

Passauer Neue Presse

NIEDERBAYERISCHE ZEITUNG

61. Jahrgang / 22. Woche / Nr. 127

Samstag, 3. - Montag, 5. Juni 2006

Einzelpreis 1,50 Euro

Samstag, 3. Juni 2006

DIE SEITE 3

Nummer 127

Suche nach einem ausbalancierten Leben

Inmitten unseres aktionsreichen Alltags wächst bei immer mehr Menschen das Bedürfnis nach Besinnung und spirituellem Ausgleich.

Von Petra Grond

Im Beruf erfolgreich, das Haus abbezahlt, die Kinder fliegen. Und plötzlich die Frage: War's das jetzt? War das schon alles: lernen, arbeiten, Leistung bringen, dem Erfolg hinterherlaufen? Kaum einem bleibt diese „Midlife crisis“ erspart. Die einen suchen sich dann andere Arbeiten, beginnen erneut den vertrauten Zyklus von Ziel erkennen, rackern, ankommen. Andere aber krepeln plötzlich ihr Leben völlig um, geben ihm eine ganzlich neue Richtung. Ihr Ziel suchen sie nun außerhalb des Üblichen, ihre Sinnsuche führt sie nach Asien, in allerlei Zirkel oder auf Zeit in ein Kloster. Spiritualität erlebt in unserer Zeit eine mächtvolle Renaissance.

Besser noch sollte man

wohl von Spiritualitäten sprechen, mein Dr. Bernhard Kirchgessner, Direktor des Passauer Exerzitienhauses spectrumKirche:

„Es gibt so viele Spiritualitäten wie es Menschen gibt.“ Aber was

ist das eigentlich, Spiritualität? „Es ist die innere, ganz persönliche Antwort eines Menschen auf die klassischen Fragen: Wer bin ich? Woher komme ich? Wohin gehe ich?, die in äußeren Zeichen und Haltungen sichtbar wird“, erklärt Kirchgessner. Diese Antwort ist geprägt durch den kulturellen oder religiösen Hintergrund eines Menschen, ist abhängig von der Zeit und den Umständen, in denen er lebt. Oder wie es der Altabt des Klosters Niederaltaich, Emmanuel Jungclaussen, einmal formulierte: „Werfen Sie jetzt nicht mit Steinen – aber auch ein Kommunist kann seine Spiritualität haben.“ Für Kirchgessner, den Priester, ist Spiritualität „einer der großen allgemeinen Wahrheiten, die Gott in den Menschen gepflanzt hat.“



Die Sinaï-Kapelle im Passauer Exerzitienhaus spectrumKirche ist geprägt von den Fenstern des Glasmalers Prof. Johannes Schreiter. Sie erzählen die Geschichte vom brennenden Dornbusch, aus dem Gott zu Moses sprach. Licht und Wasser lassen die abstrakten Flächen leben und laden zur Meditation ein. (F.: Jäger)

Und zwar in jeden Menschen, unabhängig von Herkunft, Beruf, Alter, Intelligenz oder Bildung.

Im Gegensatz zur Frömmigkeit, die sich auch im pernibel eingehaltenen Riten erschöpfen kann, durchdringt Spiritualität muss das Leben prägen

Spiritualität das ganze Leben. Sie muss sich im Verhalten eines Menschen niederschlagen und sein Leben sichtbar prägen. „Manchmal legen wir dar, dass wir sehr hoch, und dann kann es schon sein, dass wir auch mal unten durch kriechen“, tröstet Kirchgessner über die menschlichen Schwächen, die den hehren Vorsatz vorübergehend zur reinen Theorie werden lassen. Doch gerade dieser Vorsatz, die bewusste Entscheidung

für die Sinnsuche ist ein wesentliches Element der Spiritualität.

Warum das Interesse an Spiritualität gerade heute wieder groß ist, erklärt sich wohl aus der seelischen Not moderner Menschen, in ihrem von vielerlei Aktivitäten geprägten Alltagsleben Raum zu finden für stille, kontemplative Momente, in denen das Denken um Wesentlicheres kreist als Küche, Karriere oder Konsum. Häufig würden wir uns doch eher Sammlung statt Zerstreitung wünschen. Damit ergibt es uns allerdings gar nicht so viel anders als Bernhard von Clairvaux, dem einflussreichen Abt, der im 12. Jahrhundert die Geschicke des Zisterzienserordens lenkte. Auch er hatte sich einem strengen und beschaulichen Orden angeschlossen – und fand sich als gefragter „Politiker“ und Mittler unter den

Mächtigen des Mittelalters wieder. Immer wieder musste auch Bernhard die Balance finden zwischen der „vita activa“ und der „vita contemplativa“. Nichts anderes hatte ja auch schon die alte Benediktinerregel, Beten und arbeiten“ (ora et labora) ausgedrückt.

Manchmal werden Menschen „aus heiterem Himmel“ von einer stärkeren Macht ergriffen. Sie erkennen auf einmal und ohne eigenes Zutun etwas, das bislang unsichtbar war, auf das sie keinerlei Einfluss gehabt haben und das so mächtig ist, dass es sich jeder Erklärung entzieht. Zurück bleibt nur ein Gefühl von Glück und Zufriedenheit und eine unendliche Sehnsucht, das Erfahren zu wiederholen. Solche Mystiker hat es nicht nur in früheren Zeiten gegeben, etwa Nikolaus von der Flüe (1417 – 1487) oder Teresa

von Avila (1515 – 1582). In unserem Jahrhundert berichtet zum Beispiel der Physiker Carl Friedrich von Weizsäcker von einer solchen mystischen Erfahrung. Bernhard Kirchgessner bringt ein Beispiel aus der Natur, um zu veranschaulichen, wie es den Mystikern ergeht: Wenn die Adler im Sinaï-Gebirge ihren Jungen das Fliegen beibringen wollen, packt der alte Adler das Junge, trägt es über eine tiefe Schlucht und lässt es dort fallen. Der Jungvogel flattert voller Schreck ungelenk mit den Flügeln und fällt immer tiefer. Erst ganz knapp bevor er auf dem Boden aufschlägt, stürzt der alte Adler nach unten, schnappt das Junge und bringt es sicher ins Nest zurück. So oft, bis der junge Adler zu fliegen gelernt hat.

„Wer aufbricht zu sich selbst, der bricht zu Gott auf, ob er will oder nicht“, davon

ist Bernhard Kirchgessner überzeugt. „Und wenn sich statt vom Kopf von seinem Herzen leiten lässt, muss Gott begegnen.“ Von allein wird das alles allerdings nicht passieren. „Das muss man einüben, und zwar jetzt! Zu laut für Gottes Wort

der, ob Anfänger oder Fortgeschritten, ob Laie oder Kleriker – wie ein Konzertpianist, der sich auch jeden Tag ans Klavier setzen muss.“

Wie mühsam das sein kann, ahnt man, wenn Kirchgessner von der ersten Übung erzählt, die er etwa im Rahmen von Exerzitien im Haus spectrumKirche abhält. Es gilt, zur Ruhe zu kommen. Eine Mammutaufgabe für manch gestressten Manager oder geforderte Fa-

milienmutter. „Gott hat immer in der Stille gesprochen. Ich glaube nicht, dass die Menschen heute gottloser sind als früher, aber sie sind so laut geworden, dass sie ihn nicht mehr hören können.“ Mit Entspannungsbürgern, Abschottung gegen die Außenwelt, manchmal aber auch mit Choral („ein gregorianischer Choral, Mozart oder Bach, vor allem die zweiten Sätze, das Andante“) versucht der Exerzitienleiter dann, Ruhe einkehren zu lassen. Psychologen bestätigen heute, was Menschen auf spirituellem Weg seit Jahrhunderten gespürt haben: Litaneiartig wiederholte positive Sätze, zum Beispiel aus den Psalmen – „Mit meinem Gott springe ich über Mauern“, durchbrechen negatives Denken und helfen, eine neue Einstellung zu finden. „Ruminatio“, Wiederkehren, nennen die Theologen diese Praxis, die mittlerweile auch in der Behandlung von Depressionen eingesetzt wird.

„Um in der heutigen Gesellschaft nicht unterzugehen, bedarf es einer Kraftanbindung“, formuliert es Kirchgessner ganz neutral und zitiert den katholischen Theologen Karl Rahner (1904 – 1984), der gesagt hat: „Der Christ der Zukunft wird Mystiker sein, oder er wird nicht sein.“ Im Prinzip haben die christlichen Kirchen ein tiefes Reservoir, aus dem sie schöpfen könnten, um dies „Kraftanbindung“ spürbar werden zu lassen. Doch vieles scheint verschüttet oder unter dem Staub von Jahrhunderten begraben zu sein. „Wir im christlichen Abendland haben New Age oder andere esoterische Bewegungen eigentlich gar nicht nötig“, sagt Kirchgessner. Alles ist schon vorhanden. „Ob und wie die Kirche Menschen auf ihrer Suche nach Spiritualität begleitet, wird zur entscheidenden Frage: „Wollen die Kirchen ihre Daseinsberechtigung behalten, müssen sie darauf möglichst schnell eine gute Antwort bereithalten, denn immer mehr Menschen sind auf der Suche nach dem Sinn des Lebens – gerade wenn die berufliche Laufbahn eingeschlagen, das Haus bezahlt ist und die Kinder fliegen geworden sind.“