

„Eine tragfähige Spiritualität für eine Welt im Umbruch“
Vortrag beim Religionslehrtag am 18. Oktober 2008 in Regensburg

Referent: **Dr. Ludwig Mödl**, München

Die Welt ist immer im Umbruch. Keine Sekunde steht sie still. Auch im Leben eines Menschen ist alles in Bewegung. Er weiß es, nimmt es aber im Trott der Tage kaum wahr. Davon ist auch unser Glaube betroffen und die Art, das Leben spirituell zu gestalten. Die Frage heißt: Wie gehen wir mit den Wandlungen und Neuerungen, die wir erlebt haben und allemal erleben, spirituell, d.h. geistlich um? Welche tragfähige Spiritualität brauchen wir für eine Welt im Umbruch?

Im Folgenden möchte ich in einem ersten Teil eine kurze Skizze der Brüche und Umbrüche vorlegen, sodann die Faktoren aufzeigen, die für eine christliche Spiritualität konstitutiv sind, um dann in einem dritten Teil einige konkrete Elemente einer Spiritualität für heute vorzuschlagen.

I. Skizze der weltanschaulichen Vorgaben

Seit 1989 hat sich weltweit viel verändert – nicht nur für uns Deutsche. Die Zweiteilung der Welt in die Kommunistische und die so genannte Freie Welt hat sich damals aufgelöst. Die kommunistische Welt war wirtschaftlich und damit politisch zusammengebrochen. Der Westen schien gesiegt zu haben, sein System schien das bessere. Doch was ist da inzwischen geworden?

1. Entwicklungen – Stabilität und Umbruch

Alle Welt strebt seither nach Marktwirtschaft und einige der sonstigen Prinzipien des Westens – immer globaler und immer extremer. Zwei Schocks haben seither diesen Glauben an die Übermacht der freien Welt und ihrer marktorientierten Wirtschaft erschüttert. Der erste Schock war der 11. September 2001. Was in anderen Ländern schon hunderte Mal zuvor – kaum wahrgenommen – geschehen war, ist durch die dramatische Inszenierung von Selbstmord und Mord am World-Trade-Center klar geworden: Ohnmächtig ist diese sich so sicher gerierende Wirtschaftsordnung der neuen Welt. Das war der eine Schock. Ein zweiter Schock erfasst viele gegenwärtig – das Bankensterben. Was sich hier zeigt: Vieles in diesem System – ob man's kapitalistisch nennt oder anders –, ist auf Lüge gebaut – wie damals beim Kommunismus.

Die Regierungen rennen wie die Feuerwehr, um zu löschen (480 Milliarden hält allein die deutsche Regierung bereit); denn das gesamte Währungs-System ist in Gefahr, durch eine Stichflamme verkohlt zu werden, so dass wir in drei Jahren wieder jedes Fleckchen im Garten mit Gemüse bepflanzen müssen und die Harz IV Empfängerin

den Grasrein an der Straße mähen muss für ihre Ziege. Das ist die Situation im Großen. Die seit 1989 laufende globale Neuordnung der Finanz- und Wirtschaftsabläufe ist aufs Äußerste gefährdet.

Noch viel mehr Umbrüche erleben und erleben wir im gesellschaftlich-mittleren Bereich und im Kleinen. Da sind es vor allem zwei Faktoren, die unser Leben verändert haben und noch weiterhin verändern: die Medienlandschaft einschließlich Internet und die Mobilität aller – erzwungen bei Flüchtlingen und Wirtschaftsmigranten, freiwillig im Tourismus und im Freizeitwesen. Das Fernsehen prägt das Leben vieler in unseren Häusern. (Der Einfluss scheint bei Kindern zwischenzeitlich schon größer zu sein als jener der Schule.) Reisen und Fernkontakte bewegen unsere Interessen. Keiner kommt dieser neuen Welt aus. Das Fernsehen brachte eine andere Gesprächsweise in die Häuser, das Internet gibt die Idee einer Allzugänglichkeit zum Wissen, das Auto ab 18 erzeugt ein Gefühl des Frei- und Unabhängigseins und der ICE sowie das Flugzeug für alle lassen große Distanzen beim Planen vergessen. Diese Instrumente haben das Leben aller verändert – mehr als es uns bewusst ist.

Für unsere Religion hat das Jahr 1989 eine mindestens ebenso große Veränderung gebracht – vor allem bei uns in Deutschland. Denn die Wiedervereinigung hat 17 Millionen Menschen in unsere Republik eingegliedert, von denen nur sieben Millionen noch Christen sind. 10 Millionen sind konfessions- bzw. religionslos, also Heiden. Auch im Westen unseres Landes sind die Christen weniger geworden – einige sind aus der Kirche ausgetreten, viele Neubürger, die vom Ausland kommen, haben einen anderen Glauben. So waren nach der letzten Volkszählung 1993 von den 80,3 Millionen Einwohnern noch 36,07 % evangelisch, 34,7 % katholisch (28,2 Millionen) und 28,19 % nichtchristlich. (In München waren wir vor zwei Jahren genau so viel Katholiken wie Nichtchristen, 42 %) Inzwischen ist die Zahl der Christen nochmals zurückgegangen (geschätzt um 3 bis 5 %), so dass wir grob sagen können: Wir stellen noch knapp zwei Drittel der Bevölkerung – ein Drittel protestantisch, ein Drittel katholisch und ein Drittel nicht-christlich. Unter den Nichtchristen sind die Moslems die größte Gruppe – mindestens 3 %, in vielen Städten schon 6 % und mehr. Eine große Gruppe der Nichtchristen sind die Agnostiker, vor allem in Ostdeutschland. So gleicht sich unser Land immer mehr jenen Verhältnissen an, welche die Kirche seit langem in anderen Ländern kennt: Christen leben im Umfeld von Nichtchristen. Die Zahl der Christen stagniert, die der Heiden wächst. Glaubensmäßig ist der Westen nicht in den Osten, sondern der Osten in den Westen gekommen. Wie kann sich in diesem Umfeld eine Spiritualität formen, die trägt?

Es gibt in unserem Umfeld durchaus Spiritualitäten, die der christlichen teilweise verwandt, teilweise völlig fremd sind. Das Wort „Spiritualität“ boomt seit den siebziger Jahren. Was versteht man darunter? Welche Formen spirituellen Müehens finden wir in unserem postchristlichen Umfeld?

2. Zum Begriff „Spiritualität“

Der Begriff „Spiritualität“ wird im Deutschen Sprachgebrauch seit den sechziger Jahren unseres Jahrhunderts für jene theologischen Wirklichkeiten verwendet, die man zuvor unter die Begriffe "Frömmigkeit", "geistliches Leben" oder "Streben nach Vollkommenheit" gefasst hat. Die Umschreibung des Begriffes bleibt dabei unpräzise. Er wird heute (nach Joseph Weismeyer) in dreifachem Umfang benützt. Zunächst spricht man von „Spiritualität“ im Sinne von „Religiosität“. Man meint damit: Ein Mensch glaubt an etwas Höheres. Er ist kein materialistischer Monist oder Agnostiker oder Religionsgegner. Er glaubt an irgend etwas hinter allem. Das muss nicht Gott sein oder ein höheres Wesen, es muss nicht Religion im Sinne von verfasster Gemeinschaft sein. Spirituell heißt hier also einfach „religiös“ im weitesten Sinn.

Eine zweite Umschreibung des Begriffes „Spiritualität“ fasst diesen ganz eng. Hier versteht man unter „Spiritualität“ ausschließlich eine religiöse Aktivität, wie sie sich in Meditation oder Gebet oder bei irgend welchen rituellen Handlungen zeigt. Die Art und Weise ist dabei natürlich von dem Inhalt der religiösen oder religionsähnlichen Überzeugung geprägt – sie kann kirchlich verfasst oder frei religiös sein.

In einem dritten Sinn wird der Begriff Spiritualität als Ausdruck für den Beziehungsaspekt des religiösen Handelns gebraucht. Das bedeutet: Mit „Spiritualität“ bezeichnen wir die Haltung und Praxis eines Mensch, inwiefern er sein Inneres (nach oben hin) öffnet, beim Nachdenken und Erinnern direkt mit Gott in Kontakt zu treten versucht durch Gebet, Lesung, Meditation, theologischer Reflexion und Gottesdienst. Dieses Handeln beeinflusst seine Lebenspraxis im Ganzen. Spirituell nennen wir in diesem Sinn einen Menschen, der gesonderte religiöse Handlungen setzt, in welchen er sich direkt an Gott wendet, und der seine Lebensgestaltung wie sein gesamtes Handeln damit verbindet. In diesem dritten Sinn sprechen wir in unserem Zusammenhang von „Spiritualität“. Welche Elemente dazu gehören, davon sei im Anschluss gesprochen. Zuvor stellen wir uns noch kurz vor Augen, welche spirituelle Versuche im außerchristlichen Umfeld gemacht wurden und werden.

3. Spiritualitäten in unserem Umfeld

Dreifach, so denke ich, können wir die nichtchristlichen spirituellen Varianten unseres Umfeldes benennen, die sich seit den siebziger Jahren des vorigen Jahrhunderts gezeigt haben – neben den fernöstlichen Methodiken, die immer noch Interessenten finden, aber wesentlich weniger als in den sechziger und siebziger Jahren. Es sind Formen des sog. New Age, einer neu entstehenden medialen Religiosität und – in diesen beiden Kontexten eingebunden – in archaischen Religionsformen.

a) New Age ist eine esoterische Praxis, die Seelenkräfte, unsichtbare Einflussmächte verschiedenster Art für das Wohlbefinden („wellness“) des Menschen bereithält und ihm durch allerlei Hilfen wie Meditation, gnostische Weisheitslehren oder psychologische Praktiken in diesen Zustand versetzen will; zugleich steht dahinter die Über-

zeugung, dass sich die kosmischen Gegebenheiten so gewandelt haben und wandeln, dass eben ein neues Zeitalter auch für den Menschen angebrochen sei. Heute weniger mehr als gnostische Lehre propagiert und praktiziert, denn als vermarktete Wellness-Praxis angeboten.

b) Die zweite Form stellt eine eher „säkulare Spiritualität“ dar, die gar nicht als solche wahrgenommen wird. (Klaus Müller hat auf sie aufmerksam gemacht.) Es ist ein medienspezifisches Faktum, das „spirituelle Züge“ annehmen kann. Und zwar zeigt es sich in zwei Ausprägungen: Zum einen bekommen die Medien in einigen Formaten für viele einen Verheißungscharakter. Die dort gesehene Wirklichkeit verliert den Anstrich des Scheins, sie wird die wirkliche Wirklichkeit, während die real erfahrene jene des Scheins bekommt. Am deutlichsten wird dies in der Werbung sichtbar. Sie verheißt den Menschen etwas, das in seinen übertreibenden und versucherisch konstruierten Bildern einem himmlischen Versprechen nahe kommt und oftmals religiöse Züge annimmt. Dass eine Salbe die Jugend zurückgibt, ist offensichtlich nicht möglich, wird aber dennoch suggeriert. Viele rituell-religiöse Bilder und Parolen stellen die Sache in entsprechender Form vor. (Früher ging die Oma in den Rosenkranz, um schlafen zu können; heute schaut sie ins Werbefernsehen.) Das ist die eine Tendenz einer verborgenen (Quasi)Spiritualität im medialen Umfeld.

Eine zweite zeigt sich bei Menschen, die ausgedehnt mit Computer und Internet hantieren und sich derart in diese virtuelle Welt hineindenken und -fühlen, dass für sie Schein und Sein ineinander fallen. Ihnen wird alles machbar, jede Grausamkeit wird revidierbar. Eine Entfleischlichung der Wirklichkeit führt sie zum Glauben an die All-Machbarkeit einer konstruierten Welt. Ist ein christlicher Kernsatz: „Und das Wort ist Fleisch geworden“, so heißt es hier: „Und das Fleisch ist Wort geworden.“

c) Die dritte Form „spiritueller Praxis“ in unserem Umfeld greift auf archaische Formen zurück: Da werden Horoskope gelesen und geglaubt, da werden Erdstrahlen oder Heilkräfte, die mit der Natur zusammenhängen, mobilisiert, da werden Zauberformeln oder alte Weisheiten oder Orakel ausgehoben und so zu deuten versucht, dass sie glaubhaft Lebenslinien vorzeichnen. Michael Fuß, Pastoraltheologe in Rom, sagt: Man könne „die neue Religiosität geradezu als eine globale Vernetzung moderner ‘Stammes’-religionen bezeichnen“.¹

d) Bekenntnisloser Glaube

Die hier aufgezeigten „spirituellen Elemente“ im außerkirchlichen Umfeld – es gibt noch einige mehr – haben alle etwas gemeinsam: Hinter ihnen steht ein bekenntnisloser Glaube. Seine Inhalte können säkular sein oder geistige Kräfte zum Inhalt haben. Jeder gibt seinem Glauben den Inhalt selbst. In dieser Form von Spiritualität gibt

¹ Michael Fuß, Wallfahrt als Chance zur Glaubenserneuerung. Die unterirdischen Götter besetzen die Piazza, in: II. Internationaler Kongreß der Wallfahrtsstädte. Altötting 05. - 08. November 1997, Altötting 1997, S. 49.

es kein allgemeines Bekenntnis. Damit bin ich bei unserer zweiten Frage: Was gehört zur christlichen Spiritualität? Was zeichnet sie aus?

II. Grundlegende Elemente christlicher Spiritualität

Wir haben oben gesagt: Unter christlicher Spiritualität verstehen wir den personalen Kontakt des Menschen mit der Wirklichkeit des Ewigen, der das Leben eines Menschen prägt. Was heißt das aber auf der Handlungsebene?

Die Handlungsfelder christlicher Spiritualität

Unsere lange Glaubens-tradition hat drei Grundmuster entwickelt. In ihnen hat sie sich von den Heidentümern abgesetzt. Ich versuche sie zu benennen.

a) Die Unterbrechung

Der Gott der abrahamitischen Religionen ist als Jenseitiger ganz nahe. Diese paradox wirkende Aussage bedarf der regelmäßigen Vergewisserung. Deshalb heißt es auf der ersten Tafel der Weisungen: JHWH ist einzig, du darfst seinen Namen nicht einsetzen für deine Belange, und dann als Handlungsanweisung: Haltet Ruhe! Haltet den Sabbat! Er, dein Gott, hat das Entscheidende schon getan. Ruhe auch du an einem Tag des Wochenzyklusses, um dir bewusst zu werden: Ich bin beschenkt! Ich bin beauftragt! Ich bin getragen! An diesem Tag sollst du von den gewöhnlichen Verrichtungen nur das tun, was unbedingt nötig ist: Essen bereiten, Tiere füttern usw. Ansonsten sollst du ruhen und deine Gedanken auf das richten, was dir geschenkt ist. Und das wichtigste Geschenk ist die Erkenntnis, dass der Ewige mit dir und allen Menschen lebt. Deshalb sollst du an diesem Tag mit anderen zusammen „Gedächtnis feiern“. Führt euch vor Augen, was Gott für euch bedeutet, was er getan hat, was er euch zugesagt hat, wie euer Leben von der Perspektive der Ewigkeit her zu gestalten ist. Denkt nach und erinnert euch, erinnert aber auch Gott an seine Versprechungen. Das heißt also: Beschäftigt euch mit allem, was euch geschenkt ist. Das ist zunächst das Gotteswort, die Überlieferung. Das ist aber auch all das andere, was ihr besitzen dürft in der Natur und der Kultur. Betrachtet und bedenkt, macht euch aber frei von dem, was eure Denken und Fühlen allzu sehr eingrenzt. Die erste Grundposition für das Handeln gemäß unserem Glauben bedeutet: Das Herz erheben über den Horizont des Bekannten hinaus. Jüdisch-christliche Spiritualität hat also Ruhe und memoria zum ersten Handlungsprinzip. Der Glaube an den Schöpfer und den Bundes-Gott erfordert dieses. Ein zweites ergibt sich aus der Lehre von der Inkarnation. Spiritualität hat mit dem konkreten Leben zu tun.

b) Lebensgestaltung aus dem Glauben

Da das göttliche Wort in Jesus von Nazareth Mensch geworden ist, hat sich in seinem Leben die göttliche Zuwendung konkretisiert. Sein ganzes Leben hat Offenbarungs-

charakter. Und damit wurden alle menschlichen Verrichtungen als Orte einer Gott-Begegnung ausgewiesen. Was sich in der ganzen Glaubensgeschichte schon vor Christus gezeigt hatte, ist nur gleichsam fokussiert worden. Inmitten des konkreten Lebens offenbarten sich die Wahrheiten Gottes. Deshalb gehört die Gestaltung des Lebens und bestimmter Lebensbereiche zur christlichen Spiritualität. Die Erfahrungen des Tages dürfen wir im Gebet aussprechen. Die Abläufe, Ängste und Strebungen sind nicht heraus zu nehmen aus dem Gott-Bezug, sondern sind Inhalt dieser Beziehung. Damit gehört Diakonie als Gestaltung der Lebens-Kultur wie auch als soziales Handeln zur christlichen Spiritualität. Und noch ein drittes Element ist zu nennen, und dieses leitet sich ab aus der Lehre vom Heiligen Geist: Zur christlichen Spiritualität gehört die *Communio* als Ort der Geistwirkung.

c) Communio oder das Wirken im Heiligen Geist

Wenn es in unserem Glaubensbekenntnis heißt: Ich glaube an den Heiligen Geist, dann wird dieser Satz erklärt durch fünf Attribute, die teilweise als Handlungsanweisungen zu verstehen sind. Und diese scheinen mir für die Spiritualität von großer Bedeutung. Danach gilt: An den Geist glauben bedeutet überzeugt sein, dass die Gemeinschaft der Glaubenden Heiliges in sich birgt und dass sie auf die ganze Welt (= katholisch) gerichtet ist. Die Welt soll nach dem Gesetz und dem Geist Gottes gestaltet werden. Die Gemeinschaft der Glaubenden soll dazu Wesentliches beitragen. Weiterhin ist der Glaube an den wirkenden Geist sichtbar an der *communio* derer, die geheiligt sind und die sich heiligen, d.h. deren Leben gelungen ist oder gelingt, weil sie Gott im Blick haben. Das aber geschieht dort, wo es Vergebung gibt, wo Menschen sich also begangene Fehler verzeihen und darauf vertrauen, dass auch ihre Fehler und Schwächen verziehen werden – von Gott und den Menschen. Sie glauben an eine bleibende Zukunft bei Gott. Aus dem Tod werden sie auferstehen, und sie werden mit dem Ewigen leben.

Im Handeln dokumentiert sich das Wirken des Geistes am deutlichsten im Verzeihen. Vergebung aber bedeutet: aufarbeiten von Verquerem, Konflikte erkennen, sie benennen und angehen, immer wieder auf Gott hinschauen und das eigene Verhalten wie auch das der anderen damit konfrontieren. Zur Spiritualität gehören also wesentlich das Streben nach Heilem bzw. Heiligem, das Sich-Vergeben-lassen und Vergeben von Fehlern und die Ausrichtung auf das Bleibende bei Gott.

Zusammenfassend sei gesagt: Drei Maximen des Handelns haben wir als grundlegend für unsere Religion und ihre Spiritualität erkannt: das Sabbatprinzip mit Ruhe und Gedächtnis (Gebet, Gottesdienst etc), das Prinzip der konkreten Lebenspraxis (Kulturdiakonie und Sozialdiakonie) und das Prinzip von *Communio* (Kirche). Mit diesen Daten aus unserer Theologie können wir uns nun unserer eigentlichen Frage zuwenden: Welche Spiritualität ist heute tragfähig? Oder etwas bescheidener gefragt: Welche Elemente einer Spiritualität brauchen wir, um die Umbrüche unserer Zeit zu meistern?

III. Tragfähige Elemente einer christlichen Spiritualität

Alle drei Handlungsfelder betreffen gleichermaßen die Spiritualität. Ich versuche ein paar konkrete Hinweise, was wir tun könnten.

1. Spiritualität im Unterbrechen – der Sonntag

Unser Gott ist anders als die Götter. Zwar ist er absolutes Geheimnis, unendlich erhaben und groß. Aber von Abraham an hat er kundgetan: Er will mit uns in Beziehung treten. Dies geht aber nicht so nebenher. Es braucht Ruhezeiten. So heißt die erste Weisung unserer Religion: Halte an einem Tag des Wochenzyklus Ruhe, unterbrich deine Arbeit, tritt in den Ausstand, lege alles beiseite, was dich vereinnahmt und aufzufressen droht. Genieße den Frieden bzw. die Ruhe (Schalom) deines Gottes. Dies heißt: Gestalte den einen Tag der Woche als Schalom-Tag. Und das scheint mir ein ganz wichtiger Faktor für unsere Spiritualität zu sein. Je pluraler unsere Gesellschaft wird, um so wichtiger wird es für uns, dass wir den Sonntag gestalten im Sinne des Schalom. Was gehört da dazu?

a) Sonntag – Tag spiritueller Dichte

Ruhe ist das erste, was gefordert ist von dem, der spirituell leben will. Nicht leicht ist es für viele heute, wirklich Ruhe zu erleben. Das Schlafen ist für manchen die einzige Form von Ruhe, die ihm noch gelingt. Doch diese ist nicht gemeint. Es geht darum, nicht angespannt zu sein, den Kopf frei zu haben von Dingen, die zwingen; es geht weiterhin darum, im Abstand zu leben, Harmonie zu fühlen, sich als freier Mensch zu erfahren, erhoben zu sein, Würde zu spüren. Entspannt sein, und in diesem Zustand größere Gedanken entdecken und Erkenntnisse finden, den Gottes-Frieden erahnen – das ist mit der Sabbat- und Sonntags-Ruhe gemeint. Diese Ruhe macht fähig zu hören auf die jenseitige Wirklichkeit. Und das ist das zweite, was zum Sonntag gehört.

b) Sonntag – Tag des Hören und Feierns

Die Offenbarungsreligion lebt vom Hören und Erinnern. Nur was immer wieder ins Gedächtnis gehoben wird, ist uns eigen und kann wirken. Wer eine Sprache nicht dauernd spricht und sich der Worte erinnert, der vergisst sie. So ist es auch mit allen religiösen Wahrheiten. Immer wieder muss der Mensch sich in die Gegenwart holen, was ihm von Gott berichtet ist. Er muss Gegenwart werden lassen, was „in jener Zeit“ kundgemacht worden war. Und je sensibler er diese Überlieferungen liest oder hört, sie meditiert und studiert, in ihnen verweilt und sie feiert, desto mehr wird sein gegenwärtiges Leben davon geprägt. Es fällt in die jetzige Situation und prägt diese. Erinnern heißt, die Zeit hinwegwischen, gegenwärtig werden lassen, was in vergangener Zeit gesagt wurde oder geschehen ist. Vor allem, wenn das Erinnern rituell eingebunden wird, kommt diese Vergegenwärtigung ins Wort und ins Zeichen. Dies ist der Fall vor allem beim Gegenwart setzenden Erinnern, dem zentralen Gottes-

dienst der Christen, der Eucharistie. Was hat es mit ihr auf sich?

Eucharistie heißt „Dank sagen“. Doch dieses Erinnern soll so intensiv werden, dass Vergangenes gegenwärtig wird. Und das ist der Sinn der sonntäglichen Eucharistie. Sie ist Präsenz der zentralen Wirklichkeit unseres Glaubens, unserer Erlösung. Gefei-ert wird sie als Ritus mit erinnernden Worten, hinweisenden Zeichen und realen Symbolen. Jesus hat am Abend vor seinem Sterben Brot und Wein genommen, und er benannte, man könnte sagen erinnert voraus, was am nächsten Tag wirklich war: Er wurde geopfert am Kreuz; und zwar – er sagte es – „für euch“. Er stellte damit den Bund zwischen Gott und den Menschen her. Teil daran wird haben, wer sich mit ihm verbindet, ihn (sein Denken, Fühlen, Handeln) in sich aufnimmt. Seine Bereit-schaft zur Hingabe war am Abend zuvor schon total vorhanden, so hat er das Erlö-sungswerk (gleichsam mental) schon voraus vollzogen. Und die Zeit wegdenkend vollziehen wir nach, was auf Kalvaria geschah. Immer, wenn wir an dieses Ereignis rituell denken und es feiernd vollziehen, wird es gegenwärtig. Eucharistie ist also gegenwärtig werden unserer Erlösung. Eucharistie ist die intensivste Form des Erin-nerns. Sie gehört für den Christen zum Sonntag. Doch dies ist noch nicht alles, was uns der Ruhetag schenken möchte. Ein drittes Element müssen wir hinzufügen, das sich in mindestens drei, wenn nicht sogar vier Bereich ausdehnen lässt: das Feiern oder Genießen.

c) Sonntag als Feiertag

Der Sonntag ist Feiertag. Zum Feiern gehört das Genießen in mehrfacher Hinsicht. Zunächst macht mir das Erinnern bewusst: Das Entscheidende ist mir von Anfang an geschenkt. Deshalb ist es richtig, wenn wir das Geschenkte genießen, und das ist zu-nächst die Natur genießen.

* Natur genießen

Wir können dies in vielfältiger Weise tun: wir können spazieren gehen, können die Berge besteigen, können Naturphänomene erforschen, können die eigene Vitalität erleben in Sport und Spiel. Wir können sehen, fühlen, erleben, dass uns da etwas ge-schenkt ist, wir dürfen es genießen und uns damit dankbar zeigen. Dies betrifft aber nicht nur die Natur, sondern auch das, was Menschen daraus gemacht haben.

* Das Erleben von Kultur

Auch Kultur ist uns geschenkt. Die Werke von Menschen sind in Kunst, Musik, Spiel und anderen Formen zur Anregung und zur Freude überliefert. In den Sonntag ge-hört das Genießen dieser Kulturgüter. Bild-Kultur ist heute gesammelt in Museen, an bestimmten Orten oder in bestimmten Räumen. Wir können Meisterwerke der Ar-chitektur oder der Kunst bewundern. Musik wird uns geboten in Konzerten oder auch auf Tonträgern oder wir können sie selbst spielen, Theater, Kino oder anderen Aktivitäten von Menschen lassen uns spüren, wie sehr der Mensch die Natur um-prägt und aus vielem, was ihm vorgegeben ist, etwas Neues gestaltet – bis zum höchsten Kunstwerk. Das betrifft sogar noch das Essen: Von durchaus mäßig schme-

ckenden Pflanzen oder anderen Materialien kann eine Köchin einen Gaumengenuss zaubern. Den Sonntagskuchen haben unsere Mütter selbst in Zeiten größter Not noch gezaubert. Ein Tag des Genusses von Kultur ist der Sonntag! Und noch ein drittes Element des Feierns bzw. Genießens gehört zum Sonntag:

* Die Gemeinschaft in Harmonie

Der Mensch ist als Gemeinschaftswesen geboren. Am Sonntag soll ihm Gemeinschaft stärkend beistehen und ihn erfreuen. Die Menschen, mit denen ich gut und gerne zusammen bin, gehören in den Sonntag hinein. Es soll Harmonie erlebbar sein. Wahrgenommen und geliebt soll sich ein Mensch fühlen – und das gerade am Sonntag. Deshalb wäre es so wichtig, dass die Familien und Lebensgemeinschaften am Sonntag wenigstens einmal gemeinsam essen. Bei vielen ist dies das späte Frühstück geworden. Gemeinschaft ist ja auf Dauer nur zusammenzuhalten, wenn alle zusammen essen. Deshalb halte ich die Unsitte der Schnellabfütterung für Kultur schädigend – obwohl ich allzu oft selbst dazu versucht bin. Zum menschenwürdigen Essen gehört das Gespräch und gehören mitessende Menschen.

2. Gebet als zentrales Handeln

Auch eine tägliche Unterbrechung braucht die Spiritualität – im Gebet. Karl Rahner hat einmal das viel zitierte Wort gesagt: „Der Christ der Zukunft wird ein Mystiker sein oder er wird nicht mehr sein.“ Ich verstehe dies so: Er muss ein Mann oder eine Frau des Gebetes sein. Hier hat die Reform nach dem II. Vatikanum noch nicht gegriffen. Die völlig veränderten Lebensumstände in unseren Wohnungen haben noch nicht dazu geführt, dass wir das private Gebet einzubauen wüssten. Die privaten Unterbrechungen sind schwierig geworden, noch schwieriger im Familien- und Gemeinschaftsleben. Wie kann Gebet hier als Unterbrechung neu geplant werden? Dies scheint mir eine Gretchenfrage zu sein. Das private Gebet in vielfacher Form ist das tägliche Kernhandeln aller Spiritualität. Denn hierbei sucht der Mensch den persönlichen Kontakt zu jener transzendenten Wirklichkeit, die sich geoffenbart hat und die das Leben als Ganzes begleitet (IHHW).

Dazu seien noch zwei Bemerkungen erlaubt: Zum einen braucht das Gebet feste Formen; denn wir können nicht immer originell sein. Jedes Gebet beginnt zudem mit dem Hören. Als erster redet immer Gott, wir hören. Also müssen wir erst lesen, erinnern, hören. Und jedes Gebet ist Antwort. Ich brauche dazu Sprachhilfen – vor allem dann, wenn ich in innerem Stress bin. Ich halte es für problematisch, was manche Religionspädagogen lange Jahre propagierten, man sollte nicht Gebetsformeln auswendig lernen. Was ich gelernt habe, ist mein Eigentum, nicht was ich je neu erfinde und formulieren muss.

Eine zweite Anmerkung zum privaten Gebet scheint mir auch bedenkenswert. Alle neuen geistlichen Gemeinschaften des 20. Jahrhunderts haben als besonderes tägliches Gebet die Kontemplation – meist in Form der Anbetung der Eucharistie als Schweigezeit oder des Rosenkranzes (der Einfachheitsform der Kontemplation des Vol-

kes). Kontemplation, das Gebet der Ruhe, ist die intensivste Gebetsform. Die sich steigenden Formen des Betens sind die Lectio (als das Hören auf Gottes Wort), die Meditatio (als das Bedenken oder Erschmecken), die Oratio (als das formulierte Antworten) und die Kontemplatio (als ein schauendes Verweilen). Ich denke, wir brauchen Gebetsschulen. Wer spirituell leben will, muss beten lernen.

Hier müsste noch einiges gesagt werden über Liturgie, Andacht und sonstige gemeinsame Gebetsweisen. Dies sprengt unseren Rahmen. Was wir unbedingt bedenken müssen sind die beiden anderen Handlungsfelder unserer Spiritualität.

3. Spiritualität als kulturelles und soziales Handeln

Zur Spiritualität gehört das kulturelle und soziale Handeln. Glaube will das Leben gestalten, und das Leben wird die Gestalt des Glaubens immer wieder verändern. So müssen wir unsere täglichen kulturellen Aktivitäten überprüfen und uns fragen, ob sie im Sinne unseres Gottes und zum Segen für uns und die anderen verlaufen sind. Dazu hilft eine tägliche Reflexion. In der Tradition nennen wir dies Gewissenserforschung. Vor Zeit zu Zeit, am besten abends, sollen wir betrachten, was wir unternommen haben und dieses mit dem Gotteswort konfrontieren. Dann werden die Fragen anstehen: Was habe ich mit der Zeit gemacht? Was habe ich wie gestaltet? Wohin sollte ich streben? Bin ich in kultiviertes Wesen, das etwas zum Segen bewirkt?

Dabei wird auch das soziale Handeln in den Blick kommen. Und da scheinen mir zwei Aspekte bedeutsam, die, wie ich meine, den Kern des christlichen im Sozialen ausmacht. Den einen hat uns Mutter Teresa vorgeführt, den zweite der Französische Kapuziner Abbe Pierre.

Mutter Teresa hat ihre Schwestern angewiesen, nicht nur fachlich die Kranken zu betreuen, sondern ihnen spüren zu lassen: Du bist gemeint, du bist geliebt. So soll jemand spüren, dass Gott ihn liebt. Spiritualität schafft eine Atmosphäre der Zuwendung.

Abbe Pierre hat in einem Interview einmal erzählt, was mir ein wichtiges Element christlicher Sozialen Handelns ist. Er erzählte: Ein Mann kam zu ihm, legte einen Revolver auf den Tisch und sagte: „Pater, Sie haben eine Stunde Zeit, mir zu erklären, welchen Sinn mein Leben hat. Können sie es nicht, dann werde ich mich erschießen.“ Pierre schob ihm den Revolver zu und sagte: „Ich weiß nicht, welchen Sinn Ihr Leben hat. Aber bevor Sie sich erschießen, helfen Sie mir, einer armen Familie ein Haus zu bauen. Dann können Sie sich erschießen.“ Der Mann hat sich nicht erschossen. Er war der erste seines Bauordens, heute läuft ein Seligsprechungsprozess über ihn. Abbe Pierre sagte: „Da habe ich gemerkt, was christliches soziales Handeln meint. Wenn du jemandem nicht mehr helfen kannst, dann bitte ihn, er möge dir helfen. Dann hast du ihm geholfen.“ Es ist das Prinzip der Gegenseitigkeit. Jeder hat Defizite und jeder hat Fähigkeiten, mögen sie noch so reduziert sein. Die eigenen Defizite offen legen und einen anderen Armen um Hilfe zu bitten, gibt diesem die Würde. Ich habe ihm noch etwas zugemutet. Ich habe ihn um seine Liebe gebeten, ich habe ihn

befähigt, wieder aktiv zu sein. Sich solidarisch zeigen und auf einer Ebene mit dem anderen stehen, und ihm zur Aktivität und damit zur Würde verhelfen, das sind wesentliche Merkmale christlich-spiritueller Sozialdiakonie.

Diese beiden Elemente, so meine ich, müssen künftig wieder deutlicher unsere Caritas mitbestimmen: Der Hinweis, dass es um mehr geht als nur um sachgemäße Hilfe, sondern um Zuwendung, und dass Hilfe immer gegenseitig ist. Selbst ein völlig lahmer Mensch gibt seinem Helfer noch etwas, und wenn es nur sein Lächeln ist.

4. Spirituelles Handeln in Communio – Vergebung und Aufarbeitung kontingenter Lebenswirklichkeiten

Das dritte Handlungsfeld ist die Communio, die Gemeinschaft. Spiritualität christlicher Prägung ist immer auch gemeinschaftlich eingebunden. Kirche ist der Rahmen spiritueller Anregung, spiritueller Vollzüge, spiritueller Einbettung. Als Jesus den Jüngern nach der Auferstehung zum ersten Mal erschien, hat er sie angehaucht, ihnen den Geist zugesprochen und gesagt: „Empfanget den Heiligen Geist, denen ihr die Sünden nachlasst, denen sind sie erlassen“ (Joh 20, 22). D.h. die erste Sendung geht dahin, dass sie den Menschen zusagen: Ihr findet Vergebung. Aber wie es im Vater unser heißt: Wer selbst vergibt, dem wird vergeben. Deshalb, so meine ich, gehört zur christlichen Spiritualität vorrangig das Verzeihen. Im Glaubensbekenntnis sprechen wir ja: „Ich glaube an die Vergebung.“ Es gibt also eine Vergebung. Sie ist eine Säule christlicher Spiritualität: Ich vergebe dort, wo ich Leid erfahren habe. Und ich mühe mich, dass ich selbst Vergebung erlange. Busse und reflektierte Gestaltung der Tage gehören wesentlich zur christlichen Spiritualität. Dass Busse mit Gemeinschaft zusammenhängt, und dass ständige Busse (als reflektiertes Leben und als Bereitschaft zu ständiger Korrektur) zur christlichen Spiritualität gehört, das haben wir nicht nur als einzelne Christen oftmals vergessen, sondern das kommt auch in unserer offiziellen kirchlichen Pastoral nur minimiert vor. Das dürfte einer der Gründe dafür sein, warum es nicht aufwärts geht mit unserer Kirche und ihrer Reform.

Lassen Sie mich zusammenfassen: Christliche Spiritualität ist geprägt von der Offenbarung. Wir bekennen: Unser Gott ist anders als die Götter. Er ist jenseitig und zugleich ganz nahe. Wir bekennen dies, wenn wir immer wieder unsere gewöhnlichen Verrichtungen unterbrechen (Sonntag, Gebet), wenn wir uns anderen zuwenden und ihnen so spüren lassen, dass wir uns geliebt wissen, und wenn wir Gemeinschaft fördern vornehmlich durch das Unschädlichmachen der Spannungen durch Verzeihen.

So wird unsere Spiritualität unserer Gott-Wirklichkeit gerecht, die uns vom absoluten Geheimnis sagen lässt: Gott ist in Beziehung getreten zu uns – Religion ist Beziehung.

(Veröffentlicht mit freundlicher Genehmigung des Referenten)