

TILMAN, Klemens: *Die Führung zur Meditation*. Ein Werkbuch. Bd. 1. Zürich — Einsiedeln — Köln 1971: Benziger Verlag, 352 S., brosch., DM 19,80.

Der Verf. hat im Vorwort die Absicht dargelegt, die ihn bei der Abfassung dieses Werkbuches leitete. Er will „nicht ein Spezialgebiet kultivieren, sondern der Tiefe des Lebens dienen und einer Breiten- und Tiefenarbeit auf diesem Gebiet Hilfe anbieten“. Das soll durch die Anleitung zur Meditation erreicht werden, die „das Menschlichste des Menschlichen“ genannt werden kann (13). Das Interesse vieler Zeitgenossen an der Meditation ist groß. Sie spüren, daß im Streß der heutigen Leistungsgesellschaft in einer technisierten Welt das eigentlich Menschliche gefährdet ist. Der Mensch gerät in Gefahr, nicht mehr bei sich selbst zu sein, sich selbst entfremdet zu werden. In fast instinktivem Bedürfnis greifen viele nach fernöstlichen Methoden der Selbstfindung, wie sie etwa im Zen-Buddhismus angeboten werden. T. möchte aus der verwirrenden Fülle östlicher und westlicher Angebote von Meditationsformen und -übungen, aus dem unübersehbaren Material, das Philosophie und Psychologie, Religionsgeschichte und Religionspädagogik vorlegen, und aus den religiösen Erfahrungen großer Meister aus Ost und West einen für alle gangbaren Weg zur Meditation bauen. Ohne das Geheimnis der Meditation und ihrer Tiefe zu verkleinern, sollen doch „einfache und ursprüngliche Zugänge zu ihr gezeigt werden“ (ebd.). Dabei sollen erprobte Wege aus dem Bereich des Zen-Buddhismus mit solchen aus dem europäischen Raum für den westlichen Menschen zur Einheit gebracht werden. — Nach allgemeinen Ausführungen über „Die Meditation in unserer Zeit“ und einer „Einführung in das Verständnis der Meditation“ behandelt das Buch „Die Einübung in die Grundlagen der Meditation“. Danach wird „Die Anleitung zur einzelnen Meditation und zur häuslichen Übung“ gegeben. Es folgt eine Darlegung der „Stoffgebiete der naturalen Meditation und die Führung zu ihnen“ und der „objektlosen Meditation“. Der nächste Teil gibt eine Anleitung zur „Gestaltung von Meditationskursen“. Den Abschluß bilden „Texte und Beispiele“ mit Bildern und Meditationsinhalten zur Veranschaulichung des Gesagten. — Meditation wird in diesem 1. Bd. des auf zwei Bände angelegten Werkes ohne weltanschaulichen Hintergrund, unabhängig vom Glauben des Meditierenden verstanden und zur Einübung vorgelegt. Es handelt sich um Vorfeld- und Grundübungen auf dem Gebiete der naturalen Meditation, die allen zugänglich sein sollen. Die Menschen sollen dort „abgeholt werden, wo sie mit ihren äußeren und inneren Erfahrungen stehen und von dort Wege zum Unfaßlichen finden“ (ebd.), durch Loslassen des sich selbst behauptenden Ich, durch Ausschalten der verwirrenden Zerstreuungen zu ihrem eigenen Wesen, zum Wesen der Dinge und zum Wesen des Ganzen kommen. Der in Aussicht gestellte 2. Bd. soll das Schwergewicht auf die christliche Meditation legen. Dieser Verweis auf die noch zu behandelnden christlichen Inhalte der Meditation ist bei der Lektüre und der Benützung dieses 1. Bds. nicht aus dem Auge zu verlieren. Meditationsübungen ohne jedweden Zusammenhang mit der Suche nach der Wahrheit und ihren Konsequenzen für das sittliche Leben gerät in Gefahr, sich als einen Weg der Selbstheilung und Selbsterlösung darzustellen. — Der Verf. schreibt aus einer 40jährigen Erfahrung des Suchens, Ausprobierens und des Austausches mit anderen. Seine Anleitungen zur Meditation werden, nicht zuletzt auf Grund der meisterhaften Didaktik und der von T. gewohnten einfachen und einprägsamen sprachlichen Art, allen Suchenden, insbesondere den in der religiösen Jugend- und Erwachsenenbildung Tätigen, eine ausgezeichnete Hilfe sein.

H.-J. Müller

SUDBRACK, Josef: *Meditation: Theorie und Praxis*. Würzburg 1971: Echter-Verlag, 164 S., kart., DM 13,80.

Das Buch hat zwei Teile. Während der zweite Teil, als Paradigmata, drei Perikopen exegetisch und meditativ erschließt (das Logion von der Nachfolge, der Bericht von der Verkörperung, die Grundaussagen des Johannes von der Herrlichkeit des Kreuzes), setzt sich der erste Teil, bescheiden „Theoretische Streifzüge“ genannt, mit der Meditation als solcher auseinander. Sudbrack ist Systematiker. Seine Sprache ist oft ein wenig trocken, seine Gedankenführung verlangt dem Leser die rationale Auseinandersetzung ab. Wenn der Vf. über Meditation schreibt, dann ist es eben (dies gilt aber, wie das Hauptinteresse für diese Besprechung, vom ersten Teil!) wirklich „über“ das Meditieren, nicht schon die Meditation selbst (hierzu vgl. den zweiten Teil!). Dieser erste Teil also hat vier Abschnitte: Meditation nach innen oder Meditation nach außen; der Jesus des Glaubens; Vielfältige Offenheit; Spektrum des Lebens. In den Ausführungen, die von großer, fast allzugroßer Belesenheit zeugen, werden Gedanken aufgenommen, die z. T. in früheren Büchern, z. T. in