

EINÜBUNG UND WEISUNG

Loslassen macht glücklich – Jean de Saint-Samson

Die Häute unseres Glücks

Wenn wir gefragt werden, wann wir einmal wirklich glücklich waren, neigen wir spontan dazu, uns an angenehme Augenblicke zu erinnern. Materielle Dinge können dazugehören, eine vorzeigbare Leistung, ein schmeichelnder Erfolg. Vielleicht sind es auch intensive Naturerlebnisse, die guten Momente einer Freundschaft oder besonders innige Gebete, die wir zu unseren glücklichsten Erfahrungen zählen. All dies sind die „Häute“ unseres Glücks, in die wir uns nur allzu gern schmiegen.

Einigermaßen schockierend ist daher die Art und Weise, wie die Mystiker glücklich sind. Sie haben nämlich die Entdeckung gemacht, daß sie nie so glücklich waren als in dem Moment, wo ihnen alles entfiel und sie äußerlich und innerlich „enthäutet“ ganz unumwunden Föhlung bekamen mit der nackten Wirklichkeit des unendlich liebevollen Gottes.

Jean de Saint-Samson¹, einer der größten Mystiker der Karmeltradition, erklärt uns, warum vielen Menschen das Loslassen des warmen Nestes so schwer fällt:

Es ist wahr, daß Gott sich am meisten danach sehnt, daß der Mensch sich selbst losläßt, denn so ein Leben des Loslassens ist ihm am gleichförmigsten. Aber es ist auch wahr, daß es für den Menschen, der für Gott lebt, das schmerzlichste ist, was dazu führt, daß der Mensch die Kostbarkeit eines solchen Lebens nicht sehen oder begreifen kann. Wer beinahe nur sinnlich lebt und sich danach richtet, was auf sinnlicher Ebene vernünftig ist, weiß nicht, was sein Geist ist, der sein Verstehen und seine Einsicht ist. Diese ist sehr weit von den Sinnen entfernt. Darum will der Mensch so ein Leben auch nicht. Wer nämlich seinen Hunger danach, daß es ihm selbst bestens gehe, über seine Sinne befriedigen will, möchte nicht das Risiko nehmen, sich selbst zu verlieren, etwas zu tun, was er nicht kennt, oder dort entlang zu gehen, wo er unbekannt ist, einzig geführt von Gott, den er nicht sieht, den er nicht begreift, außer in einem sehr weit hergeholten Glauben, der hierfür keine Kraft in ihm hat.²

¹ Jean de Saint-Samson (1571–1636), geboren und aufgewachsen in Sens, war seit seiner frühen Kindheit blind und infolgedessen ein nutzloser Habenicht am Rande einer verarmten Gesellschaft.

Als einfacher Bruder ohne theologische Ausbildung lebte er in verschiedenen Karmelklöstern der Provinz von Touraine, bemühte sich um die Ausbildung der Novizen und diktierte zahlreiche Schriften, zum Teil sehr abstrakte Betrachtungen und Kommentare, zum Teil verwegene, impulsive Beschreibungen seiner eigenen Erfahrungen.

² Jean de Saint-Samson, *Oeuvres complètes I, L'éguillon, les flammes, les fleches, et le miroir de l'amour de Dieu, propres pour enamourer l'ame de Dieu en Dieu mesme*. Roma 1987, 365.

Wie schwer es für den Menschen ist, das Loslassen zu erlernen, kann man bereits an kleinen Kindern beobachten. Die Hand, die ein Spielzeug ergriffen hat, muß sich öffnen und hergeben, was sie festhält, um Platz für etwas Neues zu haben.

Was im Sichtbaren und Tastbaren schon Schwierigkeiten macht, ist im seelischen Bereich noch spannungsvoller: der trieb- und instinkt gesteuerte Wurzelbereich der menschlichen Existenz ist wie eine Hand, die umschließt und nicht mehr losläßt, was das Leben hergibt. Wenn sich dann eine neue Perspektive anbietet, muß erst der Konflikt um das Loslassen des Alten durchgestanden werden.

Wenn ich das Neue als eine bessere Alternative schon fest im Blick habe, mag es noch gelingen, das Alte fahren zu lassen; schwieriger wird es, wenn ich preisgeben muß, ohne daß etwas Neues in greifbare Nähe rückt.

Schmerzlich sind daher die Abschiede von den unbegrenzten Möglichkeiten, die einst in mir geschlummert haben, denn je weiter ich mich in eine ganz bestimmte Richtung entwickle und bilde, desto mehr Möglichkeiten muß ich als ungenutzte Chancen aufgeben und brach liegen lassen. Schmerzlich sind auch die Abschiede von der eigenen Kraft, die ich im physischen Verschleiß empfindlich zu spüren bekomme. Schmerzlich ist aber vor allem der Abschied von meinem auf mich selbst bezogenen Eigenleben, das Zunichte-Werden des egozentrischen Geistes in der Liebesbegegnung mit Gott, wo all das Kreisen um mich selbst sterben muß, damit Gottes Liebe in mir leben kann.

Solange der Mensch nur ein Sensorium für solches Glück besitzt, das er mit seinen Sinnen auskosten kann, weiß er nicht einmal um die Möglichkeit eines viel größeren Glückes, das man im Innern des Geistes genießt, wenn aller Ballast abgeworfen ist. Wer seine Hände noch nie geöffnet hat, weiß gar nicht, was es heißt, zu entkrampfen, loszulassen, um empfangen zu können. Jean de Saint-Samson macht unmißverständlich deutlich, was dazu notwendig ist:

*Wenn wir hierüber sprechen, müssen wir unsere Definition kennen. Loslassen ist also: sich selbst ganz und gar Gott überlassen, ohne eine Einschränkung auf die praktische Anwendung oder die Zeit. In der Kraft und Wahrheit des Loslassens bewirkt, will, ordnet, erleidet oder empfängt das Geschöpf nichts für sich oder seine eigene Zufriedenheit als solche, sondern einzig für das Behagen des unendlichen Gottes, unvermischt und einfach.*³

Fetzen von Glück

Wie ist es also möglich, daß manche Menschen keine Glücksgüter mehr brauchen und sich trotzdem von Gott gesegnet wissen? Wie können heftige Zweifel und lästige Versuchungen schließlich eine tiefere Glückserfahrung bewirken als ein unbekümmertes Genießen augenblicklicher Glücksumstände? Wie sollte das Loslassen und Hergeben mehr Lebensfreude schenken als das Festhalten und Bewahren dessen, was man bekommen kann? Wie sollten denn Leiden und Kreuz zu Wohlergehen führen können?

Die Antwort ist ganz einfach: Wer sein Glück selbst macht, bekommt nie mehr,

³ Jean de Saint-Samson, a.a.O., 366.

als seine Hand greifen kann. Wer aber losläßt und hergibt, ist offen für unendlich mehr, als in diesem Moment in seine kleine Menschenhand paßt.

Von den Menschen, die ihre Hände nicht mehr selbst füllen, sondern Gott halten, damit er sie mit seiner Liebe füllt, sagt Jean de Saint-Samson:

*Diese Menschen bleiben auf nackte Weise in Gott verliebt, über alle Sinne hinaus, über alles Schmecken hinaus und über alle Gaben dieser Liebe hinaus. Sie finden die Liebe in sich selbst unendlich wichtiger als alles, was sie ihnen von sich geben kann: alles, was Licht gibt, in Entzücken versetzt und gerade darin Wonnen schenkt.*⁴

Glücklich macht immer nur das, was ich mir auch wünsche. Ganz richtig sagt das Sprichwort daher: man kann niemanden zu seinem Glück zwingen. Solange ich mir nur dieses oder jenes Glücksgut wünsche oder diesen oder jenen glücklichen Umstand, bin ich auch nur empfänglich für diesen oder jenen Teilgenuß des Glücks. Mit vielen kleinen Teilgenüssen speisen wir uns selbst ab, haben unsere größten und tiefsten Sehnsüchte noch nie wahrgenommen und suchen ein Mehr nur quantitativ in einem Mehr an den uns bekannten Teilgenüssen. Erst wenn diese einmal ausbleiben, kann uns bewußt werden, daß wir alle mit der Sehnsucht nach dem puren, unvergänglichen Glück geboren sind. Nichts kann unseren Hunger nach Glück so einsammeln und zu einem Heißhunger machen, wie die Erfahrung der Schattenseiten des Lebens. Darum sind die Lebensnächte mit ihren Versuchungen, dem Loslassen-Müssen, dem Leiden und Kreuz nicht einfach nur Schicksalsschläge, die uns notgedrungen ins Abseits treiben. Wir dürfen sie auch als Chancen annehmen, um unsere Hände neu zu öffnen im Vertrauen auf ein liebevolles Entgegenkommen.

Jean de Saint-Samson beschreibt den inneren Reifeprozess, der eben nicht in der Erfahrung des Bekommens sondern nur in der Erfahrung des Hergebens möglich wird, folgendermaßen:

*Sehr schwere Kreuze für den Körper und den Geist werden auf unsere Schultern gelegt und sind sehr schmerzlich und unerträglich. Wenn diese Kreuze lange in uns andauern, gehen wir von der Verfassung des Loslassens weiter zur Verfassung der Hingabe – zumindest wenn wir hierin so stark und edelmütig sind, wie wir meiner Meinung nach sein müssen.*⁵

Wenn die Häute unseres Glücks abgewetzt sind und hier und da nur noch aus Fetzen bestehen, kann unsere Sehnsucht nach Glück uns mehr zeigen als den schönen Schein.

Pures Glück

Jean de Saint-Samson war davon überzeugt, daß es sich lohnt, mit seiner ganzen Sehnsucht nach purem Glück aus seinem eigenen kleinen, begrenzten Ich auszugehen, um im großen, unbegrenzten Gott den wahren Segen genießen zu können. Er beschreibt die beglückenden Folgen des Loslassens so:

Der Mensch, der losläßt, tut in seiner Auflösung alles seiner Gewohnheit entsprechend. Sehr nackt, einfach ausschließlich und ruhig hängt er an seinem

⁴ Jean de Saint-Samson, a.a.O., 332.

⁵ Jean de Saint-Samson, a.a.O., 372.

unendlichen Liebsten, dessen ewiges Paradies er voll und ganz in seinem Leben und seinem Tod zu sein verlangt, in völligem Loslassen, solange seine Majestät dies so will. So ein Mensch hat an nichts soviel Vergnügen, wie Gott in allem, was er ist, unendlich zu erfreuen, indem er für ewig weder Kosten noch Mühe scheut. Die ausgezeichnete Heiligkeit Gottes in all seinen sehr ausgezeichneten Gaben gibt er all seinen Freunden, ohne sich weiter darum zu sorgen. Immer glaubt er, viel mehr zu haben, als er verdient. Er liebt die Heiligkeit Gottes unendlich mehr in all seinen Freunden als in sich selbst und für sich selbst. Auf diese Weise wird er erfüllt und schön gemacht mit der Heiligkeit aller in der Wahrheit seiner unvermischten, innigen, starken, nackten einfachen und wesentlichen, ja zu vielen überwesentlichen Liebe, die sich nicht auf sich selbst zurückbeugt und vielfach unbeantwortet ist. So lebt er an Gott geheftet in dem Verlust und der Nacktheit seines ganzen Selbst. Durch ihn und für ihn lebt er über allem Wissen, Begreifen, Betrachten und Unterscheiden, vollkommen zufrieden und immer gleichmütig in allem was geschieht.⁶

Getrost kann ich mich der Bewegung des Loslassens anvertrauen, denn die Liebe, die dabei in meinem Innern wirkt und mich formt, begleitet mich unverlierbar über alle Abschiede hinweg. Unverlierbar ist die nackte, unvermischte und wesentliche Liebe, der Mittelpunkt, um den sich mein Leben im Ankommen, Fortgehen, Wiedersehen, Trennen, Eintauchen, Verlieren usw. wie in einer Spirale dreht.

In dieser Liebe will ich ankommen, indem ich mich auf immer in ihr verliere. Darum ist mein ganzes Leben nichts anderes als ein fortwährendes Einüben des Loslassens. Das ist ein Prozeß, der nie zu Ende geht, denn immer wieder entdecke ich, daß ich mich ganz subtil noch an etwas Eigenes klammere, was mir den Abschied von mir selbst und damit ein tieferes Ankommen in der Liebe unmöglich macht. Schließlich entdecke ich, daß ich auf einer Stufe angekommen bin, wo ich nicht mehr selbst loslassen kann, sondern wo mir das Loslassen passiv „angetan“ werden muß. Nur die Liebe eines anderen zieht mich letztendlich wirklich über die Schwelle und lehrt mich Lieben in totaler Hingabe und dem Loslassen aller Dinge, sogar der fühlbaren Erfahrung des Liebens.

Alles gerät dann in den Sog göttlichen Liebens, bis ich mich selbst und alle vordergründigen Wonnen ganz verloren und vergessen habe. Genau dies ist das größte Glück, zu dem der Mensch fähig ist. Jean de Saint-Samson nennt es Heiligkeit oder echte Liebespraxis:

Heiligkeit besteht also nicht darin, Gott in seinem Fließen oder Berühren der Seele mit seinem göttlichen Ausströmen und Ausstrahlen zu fühlen oder nicht zu fühlen, sondern in einer echten und wesentlichen Praxis der Liebe. ... Durch diese Praxis wirst du alsdann Gott selbst in dir selbst, ohne daß sich noch eine Ungleichheit oder Unähnlichkeit zwischen ihm und dir fände, zwischen deinem Leben und dem seinen.⁷

Elisabeth Hense, Kleve

⁶ Jean de Saint-Samson, a.a.O., 381-382.

⁷ Jean de Saint-Samson, a.a.O., 295-296.