* geht, sind wir sehr schnell beim Verurteilen. Dort, wo es um Tausende oder Hunderttausende geht, verteidigen wir es noch. Wir finden genügend Argumente, und dazu - ich kann es nicht sein lassen! - sollten wir auch noch bedenken, daß pro Kopf der Erdbevölkerung schon jetzt 15 Tonnen Sprengstoff bereitstehen! "Du sollst nicht töten", heißt in erster Linie für mich: *Arbeite mit am Frieden in dieser Welt und auf dieser Welt*, heißt, arbeite mit, wo immer du kannst, um zu helfen, friedlicher, und das heißt auch immer weniger verurteilend zu leben, mit dir, mit deinen Nachbarn, mit deinen Nahestehenden und darüber hinaus, laß nicht nach, dir diesen Frieden immer wieder so zu schenken, daß er durch dich und wo du bist in die Welt kommt und heilt.

Das sechste An-Gebot:

*Du sollst nicht ehebrechen,*

würde ich gerne umformulieren in: *Bleib deinem Lieben treu!* Denn hier müssen wir wirklich die Zeit mitberücksichtigen, in der es entstand. Zu der Zeit, als dieses Gesetz formuliert wurde, war Polygamie der Normalfall; das alte Testament ist

voll solcher Geschichten. Ich muß auf noch etwas verweisen, auch wenn es Ihnen nicht gefällt. Es heißt, "du sollst nicht ehebrechen", es steht nicht da, du sollst nicht die Treue brechen. Es war nämlich so, daß der Hausherr mit Knechten, mit Mägden, mit Sklavinnen umgehen durfte, wie es ihm gefiel. Es hieß nur, du sollst nicht in die Ehe eines anderen einsteigen. Es wird immer gesagt, "du sollst nicht ehebrechen" sei der große Schutz der Frau. Es hieß damals: "Wenn du deine Frau wegschickst, dann stell ihr wenigstens einen Scheidebrief aus", das heißt, bedenke sie ein bißchen mit. Du sollst sie nicht vogelfrei machen. Damals ist *Ehe*-brechen gemeint gewesen als die Ehe des andern. Du sollst nicht mit der Ehefrau eines anderen *Mannes* schlafen! Was du sonst tust, geht uns nichts an. Nur, achte die Ehe deines Mit-Mannes. Die sollte geschützt werden. Der Mit-Mann sollte geschützt werden, indem die Ehefrau des anderen Mannes tabu war, die *Ehefrau*, sonst nichts. Und hier wird es sehr schwierig, als Psychologin auf alle Aspekte einzugehen. Wer nämlich wann auf welche Weise etwas bricht, ist gar nicht so einfach herauszufinden. Wir ziehen beim Ehebruch immer nur einige wenige Kriterien heran, nämlich, der oder die hat eine andere Beziehung. Dies wäre aber nicht das Bedeutsame; es heißt heute eigentlich "Wenn Ihr Euch miteinander verbunden habt, dann brecht die Ehe nicht übers Knie." Weil nämlich auch in einer Ehe das "Richte nicht" und das Verzeihen im Vordergrund steht und nicht die Anklage. Entdecke dein und das Anderssein deines Partners, und verfall nicht in ein Entweder-Oder, das den Bruch erzeugt. Und vielleicht sollte gerade hier das Liebesgebot erlernt werden: Liebe dich selbst so, daß du auch den anderen als Ganzen siehst, mit all dem vielen an Gutem und Schönem und auch an Schwächen, den Irrungen und dem Anderssein. Wir lieben uns nicht genug, wenn wir am anderen nur das sehen, was wir anders haben

möchten. Wir sind nicht gut zu uns, wenn wir das Schöne und Gute um des Rechthaben-wollens verdunkeln und abwerten.

Robert Kasper, der aus der Schule von Konrad Lorenz kommt, schreibt einmal: "Die Blindheit gegenüber dem Wert und der Würde alles Lebendigen, die Unfähigkeit und Unwilligkeit, die unverwechselbare Individualität und das nicht meßbare Einmalige des Mitmenschen und Partners nicht wahrzunehmen und zu respektieren, das *ist das wirklich Böse, weil es das Lieblose ist.*"

Und Simone Weil sagt dazu: "Mit reiner Liebe lieben heißt, *in den Abstand einwilligen*, heißt, den Abstand verehren zwischen einem selber und dem, den man liebt."

Und Rilke sagt es noch einmal in einer besonders schönen Weise: "Ein wundersames Zusammenleben kann entstehen, wenn die Menschen es erreichen, den Abstand zwischeneinander zu lieben, denn nur so können sie einander ganz betrachten vor dem Hintergrund eines weiten Himmels."

Bei Johannes finden wir die Geschichte mit der Ehebrecherin (natürlich nur Ehebrecherin - auch im Neuen Testament!), wo Jesus sagt: "Wer von euch ohne Sünde, werfe als erster einen Stein auf sie." Und siehe da, die, die zuerst steinigen wollten (und das war das gute Recht, eine Ehebrecherin zu steinigen!), waren plötzlich nicht mehr da. Und Jesus sagt zu der Frau: "Hat keiner dich verurteilt?" Und sie sagt: "Keiner, Herr." Und er antwortet: "*Auch ich verurteile dich nicht.*" Und ich glaube, hier ist das Wort angebracht, das bei Matthäus steht: "Geht und lernt verstehen, was es heißt: Erbarmen will ich und nicht Opfer." *Und wenn einer nicht verurteilt, gibt es nicht einmal etwas zu vergeben!*

Das siebte An-Gebot lautet:

*Du sollst nicht stehlen.*

Auch darauf möchte ich nicht im Detail eingehen. Auch dieses Gebot haben wir im Gesetz verankert. Ich weiß nicht, ob auch hier gerade deshalb auf so subtile Weise durch Preise, *durch Ausbeutung von Mensch und Natur*, durch sorgloses Mitnehmen von Dingen von überallher, soviel geklaut wird, obwohl die meisten von uns im Überfluß leben. Nur, das müssen die Richter entscheiden (auch den grauenvollen Raub von Organen!)

Ich möchte auf etwas anderes eingehen. Denn "du sollst nicht stehlen", heißt auch, du sollst *dich nicht selbst bestehlen*, nicht um deine Ruhe, nicht um deinen Frieden, nicht um deine Freude, deine Dankbarkeit, deine Selbstanerkennung, deine eigenen Fähigkeiten und Möglichkeiten und nicht um deine Ehrlichkeit zu dir. Bestiehl dich auch nicht um deine Zeit! Und auf all diesen Gebieten, die ich jetzt genannt habe, auf diesen Gebieten des Sich-selbst-Bestehens, gibt es Meisterschaften. Hier ist eine schöne Begegnung, und wir sagen: Ja aber, . . . und heben hervor, was es auch hätte sein können und nicht das, was es ist. Dort erfüllt uns eine gute Erfahrung, und wir sagen: Ja aber, . . . denn es war uns nicht genug. Es könnte, es müßte, es sollte doch eigentlich mehr gewesen sein. Und schon bestehlen wir uns wieder um das Schöne oder Gute oder auch Schlichte, das war. Hier ist eine offene Hand, ein liebes Wort, aber es *war* die verkehrte Hand, und es *war* das verkehrte Wort. Ja, es hat lieb geklungen, aber es *hätte anders* lauten müssen.

So bestehlen wir uns ohne Bedenken, ohne Skrupel um unser Glücksempfinden, um die Schönheit des Seins, um die heilende Kraft des Liebens und nicht zuletzt um Gott. Wir bestehlen uns um die Kraft unseres Herzens, weil wir den zerstörerischen Zweifel lieben und bestehlen uns um unser "Ja" zum Hier und Jetzt, weil wir nach Gewißheiten rufen, die es nicht gibt. Und wenn wir uns das überlegen, dann

müßten wir spüren, was für ein Gebot der Liebe dies ist: "Du sollst nicht stehlen." Es heißt, pflege, was du hast, entwickle es, freue dich daran, teile und verteile diese Freude und dieses Leuchten, das aus der Freude kommt und das Licht, das im Lieben enthalten ist. Schenk dir die Dankbarkeit der guten Nacht, des neuen Morgens, und bestiehl dich nicht laufend mit deinem: "Ah, schon wieder aufstehen." (Beim Schlafengehen sind wir ein bißchen friedlicher). Natürlich heißt es noch viel mehr: Bestiehl deine Kinder nicht um ihr Vertrauen in dich, in die Welt und den Glauben in ihre Fähigkeiten durch dein Nörgeln, dein Fehlersuchen, deine Vermittlung des Nicht-genug-Seins. Und bestiehl dich wiederum nicht um die Freude mit ihnen durch deine zu großen Ängste um sie und ihre Zukunft.

Das achte Gebot, An-Gebot:

*Du sollst kein falsches Zeugnis reden wider deinen Nächsten*, möchte ich auch gern ergänzen: *so wenig, wie gegen dich selbst oder über dich selbst.*

Lieber ist uns ja das Gebot, wenn es heißt, "du sollst nicht lügen." Da können wir mit Fakten arbeiten. Und vor allem, wir können immer die Kinder drankriegen. Du sollst nicht sagen, du hast das Bonbon nicht genommen, wenn du es doch genommen hast, ist Flucht vor Ernsterem. Denn wir erlauben uns, ohne Schwierigkeiten neben den Kindern, vor den Kindern und in die Ohren der Kinder über unseren Nachbarn in einer Weise zu sprechen, die alles andere als Liebe in die Welt bringt. Wir merken gar nicht, wie oft wir Negatives, Hämisches, Liebloses, Abfälliges und Abweisendes über andere sagen und Kinder daran teilhaben lassen.

Das Gebot heißt eigentlich "*Lerne, Gutes zu sagen*" Und es ist einfach schön, daß im Lateinischen dieses "*bene dicere*", dieses *Gutes sagen* gleichzeitig segnen heißt. Das heißt, Gu-

tes sagen und Segnen sind eins. Rama Krishna beschwört uns, wenn er sagt: "Der wahre Fortschritt wird durch die hervorgerufen, die segnen" und meint damit nicht primär die Amtsträger, sondern meint jeden von uns, der über den anderen Gutes sagt, nicht erfindet, *sagt*, weil er sich die Mühe nimmt, es zu sehen. Und es heißt eben auch: Sag auch Gutes über dich, bescheiden und dankbar, aber sag, daß du dieses oder jenes kannst, denn deine Fähigkeiten sind Gaben deines Gottes. Sag, daß du dieses oder jenes besonders gut kannst. Sag auch, daß es dir gelingt, immer wieder neue Ansätze zu finden, neu zu leben und zu lieben und daß deine Seele weit und offen und ehrfürchtig ist. Sag es, wenn es für dich zutrifft, und mach dich nicht klein und mies, als ob du dir selber deine Würde nehmen möchtest. Gib kein falsches Zeugnis von dir. Natürlich auch nicht durch Angeberei, die dich dir selbst verstellt. Falsches Zeugnis kommt sehr leicht zustande - über sich selbst und andere, weil es fast wie eine chronische Krankheit ist. Nietzsche sagt einmal: "Die chronischen Krankheiten der Seelen entstehen wie die des Leibes, sehr selten nur durch einmalige grobe Vergehen gegen die Vernunft von Leib und Seele, sondern gewöhnlich durch zahllose unbemerkte kleine Nachlässigkeiten." Und viele falsche Zeugnisse finden über Einstellungen, die wir lernen, ihren Schleichweg in die Seele, indem Begriffe interessant gemacht werden oder Etikettierungen zum guten Ruf gehören. Und hier sehen wir schon wieder die Verbindungen von Wort und Wortgebrauch und Wort-Heiligen, denn Sprache ist ins Wort gehüllter Geist. Wir können eben auch daraus Ungeist machen.

Bei Johannes Kuhn habe ich eine schöne Geschichte gelesen, die von Sokrates erzählt, und ich glaube, sie betrifft uns alle: Einer kommt zu Sokrates voller Aufregung gelaufen: "Höre, Sokrates, das muß ich dir erzählen, was dein Freund. . .", und

Sokrates hält ihn an und sagt: "Hast du das, was du mir sagen willst, durch die drei Siebe gesiebt?" Sein Freund schaut ihn an, "drei Siebe?" "Ja, mein Freund, drei Siebe. Das erste Sieb ist die Wahrheit. Hast du, was du mir erzählen willst, geprüft, ob es wahr ist?" "Nein, ich habe es auch erzählen gehört: Der hat gesagt, daß der gesagt hat. ." Sokrates sagt: "Dann schau das zweite Sieb an! Das zweite Sieb ist das Sieb der Güte. Ist das, was du mir erzählen willst, wenigstens gut?" "Nein, das nicht. Im Gegenteil. Deswegen will ich dir ja sagen, was dein Freund über dich gesagt hat." Sokrates wehrt ab: "Laß uns das dritte Sieb anwenden. Ist es notwendig, mir das zu erzählen, was dich so aufgeregt macht?" "Nun, notwendig ist es nicht gerade." "Also", lächelt der Weise, "wenn das, was du mir erzählen willst, weder wahr noch gut noch notwendig ist, belaste dich und mich nicht damit, sondern laß es hinter dir."

"Eine heilsame Zunge ist ein Baum des Lebens." (Sprüche 15.4)

Das neunte und zehnte Angebot fasse ich zusammen. Es heißt:

*Du sollst nicht begehren deines Nächsten Weib und das zehnte: Du sollst nicht begehren deines Nächsten Haus, Knecht, Magd, Rind, Esel, Weide und noch alles, was dein Nächster hat.*

Das sind zwei An-Gebote, von denen wir heute meinen, daß sie ja nicht ganz so wichtig wären. Einmal ist die Sprache für uns ein bißchen fremd, und wir fühlen uns nicht sehr betroffen davon. Es sind aber zwei Gebote, von denen wir uns betroffen fühlen sollten, denn unsere Wirtschaft und die Reklame leben von der Begehrlichkeit. Sie liefern uns die Begehrlichkeit täglich ins Haus bzw. stacheln sie an. Und alles

Begehren im Sinne von Begehrlichkeit ist fern von der Liebe, auch der Liebe zu sich selbst. Solche Begehrlichkeit führt zu Neidgefühlen, Unfrieden, führt zu Vergötzungen, und der Bogen - oder der Kreis - schließt sich, führt vor allem zu Vergötzungen dessen, was man *nicht* hat und verdunkelt die Seele in einer traurigen und oft elenden Weise. Nichts ist genug. Der Begehrliche hat seinen Boden, seine Innenquelle verloren, vermag wenig oder nichts oder etwas nur sehr kurz zu schätzen, weil es noch lange nicht alles ist, was er benötigt oder meint, haben zu sollen. Der Begehrliche ist blind, taub, zum Teil sogar besessen, verhaftet und gefangen in seinem Begehren. Seine Innenorientierung, seine Beziehungswärme zu sich und anderen sind verkauft an seinen Neid und seine Habgier, die er vielleicht noch nicht einmal als solche entdeckt, weil er meint, dies stünde ihm doch alles zu, da es doch die anderen auch haben, und es sei doch sein Recht, zu verlangen, daß er das, was der andere hat, auch hat. Letztendlich verlieren solche Menschen Familie, Freunde, Partner und alles, was an hilfreicher Beziehung da ist. Und gerade deswegen wird der Mensch am Ende der Gebote noch einmal beschworen, "Tu das nicht, tu es dir nicht an, durch diese Begehrlichkeit aus der Liebe wegzugehen. Ich bleibe doch bei dir, um dir zu helfen, dich aufmerksam zu machen, schau hin, schau genau hin, was du tust und wie du mit dir umgehst und kehre um!"

Und es ist im Neuen Testament noch einmal deutlich gemacht, daß dieses Helfen, dieses Heilen-wollen das Primäre ist, das im Vordergrund steht. Vor allem, wenn Jesus sagt: "Nicht die Gesunden brauchen den Arzt, sondern die Kranken. Zu ihnen bin ich gekommen, um sie aus ihrer Mühsal herauszuholen, aus ihren Verstrickungen zu erlösen."

Es ließe sich dazu noch vieles sagen. Ich möchte aber damit die Zehn Gebote erst einmal so mit diesen besonderen As-

pekten belassen. Ich glaube, daß, wenn wir uns diese zehn An-Gebote redlich ansehen, aus unserem Leben und unserer Erfahrung heraus ansehen, und diese neuen Aspekte mit hineinnehmen, sie nicht etwa eine Einengung sind, nicht eine Knute. *Sie sind ein Hinführen zur Liebe und zum Lieben.* Sie sind auf wunderbare Weise ein *Öffnen des Herzens*, um *in Freiheit leben zu können, um Frieden mit sich und den anderen zu halten.*

Es lohnt demnach, nicht nur in traditioneller Weise zu sehen, denn jede Tradition hat auch ihre Weise zu verbergen, sondern es lohnt, daß wir auf den Wegen des Erkennens, des Erfühlens und des Erlebens voranschreiten und dankbar sind, daß wir voranschreiten dürfen und neuen Geist zum Leben bringen. Natürlich setzt uns alles Benennen Grenzen.

Das Mysterium des Liebens und Geliebtwerdens bleibt unergründlich und wird durch solche Worte doch zutiefst erfahrbar. Und wir sollten uns auch noch einmal deutlich machen, daß dieses *"Ich bin dein"* uns auf eine besondere Weise heiligt, und Paulus bekräftigt dies im Korinther-Brief, wenn er sagt:

*"Ihr wißt doch, daß Ihr Gottes Tempel seid, in dem der Geist Gottes seine Wohnstätte hat. Der Tempel Gottes ist heilig, und der seid ihr."*

Die Schrifttexte sind entnommen  
der Heiligen Schrift des Alten und Neuen Testaments  
in der deutschen Übersetzung  
nach D. Martin Luther

Baseler Bibelgesellschaft, Basel 1942

Redaktion, Layout, Umschlag: Beatrix Classen