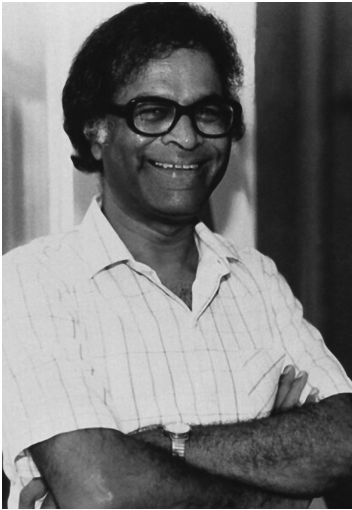


---

# Anthony de Mello SJ (1931–1987)

## Meister der Spiritualität

Anand Nayak / Fribourg



Anthony de Mello SJ; © Patmos-Verlag, Düsseldorf 2006

Berühmt wurde Anthony de Mello SJ vor allem nach seinem Tod aufgrund seiner Bücher, die in zahlreiche Sprachen übersetzt worden sind. Sie sind weniger theologisch als pastoral und spirituell ausgerichtet; seine Lehren zu Gebet, Meditation, Kontemplation und Spiritualität gab de Mello gern in Form kurzer und humorvoller Geschichten weiter. Nur sechs Bücher veröffentlichte er selbst,<sup>1</sup> alle weiteren wurden nach seinem Tod von Freunden herausgegeben.<sup>2</sup> Jedes seiner Werke wurde ein verlegerischer Erfolg. Dieser Erfolg geriet nach seinem Tod in Verruf, denn zunehmend erschienen fremde Texte unter de Mellos Namen. Vieles davon unterschied sich sehr von dem, was de Mello gelehrt hatte, manches stand sogar in krassem Gegensatz dazu. Obwohl dieser Missbrauch der Öffentlichkeit 1997 durch Peter Hans Kolvenbach, den damaligen Generaloberen der Jesuiten, bekannt gemacht worden war, richtete sich die *Notifikation bezüglich der Schriften P. Anthony de Mellos SJ* (1998) der Kongregation für die Glaubenslehre auch gegen diese unautorisierten Werke.<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Die Originalausgaben erschienen im Verlag Gujarat Sahitya Prakash, Anand/Indien, alle dt. Übersetzungen, *Meditieren* ausgenommen, bei Herder/Freiburg: *Sadhana – A Way to God*, 1978 (*Meditieren mit Leib und Seele*, Kevelaer: Butzon & Bercker 1984); *The Song of the Bird*, 1982 (*Warum der Vogel singt*, 1984); *Wellsprings*, 1984 (*Dass ich sehe*, 1985); *One Minute Wisdom*, 1985 (*Eine Minute Weisheit*, 1986); *The Prayer of the Frog*, 2 Bde., 1988/89 (*Warum der Schäfer jedes Wetter liebt*, 1988 u. *Wer bringt das Pferd zum Fliegen?*, 1989).

<sup>2</sup> Vgl. u.a. *Awareness*, 1990 (*Der Springende Punkt*, 1991), eine Sammlung seiner Fernsehvorträge und wahrscheinlich das wichtigste Buch der de Mello-Literatur; *Call to Love*, 1991 (*Wie ein Fisch im Wasser*, 1992), Meditationen über einige Verse aus den Evangelien; *One Minute Nonsense*, 1992 (*Eine Minute Unsinn*, 1993), Weisheitsgeschichten u. *Contact with God*, 1990 (*Von Gott berührt*, 1992), Exerzitien über die Kraft des Gebets.

<sup>3</sup> Eine detaillierte Verteidigung seiner Schriften enthält A. Nayak, *Anthony de Mello. Sein Leben, seine Spiritualität*. Düsseldorf 2006.

## 1 Sein Leben

Anthony de Mello<sup>4</sup> wurde am 4. September 1931 in Mumbai (damals noch Bombay) geboren. Seine Mutter Luisa Castellino (1906–1980) und sein Vater Frank de Mello (1902–1968) waren beide indischer Abstammung. Die Familie stammte aus Goa, einer Region an der Westküste Indiens, die bis 1961 portugiesische Kolonie war. Viele Goanesen siedelten sich in Mumbai an, denn dort gab es unter der englischen Kolonialherrschaft bessere Arbeitsbedingungen, und viele nahmen so die englische Sprache als ihre Muttersprache an. Die Familie de Mellos sprach zu Hause Englisch und lebte auch sonst westlich orientiert. Anthony, genannt „Tony“, war das älteste Kind, gefolgt von Grace (\*1933), Marina (\*1937) und Bill (\*1944), die heute in Kanada und Australien leben.

Tonys Jugend war geprägt durch die katholische Religion, wie sie dort von portugiesischen und spanischen Missionaren eingeführt worden war, und das bedeutete zu dieser Zeit eine große Strenge, rigide Moral und Frömmigkeit im täglichen Leben. Er ging auf die von spanischen Jesuiten geleitete St. Stanislaus-Schule in Bandra. Anthony war ein außergewöhnlicher Schüler, sprachbegabt und mit starken sozialen und menschlichen Qualitäten. Wer in Bombay lebte, musste viele Sprachen lernen. Neben Englisch sprach Tony fließend zwei indische Sprachen, die Provinzsprache Marathi und Hindustani, die Alltagssprache von Bombay. Da ihm die Schule leicht fiel, hofften die Eltern, dass er studieren und einen einträglichen Beruf ergreifen würde. Anthony aber hatte sich bereits entschlossen, Jesuit zu werden. Am 1. Juli 1947, im Alter von nur 16 Jahren, wurde er ins Noviziat aufgenommen.

Der anfängliche jesuitische Unterricht bestätigte nicht nur Tonys traditionellen Katholizismus, sondern stärkte ihn. Auf den absoluten Gehorsam<sup>5</sup> im Geiste des heiligen Ignatius von Loyola wurde viel Wert gelegt. Keuschheit bedeutete für die jungen Jesuiten nicht nur Zölibat, sondern ein Leben, das „die Lauterkeit der Engel“ nachahmt,<sup>6</sup> ohne leibliche Bedürfnisse, wie Ignatius in seinen *Regeln der Sittsamkeit* beschreibt. Er mahnt seine Mitbrüder, Demütigungen

<sup>4</sup> Zu de Mellos Leben vgl. *aaO.*, 10–57; eine Biographie hat sein Bruder Bill de Mello im Internet veröffentlicht: <http://www4.tpg.com.au/users/daphneg/tony/> bzw. <http://www.spiritwalk.org/demello.htm#biography>. Vgl. ferner C. Vallés, *Frei und unbeschwert*. Goch: Santiago Verlag 2001; Orig. 1987. Das Buch ist mit großer Begeisterung für den spirituellen Lehrer geschrieben. Zehn Jahre später klagt Vallés seinen ehemaligen Lehrer an, ihn negativ beeinflusst zu haben; vgl. Ders., *Nachdenken über Anthony de Mello*. Goch 2001.

<sup>5</sup> Vgl. Ignatius von Loyola, *Satzungen der Gesellschaft Jesu (Text B)*. Übers. von P. Knauer. Würzburg 1998 (Deutsche Werkausgabe; Bd. 2), n. 547 (S. 740). In der lateinischen Übersetzung heißt es *ac si cadaver essent* („als seien sie ein toter Körper“), woraus das Missverständnis vom »Kadavergehorsam« entstanden zu sein scheint.

<sup>6</sup> Vgl. *aaO.*, n. 547 (739).

und Zurückweisungen liebend anzunehmen und sich selbst als wertlosen Abfall anzusehen, alles in dem Bemühen, wie Jesus zu werden.<sup>7</sup> Das spirituelle Bestreben resümiert der Begriff des *agere contra* („tue das genaue Gegenteil“),<sup>8</sup> eine faktisch gewollte und gesuchte Selbstüberwindung. In Tonys Schriften lässt sich nachlesen, dass er in der Befolgung dieser Regeln brillierte und alles mit Humor und Freude hinnahm. Am Ende des zweijährigen Noviziats wurde er formal in die Gesellschaft Jesu als Scholastiker aufgenommen.

Jetzt begann eine lange intellektuelle Ausbildung. Zu dieser Zeit wurde ein junger Jesuit, gerade in Indien, intensiv in Latein, Griechisch und Englisch unterrichtet. Seine Mitschüler erinnern sich, wie er diese beiden Jahre verbrachte: Der schwächliche, gesprächige Junge sprach und schrieb fließend Englisch und in seiner wenigen Freizeit sah man ihn oft Homer lesen. Die folgenden Jahre führten ihn nach San Cugat in Spanien (1952–1955), um scholastische Theologie zu studieren. Aber sein Herz und Geist hingen an der Spiritualität. Natürlich bestand in Spanien das erste Interesse an den Mystikern Teresa von Avila und Johannes vom Kreuz, deren Werke er im Original las. Der Kontakt mit José Calveras, einem bedeutenden Exerzitienleiter, war für Tony entscheidend. P. Calveras unterrichtete eine kleine interessierte Gruppe von Studenten und führte sie in die *Geistlichen Übungen* des Ignatius von Loyola ein.

Bei seiner Rückkehr 1955 nach Bombay kam Tony in die St. Mary's-School in Mumbai. Bereits nach einem Jahr dort war allen klar, dass dieser junge Mann in seinem spirituellen Leben verwurzelt war. Er wurde in das Noviziat und zu den Scholastikern nach Vinayalaya geschickt, um die jungen Jesuiten in Sprachen zu unterrichten. Seine Schüler erinnern sich an ihn als einen fröhlichen Menschen, der gerne scherzte und Anekdoten erzählte, die Leben in den eher stillen und eintönigen Alltag eines Kollegs brachten. Hier machte er auch seine ersten schriftstellerischen Versuche. Er verfasste humorvolle Geschichten über das, was hinter den jesuitischen Mauern passierte. Die eigentliche Botschaft aber war, in den jungen Lesern und den Sekundarschülern den Geschmack am Schulalltag zu wecken. Ältere Patres allerdings fanden seine Geschichten unrealistisch, sie gäben ein allzu frohes Bild des Jesuitenlebens. So fand dieses Vorhaben ein rasches Ende.

Seine theologischen Studien absolvierte Anthony am De Nobili-College<sup>9</sup> in Pune (besser bekannt als Poona). Auch wenn er ein außergewöhnlicher Student

<sup>7</sup> Vgl. *Summarium Constitutionum*, c. 11, in: Thesaurus Spiritualis Soc. Iesu. Romae 1953, 544 u. aaO., n. 101 (617).

<sup>8</sup> Vgl. Ignatius von Loyola, *Geistliche Übungen und erläuternde Texte*. Übers. von P. Knauer. Graz 1993, n. 325; s. auch n. 16 u. 245.

<sup>9</sup> Das Haus ist nach dem berühmten Missionar Roberto de Nobili (1577–1656) benannt, einem Jesuiten, der aus seiner Geburtsstadt Rom nach Indien kam, um das Evangelium zu predigen. Tony blieb dort fünf Jahre (1958–1962).

war, so scheint Tony doch kein spezielles Interesse an der Theologie gezeigt zu haben. 1961 wurde er in der St. Peter's-Church in seiner Gemeinde Bandra, in der er getauft worden war, zum Priester geweiht.

Einige seiner engeren Freunde erinnern sich daran, dass Tony sich nach der Priesterweihe sehr veränderte:<sup>10</sup> Aus einem traditionalistischen und eher rigiden Katholiken und Jesuiten wurde ein gelöster Mensch, der sich seiner inneren Freiheit erfreute, froh und gelassen war, als ob er eine tiefere mystische Erfahrung durchlebt habe. Das letzte Jahr Theologie am De Nobili-College war eine Vorbereitung auf das, was kommen sollte. Sein Interesse für die *Geistlichen Übungen* und die geistliche Begleitung wuchs stetig, aber er hatte seine Wahl bereits getroffen: Missionar zu werden. Seine Oberen verworfen diesen Wunsch und schickten ihn nach Chicago, um ihn dort zum spirituellen und psychologischen Berater ausbilden zu lassen.

Dort begegnete de Mello berühmten Psychologen wie *Carl Rogers* (1902–1987), *Eric Berne* (1910–1970), *Fritz Perls* (1893–1970) und *Barry Stevens* (1902–1985). Er lernte von ihnen eine Form der Therapie, die auch in spiritueller Beziehung anwendbar war. Er schätzte die nicht-direktive Beratung von Carl Rogers, aber folgte ihr nicht unbedingt, da er vielleicht zu ungeduldig für ein derartiges Verfahren war. De Mello wollte schnellere Ergebnisse und entwickelte daher seine eigene Methode, die großes Gewicht auf die »Unterscheidung der Geister« legt, wie Ignatius von Loyola sie lehrte. Die richtige Unterscheidung führt den Menschen zur Nicht-Anhänglichkeit bzw. Unabhängigkeit, die nach Ignatius von Loyola und indischen Mystikern wahrhaft Heil bringend ist, eine gute Therapie für viele menschliche Leiden. Während der Wochenenden und Ferien in Chicago hielt er vielfach Exerzitien ab und hatte damit sowohl bei Geistlichen als auch bei Laien großen Erfolg. Anthony verließ Amerika 1964, um in Rom eine spirituelle Ausbildung zu beginnen. Rom bot ihm aber augenscheinlich nicht das, was er erwartete, noch bot es eine Weiterführung des in Amerika Erlernten. So blieb er nur ein Jahr. Nachdem er dort die Feierlichen Gelübde abgelegt hatte, kehrte er 1965 nach Mumbai zurück. Die Oberen schickten den brillanten Prediger und diplomierten Psychologen in eine abgelegene Missionsstation nach Shirpur. Der Test aber dauerte nicht lange. Die Oberen waren vom Gehorsam ihres jungen begabten Mitbruders überzeugt, und so wurde er 1968 zum Rektor von Vinayalaya, dem Noviziat und Juniorat der indischen Jesuiten, ernannt.

1972 bekam de Mello Angebote für höhere Verwaltungsämter. Aber es war ihm klar, wo er eigentlich tätig sein müsse: im Bereich der Spiritualität, für die er eine echte Begabung hatte. Er gründete ein Institut für pastorale Beratung

<sup>10</sup> Vgl. A. Nayak, *Anthony de Mello* (Anm. 3), 59.

und Spiritualität, das zunächst im De Nobili-College in Pune untergebracht war. 1978 gelang es Anthony, für sein Institut ein Haus in Lonavla, einem ruhigen Ferienort zwischen Pune und Mumbai, zu finden, in dem er dauerhaft bleiben konnte. Dieser Umzug brachte auch einen neuen Namen für das *Institute for Pastoral Counselling and Spirituality* (Institut für pastorale Beratung und Spiritualität), es wurde nun zum *Sadhana-Institut*.

In Lonavla beginnt die letzte Dekade von Anthony de Mellos Leben. Die zehn Jahre dort waren durch reiche spirituelle Experimente und Entdeckungen gekennzeichnet. Die christliche und jesuitische Spiritualität öffnete sich ihm zur Spiritualität, in der sich nicht nur Christen, sondern alle Menschen guten Willens aller Religionen und Kulturen zu Hause fühlen konnten. Er war überzeugt, dass eine gute christliche Spiritualität für alle gut sein müsse.

1987 starb Tony völlig unerwartet in seinem 56. Lebensjahr. Die Umstände seines Todes sind recht unklar; er war eigentlich bei guter Gesundheit. Die, die ihm zu dieser Zeit nahe standen, sind sich in ihren Ansichten über die Ursache seines Todes nicht einig. Er ging früh schlafen; am nächsten Morgen fand man ihn tot vor seinem Bett. War es ein Herzinfarkt, wie gesagt wurde, oder etwas anderes? Von Zeit zu Zeit allerdings war ein sonderbares Empfinden über ihn gekommen, eine Art Gefühl, das Psyche oder Physis überstieg. Der folgende Auszug stammt aus einem Brief von 1986:

„Letzte Nacht hatte ich ein schreckliches Erlebnis – eines der schlimmsten Erlebnisse meines Lebens – und ich konnte kaum schlafen. Es würde zu lange dauern, das im Einzelnen zu beschreiben, aber es war eine Art Gefühl der Verzweiflung und Angst und eines entsetzlichen Alleinseins ... so, als könne niemand mehr bis zu mir gelangen, niemand mehr mich berühren. Ich fühlte mich völlig von Gott und allen Menschen verlassen. Schließlich wachte ich mit einer solchen Angst auf, dass ich trotz der großen Kälte am ganzen Leib schwitzte, die Fenster aufreißen und im Zimmer auf und ab gehen musste. Hätte diese Verzweiflung noch länger angedauert, so wäre ich, glaube ich, verrückt geworden. Heute morgen habe ich mit jemandem darüber gesprochen. Ich spüre, dass das eine besondere Art spiritueller Erfahrung ist ... N.B.: Bitte mach dir wegen meiner Traurigkeit keine Sorgen – ich hatte sie ähnlich schon früher zweimal, und nach und nach habe ich sie immer wieder ganz gut überstanden.“<sup>11</sup>

Ist es möglich, dass er in der Nacht des 1. Juni 1987 eine ähnliche Erfahrung hatte, die er nicht überstanden hat? Sein Leichnam wurde nach Mumbai gebracht und in der Kirche St. Peter in Bandra zur letzten Ruhe gebettet, derselben Kir-

11 Vgl. A. de Mello, *Wir hörten den Vogel singen*. Freiburg 2003, 139f.

che, in der er getauft und zum Priester geweiht worden war. Auf seinen Grabstein sind Worte von Juliana von Norwich eingemeißelt, in denen Anthony de Mello seine Botschaft ausgedrückt sah:

All shall be well	Alles wird gut werden
And all shall be well	und alles wird gut sein
And all manner of thing shall be well. <sup>12</sup>	und die Art und Weise aller Dinge wird gut werden.

## 2 Der spirituelle Meister im Werden

Die Spiritualität, die Anthony de Mello praktizierte und lehrte, stellt kein in sich geschlossenes System dar; sie befand sich in ständiger Entwicklung in den Bereichen, die die tiefsten Tiefen des menschlichen Lebens betreffen, ein Prozess, den intensives Experimentieren kennzeichnet.<sup>13</sup> Das Konzept war noch nicht vollendet, als de Mello starb. Dennoch zeichnen sich in seiner Spiritualität deutlich einzelne Abschnitte ab, die ein kontinuierliches Wachstum erkennen lassen.

### Exerzitienmeister

Anthony de Mellos spirituelle Arbeit beginnt als Lehrer der *Geistlichen Übungen* des Ignatius von Loyola. Schon früh war er von der Kraft dieser Übungen fasziniert. Seine Begegnung mit *José Calveras* war entscheidend für seine spirituelle Ausbildung. Bei ihm lernte er „das Innerlich-die-Dinge-Verspüren-und-Schmecken“ als Kern des ignatianischen Gebets kennen.<sup>14</sup> Während seiner Studentenzeit in Amerika und später in Indien und im Fernen Osten gab er Exerzitien mit dem Ziel, Menschen die Freude am Gebet nahe zu bringen:

„In den letzten fünfzehn Jahren meines Lebens habe ich in meiner Eigenschaft als Exerzitienmeister und Seelenführer versucht, Menschen zum Gebet zu führen. Dutzende von Menschen beklagen sich bei mir darüber, dass sie nicht wissen, wie man betet; dass sie trotz aller Bemühung ... Beten lang-

<sup>12</sup> Vgl. *A Book of Showings to the anchoress Julian of Norwich*. Hrsg. von E. Colledge/J. Walsh. Toronto 1978, 417.

<sup>13</sup> Hier zeigt sich eine Ähnlichkeit zu Mahatma Gandhis Suche nach der Wahrheit; vgl. Ders., *Die Geschichte meiner Experimente mit der Wahrheit*. Gladenbach 1977. Wie Gandhi mit der Wahrheit, so experimentierte de Mello mit der Spiritualität und prüfte zuerst an sich selbst eine neue Annäherung oder Methode aus, bevor er sie anderen anbot.

<sup>14</sup> Vgl. Ignatius von Loyola, *Geistliche Übungen* (Anm. 8), n. 2.

weilig und frustrierend finden. (...) Das erstaunt mich eigentlich, denn ich habe es immer als recht einfach empfunden, ... dass Gebet eine Übung ist, die Erfüllung und Zufriedenheit bringt, ... dass man weniger mit dem Kopf als vielmehr mit dem Herzen beten soll. (...) Viele Priester und Ordensleute setzen Beten mit Denken gleich. Das ist ihr Unglück.“<sup>15</sup>

Mit diesem „Retreat Movement“ schuf er auch Bedingungen, Spiritualität im Geiste des Ignatius von Loyola zu erfahren. Er übernahm sogar einige der ganz alten *Experimente* des Ignatius, so z.B. einen Monat lang wie ein Bettler (Bettelmönch) zu leben, lange zu fasten usw. In Vinayalaya sahen die jungen Jesuiten, wie ihr Rektor im Abstellraum unter der Treppe wohnte und schlief. Mit Nachdruck stellte er ihnen vor Augen, dass Ignatius und seine Mitbrüder täglich fünf Stunden gebetet hatten, Männer, die voller Freude im Gebet verharreten.

Das einfache Leben in Armut und tiefem Gebet war für ihn der Weg zur unmittelbaren Gotteserfahrung. Er ging sogar so weit zu sagen, dass eine derartige direkte Gotteserfahrung nicht das Privileg einiger Mystiker sei, sondern jedem Christen offen stehe. Aus dieser Zeit erinnern sich viele, dass immer, wenn Tony über das Gebet sprach, dies in ihnen den Wunsch zu beten auslöste und verstärkte.

## Seelenführer

Der Erfolg von Anthony de Mello als Exerzitienleiter lag sowohl in seinem persönlichen Charisma als auch in der sicheren Anwendung seines psychologischen Wissens. Die Priester und Nonnen, die ihn aufsuchten, kamen nicht, um ihr theologisches Wissen zu vertiefen, sondern um Hilfe bei ihren seelischen Problemen zu finden, die vielfach durch ein falsch verstandenes religiöses Leben entstanden waren. Sie litten unter Schuldgefühlen und ihnen fehlte menschliche Wärme im religiösen und spirituellen Leben ihrer Gemeinschaften. De Mello war davon überzeugt, dass hier keine theologischen Vorträge helfen, sondern psychologisches Verständnis und eine effektive Behandlung. Er gab seine Stellung als Rektor von Vinayalaya auf, um sich ganz dieser pastoralen Aufgabe zu widmen.<sup>16</sup> So entstand am De Nobili-College das *Institute for Pastoral Counselling and Spirituality*.

<sup>15</sup> Vgl. *Meditieren mit Leib und Seele* (Anm. 1), 11. Wahrscheinlich hat de Mello damals auch die Sitzungen protokolliert, die nach seinem Tod in *Von Gott berührt* (Anm. 2) veröffentlicht wurden.

<sup>16</sup> In Indien arbeitete de Mello ausschließlich mit Priestern und Nonnen. Einer der Gründe dafür war, dass er sie vorbereiten wollte, in ihrem pastoralen Milieu das, was sie von ihm gelernt hatten, umzusetzen. Seine Hörschaft im Westen bestand hauptsächlich aus Laien. Später äußerte er oft den Wunsch, als einfacher Mönch durch die Gegend zu wandern, als eine Art *Sadhu* („Wandermönch“) zu leben, um Menschen zu treffen und mit ihnen zu sprechen.



Sein intensives spirituelles Suchen ließ de Mello Methoden östlicher Meister aufgreifen.<sup>17</sup> Einige von ihnen waren damals im Westen sehr bekannt, zum Beispiel *Jiddu Krishnamurti* (1895–1986). Kraftvoll waren die Vipassana-Meditationen von *Satya Narayan Goenka* (\*1924), Schüler von *U Ba Khin* (1898–1971), den de Mello seinen Studenten empfahl. Das Zentrum von *Rajneesh* (1931–1990), im Westen besser bekannt unter seinen Titeln *Bhagwan* oder *Osho*, war nur vier Kilometer vom De Nobili-College entfernt. Anthony bewunderte seine spirituellen Einsichten und Fähigkeiten, empfahl ihn aber nicht weiter, da sein Ruf nicht unangezweifelt war.<sup>18</sup> Auf seinen Reisen außerhalb Indiens hatte Tony auch *Ajahn Chah* (1917–1992) kennen gelernt. Er sprach oft von ihm und wünschte sich, wie er zu leben und zu lehren. Noch in seinem letzten Brief sprach er von ihm:

„Die Dinge, die in der Vergangenheit so viel bedeutet haben, scheinen nichts mehr zu bedeuten. Dinge wie die von Ajahn Chah, dem buddhistischen Lehrer, scheinen meine gesamten Interessen in sich aufzusaugen und ich verliere mein Gefühl für andere Dinge.“<sup>19</sup>

Was aber suchte Tony wirklich bei diesen Lehrern? Es fällt auf, dass sein erstes Interesse nicht dem Hinduismus, Buddhismus oder einer anderen Religion an sich galt. Er interessierte sich einzig und allein für die Spiritualität und war sehr neugierig, spirituelle Techniken auszuprobieren. Sein Wachsen aber lag in den christlichen Wurzeln.

„Ich habe mich unbekümmert auch in nicht-christlichen, ja sogar nicht-religiösen mystischen Überlieferungen umgesehen und bin tief beeinflusst und bereichert worden. Aber stets kehre ich zu meiner Kirche zurück, denn sie ist meine geistige Heimat. Und wenn ich mir auch schmerzlich, manchmal sogar peinlich berührt ihrer Grenzen und gelegentlichen Enge bewusst bin, so weiß ich doch genauso deutlich, dass sie mich gebildet und zu dem gemacht hat, was ich heute bin.“<sup>20</sup>

<sup>17</sup> De Mello war vor allem an Lehrern interessiert, die eine spirituelle Technik der Kommunikation entwickelt hatten. Zwar stand er auch in Verbindung mit *Swami Abhishiktananda* (Henri le Saux), war aber von dessen Lehren nicht überzeugt, da sie seiner Meinung nach keinen Schlüssel zu einer praktischen mystischen Erfahrung boten; vgl. dazu A. Nayak, *Swami Abhishiktananda (1910–1973): Comme nous, Indiens, l'avons vu. Un témoignage*, in: Nouvelle Revue de science missionnaire, 45 (1989), 45–56.

<sup>18</sup> De Mello empfahl ein Buch von Osho: *Das Buch der Geheimnisse* (1982), ein Kommentar zum hindu-buddhistischen *Vijnana Bhairava Tantra*, einer Sammlung von 112 Meditationen, um das Bewusstsein zu erwecken. Vielleicht war de Mello bei seiner eigenen Auswahl für die Sadhana davon beeinflusst.

<sup>19</sup> *The Prayer of the Frog* (Anm. 1), Bd. 1, xviii.

<sup>20</sup> *Warum der Vogel singt* (Anm. 1), 9.



## Sadhana oder spirituelle Entdeckung mit Leib und Seele

In dieser Zeit entdeckte de Mello mehr und mehr die spirituelle Kraft der alten östlichen Traditionen. Wie auch bei der Psychologie begann er, diese Techniken in das christliche Gebet einzubeziehen. Dafür fand er einen neuen Namen: *Sadhana*, ein Wort aus dem Sanskrit, das im Hinduismus verwendet wird, um die spirituelle Anstrengung zu bezeichnen. Mit Hilfe einiger Jesuiten, seiner älteren Studenten, bot er dreiwöchige bzw. neunmonatige Sadhanas an. Mit Beginn der Sadhana gab er die formellen geistlichen Übungen auf, die er bis dahin gehalten hatte. Er spürte, dass dieser Ansatz den traditionellen Übungen eine tiefere und länger andauernde Wirkung gab und zwar auf genau demselben Gebiet wie sie.<sup>21</sup>

Das erste Buch von Anthony de Mello, *Sadhana – Meditieren mit Leib und Seele*, erschien 1978. Es reflektiert sein spirituelles Wachstum, gerade aufgrund der Versuche, die er in den Jahren zuvor unternommen hatte. Tony war kein Schriftsteller. Wann immer er etwas schreiben musste, bereitete ihm das außerordentliche Mühe. Er war nie mit dem zufrieden, was er geschrieben hatte, denn seine Ideen entwickelten sich so schnell, dass das geschriebene Wort ihm steril erschien. *Meditieren mit Leib und Seele* verdankt sein Entstehen der Beharrlichkeit einer befreundeten Ordensschwester. Es ist mittlerweile in über fünfzig Sprachen übersetzt und zu einem spirituellen Klassiker geworden.

De Mellos Sadhana bot leicht zugängliche und freudvolle Gebetsmethoden aus verschiedenen Traditionen, christlichen und nicht-christlichen. Er wandte eine Vielzahl von Übungen an, um das Bewusstsein so zu verändern, dass die Seele sich von allen Fesseln zur Kontemplation hin befreien kann. Seine Sadhana erfuhr mehrere Veränderungen, gerade auch, als de Mello sein neu gegründetes Institut in Lonavla bezog. Es ging nicht nur um spirituelle Übungen im Sinne des Gebets, sondern auch um die Entdeckung des wirklich Wichtigen im Leben. Viel von der Sadhana-Arbeit bestand darin, sich von in rigoroser geistlicher Ausbildung gewonnenen Haltungen zu trennen und umzulernen.

<sup>21</sup> Zu dieser Zeit traf ich Tony eines Tages und fragte ihn, ob ich 30tägige Exerzitien bei ihm machen könne. Er antwortete mir: „Damit habe ich aufgehört. In den Jesuiten rufen diese Exerzitien einen Wandel hervor, der aber nicht lange dauert. Nach ein paar Tagen sind sie wieder in ihrer alten Routine. Ich habe jetzt eine Sadhana entwickelt, das ist viel besser. Sie ist kraftvoll. Hast du einmal dein Leben geändert, wirst du nie wieder dieselbe Person sein. Nächste Woche beginnt eine Sadhana. Ich habe einen Platz für dich.“ Dieses Angebot nahm ich sofort an. Die Erfahrung, die ich dort machte, hat in der Tat mein Leben verändert. Und ich kann sagen, dass diese Veränderungen immer noch andauern.

### 3 Spiritueller Meister

Die Sadhana war in ihren Wurzeln eine neue Interpretation der »Unterscheidung der Geister«. Menschen dazu die notwendigen Schlüssel zu geben, war ein grundsätzliches Anliegen de Mellos. Im ignatianischen *Ad maiorem Dei gloriam* („zur größeren Ehre Gottes“) lag für ihn die Quelle wahren Glücks, die Lösung von allen Fesseln, gerade von denen der Anhänglichkeiten. Wahres Glück besteht nicht in der Erfüllung bestimmter Bedingungen und Erwartungen, sein Ursprung ist Gott, das Reich Gottes, *Nirvana*, *Moksha* („Befreiung“), wie immer man es nennen mag. Das wahre Glück bringt Friede, Freude, Zufriedenheit, Liebe, Dank und Vergebung. Auch wenn es schwierig ist, diesen Prozess des Erwachens hin zur Freude und Freiheit, wie de Mello ihn lehrte, zusammenzufassen, können wir doch vier wichtige Punkte ausmachen:<sup>22</sup>

- Das Ziel des Lebens ist Glücklichkeit. Viele Menschen aber erfahren nur Leid.
- Der Grund des Leidens ist Abhängigkeit, d.h. die Suche nach bedingtem Glück.
- Es gibt einen Ausweg aus dem Leiden: Unabhängigkeit durch Einsicht.
- Glück ist Freiheit.

Gegen Ende seines Lebens nannte de Mello als spirituelles Ziel bevorzugt Freiheit (*moksha*) statt Glück. „Glück“ erschien vielen als utopisches Konzept, im Leben unerreichbar. Andere missverstanden es als das, was „bedingtes Glück“ meint. Er bezeichnete das höchste spirituelle Stadium mit „Freiheit“: „Stell dir das Glück als einen Zustand innerer Freiheit vor. Vergiss das Wort Glück. Ersetze es durch ‚innere Freiheit‘. Innere Freiheit ist das wahre Glück“<sup>23</sup>, verbunden mit Staunen – „Dies ist das Vorrecht des Kindes. Es ist immer wieder von neuem erstaunt. Also fühlt es sich wie selbstverständlich im himmlischen Königreich zu Hause“<sup>24</sup> – und einem tiefen Gefühl des Dankes. Alles im Leben ist Gnade und Geschenk. Der Mensch selbst hat nichts dazugetan, es zu erhalten. Alles im Leben scheint wichtig, groß, wunderbar zu sein, aber wirklich unentbehrlich ist nur dieses Geschenk: *Solo Dios basta* – „Gott allein genügt“, wie Teresa von Avila sagt.

<sup>22</sup> Vgl. A. Nayak, *Anthony de Mello* (Anm. 2), 58–85.

<sup>23</sup> *Wir hörten den Vogel singen*. (Anm. 11), 72.

<sup>24</sup> *Warum der Vogel singt* (Anm. 1), 22.

In seinem Buch *Von Gott berührt* gibt uns Anthony de Mello eine Vielzahl von Gebetsanleitungen aus der christlichen Tradition. Später im Leben begann er mit buddhistischen, hinduistischen und taoistischen Traditionen zu experimentieren. Eines dieser Elemente, *Vipassana*, stammt aus dem Buddhismus: Es besteht darin, das Bewusstsein dem Ein- und Ausatmen und danach den unterschiedlichen Körperempfindungen zuzulenken. Selbst wenn diese Übung mit einer gewissen Routine ausgeführt wird, bringt sie einen Wandel des Bewusstseins – eine tiefe Erfahrung, die de Mello „Erwachen des Herzens“ nennt.<sup>25</sup> Ebenso legt er großen Wert auf die Achtsamkeit,<sup>26</sup> die das Bewusstsein zur Ruhe bringt, so dass das Herz sich öffnen kann. Ein anderes Feld, mit dem er sich befasste, war das der Imagination, in der der Meditierende sich in eine andere Lebenssituation versetzt und durch die geänderte Richtung seiner Aufmerksamkeit zu einer Erweckung des Herzens gelangt. Was für de Mello bei all dem wichtig war, ist nicht so sehr die Methode an sich, sondern die Erfahrung, zu der die Methode führt.

Die, die Tony persönlich kannten, erinnern sich mit großer Liebe daran, was für ein spiritueller Meister er war. Anders als viele Lehrer, die versuchen, ihre Schüler mit Regeln zu einem vorgegebenen Ziel zu bringen, lehrte uns Tony zu erfahren, zu was die Regeln führen können, und sie aufzugeben. Sie sind nur die Hilfsmittel für ein Ziel – wie ein Stück Holz im Wasser für einen Nichtschwimmer. Wenn man Tony traf, vermittelte er den Eindruck, jetzt und ganz für einen da zu sein. Solche Begegnungen hinterließen immer einen tiefen und bleibenden Eindruck des Trostes.

Ein christlicher Leser fragt vielleicht, ob und wo Jesus Christus seinen Platz hat in de Mellos Spiritualität. All seine Schriften enthalten christuszentrierte Meditationen. Das Problem lag nicht bei Jesus Christus, sondern anderswo. Die Männer und Frauen, meist Geistliche und Ordensangehörige, die zu de Mello kamen, benötigten mehr ein Erwachen in ihrem Menschsein als in ihrer Beziehung zu Jesus. Jesus ist die Hauptperson in de Mellos Büchern, besonders in *Dass ich sehe*. Jesus Christus ist da in seiner Ganzheit, sowohl außen als auch innen, tief im Herzen der Frauen und Männer. Jesus Christus ist Mensch und Gott, historische Realität, aber viel mehr der mystische Weg zum Vater, der den Menschen und die Schöpfung durch die Schatten des Leids zum Licht der Freiheit führt.

25 Vgl. *Meditieren mit Leib und Seele* (Anm. 1), 38f.

26 „Achtsamkeit“ (*awareness*), ein Begriff der Gestalttherapie und de Mello wohl daher vertraut, ist eine alte indische Technik des Yoga und der Meditation. Patanjali (3. Jh. v. Chr.) machte sie zum wichtigsten Instrument seiner Yoga-Lehre unter den Begriffen von *ekāgratā* („Einpunktheit“), was zu *citta-vṛtti nirodha* („Beruhigung des Geistes“) führt; vgl. A. Nayak, *Dharana: Concentration qui éveille le bonheur*, in: *Revue française de yoga* 9 (1994), 15–30.