

# Beten – mit weitem Horizont, weil in der Mitte verwurzelt

Josef Sudbrack, München

Viele Christen fragen, ob nicht ein Modetrend sich breitmacht, inzwischen müßte man wohl sagen: breitgemacht hat, der das Beten durch Meditieren ersetzen möchte. Die Besorgnis ist berechtigt. Man kann ihr gegenüber sich nicht einfachhin auf die Tatsache berufen, daß manche Christen durch Meditation – durch Zen, Yoga oder auch Transzendente Meditation – ihren Glauben vertieft haben (GuL 53, 1980, 194). Denn es ist ebenso unbestreitbar, daß andere Christen durch Meditation – durch Zen, Yoga und auch Transzendente Meditation – sich von ihrem Glauben entfernt oder ihn gar abgeworfen haben. Wer jemals ernsthaft in einer dieser Weisen zu meditieren versuchte, hat auch den Zug verspürt, sich abzuschließen, das Christentum hintanzustellen, zu relativieren.

Doch die andere Haltung, alles, was nach östlicher Geistigkeit schmeckt – Zen, Yoga und auch Transzendente Meditation –, rundweg abzulehnen, ist ebenfalls einseitig. Hier hat die oben erwähnte Argumentation von H. Waldenfels ihre Berechtigung, die auf die Tatsache hinweist, daß Christen durch Zen-Meditation ihren Glauben vertieft haben.

Es geht nicht um die Alternative Ja oder Nein, es geht um den rechten Ort, den diese und andere Methoden der Meditation im christlichen Gebet einnehmen sollen. Dabei ist mit philosophischen, abstrakten Überlegungen nicht allzuviel getan. Das aristotelische Denksystem war zu Zeiten des Konzils von Nikaia geradezu Wegweiser in den Abfall vom Glauben; weniger als tausend Jahre später wurde es für Thomas von Aquin zum Denkgerüst der kirchlichen Theologie. Mit dem Neuplatonismus treten wir näher an die fernöstlichen Religionen heran. Auch er hat ebenso sehr Menschen vom Christentum weg-, wie auch – die Mystik beweist es – ins Christentum hineingeführt.

Das Unterscheidungsprinzip findet sich nicht in Spekulationen über Nichts-oder-Alles, über Leere-oder-Inhalt. Das Unterscheidungsprinzip heißt schlechthin: Jesus Christus. So wie es die junge Christenheit durch den Mund des Paulus oder des ersten Johannesbriefes äußerte: „Daran erkennt ihr den Geist Gottes: Jeder Geist, der bekennt, Jesus Christus sei im Fleisch gekommen, ist aus Gott“ (1 Joh 4,2; 1 Kor 12,3). So wie Paulus anderswo schreibt: „Auf jede Weise ... wird Christus verkündigt, und darüber freue ich mich“ (Phil 1,18). Und wie Petrus bekennt: „Du bist der Messias!“ (Mk 8,29; Mt 16,16; Joh 6,69; 11,27).

Es gab und gibt im christlichen Beten viele meditative Methoden; das Jesus-Gebet der Ostkirche ist ähnlich strukturiert wie das Mantra der Transzendentalen Meditation; der Gebetssitz der Karmelitinnen entspricht dem Diamant-Sitz des Zen-Buddhismus; Ignatius von Loyola empfiehlt rhythmisches Beten. Aber diese meditativen Methoden kreisen um das Bekenntnis „Jesus ist im Fleisch gekommen“. Gott wurde Mensch. Gerade die Weihnachtszeit hat uns wiederum daran erinnert, wer Gott, zu dem wir die Gebete schicken, in der Mitte seines Wesens ist: Nicht zuerst der Unendliche, Alles-Umfassende, das Meer des Seins, und das Wesen der Dinge. Sondern zuerst der, der liebt; der auch uns Menschen in seine Liebe eingeschlossen hat; dessen Liebe so groß ist, daß Gott ganz klein wird, ein Kind in der Krippe.

Meditieren – in welcher Art auch immer – ist bei einem Christen auf diese Mitte hin ausgerichtet; dadurch wird es christliches Meditieren, dadurch wird es Gebet zum wahren Gott.

Man muß es erfahren haben, daß es nichts Größeres gibt, als in einem Du die Weite der Liebe – die wahre Unendlichkeit, umfassender als alles Sein – zu erfahren, und einem Du die Tiefe des Herzens zu schenken; dann wird man auch erfahren können, daß in diesem Jesus von Nazaret Gottes Du begegnet.

Aus theologischer Sicht ist leicht zu zeigen, wie in dieser Du-Erfahrung von Gott in Jesus Christus alle Züge des Christentums zusammenlaufen. Eugen Drewermann hat es in seinem monumentalen dreibändigen Werk an den „Strukturen des Bösen“ von neuem gezeigt: „Nur von der Person Gottes her gelangt der Mensch jenseits des Ghettos der Angst, der Scham und der Ver zweiflung zu sich selbst. Ohne diesen festen Glauben an Gott ist das menschliche Dasein ... ein verfluchtes Dasein, dem sich alles Gute in sein Gegenteil verkehrt und das am Ende an sich selbst zugrunde gehen muß“ (III, 577 f.). Schon „von Gen 12 an in der Berufung des Abraham (wird) eine andere Geschichte auf(ge)zeichnet, in der Gott den Kreislauf der Sünde durchbricht und eine neue Menschheit herausführt“ (III, 567).

Aus der Sicht der Erfahrung, der Meditationsweisen und Gebetsmethoden aber muß alles daran liegen, diese Mitte, die Jesus heißt, hervorzuheben. Wie ein Magnet muß die Gestalt Jesu Christi anziehen, was an Meditationen und Gebetsmethoden eingeübt und versucht wird. Er ist „der Weg, die Wahrheit und das Leben“ (Joh 14,6) – eine Einsicht, die nicht nur aus theologischer, sondern mehr noch aus erfahrener Einsicht (Luther: *doctrinalis et experimentalis sapientia*) immer mehr bewußt wird.

Dann aber können die Wege, die zu dieser Mitte führen, nicht zahlreich genug sein; dann dürfen und sollen sie von weither führen; dann ist nicht die Frage nach Herkunft und Weise einer Gebetsmethode, einer Meditationsweise wichtig, sondern nur die Richtung, wohin sie den Meditierenden führt. Gewiß, solche Gebetsmethoden haben auch ihre Eigendynamik. Das Lesen

der Heiligen Schrift – früher einmal der mönchische Weg zu Jesus – kann zur intellektuellen Beschäftigung mit einem interessanten Text werden; der leibliche Gebetsausdruck in Geste und Bewegung kann bei der Selbsterfahrung stehen bleiben; die innere Ruhe durch Sitz und Atem kann die Erfahrung der eigenen Unendlichkeit mit der Gotteserfahrung verwechseln. Aber welches menschliche Tun hätte keine ihm innewohnende Gefahr?

Für den, der sich in neue Gebetsweisen hineinbegibt, und mehr noch für den, der anderen dabei Hilfestellung leistet, steht eigentlich nur eines zur Frage: daß die Mitte des christlichen Gebets Mitte wird und bleibt – und die ist Jesus Christus, in dessen Menschsein – Geburt–Leben–Tod–Auferstehung – sich die Liebe, das ist die Unendlichkeit Gottes, uns geschenkt hat. Je weiter einer sich in neue Gebetsweisen hineinwagt, um so tiefer muß er sich verwurzeln in der Mitte, in Jesus Christus.

Wer kann die Auserwählten Gottes anklagen? ... Wer kann sie verurteilen? ... Christus Jesus, der gestorben ist, mehr noch: der auferweckt worden ist, sitzt zur Rechten Gottes und tritt für uns ein. Was kann uns scheiden von der Liebe Christi? (Röm 8,33–35)

## Helfen zum Glauben-Können

Aus dem Beratungszimmer eines Seelsorgers

George Platzbecker, Münster

Eine Arbeitshypothese soll den Anfang setzen. Sie ist nicht aus theoretischen Einsichten entwickelt, sondern aus der Beratungspraxis.

Glauben ist ein Geschehen zwischen Personen. Das Grundwort des Glaubens heißt: „Ich glaube an Dich.“ Darum ist zu erwarten, daß der religiöse Glaube alle die Eigenschaften, Bedingungen und Schwierigkeiten aufweist, die auch sonst in einem zwischenpersonalen Kontakt zu finden sind. Deshalb formuliere ich meinen Ausgangspunkt so: *Unsere Beziehung zu Gott ist strukturiert wie unsere Beziehung zu den Menschen*<sup>1</sup>.

---

<sup>1</sup> Ein Vortrag meines Mitbruders Franz Jalics hat mir diese Einsicht bewußt und definierbar gemacht.