

# Mystik und Methode

Ganzheitliches Beten bei Friedrich Spee von Langenfeld (1591–1635)

Josef Sudbrack, München

Durch seinen Kampf gegen die Hexenprozesse war der Jesuit dem Denken seiner Zeit weit voraus<sup>1</sup>. In der Literaturgeschichte steht sein Name am Beginn einer Blütezeit deutscher Lyrik<sup>2</sup>. Wie der Schlesier Martin Opitz, doch unabhängig von ihm, verband er in seiner Dichtung den Wortakzent mit dem der Verse. Noch heute singen wir Kirchenlieder aus seiner „Trutznachtigall“<sup>3</sup>.

Friedrich Spees Größe hat ihre Wurzel in seinem priesterlichen, seelsorglichen Wirken. Weil er als Priester die Opfer des Hexenwahns zum Scheiterhaufen begleiten mußte, schrieb er wider ihre Mörder die „Cautio Criminalis“. Weil er als Priester seine Christen zum Gebet und zur Meditation führen wollte – heute würden wir sagen: weil er in der Flut des Minderwertigen gute Meditationsliteratur liefern wollte –, schrieb er die „Trutznachtigall“.

Im „Güldenen Tugendbuch“: „das ist, Werck vnd Übung der dreyen Göttlichen Tugenden, des Glaubens, der Hoffnung, vnd der Liebe. Allen Gott-liebenden, andächtigen, frommen Seelen, vnd sonderlich den

---

<sup>1</sup> Die berühmte „cautio criminalis oder Rechtliches Bedenken wegen der Hexenprozesse“ von 1631 (noch anonym) ist in der deutschen Übersetzung von Joachim Ritter (1939) jetzt auch als dtv-Taschenbuch (Nr. 6122; München 1982) greifbar.

Die Auffindung seines Grabes in der Jesuitenkirche zu Trier (1980) veranlaßte eine erneute Erforschung seines Lebens und Wirkens. In der Festschrift *Friedrich Spee im Licht der Wissenschaften. Beiträge und Untersuchungen*, hrsg. von Anton Arens (Quellen und Abhandlungen zur mittelrheinischen Kirchengeschichte, Bd. 49), Mainz 1984 (im Selbstverlag der Gesellschaft für Mittelrhein. Kirchengeschichte e. V., XI/290 S., Ln., DM 48.–; vgl. Anm. 2), sind die wichtigsten Ergebnisse zusammengetragen. Die sorgfältige Bibliographie von F. R. Reichert (243–281) ist zu einem unersetzblichen Handwerkszeug für den Umgang mit Friedrich Spee geworden. Die einzelnen Beiträge von ersten Fachleuten zeigen das reiche Wirkungsfeld des genialen Mannes. Vgl. auch Karl Rahner, *Wider den Hexenwahn. Was hat Friedrich Spee uns heute zu sagen?*, in: *Gul* 56 (1983) 284–291.

<sup>2</sup> Dazu besonders (in *Friedrich Spee im Licht der Wissenschaften*, s. Anm. 1) Margret Gentner, „dafür futter misch mit rosen“. *Literaturwissenschaftliche Notizen zu Spees „kindlicher Naivität“*, 37–62; Michael Härtling, *Zur Quellenlage der anonymen Lieder von Friedrich Spee*, 63–72; Theo G. M. van Oorschot, *Verzeichnis der anonymen Lieder von Friedrich Spee*, 73–82; Anton Arens, *Unbekannte Lieder von Friedrich Spee im Geistlichen Psalter von 1638 (1637)*, 83–94.

<sup>3</sup> Im *Gotteslob*, dem modernen deutschen katholischen Gebet- und Gesangbuch, finden wir z. B. aus seinen Liedern: O Heiland, reiß die Himmel auf; Zu Bethlehem geboren; O Traurigkeit, o Herzeleid.

Kloster- vnd welt-geistlichen Personen sehr nutzlich zu gebrauchen“<sup>4</sup>, kann man lesen, woher Friedrich Spee seine Kraft nahm. Hier sollen drei seiner Impulse vorgestellt werden. Der Leser von heute wird staunen, wie ganzheitlich – Leib und Seele einbegreifend – und zugleich „mystisch“ der Jesuitenheilige in das christliche Gebet einführt.

### Beten mit Leib und Seele

Der III. Teil des „Güldenen Tugendbuchs“, „nemlich von der liebe der Gutwilligkeit oder Freundschaft“, handelt im 17. Kapitel über „noch andere werck der Liebe des nechsten, vnd zwar der Feinden“.

Gemäß dem Wochenschema, nach dem das „Güldene Tugendbuch“ durchgegliedert ist, heißt es sehr bestimmt:

Zukünfftige woch magstu täglich am bestimpften viertelstündlein  
dich in der liebe der feinden vben. (369)

Als ein Mensch, der mit beiden Füßen in der Wirklichkeit steht, weiß Spee, daß sich alles sträubt, auch den Feind, der vielleicht sogar „meinen man gar jämerlich ermördet hat“ (371; man denke an die Erfahrung in den Hexenprozessen), zu lieben:

Siehe da, meine sinnliche neigung hatt nicht allein ein grausen vnd  
abschewen wieder meinen feind, welches noch passiren könchte:  
sondern will auch in ewigkeit ihme nicht verzeihen, welches schon  
nicht passiren kan; ia will auch ihme alles vbels vnd so gar die  
ewige verdamnuß. Was solle ich machen? (373)

Spee aber belehrt weiter:

Nun bin ich gleichwol nicht gezwungen, daß ich mitt dem Oberen  
theill meiner seelen, mitt dem vernünfftigen verständlichen willen  
ihr in diesem punct nothwendig beyfalle. (373)

Dort also, wo der Mensch aus seinem Glauben heraus sich für Gott entscheidet – und dort ragt er über Gefühl, über Sympathie und Antipathie, über die innere Unruhe hinaus –, kann er sich gegen den natürlich aufbrechenden Haß wehren,

ob schon sonston meine gantze natur sich darob entsetzet, wieder  
murret, vnd gar ein anders in meinem hertzen schreyet, welches ich  
nicht hinderen kan. (374)

Aufgabe des Meditierens ist es nun, diese „Spitzen“-Gesinnung des Gemütes behutsam in die leibseelische Ganzheit einzusenken.

<sup>4</sup> Es liegt eine kritische Ausgabe vor: Friedrich Spee, *Güldenes Tugend-Buch*, hrsg. von Theo G. M. van Oorschot (Zweiter Band von Friedrich Spee, Sämtliche Schriften. Historisch-kritische Ausgabe in drei Bänden, hrsg. von Emmy Rosenfeld), München 1968. Die Ziffern im Text beziehen sich auf diese Ausgabe.

Das Gebet „mit gutem verstand, vnd nach dem obersten theill meiner seelen“ soll durch körperliche Übung ganzheitlich integriert werden:

Dan ich falle hiemitt nieder auff meine knie, vnd mitt außgestreckten armen, wie mein Jesus am Creutz für seine feind gebetten hatt, bette ich auch mitt guter bedachtsamer vernunfft, langsam vnd verständiglich

Vatter vnser der du bist im Himmel.

Nach diesem Vatter vnser küsse die erd zum zeichen einer demuth gegen Gott, daß du dich seinen gebotten vnterwerffest, vnd vmb seinetwillen dem fleisch wiederstehest, ia für deinen feind bittest ...

Darnach stehe auff vnd lasse Gott walten. (374f)

Was wir mühsam mittels Psychologie und Psychosomatik für die Spiritualität zurückgewinnen müssen und was manch einer in östlichen Meditationsübungen oder charismatischen Gebetsgottesdiensten als Neuheit erlebt, ist für den Jesuiten des 16./17. Jahrhunderts selbstverständlich: Inneres Gebet muß körperlich verankert werden, damit es den Menschen ganz ergreife.

Und besonders der Beter, der die leibseelische Einheit noch nicht bruchlos vollziehen kann (wer kann das schon?), der – wie Paulus schreibt – „ein anderes Gesetz in seinen Gliedern sieht, das dem Gesetz des Inneren widerstreitet und ihn zum Gefangenen des Gesetzes der Sünde macht, das in seinen Gliedern ist“ (Röm 7,23), soll sich durch körperliche Übung der ganzheitlichen Erfahrung nähern.

„Nähern“ – denn das Gelingen bleibt Gottes Gnade; und wir Menschen sind auf Erden Pilger, die dem ganzheitlichen Stehen vor Gott (nicht nur „mittels eines Spiegels in rätselhafter Gestalt, sondern von Angesicht zu Angesicht“, 1 Kor 13,12) erst entgegensehen.

Doch die Anweisung Friedrich Spees bleibt gültig: Bete mit Leib und Seele, mit Armen und Beinen, mit dem ganzen Leib – und „übe“ dies in der präzisen Form, „täglich am bestimbten viertelstündlein“.

### Der Geist Gottes und die leibliche Ganzheit des Menschen

Der geehrte Herausgeber des „Güldenen Tugendbuchs“, Theo G. M. van Oorschot, schreibt: „Auf Schritt und Tritt begegnet man im GTb Sätzen wie: ‚immer seufftzen vnd weinen‘; ‚Weine, vnd weine, Laß fliessen dein Hertz, vnd augen: laß winden vnd wehen deine seufftzer‘; ‚Weinet, heulet, seufftzet, vnd klaget‘.“

Er zitiert entsprechende Verse auch aus der „Trutznachtigall“:

Drumb nur ich wein /

Vnd heul / vnd grein /

Vnd seufftzer blaß in winde. (711)

Das ist kein „seufzerlicher Überschwang“, wie selbst der bekannte katholische Kulturgeschichtler Friedrich Zoepfl rationalistisch meint. Denn zum einen umfaßt dieses „Seufzen“ die Breite des menschlichen Gemüts. Man kann auch mit „fröhlichem hertzen“ seufzen, nicht nur in Trauer. Der Jesuit erfindet anscheinend sogar das heute noch bekannte Wort „frewdenzähren“ (das Grimmsche Wörterbuch kennt nur spätere Zeugnisse). Was bei Katharina von Siena „Feuertränen“<sup>5</sup> heißt, nimmt er mit seinem „Seufzen“ auf und stellt sich damit in die große Tradition der mystischen Theologie der „Tränen“ hinein. Die barocke Sprachgestalt seiner Lehren darf uns nicht hindern, auf das Gemeinte zu schauen.

Van Oorschot zeigt darüber hinaus die methodische Funktion dieses „Seufzens“. Es soll die Verstandeserwägungen, die Intentionen des „obersten theil meiner seelen“ in die Ganzheit des menschlichen Fühlens integrieren. Beten heißt nach einer alten Definition des Johannes Damaszenus: „das Herz zu Gott erheben“. Friedrich Spee schreibt: „Seufftze auß tieffem hertzen grund, vnd sprich mit frewd.“ Der ganze Mensch soll hineingehen ins Beten: sein Wollen und Fühlen, sein Erspüren und sein Sehnen. „Seufzen“ müßte heute durch die ganze Breite der Gemütsäußerungen, Lachen und Weinen, Tanzen und Springen übersetzt werden.

Aber noch einen Schritt weiter führt uns van Oorschot. Er deutet an, daß das „Seufftzen“ bei Friedrich Spee in Verbindung steht mit dem Heiligen Geist und dessen wirkender Gegenwart im Menschen.

Ein langes Gedicht aus „Trutznachtigall“ heißt: „Das geheimnuß der Hochheiligen Dreifaltigkeit / sowol Theologisch als Poetisch wie viel geschehen können / entworfen.“ Nachdem der Jesuit schon in Strophe 23 vom Seufzen des Vaters und des Sohnes gesungen hat („Der Vater seufzet ohne Ruh, zu seinem Sohn verliebet / Der Sohn Ihm wider seufzet zu, sich gleichem Feur ergiebet. / Zugleich dann Er, zugleich dann Der mit gleichem Brand befangen, / Mit Seufzen hin, mit Seufzen her bezeugend ihr Verlangen“), wird in Strophe 27/28 der Heilige Geist als dieses „Seufzen“ in Person gepriesen:

Schaw da dan kräftig windet ab  
Der seufftzer ihrer beyden.  
Der süse Geist / die süsse gab /  
O frewd – ob allen frewden /

<sup>5</sup> Vgl. dazu Louise Gnädinger, *Feuertränen, Caterina von Sienas Tränen-Lehre und Tränen-Erfahrung*, in: GuL 54 (1981) 85–98.

<sup>6</sup> Friedrich Spee, *Trutz-Nachtigall. ein geistlich poetisches Lustwäldelein, desgleichen noch nie zuvor in deutscher Sprache gesehen worden*, Berlin 1817, 182.

Der Sohn / vnd Vatter; der / vnd der  
   Gar lieb- vnd freundlich hauchet:  
 Auß einem hertzen her / vnd her  
   Der athem süßlich rauchet.  
 Von beyden kompt der hertzenswind /  
   Von beyden gleich gewindet:  
 Ist beider Geist / vnd seufftzer lind /  
   Ahà so nie verschwindet:  
 Ist beyder vnzertrennes Band /  
   So niemals sich entbindet:  
 Ist beyder Glut / vnd hertzensbrand /  
   Ohn maß / vnd ziel gezündet. (713)

Wer sich an die barocke Sprache gewöhnt hat, findet in diesem für Friedrich Spee zentralen Gedicht überzeitlich-gültige Aussagen: Die Methode des „Seufftzens“ ist nicht nur eine psychosomatische Übung zur Integration einer geistig-personalen Entscheidung, sie röhrt an die mystische Tiefe des innergöttlichen Lebens; sie röhrt an die ewige Begegnung von Vater und Sohn im Geist. Der Mensch ist hineinbezogen in die ewige Liebe, die als Heiliger Geist in Gott lebt.

Das ist Lehre des Neuen Testaments. Im achten Kapitel des Römerbriefs, also im hymnischen Abschluß des ersten großen dogmatischen Entwurfs der Christenheit, spricht Paulus vom „Seufzen“ gleichsam in konzentrischen Kreisen.

Der erste Kreis umfaßt die Gesamtheit der Welt.

Alles Geschaffene insgesamt *seufzt* und ängstigt sich schmerzlich bis jetzt. (8,22)

Doch „alles Geschaffene“ – das ist die gesamte Schöpfung vom unbelebten Stein bis zum höchstentwickelten Wirbeltier – richtet sich auf den Menschen, der „die Erstlingsgabe des Geistes“ hat und damit die Verantwortung. Der späte Rilke spricht oft davon, daß es Aufgabe des Menschen sei, dem wortlosen Leben der Natur, der Dinge und der Tiere Sprache zu verleihen. Der Mensch will auch nach Paulus das „Seufzen“ der Natur ins Wort und Gott entgegenbringen:

Auch wir *seufzen* in uns selbst und warten auf die volle Offenbarung der Annahme an Sohnes Statt. (8,23)

Doch auch der Mensch kann aus sich allein den Abgrund zwischen sich und dem Ewigen nicht überwinden.

Wir wissen nicht, was wir beten sollen, wie sich's gebührt; aber der Geist selbst tritt für uns ein mit unaussprechlichen *Seufzern*. (8,26)

Nur Gott selbst aus seiner Kraft, das heißt in seinem Heiligen Geist,

kann den Abgrund zwischen dem Geschöpf und Gott überwinden. Und so muß das Seufzen des Menschen, in das sich „die Tränen der Dinge“ (Vergil) einsammeln, sich in eine tiefere Mitte begeben: Im menschlichen Beten betet letztlich Gott selbst; Gottes Geist betet in jedem Menschen, der seinen Geist zu Gott erhebt. Der Mensch hat Gottes Geist empfangen:

In diesem rufen wir: Abba, Vater! (8,15)

Mit seinem „Seufzen“ hat Friedrich Spee eine Tiefe erreicht, die man „mystisch“ nennen muß. Das menschliche Beten ist getragen von dem Seufzen in Gott, das den Namen „Heiliger Geist“ hat.

Van Oorschot hat recht: „Für eine Untersuchung der etwaigen mystischen Begnadigung Spees böte sich meines Erachtens hier ein viel besserer Ansatzpunkt als in der überkommenen mystisch anmutenden Terminologie seiner Werke, die vielleicht nur metaphorisch gemeint ist.“ (713) Und hier zeigt sich auch die Einheit des Psychosomatischen und Kosmischen (das „Seufzen“ des ganzen Menschen, der das „Seufzen“ der Natur aufgreift) mit dem Spirituellen oder gar Mystischen (der Geist „seufzt“) in einer erstaunlichen Prägnanz.

Der Jesuit steht in der Tradition des Ignatius von Loyola. Auch dieser wollte mit der Übung der Seelenkräfte und mit der sogenannten „Anwendung der Sinne“ den konkreten Menschen in seiner geistgetragenen Mitte für die intimste Begegnung mit Jesus Christus öffnen. Beide wußten sich nach dem fälschlicherweise Meister Eckhart zugeschriebenen Wort als *Lebe*- und nicht als *Lese*-Meister. So schreibt Spee zu Beginn seines „Güldenen Tugendbuches“: „dann dises Buch ist eigentlich zum *Brauchen*, vnd nicht nur zum *Lesen* gemacht.“

Mag bei Spee auch manches sentimental oder moralistisch klingen, so sollte uns doch seine Gebetslehre aufhorchen lassen: Was heute manch einer als Neuheitserlebnis bei buddhistischen oder hinduistischen Meditationslehrern (und meist westlich verflacht) erfährt, war für die damalige christliche Zeit nichts Erstaunliches: daß man sich nämlich durch körperliches Üben für die betende Begegnung mit Gott öffnen könne.

### Der Rhythmus des Herzens

Im 21. Kapitel (und den folgenden) des „Güldenen Tugendbuches“ geht Friedrich Spee noch ausdrücklicher auf das Methodische ein; und hier kann auch deutlich werden, daß er keineswegs der Versuchung erliegt, den Gipfel der Gotteserfahrung „mit schnellen Griffen“ zu erzwingen (wie es in einem katholischen Zen-Seminar zu Ehren P. Lassalles hieß), statt sich von Gott beschenken zu lassen.

Das Kapitel lautet:

Eine außerlesen schöne vnd lustige Weiß, wie eine andechtige Seel  
Gott loben könne tag vnd nacht, vnd mit den Engelen ohn einige  
vnterlaß singen Heylig, Heylig, Heylig. (435)

Spee scheint diesmal zu glauben, daß er eine neue Methode gefunden habe, die in der Tradition noch nicht anzutreffen sei. Ein heutiger Historiker könnte aber sicherlich auf ähnliches bei frühen Mönchen und Wüstenvätern hinweisen.

Weil Spee den Nutzen der (neuen) Methode plausibel machen möchte, entwirft er zuerst eine philosophische Einführung in den Sinn von Zeichen, also eine Semiotik.

Und dann spricht er über das menschliche Herz:

Es ist allen bekant, daß das menschlich hertz, gleich wie die vnruh in einem vhrwerk, allezeit sich bewegt, vnd schlegt tag vnd nacht ohn vnterlaß. Dan man esse, trincke, schlaffe, oder wache, oder man thue sonst was man wölle; so höret es doch nie auff zu schlagen, als lang der mensch das leben hat.

Solches kan man fühlen an den Pulßadern an beyden armen: dan gleich wie daß hertz schlägt, also schlagen auch alle Pulßadern im gantzen leib ...

Derowegen dan ich ietzt entdecken will, wie man sie alle zu nutz machen, vnnd eine weisse Gott allezeit zu loben darauff gründen könne. Dann siehe da, lasset (uns) auß allen disen schlägen lautere zeichen machen, vnd ihnen dise bedeutnuß auzlegen zwischen Gott vnd vns, daß ein ieder solcher schlag, hinfurter so vill bey Gott vnd den heiligen bedeuten vnd heissen solle, als vill bedeuten vnd heissen dise wort der Engelen: Heilig, Heilig, Heilig ist der Her Gott Zabaoth? knie nider, vnd sprech also ... (437 f)

Und nun folgt ein Gebet, in dem sich der Mensch mit dem rhythmischem Pulsschlag seines Lebens Gott anheim gibt.

Dises gebettlein solltu alle tag zu morgens einmal widerholen: vnd zwar mit vonnöthen, daß du eben die wort widerholest; sondern kanst es thun mitt einem gedancken, das ist, kanst zu gott dein hertz erheben mit einem seufftzer, vnd im hertzen sprechen:

O Herr, ich setze wider auff, wie gestern, oder wie du weist... (439)

Das ist kein kindisches Spielchen. Klassisch gesagt handelt es sich um eine „gute Meinung“, die im Rhythmus des Herzens erfahren wird. Modisch ausgedrückt ist es wie ein christlich durchformtes Mantra-Gebet<sup>7</sup>.

<sup>7</sup> Einen Hymnus auf das islamische „Mantra“: „Es gibt keinen Gott außer Gott“, singt Ahmad Al-Gazzali in seiner Schrift: *Der reine Gottesglauben*, übers. von R. Gramlich, Wiesbaden 1983.

Aber Spee ist weit entfernt von methodischem Zwang, selbsttätiger Automatik oder gar magischer Manipulation mittels eines solchen Betens. Er legt Wert auf die ständige bewußte Erneuerung der Grundstimmung des Betens und verlegt überdies den Sinn der Übung aus dem menschlichen Streben nach Erfahrung, Erleben oder gar Erleuchtung hinaus in das Lob Gottes hinein. Es ist also nicht ein „Sich-selbst-Finden“ (woran ein christliches Mantra-Gebet scheitern kann), sondern darüber hinaus ein „Sich-Übersteigen“ zur Wirklichkeit Gottes. Was bei Friedrich Spee „Lob Gottes“ heißt, findet sich im klassischen Jesus-Gebet der Ostkirche als „Demut vor Gott“ wieder, ein Zug, der nach den christlichen Meistern unabdingbar für das wahre Beten ist und der den markanten Unterschied zu dem Mantra-Gebet darstellt, wie es zum Beispiel die Transzendentale Meditation pflegt.

Die folgenden Kapitel greifen diese immerwährenden Gebete unter verschiedenen weiteren Gesichtspunkten auf.

So macht Spee selbst den Einwand, ob man nicht besser bei jedem Herzschlag auch bewußt bei Gott sein solle:

Ja freylich, das were besser: aber wer kan solches thun? ... Wer aber die goltgulden nit haben kan, ist mit den pfennigen zufrieden, vnd verwirfft sie darumb nit. (440)

Auf den weiteren Einwand, daß doch ein Gebet nur bewußt und in Freiheit geschehen könne, antwortet er:

Die schläg zwar geschehen nicht auß vnserem freyen willen; sondern gehen naturlich immer fort, wan wir schon nit wöltien: Aber doch stehet es bey vnserem freyen willen, ob solche schläg lobzeichen seyen oder nit. (441)

Mit Ergriffenheit verfolgt man, wie diese Übung, im Herzensrhythmus Gottes Gegenwart zu realisieren, sich weitet und – mit wacher theologischer wie psychologischer Unterscheidungsgabe – in viele menschliche Bereiche hinein sich vertieft.

In dieser Übung, Gott im Pulsschlag zu loben, kann geistliche Kommunikation entstehen:

Auch wan du mit deinen gespielen redes, vnd sie bey der hand hast, hastu widerumb gelegenheit an Gott zu gedencken: dan du kanst auch an ihrer hand den pulß prüfen, vnd dan wiederumb dein hertz erwecken, vnd gedencken: Siehe da, dieses hertz lobet auch noch Gott... (444)

Die Übung kann die unterbewußte Welt des Traumes und des Schlafens durchziehen und heiligen:

Auch wan du ... erwachest zu nacht, vnd kanst nicht wider einschlaffen; oder du wilt dich abents oder nachmittag ein zu ruhe be-

geben, vnd anfangen etwas zu schlummeren, oder du must noch etwas den anderen beim tisch gesellschaft halten..., so greiffe widerumb an den pulß, vnd siehe wie das hertz noch singe Heilig, Heilig, Heiligh! jah fahe an zu zehlen, wie offt die ader schlage ... (444)

Noch sprechender sind die Hinweise des 23. und 24. Kapitels, in denen Spee mehr inhaltlich zeigt, wie diese Übung des Heilig-Heilig-Heilig-Lobens im Herzschlag variiert werden kann.

Man könne z. B. je nach den Tagen der Woche verschiedene Herzensgebete mit dem Pulsschlag verbinden: z. B. Jesu, Jesu, Jesu – mit dem schönen Hinweis auf das Hohelied Salomos (8, 6): „Lege mich wie einen Siegel an dein Herz, wie einen Ring an deinen Arm.“

Vnd zugleich soltu dise woch alle tag dasjenig so du auff die ader zum zeichen gesetzet hast wie gesagt, auch denselben Tag für den Schluß-(Stoß-)gebettlein brauchen; so hastu dise woch eine schöne Vbung. (446)

Man kann sogar sinnenhafte Vorstellungen mit dem Pulsieren des Herzens verbinden:

Oppfere dein hertz Gott auff zu dem end, daß es den gantzen tag vnd nacht Gott zu ehren tantze vnd springe: vnd gedencke dan, daß alle seine Schläg nur lautere sprüng seind, die Gott zu ehren geschehen. (447)

Wiederum mit dem schönen Hinweis auf Lk 1,41: „Als Elisabeth den Gruß der Maria hörte, da hüpfte das Kind in ihrem Leib und Elisabeth wurde mit dem Heiligen Geist erfüllt.“

Oppfere dein hertz Gott auff zu dem ende, daß es ihm zu ehren den tag gleich sey oder das ampt vertrette eines Tremulanten in der Orgell. Dan du weist das in der Orgell eine pfeiff ist, die man nur bisweilen gehen last, vnd ein Tremulanten nennet, das ist, eine pfeiff, die da anders nichts thut als zittern, oder tremulieren ... (447)

Je enger die sinnen- und leibhafte Wirklichkeit des Menschen ins Beten hineingezogen wird, um so tiefer kann das Beten in den Menschen einsinken.

In den nächsten Kapiteln kommt Spee in einer ähnlich frischen Weise auf die Kraft der Bilder zu sprechen, die das menschliche Denken existentieller und ganzheitlicher machen können. Mystik, zumindest aber christliche Mystik, bedeutet nicht: sich befreien von der Kraft der Bilder und der Konkretheit der irdischen Wirklichkeit, sondern umgekehrt: in die Bildwelt (des bewußten und unbewußten Lebens) eintreten, um überall den Gott zu finden, der ein Teil dieser Welt geworden ist; der

uns seinen Geist gibt, damit wir ihn überall finden können. Der Geist Gottes sagt kein „Nein“ zur Fülle der Welt, sondern gibt unserem menschlichen „Ja“ Mitte und Sinn.

Für die Methoden Friedrich Spees kann gelten, was er später einmal selbst schreibt:

Im fall du grösseren lust darzu hettest, wan dise weiß new were, so könnte sie wol new sein; weil sie biß hieher noch nicht ist vermerkt worden: wan dirs aber besser gefiele, vnd du sie höher schetzen woltest, so sie alt were; so kan ich dir auch eigentlich beweisen das sie alt sey, vnd schon vor etlichen hundert jahren zween Heylige Lehrer der kirchen in Griechenland sie gewust haben... wiewol es niemand in acht genommen hat, weil sie nur mit wenig worten ist gerühret worden. (463)

Es gehört zu den zukunftsträchtigen Zeichen unserer Zeit, daß auf vielen Wegen ähnliche Weisen der Gottesbegegnung gesucht und gefunden werden. Psychologie und Medizin haben längst schon die Bedeutung des Psychosomatischen (der leib-seelischen Ganzheit) für die innere und äußere Gesundung des Menschen erkannt. Alte und neue Gebetsmethoden werden entdeckt und weitergegeben. Körperliche Haltungen und Bewegungen, Singen und gemeinsames Erleben sind von vielen Menschen längst in ihr Gebet integriert.

Besonders die Begegnung mit den fernöstlichen Religionen brachte dem christlichen Gebet wichtige Impulse und Hilfen, wenn auch die Integration nicht überall sofort gelungen ist.

Die Beschäftigung mit Friedrich Spee aber zeigt, wie reich die eigene christliche Überlieferung ist und welchen Weg der Integration wir doch vor allem einschlagen sollten<sup>8</sup>.

<sup>8</sup> Der indische Jesuit Anthony de Mello hat in seinem Buch *Meditieren mit Leib und Seele. Neue Wege der Gotteserfahrung* (Kevelaer, Butzon & Bercker 1984. 184 S., kart., DM 24,-; mit einem Nachwort von Martin Kämpchen, dem Übersetzer) eine solche Integration versucht. Hilfreich ist es, daß er 44 konkrete Übungen (Wahrnehmung – Phantasie – Andacht) anbietet. Man spürt in ihnen die hinduistische Tradition des Meditierens, die aber bruchlos ins Christentum integriert wurde. Wer sich in eine solche Atem- oder Körper- oder Bild-Übung hinein vertieft, wird die wohlende Ausgeglichenheit dieser Meditations- und Gebetsweisen schätzen lernen. De Mello verzichtet auf eine theoretische Durchleuchtung seiner Übungen (vieles wäre von der heutigen Psychologie dazu zu sagen und würde die Möglichkeiten noch erweitern).

Für ein kritisches Weiterfragen ist hier nicht der Ort. Aber anzumerken bleibt dennoch, daß beim Vergleich dieser Übungen mit den Weisungen Friedrich Spees die überragende Größe und die tiefe Christlichkeit des Deutschen noch deutlicher werden. – Wir sollten uns noch mehr den Schätzen der eigenen Tradition zuwenden; das würde uns bereiter machen zu einem Dialog mit den großen Weltreligionen.