

Christus als Gottes Geist, Licht, Wort und Ordnung in jedem Menschen als Spitze des Kosmos¹

Balthasar Stachelin, Zürich

Wir begrüßen dankbar die neue, für viele ungewohnte Stimme, die im folgenden Beitrag zu Wort kommt. Der Literaturbericht von O. Kopp deckt einige Hintergründe des vorliegenden Beitrages auf – vor allem das Glaubenszeugnis des Züricher Psychosomatikers, daß der *ganze* Mensch von Gott geschaffen, von Jesus erlöst und in den Kreislauf der dreifaltigen Liebe einbezogen ist. Wir finden es ermutigend, daß aus der Erfahrung des Arztes und in dessen, theologisch gewiß auch zu kritisierenden Sprache ein Weg in die christliche Erfahrung gezeigt wird, der in die Mitte führt. Stichworte wie Dreifaltigkeit, Gnade und Geschenk, „Hinter den Bildern“, Unterscheidung der Geister zeigen es. (Die Schriftleitung.)

Einleitung: Von der geistigen Kommunion

Wie komme ich als Mediziner dazu, unter Theologen von Gott zu sprechen, da ich doch weder Theologe noch besonders frei von Sünden bin? Die Berechtigung ergibt sich vielleicht aus folgenden Erwägungen:

Ich fand und finde – ich ahne heute als Mediziner und Psychiater den Geist Christi in Körper und Seele eines *jeden* gesunden und kranken Menschen. So habe ich es mir zur Aufgabe gemacht, darüber zu forschen und, auch bekenntnishaft, zu sprechen. Denn wo sonst im ganzen Kosmos sollte Christus heute und in aller Zukunft sein als in der Inwendigkeit eines jeden von uns?

Ich erfahre die Dreifaltigkeit heute unter anderem im Sinne eines Bildes der geistigen Kommunion (wobei ein solches Bild dann auch wieder wegzulegen ist als nicht unbedingt letzte, absolute Wahrheit...). Das Bild möchte ich so schildern: Den unerkennbaren Geist des Vaters spüre ich – gelegentlich – überall; so auch über und in jedem von uns. Aus ihm fließt wie ein hellgoldener, unsichtbarer Strahlenschein der Heilige Geist überall im ganzen Kosmos hin, besonders auf und in die Erde. Fällt dieses Strahlen auf und in einen Menschen (was es immer tut), dann entsteht und ist in ihm Christi Geist. Der Heilige Geist, die Liebe Gottes und seine Versöhnung aber strahlen wieder zurück zum Vater – und so immerwährend hin und her. Der Mensch also wird aufgenommen in die Gemeinschaft der Dreifaltigkeit.

¹ Vortrag gehalten am Engadiner Kollegium, St. Moritz, 12. 9. 1980.

Dies als Einleitung zu meinem Referat. Die Autorschaften dazu finden sich ausführlich in meinem Buch „Der psychosomatische Christus“. Besonders beeindruckt haben mich in diesem Jahr auch folgende Autoren: J. Hauer, N. Luyten, P. Mommaers, F. J. Schmucker, M. Schoch, J. Stierli, J. Sudbrack und Silja Walter².

Über vier Unterscheidungsprinzipien

Die funktionell-vegetativen körperlichen und die vegetativen seelischen Beschwerden des Menschen sind seit zwei bis drei Jahrzehnten mein spezielles wissenschaftliches Forschungs- und praktisches Behandlungsziel. Diese somatischen und psychischen Beschwerden als psychosomatisches Allgemeinsyndrom sind das weitaus häufigste Beschwerdebild in der gesamten Medizin; zehn bis dreißig Prozent der Bevölkerung haben darunter zu leiden. Die Grundursache dieser Beschwerden ist ein innerer Mangel an Urvertrauen. Patienten, die davon betroffen sind, sind vorübergehend oder dauernd nur mehr ungenügend eingebettet im uns allen innewohnenden Unvergänglichen, Ewigen, Himmlischen – in ihrer zweiten Wirklichkeit. Sie werden zunehmend abhängig vom Vergänglichen, Irdischen, von ihrer ersten Wirklichkeit. Daraus ergeben sich Angst, Geborgenheitsverlust, Verlorenheit, Sehnsucht und schließlich Süchte nach Halt.

Im medizinopsychologischen Umgang mit diesen vegetativen Dystoniekern (zu denen auch ich gehört habe und sicher teilweise immer noch gehöre) begann ich immer mehr vier Prinzipien zu unterscheiden, die wohl in jedem menschlichen Phänomen anzutreffen sind, ja es recht eigentlich ausmachen. Es sind dies:

1. das Eingespanntsein von Körper und Seele des Menschen in alle Kausalgesetze der natürlichen Vergänglichkeit, in die genetischen, physikalischen, chemischen, biologischen, psychologischen, gesellschaftlichen, kulturellen Kausalitätsabhängigkeiten. Mit dieser ersten Wirklichkeit befaßt sich u. a. auch unsere naturwissenschaftliche Schulmedizin – zu Recht natürlich.

² Hauer, J.: *Wesen und Werden der Anthroposophie*. Stuttgart, Verlag Kohlhammer 1923 (eine kritische Auseinandersetzung mit der Neugnosis). Stierli, J.: *Gott suchen in allen Dingen*. In Ignatius von Loyola. Würzburg, Echter 1956. Walter, Silja: *Ruf und Regel*. Zürich, Arche-Verlag 1980. Mommaers, P.: *Was ist Mystik?* Frankfurt/M., Insel Verlag 1979. Schodt, M.: *Meditation und Alltag*; und Sudbrack, J.: *Die Liebeserfahrung der Mystik – Verschmelzung oder Begegnung?* beide im Sammelband *Engadiner Kollegium „Was ist Liebe?“*, Zürich, Theologischer Verlag 1980. Luyten, N.: *Glaube und Urvertrauen*; Schmucker, J. F.: *Das Verhältnis von Arbeit und Wirklichkeit*; beide im Sammelband *Engadiner Kollegium „Glaube und Arbeit“*; erscheint demnächst.

2. Das Wirken des Unvergänglichen, Übernatürlichen; die Anwesenheit des dreifaltigen Geistes, der zweiten Wirklichkeit in und um Körper und Seele jedes Menschen. Dieses zweite Prinzip nenne ich auch den „psychosomatischen, kosmischen und himmlischen Christus“. Es ist das mystische Gesetz.
3. Das Wirken des Widersachers gegen diesen Gottesgeist, also Wirken und lauernde Anwesenheit des Teuflischen, Diabolischen, Bösen, Luziferischen. Ich nenne es den „psychosomatischen und kosmischen Satan“ (einen himmlischen Satan gibt es nicht).
4. Unsere Möglichkeit und Fähigkeit zur willentlichen Entscheidungsfreiheit für das eine oder andere der Prinzipien 1, 2 und 3 – oder zu einem entsprechenden Kompromißverhalten.

Nach diesen vier Prinzipien versuche ich, eine Unterscheidung der Geister vorzunehmen. Das sei nun an einem Fallbeispiel erläutert.

Hinweis auf ein Fallbeispiel mit Polytoxikomanie, psychosomatischem Allgemeinsyndrom und Depressionen

Die Bewilligung zur öffentlichen Darstellung dieser Krankengeschichte habe ich erhalten. Der heute fünfzigjährige Patient, Gartenbauingenieur, verheiratet, Vater von zwei jetzt selbständigen Kindern, steht bei uns auf der Zürcher Medizinischen Poliklinik seit zwei Jahren in Behandlung wegen periodischer Drang- und Suchtepisoden (Alkohol, Schmerz- und Schlafmittel und schwerstes Rauchen). Im Vordergrund steht eine Antabuskur gegen Alkoholmißbrauch.

Der Patient wuchs in einem äußerlich recht geordneten, dem protestantischen Glauben zugewandten Elternhaus auf. Innerlich vereinsamte der Mann bereits in seiner Kindheit und Jugend, vor allem infolge des heimlichen Alkoholkonsums des Vaters und dessen Jähzorn und Kälte, sowie durch die übermäßige Gesetzesstrenge, Engherzigkeit und Sinnlichkeitsverwerfung der Mutter. Der Patient – der sich beruflich ausgezeichnet bewährte – ging aus diesen frühen Jahren als ein innerlich neurotisch gehemmter, an unentwegter schwerer innerer Angst und Süchtigkeit leidender, hoch empfindsamer Einzelgänger hervor. Während seiner zweijährigen Antisuchtbehandlung hat er uns erzählt, seine Grundstimmung habe seit seiner Kindheit bis vor etwa einem Jahr nur aus Angst, Unsicherheit und einer riesigen Sehnsucht nach Halt, Liebe, Zärtlichkeit, Geborgenheit bestanden. Hier lag nun ein schwerer Mangel an Urvertrauen vor, wie wir ihn bei Süchtigen, Polytoxikomanen und Depressiven fast immer als Grundübel finden.

Der Patient hatte sich schon in seiner Jugend mit aller Entschiedenheit von jeder christlichen Glaubenslehre abgewandt. Er wurde ein überzeugter, einzig dem Materialistischen verpflichteter Atheist.

Wie bei den meisten neurotisch Süchtigen machte sich der innere Mangel an Urvertrauen auch in einem dreißigjährigen Leiden an den Symptomen des funktionell-vegetativen psychosomatischen Allgemeinsyndroms geltend: Kopfweg, Migräne, Ohrensausen, Schwindel, funktionelle Herz-Kreislauf-Störungen, Reizmagen, Reizdarm, allgemeines Schwitzen und körperliche Überempfindlichkeit waren die Folge. Dieser somatischen Beschwerden wegen kam es auch zu den häufigen Episoden von Schmerz- und Schlafmittelmisbrauch im Leben dieses Mannes.

Im seelischen Bereich erwähnte ich die fortwährende Angst, Unsicherheit, Katastrophenbefürchtung, die Kontakt- und Liebesgehemmtheit, innere Einsamkeit, Depressionen; die Sehnsucht nach irgendwelchen festen Halten in den Bedingungen und Begebenheiten seiner ersten Wirklichkeit. Im Vergänglichen seiner Welt suchte der Patient unaufhörlich nach unvergänglichen Festungen – bezeichnenderweise vergebens. Ich bezeichne dieses seelische, psychopathologische Syndrom als das „vegetative Psychosyndrom“. Es ist das häufigste Psychosyndrom in der Medizin.

Vor etwas mehr als einem Jahr nun führte dieser Lebensweg der Sehnsucht und des Leidens den Mann in eine ihn anfänglich seltsam anmutende Beobachtung und Selbsterfahrung: Er begann zunehmend in seinem Innern, im ganzen körperlich-seelischen Innenraum, vornehmlich in der Gegend des Bauches und des Herzens, eine – wie er sagt – „strahlende Kugel mit unendlichem Radius, eine absolute, unvergängliche, ewige Macht, Größe, Herrlichkeit, eine unendliche Wärme und Zärtlichkeit“ zu verspüren. Er nennt diese Ewigkeitsanwesenheit in seiner Innerlichkeit das „unendliche Unbewußte“ oder „das Überbewußtsein“, das „Kosmische“ – oder einfach „Gott“. Die Eigenschaften dieser inneren Gegenwart schildert er so: „Sie ist immer da, und sie ist wohl auch in jedem anderen Menschen. Sie ist der Himmel auf Erden. Wenn man sich durch tägliche Übung daraufhin öffnet, kann sie verspürt werden. Sie ist unerschütterlich. Sie hat keine Zeitgebundenheit und – obgleich im eigenen Innern verspürt – keine Ortsabhängigkeit. Sie ist unendlich in jeder Hinsicht; sowohl erfahrbar als auch unerforschlich. Für den Menschen und seine Welt der Vergänglichkeit ist sie die eigentliche Geborgenheit im Unvergänglichen. Diese innere Gottesanwesenheit kann mit dem inneren Auge geschaut werden. Sie schenkt unentwegt Liebe, Seligkeit, Frieden, Verzeihen, Licht, Barmherzigkeit. Das ist es wohl, was die Theologen ‚Gnade, Sündenvergebung, Erlösung und ewiges Leben‘ nennen.“

Auch dieser Patient betont, diese innere Anwesenheit, dieser Himmel auf Erden enthalte in geistiger Substanz alles und jedes, was je geschah und war, heute geschieht und ist und jemals künftig noch geschehen und sein wird im ganzen Kosmos. Und unser Patient fügt hinzu, die „Substanz“ seines Körpers und seiner Seele wie auch die Substanz von allem kosmisch Geschaffenen und Existierenden scheine ihm nicht identisch mit der „Ursubstanz“ der geschilderten himmlischen Anwesenheit in ihm und wohl in jedem anderen. Die Grundsubstanz des Vergänglichen und die Grundsubstanz dieses Unvergänglichen seien – wiewohl eine Einheit – doch immer auch verschieden, getrennt. Unser Patient spricht also nicht etwa einem östlichen Pantheismus das Wort, sondern einem christlichen Pan-en-Theismus: Alles ist in Gott, und Gott ist in allem – aber dieses „alles“ selber ist nicht Gott.

Eine weitere Beobachtung dieses Mannes ist für uns aufschlußreich: Je mehr er – seit einem Jahr nun – jeden Morgen zwischen fünf und sechs Uhr sich innerlich öffnet, um sich von dieser Unvergänglichkeit beschenken und stärken zu lassen, desto mehr entdeckt er in sich und um sich herum auch die Anwesenheit des Gegenspielers, des Verhinderers und Versuchers, des Satans. Er empfindet, ja sieht innerlich recht eigentlich diese lauэрnde Anwesenheit des Depressiven als eine dunkle, schwarze Masse, als Gefahr und Bedrohung. Sie trachte, seinen nun begonnenen Weg zum inneren Licht nicht nur zu verunmöglichen – ihn wieder blind zu machen –, sondern bemühe sich ganz besonders, ihn wieder süchtig zu binden an die oft so hoffnungsvoll schimmernden, Sicherheit und Liebe verheißenden Angebote aus der vergänglichen Welt.

Der Patient wurde im Laufe eines Jahres zu einem innerlich vertrauten, selbständigen Menschen. Seine Angst wandelte sich in Urvertrauen. Sein Atheismus machte einer elementaren Religiosität Platz. Die Beschwerden des psychosomatischen Allgemeinsyndroms und die Gefährdung durch seine Suchttendenzen laufen zwar wie eingeschliffene Reflexe vorerst – vielleicht für immer? – noch weiter. Doch der Patient empfindet sie nun als ein ihm auferlegtes Kreuz. Er meint, dieses sein Kreuz aber nun selbständig und ohne weitere ärztliche Behandlung tragen und verringern zu können. Er hat ja nun das Getragensein durch Gott in sich gefunden.

Ich möchte noch beifügen, daß ich diesen Patienten erst ganz am Schluß seiner Behandlung auf der Medizinischen Poliklinik zu sehen bekommen habe. Er erzählte mir von seiner „inneren Unvergänglichkeit“ und seiner „Liebeskugel“ schon in der ersten Begegnungsstunde. Die innere Erlebniswelt dieses Mannes ist also nicht etwa durch irgendwelche Suggestivwirkung meinerseits entstanden.

Wir können an dieser Fallschilderung das Zusammenwirken der erwähnten vier Prinzipien erkennen: das Verflochtensein des Patienten in seinen psychischen, biologischen, psychologischen und kulturellen Kausalitätsabhängigkeiten, in der ersten Wirklichkeit; die Anwesenheit und das Wirken Gottes als himmlische zweite Wirklichkeit in der ersten Dimension; Anwesenheit und Wirken eines satanischen Prinzips innerhalb der ersten Wirklichkeit dieses Mannes – und das Hin und Her der noch erhaltenen, wenn hier auch ordentlich eingeschränkten freien Willensentscheidung des Patienten auf das eine oder andere der ersten drei Prinzipien hin, oder auf ein entsprechendes Kompromißverhalten.

Ich schließe diese Fallstudie aus meiner Psychosomatischen Sprechstunde an der Zürcher Medizinischen Poliklinik mit folgendem Hinweis: Ein Arzt kann bei seinen Patienten recht häufig auf Andeutungen und Beschreibungen von innerer Gotteserfahrung, vom Erspüren der Anwesenheit des himmlischen Übernatürlichen in Körper und Seele, stoßen. Man muß nur darauf achten wollen. Solche Erfahrungen finden sich nicht nur bei Gläubigen, die aus Überzeugung einer Konfession zugehören – und sicher nicht nur bei Heiligen. Sie finden sich in uns allen; in überzeugten Atheisten ebenso wie bei Pragmatikern und dem naturwissenschaftlichen Denken Verpflichteten. Zahlenmäßig schätze ich, daß mir etwa drei bis fünf von hundert Patienten auf der Poliklinik solche Andeutungen von Eigenerfahrungen des himmlischen Übernatürlichen machen.

Den Ausdruck „himmlisches Übernatürliches“ benutze ich mit Absicht. Die Hinweise auf nur „Übersinnliches“, Paranormales, Parapsychologisches, Neugnostisches, Okkultes rechne ich nicht zum echten Übernatürlichen, Göttlichen, Mystischen. Daher nehme ich solcherlei Beobachtungen nicht in meine Darstellungen auf, denn sie scheinen mir eher das wildwachsende Gestrüpp, das Unkraut – zumindest das Uneigentliche und Unwesentliche – im Blumengarten dieses Wesentlichen, Eigentlichen, Entscheidenden zu sein. Beim Übersinnlichen ist nicht auszumachen, was echte Wahrheit und was Imagination ist.

Das Gebet vom psychosomatischen Christus

Infolge derartiger Beobachtungen beschäftigt mich nun seit dreißig Jahren täglich die Frage, wie die vielen, von unzähligen funktionell-vegetativen körperlichen und seelischen Beschwerden geplagten Menschen auf einfachste Weise von ihrer inneren Angst und Verunsicherung befreit werden können. Wie kann Urvertrauensmangel in Urvertrauen und damit in Urglauben (Luyten) umgewandelt werden? Dieses Suchen hat mich einerseits zur Entwicklung der Psychosomatischen Basistherapie ge-

führt³; gleichzeitig bin ich dann auf die Wahrheit der Anwesenheit von Christi Geist in und um jeden Menschen gestoßen.

Christus in Körper und Seele des Menschen, das ist sein Urvertrauen – unabhängig davon, ob dieser Mensch davon etwas weiß oder nicht. *Der Mensch mit Christus im Herzen (also jeder Mensch, und mit ihm unser Planet Erde) ist der einzig mögliche Mittelpunkt des ganzen Kosmos.*

Wer sich in der Psychosomatischen Basistherapie üben will, dem sei empfohlen, dies in drei speziell für diese Übungen ausgesparten Tageszeiten zu tun: er bestimme eine ausgesonderte Zeit für die Betrachtung, eine für die seelische und körperliche Bewegung, das innere Gebet, und schließlich eine Zeitspanne für die Beschauung und das Beschenktwerden in seelischer Stille und körperlicher Inaktivität (die genaue Beschreibung dieser dreiteiligen Basistherapie ist in meinen Publikationen nachzulesen). Als viertes Grundelement für diese Therapieform möchte ich zu einem vierundzwanzig Stunden im Tag dauernden, immerwährenden inneren geistigen Beten raten.

Hier soll als Anregung das Gebet folgen, das sich mir persönlich im Laufe der Jahre ergeben hat. Ich publiziere es einzig in der Absicht, dem einen oder anderen Leser dieser Arbeit einen kleinen Hinweis zu geben für das „Herausartikulieren“ seines eigenen, ihm am besten zusagenden immerwährenden geistlichen Gebetsinhalts, der ihn als Hilfs- und Gebetssatz durch sein Leben begleiten soll. Die meisten von uns müssen heute wieder beten lernen, denn das haben wir größtenteils verlernt. *Beten ist die wichtigste Aufgabe für die Erhaltung der Menschheit und zugunsten einer besseren neuen Zeitepoche.*

Siebentausendmal in vierundzwanzig Stunden, über Wochen, Monate, Jahre, können einzelne Worte, Sätze, Bilder aus der folgenden Gebetszusammenstellung verstandesmäßig überlegt und mit dem Herzen gefühlt und erfahren, innerlich gesprochen werden – und dies in der Freizeit wie auch bei jeder Tätigkeit (die Zahl „siebentausendmal“ sei als Symbol verstanden für ungezählte Male, unaufhörlich, selbst während der Stunden des Schlafes):

Mein psychosomatischer, kosmischer, himmlischer Christus,
Gottes Sohn und Gottes Wort
aus Gottes Liebesgeist und Gottes Liebeswillen;
meine Maria, du Empfangende und Tragende Gottes in uns allen;
Agnus Dei, qui tollis peccata mea et mundi –

³ Vgl. den Literaturbericht von O. Kopp in *diesem Heft* S. 460 f.

Lamm Gottes, das du meine Sünden, mein Kreuz
und mein irdisches und ewiges Leben trägst:

beschenke, heile, heilige und vereinige uns
mit deiner allgegenwärtigen Anwesenheit (Vater),
mit deiner strahlenden Umwesenheit (Heiliger Geist),
mit deiner dienenden Inwesenheit (Sohn),
mit deiner Kommunion
und mit allen deinen Eigenschaften.

Laß uns unseren psychosomatischen und kosmischen
luziferischen Satan,
den schillernden, krankmachenden, uns von dir wegziehenden
Fürsten dieser Welt,
immer besser erkennen und besiegen –
soweit es dein Wille ist und dir für uns als notwendig erscheint.

Gott, schenke mir, daß in mir der Geist deines Wortes,
deine biblische Offenbarung unmittelbare Wirklichkeit werde,
und ich diesem deinem Liebesgesetz gehorsam bleibe.

Gib, Herr, daß ich dir für alles und jedes immerzu danke,
denn von mir allein aus
kann ich nichts.

Christus in mir,
laß mich nie vergessen,
daß ich dein Geliebter bin.
Halte mich immer offen für dich.

Zum besseren Verständnis seien zwei Wortfolgen dieses Meditations-, Bewegungs- und Kontemplationsgebets gesondert kommentiert:

– „*Mein psychosomatischer Christus*“: Hiermit sollen unsere Stimmung, Aufmerksamkeit und nüchterne Wachsamkeit auf und in den Ort hin gelenkt werden, wo der für uns persönliche Gott, Christus, am ehesten auf dieser Welt anzutreffen ist: in unseren Körper und in unsere Seele, in unsere eigenste und individuellste Vergänglichkeit. Dieser Christus in mir ist nicht nur der als zunehmende Bewußtheit zu mir drängende Jesus, er ist auch der, der als freiheitliches Liebesgeschenk Gottes aus dem Himmel zu allen und in alle Menschen im ganzen Kosmos hinein kam, kommt und kommen wird. Er ist als Geist des Himmels in Körper und Seele eines jeden Menschen. Christus, Gottes Wort, ist Fleisch geworden. Sein Geist ist in unserem Leib.

Wachsame, aufmerksame Stimmung, das ist die Grundstimmung von Liebe und Demut, die Aufgabe der Unterscheidung der Geister gemäß den vier erwähnten Prinzipien. Demut ist die möglichst ehrliche und kritische Selbsteinschätzung vor Gott und seiner Wahrheit. Liebe meint hier: wir sollen Christus in uns nicht nur mit unserer Glaubensfähigkeit, sondern vor allem mit unserer Liebesfähigkeit suchen und finden. Gott will *an erster Stelle* geliebt werden. Wenn wir uns unserem Herrn in uns in möglichst großer Liebe öffnen, dann begegnen wir seiner Liebe und Zärtlichkeit in uns und um uns am ehesten. Die Liebe, mit der wir Christus in uns wohl am echtesten lieben und Unechtes daran vermeiden können, sei mit der Liebe zu unseren eigenen Kindern verglichen: nüchtern, herzlich, selbstverständlich, beständig; unerschütterlich, unabhängig davon, was sie tun – oder auch nicht tun – und von uns fordern. Also keine Ekstase, keine Verzückung, kein Rausch; weder Übersteigerung noch Überschwenglichkeit, noch Verliebtheit – kein Ausnahmezustand. Aber Wärme, Glut, Heiterkeit, Freude; gelegentlich vielleicht ein Hauch von Seligkeit. Wir sollten Christus lieben, wie Maria in hingebener Verfügbarkeit ihren Sohn geliebt hat. Da auch Maria in jedem von uns ist, wird uns diese Art von Liebe teilweise möglich sein. So verbündet sich verstandesmäßiger Glaube an Gottes Wort mit gemüt- und herzensmäßiger Liebesöffnung und Sehnsucht an den Gottessohn im eigenen Innern.

Bei der Unterscheidung der Geister ist streng darauf zu achten, daß wir durch *keinerlei endgültige Bilder*, durch keine subjektiven Vorstellungen, wunschabhängigen Phantasien und Stimmungen, von keinen sich zu Pseudovisionen verselbständigenden Gedankenverspiegelungen aus dem Reich des Eigenwillens und des schillernden Verführers genarrt werden; es sollen sich keine Selbsttäuschungen und keine neugnostischen, hellseherischen Wunschträume von Über- und Außersinnlichem einschleichen. Das Wesentliche ist *hinter* allen Bildern, Mitteln, Gedanken, Schauungen. Bilder und Mittel sind immer wieder aufzugeben, wegzustellen. Wir sollen und müssen von Gottes Himmelreich in uns und um uns nicht mehr und nichts anderes erkennen, erfahren, schauen, geschenkt erhalten wollen, als Gott über sich selber in der Bibel offenbart hat.

– „*Gottes Sohn und Gottes Wort aus Gottes Liebesgeist und Gottes Liebeswillen*“: Hier soll angedeutet werden, daß wir auf die dreifache Natur von Gottes Wesen achten dürfen, auf die drei heiligen Personen, die Dreifaltigkeit.

Gottes Geheimnis ist überall, im Himmel, im Kosmos, auf und in der Erde; in jedem Ding und Menschen, um jeden von uns. Dieser geheimnisvolle Vater ist unerkennbar. Er ist aber als ein hellblau-weiß-goldenes,

nicht blendendes Licht immer auch wieder erahnbar – gelegentlich am Ende eines langen dunkeln Ganges, in der „dunkeln Nacht“ der Seele. In dreißig Jahren psychotherapeutischer Praxis wurde mir viele Male gerade von diesem wundersamen, gänzlich unphysikalischen Licht berichtet. Und gewiß gibt es auch unter meinen Lesern etliche, die aus eigener Erfahrung diese „geistliche Kommunion“ kennen und wissen, was ich meine.

Aus diesem Geheimnis Gottes, aus dieser dritten Wirklichkeit, fließt der Heilige Geist als der Liebesgeist, als Gottes Wille und Gnade, immerwährend aus und gebiert in jedes Menschen Körper und Seele den Geist Christi, den himmlischen, kosmischen und psychosomatischen Christus, den Sohn, das Wort Gottes.

Es ist ja des Menschen spezifische und allein ihm im ganzen Kosmos zustehende Eigenart, daß er Gott in der Zeit und im Raum, in der Geschichte des Kosmos, zur unbewußten, gelegentlich aber auch zur bewußten Erscheinung zu bringen hat. Damit ist und bleibt der Mensch, und mit ihm der Planet Erde, unabdingbar der Mittelpunkt, das Zentrum des ganzen Kosmos. Nur im Menschen, und nirgendwo sonst, kommen Himmel und Erde, Unvergängliches und Vergänglichkeit zusammen und werden lichthafte und bewußtes, somatisch-psychisches Erleben. *Ohne Christus im Menschen keine Bewußtheit und kein Verstehen im Kosmos.*

Die ewigen drei göttlichen Personen (an anderer Stelle habe ich sie mit drei roten Kreuzesrosen verglichen) gehen in *jedem* Menschen, sei er nun ein Glaubender oder nicht, durch die Geschichte der Vergänglichkeit – bewußt geworden für den materiellen und psychischen Kosmos. Aus dem von uns gekreuzigten und uns dennoch in die Auferstehung mitnehmenden Gottessohn im Menschen strahlt dieses Liebeslicht, der Heilige Geist, zurück zum Vater, zum für das Irdische unergründlichen Liebesgeheimnis des Himmels.

Wie viele Patienten – die gewiß keine Heiligen waren oder je sein werden und die oft über lange Zeit psychotherapeutisch behandelt werden mußten – haben mir doch schon geschildert, wie sie dieses hellgoldene dreifaltige Fließen, das nicht materielles und psychisches, sondern pneumatisches, spirituelles, geistiges Licht ist, in und um sich und andere immer wieder vernehmen, fühlen, schauen, schmecken, geschenkt erhalten, und wie sie dieses Liebeslicht als tatsächliche Gewißheit erfahren und erkennen – trotz seines paradoxen Charakters im herkömmlichen naturwissenschaftlichen Weltbild.

Dieses – unsichtbare – Liebeslicht des dreifaltigen Gottes in und um jeden von uns können wir mit unseren fünf Sinnen nicht erfassen. In unserer Inwendigkeit aber kann es teilweise sichtbar werden. Der Weg dazu heißt: möglichst immerwährendes Beten. Die Häufigkeit, die Quantität

des Gebets bestimmen wir selber. Seine Qualität, und was dann an Begegnung in ihm geschieht, das untersteht allein der freien Gnade Gottes. Wir könnten zu solchem Beten, solch täglicher psychischer und somatischer Glaubensarbeit an uns selber, auch „inchristonieren“ sagen: alles aus der je eigenen Außenwelt, der ersten Wirklichkeit, in stillem Gebet hineinnehmen in den Geist Christi im eigenen Innern, in unsere zweite Dimension; dem Gottessohn alles übergeben und zu seinem Willen und Urteil ausbreiten. Die christliche Mystik nennt dieses Vorgehen „Reinigung“.

Doch auch wenn wir dieses Liebeslicht nicht erkennen (in mystischer Sprache: wenn die Erleuchtung nicht über uns kommen sollte), so dürfen wir dennoch getrost annehmen, daß dieses unvergängliche, unphysikalische, nicht psychische Strahlen als ein zeit- und raumunabhängiges ewiges Hier, Jetzt und Überall leuchtet – weit stärker und heilbringender als jedes vergängliche physikalische oder seelische Licht. *Ewigkeit ist zeitunabhängig, darum immer ein Jetzt*. Diese Liebeshelligkeit leuchtet auch in der physikalischen Dunkelheit, denn sie ist nicht Sonnenlicht, nicht Licht aus der Kausalität des Vergänglichen. Sie ist Gottes Licht – nur dort zwar nicht abwesend, doch verdeckt, wo entweder der Eigenwille, die heute allzu hoch eingeschätzte vermeintliche Autonomie des Menschen, oder aber der Widersacher den vorläufigen Vorrang haben.

Dieses unvergängliche Licht in jedem von uns ist die himmlische Weisheit und Wahrheit, das göttliche Gesetz des Neuen Bundes für alle Menschen dieser Erde, die allumfassende Liebesordnung Gottes, die letztlich wohl jeden Menschen heimholt in seine ursprüngliche Heimat des unvorstellbar schönen ewigen Lebens.

Dies glauben zu können und mit Gewißheit und Gelassenheit zu wissen, heißt Urvertrauen haben, heißt medizinpsychologisch für mich: gesund sein. Hier wird die Angst vor unserer Vergänglichkeit nebensächlich.

Doch das Gnadencharisma der erfahrenden Schaubarkeit des göttlichen Liebeslichtes, der lichthaften Inwesenheit Gottes, ist nicht vorrangig für unser Wesentlich-Werden. Wichtiger ist, daß wir uns innerlich – glaubend, hingebend, liebend – öffnen, umwandeln, umglühen lassen, entsprechend dieser An- und Inwesenheit des Dreifaltigen, zugunsten unseres Tuns im je eigenen Alltag. Das Dreifaltige in uns, diese zweite Dimension, ruft nach dem zweiten Adam, dem neuen Menschen. Auf Gott hin sich umkehren und sich vereinigen lassen⁴.

⁴ Vom Überindividuellen her gesehen ist es im Bereich der menschlichen Geistesarbeit zu zwei großen Entgleisungen gekommen, die auch mir viel zu schaffen machen. Es sind dies – *erstens*: die einseitigen, nur materialistischen Welt-, Macht- und Wissenschaftsideologien (beispielsweise kommunistische, atheistisch-sozialistische, rechtsextremistische Ge-

Die kommende Zeitepoche sollte meines Erachtens unter der Devise „*Christusverwirklichung*“ stehen, in gezielter Erweiterung der autonomen Selbstverwirklichungsthese der Gegenwart. Das materialistische und das gnostische Weltbild haben grundsätzlich dasselbe Motiv: den autonomen Selbsterlösungsversuch des Menschen. Aber so geht es nicht. Das führt in die Sinnentleerung, in die Abwesenheit von Urvertrauen. *Urvertrauen ist ein Gnadengeschenk Gottes. Diesem können wir uns öffnen, mehr nicht.*

Doch zurück zu unserer Gebetsübung: Es sei jedem anheimgestellt, ob er die Worte und Sätze dieser Meditationsexerzitien selber kommentierend veranschaulichen will. Mir selber ist es im Laufe der Jahre mit diesen wohl immer noch zu eigenwilligen Wortfolgen so ergangen, daß ich allmählich die unendlich viel größere Wahrheit, Weisheit, Schönheit und Dichte des Gebets begriff, das der Herr uns selber gegeben hat: des Vaterunsers.

Wir alle benötigen Jahre und Jahrzehnte, bis wir die einfache Nähe Gottes in uns und um uns zu begreifen beginnen; und dann stehen wir immer noch am Anfang. Das einzige, was wir tun können, ist offen wer-

schafts-politik). Hier wird das Zentrum des Kosmos in jedem Menschen – Gott und seine Liebes-eigenschaften – ausgerechnet für eine dem Menschen gemäße Gesellschafts-politik vergessen;

– *zweitens*: die auf einem Glauben an Reinkarnationen der Seelen und an das Karmagesetz (ein angeblich existierendes „kosmisches“ Gesetz der Sündenabtragung durch unzählige irdische Wiederverkörperungen der Seelen während Aeonen) aufbauenden hermetischen, magischen, gnostischen, hellseherischen, parapsychologischen, paranormalen, paramedizinischen, okkulten und neugnostischen Mysterienkulte und übersinnlichen Scheingriffe nach den Sternen – Geheimlehren im Kleid scheinbar moderner Wissenschaftlichkeit und Spiritualität. Gnostische und neugnostische Lehren waren und sind u. a. der Manichäismus, die Lehren der Albigenser, Katharer, Rosenkreuzer, ferner Theosophie, Anthroposophie, Okkultismus, Astrologie (siehe dazu J. Hauer). Man muß heute wohl auch die östlich gefärbten sogenannten Jugendmeditationssekten dazurechnen.

Mein persönliches, privates und berufliches, Denken ist dem naturwissenschaftlichen Weltbild einerseits, andererseits der offiziellen Spiritualität der protestantischen, katholischen und orthodoxen christlichen Kirchen verpflichtet und wird es auch bleiben.

Im Bereich von Gnosis und Neugnosis ist es meines Erachtens zu einem eigenwilligen Trugschluß gekommen: Bei den Reinkarnationslehren wird Ewigkeit, also der zeitlose Gottesgeist, mit einem wohl Aeonen überdauernden, doch gleichwohl zeitlich begrenzten geschichtlichen Geschehen verwechselt. Und das Übernatürliche, der über allem stehende Gottesgeist, wird mit Übersinnlichem – dem menschlichen Traum, göttliche Fähigkeiten zu entwickeln – gleichgesetzt. Was das Karmagesetz für eine „gerechte“ Sündenabtragung angeht, so stammt es aus der Kiste nur menschlicher Gerichtsbarkeit und hat mit der unvorstellbaren Größe von Gottes Barmherzigkeit, Liebe, Licht und Eigenschaften nichts gemein.

Mir scheint, es fehle den atheistischen, die angebliche Autonomie des Menschen eifrig verkündenden Ideologien ebenso wie den gnostischen und neugnostischen Lehren an der nötigen Demut und Unterscheidungsfähigkeit der Geister. Es gibt keine atheistische oder neugnostische Selbstvervollkommenung, wohl aber die atheistische oder neugnostische Versuchung zur menschlichen Selbstüberschätzung.

den durch häufiges Beten. Alles andere ist, wie gesagt, ein Gnadengeschenk. Nicht der Mensch kann sich vervollkommen – das bleibt allein Gottes Werk. *Sein* Wille gibt, gibt nicht oder nimmt.

Beten, meditieren, kontemplieren hat, meine ich, folgendes Ziel: Unser Körper und unsere Seele müssen werden wie Körper und Seele Marias, denn die Gottesmutter ist in jedem Menschen. In dem Maße, als wir allmählich auf Gott hin ganz offen werden, erscheint seine Anwesenheit – soweit er es will – in uns, auch in unserem Bewußtsein, einem Christusbewußtsein. Solch vermehrtes Offenwerden, Verfügbarsein ist auch Bestreben und Prinzip der Psychosomatischen Basistherapie.

Von der absoluten Wahrheit: Christi Geist und Zärtlichkeit genügt

Ich möchte diese Arbeit folgendermaßen verdichten und ausweiten:

Jeder Mensch – und nur der Mensch – hat bewußt oder unbewußt Christus im Herzen. Darum ist der in Körper und Seele mit Christi Geist gesegnete Mensch und mit ihm der Planet Erde der einzig mögliche Mittelpunkt des ganzen Kosmos. Nur der Mensch hat Maria in sich. Allein der Mensch sieht bewußt zugleich in die Welt und in den offenen Himmel. Des Menschen Bewußtsein, Verstehen und Freiheit drücken das Wohnen von Christi Licht in uns aus. Ohne Christus im Menschen keine Bewußtheit, kein Verstehen, keine Entscheidungs- und Handlungsfreiheit auf Erden – und keine Gnadengabe zur Unterscheidung der Geister. „Ich bin das Licht der Welt.“ Christi Geist und Zärtlichkeit genügt. So einfach ist die absolute Wahrheit.

Diese Thesen relativieren den Ausschließlichkeitsanspruch des nur naturwissenschaftlichen „heliozentrischen“ Weltverständnisses der Neuzeit und postulieren wieder die Gültigkeit des geozentrischen – eines *christozentrischen* – Weltbildes.

So haben wir denn zwei Systeme, die ineinander verwoben, aber nicht identisch, sondern zwei Getrenntheiten sind:

- *das System der ersten Wirklichkeit*, des Relativen, Bewirkten, Erschaffenen, von Natur, Kosmos und Weltall; des Endlichen, Vergänglichen, Sichtbaren; des Profanen und Natürlichen – das erste „System der immer endlichen Kausalitätsabhängigkeiten“;
- *das System der zweiten Wirklichkeit*, des Absoluten, Verursachenden, des dreifaltigen Gottes und Schöpfers; das Reich des Himmels, des Geistes und des ewigen Lebens, des Unendlichen, Unvergänglichen, Unsichtbaren, des Sakralen und Übernatürlichen; von Wille, Gesetz, Ordnung und Liebe Gottes – das zweite „System der immer unendlichen Gnadenliebe“.

Beten, meditieren, kontemplieren, innere Umkehr, das kann auch als Versuch bezeichnet werden, von Gefangenschaft und Blindheit aus dem nur ersten System hinüberzuwechseln in Licht, Freiheit und Heimat des auch zweiten Systems, in Gottes Himmelreich auf Erden. Die Schwierigkeit besteht für die meisten Menschen darin, diese *beiden* „Systeme“ und Wirklichkeiten vernehmen und erkennen sowie genügend auseinanderhalten zu können.

Gedankenbild von Gott: Eine in sich vollkommene, strahlende, sich verschenkende Liebeskugel, die einen unendlichen Radius und ihren Mittelpunkt hier, jetzt und überall hat –, die ihres unendlichen Radius wegen unendlich viele Mittelpunkte besitzt.

Gedankenbild vom Menschen: Im ganzen Kosmos leuchten solche göttlichen Mittelpunkte als Bewußtheit und Verstehen in den Menschen, und nur in den Menschen, auf. Allein der Mensch trägt das Gotteswort – sollte es bewußt tragen. Noch mehr aber trägt der unendliche Gottesgeist Körper und Seele jedes Menschen, wird innere Sprache und artikuliert sich in ihm als psychosomatischer Christus. So müßte jeder Mensch, in der ihm je eigenen Art, Maria sein – aufgenommen in den Himmel, in das Leben der Dreifaltigkeit.

Schauen wir also – immerfort liebend, glaubend, betend, dankend – auf Christus in unserem Innern. Denn mit Christus im Menschen sind die beiden Systeme, die zwei Wirklichkeiten im Kosmos, innerhalb der Natur gleichzeitig bewußt zu erkennen und zu erfahren. Und danach sollte gehandelt werden.

Wenn man auf diese Weise in den Geist Christi sieht und hineinhört, dann sieht, hört und fühlt man immer überall in sich, um sich herum und im anderen mitten in das Alpha und Omega, in den Uranfang und das Urende – was dasselbe ist –, in die absolute Wahrheit. Diese ist man auch dann zwar nie selbst. Aber man begegnet ihr, soweit es sein Wille ist, immerwährend und man wird mit Christus vereint für alle Ewigkeit.

So, scheint es mir, ist es mit dem für die gesamte Schulmedizin und für alle Bereiche des Menschen so grundlegend wichtigen Urvertrauen: Wesentlich werden.

Zusammenfassung

Schauen wir immer auf Christus in uns und im Anderen! Legen wir dabei immer wieder alle Bilder und Mittel weg, denn alles wird uns geschenkt nach seinem Willen und seiner Liebe!

Himmlicher Christus in uns und um uns,
 ihr drei roten Kreuzesrosen,
 du Stein der Weisen mit unendlichem Radius,
 Mittelpunkt des ganzen Kosmos,
 für jeden Menschen in seinem Innern ergreifbar:
 schenke uns,
 daß wir in jedem Augenblick,
 immer voll und ganz hin- und aufgeben, dir verfügbar,
 dich brennend lieben und danach handeln –
 ganz unabhängig davon,
 was du uns gibst, nicht gibst oder nimmst.
 „Suchet mein Angesicht.“
 Jeder Mensch ist immer ein von Gott Gesegneter,
 Geheiligter, Gebenedeiter.
 Alle sind wir immer Benedicti.

Auszug aus dem Westen

Impressionen einer Indien-Reise

Franz-Josef Steinmetz, Frankfurt am Main

Kann man es wagen, einen kleinen Bericht über Indien zu schreiben, wenn man nur drei Wochen dort war? – Die ironischen Worte eines Experten klingen mir noch in den Ohren: „Wer eine Zwischenlandung in Bombay macht, schreibt gleich ein ganzes Buch; wer einen knappen Monat durchs Land fährt, verfaßt zumindest einen Artikel; wer aber ein ganzes Jahr hier verbringt, der schweigt.“ (E. Zeitler SVD, Poona) Angesichts der Größe des Landes und seiner sprichwörtlichen Gegensätze ein berechtigter Einwand. Man versuche sich vorzustellen: von Osten nach Westen eine Breite von 2700 km, von Norden nach Süden eine Länge von 3200 km. 1977 zählte man 620 Millionen Einwohner, davon sind 50 Prozent Jugendliche, das ist ein Zwölftel der Weltbevölkerung; die Amtssprache ist Hindi, daneben Englisch; es gibt 15 anerkannte Regionalsprachen, aber die etwa 300 weniger bedeutenden Idiome sollte man nicht vergessen; nur 2,6 Prozent der Inder sind Christen (gut zur Hälfte Katholiken), 83 Prozent Hindus, 11