

Michael Plattig O.Carm.

P. Michael Plattig O.Carm., geboren 1960, promovierte in Theologie (Wien) und Philosophie (Berlin). Er ist Professor für Theologie der Spiritualität an der Philosophisch-Theologischen Hochschule Münster sowie Gastprofessor an den Päpstlichen Universitäten Gregoriana und Antonianum in Rom. P. Michael ist außerdem Fachbereichsleiter im IUNCTUS Kompetenzzentrum für Christliche Spiritualität der PTH Münster und Präsident des Institutum Carmelitanum in Rom.



Michael Plattig O.Carm.

Sich einlassen auf den letzten Quellgrund oder Körperkult?

Orden und Meditation

Vorbemerkungen

Die Überschrift des Beitrags setzt sich zusammen aus einer Definition der Zen-Meditation von P. Lassalle SJ und einem gewissen Vorbehalt, den die Glaubenskongregation gegenüber östlichen Meditationsformen formulierte. Beides wird im Artikel verdeutlicht. Gegenstand ist nicht das christliche Verständnis von Meditation (*meditatio*) wie es sich in der Spiritualitätsgeschichte wiederfindet und in moderneren Texten eher als Betrachtung übersetzt wird, sondern im Fokus steht der Einfluss östlicher Meditationsformen, vor allem der Zen-Meditation, auf die

christlichen Orden im deutschsprachigen Raum.

Wesentlicher Unterschied neben anderen ist, dass *meditatio* ein sehr aktives Geschehen beschreibt, die Beschäftigung mit einem Gegenstand, meist der Hl. Schrift (im alten Mönchtum: *ruminatio*) und dabei alle Sinne und Erkenntnismöglichkeiten des Menschen aktiviert, während die östlichen Meditationsformen genau das überwinden wollen. Dieser Versuch (und mehr ist es nicht), die Wirkung östlicher Meditationsformen auf die Orden und ihre spirituelle Praxis zu beschreiben, stützt sich auf Erfahrungen des Autors, Gespräche mit Ordensleuten und diverse Studien.

Eine umfassende und/oder allgemeingültige Darstellung des Themas ist an dieser Stelle nicht möglich und nicht gewollt, wäre allerdings ein spannender Forschungsgegenstand. Der Beitrag versteht sich als eine persönliche Einschätzung, die nicht nur, aber auch subjektiv ist.

Neuere Ordensgeschichte

Um die Wirkung der östlichen Meditationsformen in den Orden zu verstehen, ist ein kurzer Blick auf die neuere Ordensgeschichte hilfreich. Beginnend im Mittelalter und durchschlagend in der Neuzeit tritt die Bedeutung der Arbeit, des Apostolats, als Aufgabe einer Ordensgemeinschaft in den Vordergrund. Obwohl es natürlich in monastischen Orden im Gegensatz zur antiken Gesellschaft eine Hochschätzung körperlicher Arbeit gibt und Benedikt die regelmäßige Handarbeit in der Tagesordnung verankert (Benediktsregel, 48), so ist aber doch die Arbeit nicht der Zweck oder das Ziel der Ordensgemeinschaft, Benedikt will „eine Schule für den Dienst des Herrn einrichten.“ Er ist überzeugt: „wer aber im klösterlichen Leben und im Glauben fortschreitet, dem wird das Herz weit, und er läuft in unsagbarem Glück der Liebe den Weg der Gebote Gottes“ (Benediktsregel, Prolog).

Das gilt natürlich grundsätzlich auch für die späteren Ordensgemeinschaften, jedoch werden sie oft als Antwort auf Missstände gegründet bzw. definieren sich schwerpunktmäßig über ihre Aufgaben. Das gilt insbesondere für die vielen Ordensgründungen des 19. Jahrhunderts. Für das geistliche Leben bedeutet dies, sehr schematisch und verkürzt formuliert: Wurde und wird in monastischen

und kontemplativen Ordensgemeinschaften die Tagesordnung durch das Gebet bestimmt und müssen Räume für notwendige Arbeiten gefunden werden, so wird in den neuen Gemeinschaften die Tagesordnung durch die Arbeit bestimmt und es müssen Räume für das notwendige und verpflichtende Gebet gefunden werden.

Damit kein Missverständnis aufkommt, ich verstehe diese Feststellung nur als Beschreibung und ich würde keiner Ordensgemeinschaft unterstellen mehr oder weniger spirituell zu sein, doch ist eine Schwerpunktverlagerung in der Ordensgeschichte nicht zu leugnen.

Im Laufe des 19. Jahrhunderts und der ersten Hälfte des 20. Jahrhunderts kam es zu einer weitgehenden Erstarrung des geistlichen Lebens in den gemeinschaftlichen Formen und wohl auch oft in den persönlichen Formen, insofern dafür überhaupt Zeit blieb. Die Abschottung der Kirche gegenüber sogenannten modernen Entwicklungen (z.B. Antimodernisteneid) beförderte diese Entwicklung. Ordensleben war trotz mancher Unterschiede in Spiritualität und Form eher uniform. Das geht soweit, dass z.B. Franziskanerinnen in den sogenannten Dritten Orden in ihrer Ausbildung kaum von Franziskus und praktisch nichts von Klara hörten, jedoch viel über allgemeine Askese und die Bedeutung der Gelübde. Schriften der entsprechenden Heiligen waren entweder nicht in der Muttersprache zugänglich oder nicht Gegenstand der Ausbildung.

Zweites Vatikanisches Konzil

Eine entscheidende Wende brachte das II. Vatikanum u.a. mit seinem Ordens-

dekret „Perfectae caritatis“. Die vom Konzil geforderte „Rückkehr zu den Quellen jedes christlichen Lebens und zum Geist des Ursprungs der einzelnen Institute“ (PC 2) „war für manche Gemeinschaften Anlass, sich erstmals den Impulsen der eigenen Ordensgeschichte zu stellen und - ohne Denkverbote - die Schriften der Gründerinnen und Gründer zu studieren. In ihnen entdeckten die Orden ihre Väter und Mütter wieder, in deren Leben sich gleichnishaft die Herausforderungen auch für die heutige Zeit spiegelten.“¹ Aus dieser Orientierung am Ursprung ergaben sich praktische Konsequenzen, die auch die Gestaltung der gemeinschaftlichen und persönlichen Frömmigkeitsformen betrafen.

Wie jede Wende, fiel auch das II. Vatikanum nicht einfach vom Himmel, sondern es gab bereits im Vorfeld des Konzils Bemühungen, die Vielfalt der christlichen Spiritualität und der geistlichen Tradition der Kirche wieder zu entdecken. Interessant scheint mir hier, dass etwa die ersten wissenschaftlichen Veröffentlichungen des großen Konzilstheologen und Jesuiten Karl Rahner sich mit der Lehre von den fünf geistlichen Sinnen bei Origenes (1932) und im Mittelalter (1933) und mit der geistlichen Lehre des Evagrius Pontikus (1933) beschäftigten.

Trotzdem lieferte natürlich das Konzil mit seinen Dokumenten auch für die Orden die entscheidenden Impulse für zahlreiche Reformen, die allerdings oft zunächst zu Krisenerfahrungen führten. Zwanzig Jahre nach dem Zweiten Vatikanischen Konzil schreibt der Jesuit Friedrich Wulf: „Im ganzen gesehen wird man sagen müssen, dass man sich das Ordensleben in der katholischen

Kirche ohne das Konzil gar nicht mehr vorstellen kann. Es hat hier eine Umwälzung in einem Ausmaß gegeben - nicht von außen, durch Verfolgung und revolutionäre Ereignisse, sondern von innen, aus dem innersten Leben der Kirche heraus - wie kaum je zuvor im Leben der Kirche.“²

Die Suche nach neuen Frömmigkeitsformen für das gemeinschaftliche und persönliche geistliche Leben gestaltete sich nicht so leicht, weil viele Studien zur eigenen Geschichte und Spiritualität der Orden und zu Gebets- und Frömmigkeitsformen der christlichen Spiritualitätsgeschichte entweder erst im Gange oder deren Ergebnisse noch nicht allgemein zugänglich waren (viele Arbeiten zur Spiritualitätsgeschichte waren etwa in Französisch verfasst wie auch das bis heute prägende Standardwerk „Dictionnaire de Spiritualité“, erschienen zwischen 1932 und 1995 mit insgesamt mehr als 60.000 Seiten).

In dieser Suchbewegung wird ein weiteres Dokument des II. Vatikanums bedeutsam. In „Ad gentes“ (Dekret über die Missionstätigkeit der Kirche) heißt es: „Die religiösen Genossenschaften, die bei der Pflanzung der Kirche mitarbeiten, sollen von den geistlichen Reichtümern ganz durchdrungen sein, die die Ordenstradition der Kirche auszeichnen, und sie dem Geist und der Anlage eines jeden Volkes entsprechend auszudrücken und weiterzugeben suchen. Sie sollen sorgfältig überlegen, wie die Tradition des asketischen und beschaulichen Lebens, deren Keime manchmal alten Kulturen schon vor der Verkündigung des Evangeliums von Gott eingesenkt wurden, in ein christliches Ordensleben aufgenommen werden können. ... Besondere Erwähnung ver-

dienen die verschiedenen Unternehmungen, die das beschauliche Leben verwurzeln sollen; die einen behalten die wesentlichen Elemente der monastischen Lebensform bei und versuchen, die reiche Tradition ihres Ordens zu verpflanzen. Andere kehren zu den einfacheren Formen des altkirchlichen Mönchswesens zurück. Alle aber sollen sich um eine echte Anpassung an die lokalen Verhältnisse bemühen. Das beschauliche Leben gehört eben zur vollen Anwesenheit der Kirche und muss deshalb überall bei den jungen Kirchen Eingang finden.“ (Ad gentes 18 / Hervorhebung vom Autor)

Das Konzil befürwortete damit grundsätzlich die Experimente, die im Rahmen der Inkulturation des Christentums und der Übernahme von asiatischer Meditationspraxis durch in der Mission tätige Ordensgemeinschaften bereits im Gange waren. Dies motivierte entsprechende Anstrengungen und verlieh ihnen neue Dynamik.

Karl Baier charakterisiert diese Entwicklung in seinem Werk „Meditation und Moderne“:

„Dies ist nicht nur die in ihren Folgen vielleicht am weitesten reichende Entscheidung in Sachen christlicher Spiritualität, sondern zugleich eine Spitzenaussage des Konzils zum interreligiösen Dialog, da hier, auf spirituellem Gebiet, explizit wie sonst nirgends die Aufnahme von Elementen aus anderen religiösen Traditionen befürwortet wird.“³

Die Rezeption östlicher Meditationsformen stieß in Deutschland auf ein gewisses „Vakuum“ spiritueller Formen oder begegnete zumindest der geistlichen Suchbewegung in den Orden.

Der wichtigste Vermittler zwischen Christentum und Zen-Meditation in

Deutschland war der Jesuit P. Hugo M. Enomiya-Lassalle. Nach der üblichen, gründlichen jesuitischen Ausbildung war er zwei Jahre nach seiner Priesterweihe 1929 nach Japan geschickt worden. Um die japanische Mentalität besser zu verstehen, begab er sich in den Haupttempel des Soto Zen nach Yokohama, führte Gespräche, nahm an Meditationen teil und machte Zen-Exerzitionen. Er bemüht sich um Inkulturation und entdeckt den Weg der Zen-Meditation auch für Christen.

Lasalle war in Hieroshima als 1945 die Atombombe abgeworfen wurde und war für den Rest seines Lebens strahlengeschädigt. Dieses Erleben führte zu dem Plan, in Hieroshima eine Weltfriedenskirche zu bauen, die schließlich 1954 eingeweiht wird. 1968 wird er Ehrenbürger von Hieroshima und erhält 1978 als einer der ersten Christen die offizielle Anerkennung als Zen-Meister durch Yamada Roshi.

Ab 1968 beginnt er mit Zen-Kursen in verschiedenen Benediktiner-Klöstern und Meditationshäusern in Deutschland und eröffnet 1977 eine Zen-Halle im Franziskanerkloster in Dietfurt. Lasalle stirbt 92-jährig 1990 im St. Franziskus-Hospital in Münster in Westfalen, seiner Heimatregion.

Meditationsbewegung

Karl Baier konstatiert: *„Im Laufe der 1950er und 1960er Jahre war Meditation immer mehr an die Stelle der Begriffe Kontemplation, Sammlung und Versenkung getreten, die weiterhin als Synonyme fungierten, aber nicht mehr so geläufig waren wie früher. .. Die Elemente der gedanklichen Reflexion, der Erweckung von Emotionen und des Bil-*

dens von Willensentschlüssen und Vorsätzen spielen in diesem Verständnis von Meditation bestenfalls Nebenrollen. Durchgängig wird stattdessen auf eine Veränderung des Bewusstseins bzw. der Qualität des Erlebens verwiesen, die den Menschen für eine größere, ungegenständliche Wirklichkeit öffnet und ihn dadurch seine wahre Identität erfahren lässt. Weiters gehört es zum common sense der Meditationsbewegung, dass die leibliche Seite mit Haltung und Atmung einen wesentlichen Teil der Übung darstellt.“⁴

Bereits 1957 spricht Friedrich Wulf in einem Artikel von zwei „Meditationsbewegungen“ einer innerhalb des Christentums mit Guardini, der Michaelsbruderschaft und Alfons Rosenberg als Beispielen und einer außerhalb, wobei er besonders an Yoga denkt. Er konstatiert, dass „Meditation“ im außerkirchlichen Bereich zu einem numinos aufgeladenen Kultwort geworden sei: *„In jeder Zeit, in jeder Epoche eines Kulturraumes gibt es Worte, die – obwohl schon immer gewusst und genannt – auf einmal aus dem großen Meer des Wortschatzes auftauchen und zu einer bis dahin nicht gekannten Bedeutung gelangen. Sie haben sozusagen ihre Stunde. Jedermann führt sie im Mund, bekundet sein Wissen von ihnen oder möchte erfahren, was es mit ihnen auf sich hat. Derartiges gilt von dem in unseren Tagen zu so merkwürdig mächtigem Ansehen gelangten Wort ‚Meditation‘. Es gehört nicht zu den Worten des Alltags. Es hat vielmehr etwas Geheimnisvolles an sich und zieht eben darum die Menschen so an. Es geht geradezu eine Faszination von ihm aus. Es ist eine Art Zauber- und Schlüsselwort, das den Zugang zu unbekanntem Berei-*

chen verspricht, die dem Menschen hohe Erkenntnisse, geheime Kräfte, Gesundheit und Glück, Frieden und Heil versprechen.“⁵

Auch innerhalb der christlichen Welt diagnostiziert er ein erhöhtes Interesse an Meditation.

„Das Erstaunliche dabei ist: Obwohl es eine alte, überaus reiche christliche Überlieferung der Meditation gibt, die bis in die Gegenwart hineinreicht, und das Wort in seinem hier gemeinten Sinn sogar biblischen Ursprungs ist, knüpft man nicht an diese Überlieferung an, sondern glaubt etwas relativ Neues entdeckt oder wenigstens wiederentdeckt zu haben, was im Christentum weithin verloren gegangen sei. Nicht das, was man im katholischen Raum die ‚Betrachtung‘ nennt – sagt man –, sei es, was man heute brauche und suche. In der ‚Betrachtung‘ überwiege einseitig das Verstandes- und Willenselement. Es gelte aber gerade der Überintellektualisierung und dem ungesunden Aktivismus unserer Tage ein Gegengewicht zu schaffen und die tieferen Schichten der Seele aufzurufen, in denen die eigentlichen, für den Menschen entscheidenden Lebensvollzüge stattfänden. Das eben sei der Sinn und die Aufgabe der Meditation.“⁶

Beide Meditationsbewegungen – außerhalb und innerhalb des Christentums – sind von der gleichen Zeitsituation geprägt: *„Der Mensch der Unrast fühlt sich überfordert, es fehlt ihm der seelische Raum der Besinnung und Geborgenheit, die inneren Schwierigkeiten werden größer, das Gefühl der Selbstentfremdung, der Unsicherheit und Leere nimmt zu, das Bewußtsein der Personalität ist geschwächt. Beide haben darum auch manches in ihren Methoden und Zielen miteinander gemeinsam.*

Sie betonen die Entspannung, das Sich-Lassen und sprechen vor allem die erlebnishaften Kräfte des Menschen an: die inneren Sinne, die Hingabe, das Gemüt. Hier wie dort erwartet man von der Meditation ein erfahrungsmäßiges Eindringen in die Welt des Geistes, Zuwachs an Kraft, Integrierung des ganzen Menschen und seiner Anlagen, Erweiterung des Bewusstseinsraumes, Überwindung der begrenzten, ichtsüchtigen Individualität, Personwerdung, je nach den philosophischen und weltanschaulichen Voraussetzungen bald mehr das eine, bald mehr das andere.“⁷

Klemens Tilmann plädiert 1971 für eine „meditative Bewegung“, die sich gerade anbahne und sieht sie in Beziehung zu anderen spirituellen Erneuerungsbewegungen in der katholischen Kirche: *„Wir haben in den letzten fünfzig Jahren große geistige Erneuerungsbewegungen in der Kirche erlebt, die liturgische, biblische, katechetische, die theologische und pastorale. Sie alle werden nicht zum vollen Ziele kommen, wenn nicht alle von einer letzten und notwendigen eingeholt und mit innerem Leben durchdrungen und beseelt werden, von einer meditativen Bewegung.“⁸*

Die von Wulf beschriebene gesellschaftliche Situation betraf natürlich auch die Orden und die von Tilmann konstatierte Notwendigkeit einer „Verinnerlichung“ der Erneuerungsbewegungen wurde auch in den Orden als Herausforderung begriffen.

Die liturgische Erneuerung, die Reform des Stundengebets, der Wandel in den Aufgabenstellungen und die „Öffnung zur Welt“ ließen auch in den Orden die Suche nach neuer Innerlichkeit und einer Erneuerung der persönlichen Frömmigkeit aufbrechen.

Das „Angebot“ der Zen-Meditation hatte den Vorteil, dass es eine klare Struktur bot, dass die Bedeutung des Körpers bzw. der Einübung einer Körperhaltung unterstrichen wurde und man sich auf einen Übungsweg begeben konnte.

So fasste die Zen-Meditation in vielen Gemeinschaften, in Konventen, Noviziats- und Studienhäusern, in Bildungs- und Exerzitienhäusern relativ schnell Fuß. Einzelne und kleinere Gemeinschaften übten sich in der Meditation, Meditationskurse wurden angeboten, Meditationskreise auch für interessierte Laien in Klöstern gegründet.

Viele Klöster und Exerzitien- und/oder Bildungshäuser richteten (mehr oder weniger gelungen) einen eigenen Meditationsraum zusätzlich zur Kapelle oder zum gottesdienstlichen Raum ein.

Karl Baier setzt das Ende der Meditationsbewegung um das Jahr 1990 an. Er begründet dies mit dem Tod wichtiger Protagonisten wie P. Lassalle. Außerdem erschien 1989 ein Schreiben der Glaubenskongregation „Über einige Aspekte der christlichen Meditation“, das zwar keine Verurteilungen vornimmt, nur skeptische Vorbehalte und Warnungen formuliert, trotzdem aber von vielen Protagonisten in Ost und West z.T. heftig kritisiert wurde.

Baier konstatiert, dass die Meditation und entsprechende Angebote im christlichen Raum etabliert seien, jedoch die „Meditationseuphorie“ innerhalb und außerhalb des christlichen Raumes verfloren sei.⁹

Dies gilt soweit ich sehe auch für die Orden.

Bis heute wird Meditation im Stil des Zen mit allen möglichen inzwischen entwickelten Varianten als eine wichtige Übung betrachtet und sie wird in

Gruppen und/oder bei Kursen eingesetzt. Für manche Ordenschristen ist sie zur persönlichen täglichen Übung geworden.

Ich vermag nicht abzuschätzen, wie groß dieser Teil ist, jedoch scheint mir, dass sich die Zen-Meditation als persönliche geistliche Übung nicht so stark durchgesetzt hat. Doch ist wohl nahezu jeder Ordensmann und jede Ordensfrau der jüngeren Generationen damit schon einmal mehr oder weniger intensiv in Berührung gekommen.

Zum Ende der Meditationsbewegung wie sie Karl Baier konstatiert trugen in den Orden auch die Forschungen zu Gebetsformen und -praktiken im Christentum sowie zur Spiritualitätsgeschichte bei.¹⁰ Die Neuherausgabe oder Neuübersetzung der eigenen Quellen und die Beschäftigung mit christlicher Spiritualität leisteten wichtige Beiträge. Anknüpfungen an das Jesus Gebet der Ostkirche¹¹ an das kontemplative Gebet des Mönchtums und der sog. beschaulichen Orden¹² sowie Übungen zur Aufmerksamkeit und Achtsamkeit¹³ haben die Praxis der Meditation z.T. wieder deutlicher an die christliche Tradition angebunden. Die Vielfalt der Spiritualitäten und die Vielfalt der Frömmigkeitsformen wurde neu als Schatz ins Bewusstsein gehoben.

Dieser Eindruck der Buntheit des Ordensspiritualitäten war auch prägend für die Bischofssynode über das Ordensleben 1994, auf der, so einzelne Teilnehmer, der Eindruck der Unterschiedlichkeit, Vielfältigkeit und Buntheit des Ordenslebens nicht als Bedrohung der Einheit, sondern als Bereicherung empfunden wurde.¹⁴ Auch Papst Johannes Paul II. betont in seinem nachsynodalen Schreiben „Vita

consecrata“: *„Wie sollte man nicht voll Dankbarkeit gegenüber dem Geist an die Fülle der historischen Formen des geweihten Lebens erinnern, die von ihm geweckt wurden und noch immer im kirchlichen Gefüge vorhanden sind? Sie erscheinen uns wie ein Baum mit vielen Zweigen, dessen Wurzeln tief in das Evangelium hineinreichen und der in jeder Epoche der Kirche üppige Früchte hervorbringt. Was für ein außerordentlicher Reichtum!“*¹⁵

So gehören heute die Meditation im Stil des Zen und alle ihre Variationen zu dieser Vielfalt von geistlichen Übungen in Ordensgemeinschaften.

Autoreninfo

Siehe gedruckte Ausgabe.

Bereits 1957 veranstaltete die Stuttgarter Gemeinschaft „Arzt und Seelsorger“ zwei aufsehen erregende Tagungen zum Thema „Meditation in Religion und Psychotherapie“. Diese Spur wird heute in Medizin und Therapie verstärkt aufgegriffen, wo etwa meditative Verfahren unter dem Titel „Aufmerksamkeitsübung“ medizinisch z.B. bei Patienten mit chronischen Schmerzen oder therapeutisch eingesetzt werden. Der weltanschaulich-religiöse Bezug tritt dabei zurück oder kommt nicht vor.

Unterscheidung der Geister

P. Lassalle plädiert für eine Unterscheidung zwischen Zen-Meditation und Zen-Buddhismus: *„Zen – das totale*

*Schweigen – ist in sich weder buddhistisch noch christlich. Erst durch die Entscheidung für eine bestimmte Interpretation der Meditationserfahrung kann die Übung selbst christlich oder buddhistisch formieren. Die Methode des Zazen kann ganz klar losgelöst werden aus der buddhistischen Tradition.*¹⁶ Die Meditation in der Form des Zazen prägt die grundlegende innere Bereitschaft für das Hören des Wortes und vermittelt zwischen Wissen und Erfahrung.

*„Wer Zazen übt, lässt sich ja ein auf den letzten Quellgrund der Gesamtwirklichkeit. Für diesem Grund haben wir den Gottesnamen ‚Vater‘, und wir wissen, dass es der Vater Jesu Christi ist.“*¹⁷ Und Lassalle unterstreicht: *„Ich bleibe dabei: ... Zazen hat grundsätzlich keine Gedanken. Daher steht es auch nicht im Widerspruch zum Christentum. Streng genommen sollte man daher auch nicht von ‚christlichem Zen‘ sprechen. Aus demselben Grunde gibt es ja auch kein ‚buddhistisches Zen‘. ... Gerade weil das ‚reine‘ Zen, wie wir es meinen, keinen Gedanken hat, kann es jedem Menschen, der es ernstlich und richtig übt, etwas bringen, vorausgesetzt, dass er ein gewisses Maß an psychischer Gesundheit mitbringt.“*¹⁸

Diese klare Positionierung stößt auch auf Kritik¹⁹, denn der *„neuralgische Punkt liegt in der Frage, ob die Methode auch Metaphysik ist, ob die Methode ablösbar vom religiösen Hintergrund ist, ob sie als weltanschaulich neutral angesehen werden kann.“*²⁰

Egal wie man sich in dieser Frage positioniert, bleibt festzuhalten, dass eine ausschließliche Orientierung an fernöstlichen Methoden, dass die Zen-Meditation als einzige geistliche Übung für

den Christen, die Christin zu kurz greift. Christliche Meditation kann nicht im Leerwerden ihr letztes Ziel sehen, sondern im immer neuen Bedenken und Sichversenken in das Heilswirken Gottes, der Schwerpunkt liegt auf Begegnung: Der lebendige Gott begegnet dem Menschen in seiner Welt, er ergreift die Initiative. Das Ziel ist die Gemeinschaft mit dem sich in Liebe verschenkenden Gott. Einswerden bedeutet in diesem Zusammenhang nicht Aufhören, als Einzelwesen zu sein, sondern höchste Entfaltung personaler Gemeinschaft.²¹

Andererseits bleibt anzuerkennen und auch zu nutzen, dass die Zen-Meditation und andere östliche Methoden gerade durch ihre somatische Komponente wesentliche Beiträge zur Selbstfindung, Konzentration und Zentrierung des Menschen leisten, die auch für eine christlich verstandene Meditationspraxis sehr bedeutsam sind.

Obwohl es auch in der christlichen Meditationspraxis einzelne Hinweise auf Körperhaltung und Atmung gibt²², ist diese Komponente geistlicher Übung im Christentum nicht so tiefgehend entwickelt wie in den östlichen Traditionen. Das Schreiben der Glaubenskongregation an die Bischöfe über einige Aspekte der christlichen Meditation vom 15. Oktober 1989 (wohl nicht zufällig das Fest der hl. Teresa von Avila), das von manchen Protagonisten östlicher Meditationsformen scharf kritisiert wurde, bietet durchaus hilfreiche Unterscheidungskriterien. Auch wenn die Wortwahl und der kuriale Stil manchmal befremden, formuliert das Dokument doch wichtige Eckpunkte für eine spiritualitätstheologische Reflexion, die entscheidend ist für den verantwortlichen Umgang mit Formen der Fröm-

migkeit, nicht nur der östlichen Meditationsformen, auch wenn das Dokument zunächst darauf abzielt. Es kann hier nicht das ganze Dokument referiert werden, es sei aber zur Lektüre ausdrücklich empfohlen.

Die Stärke der östlichen Meditationsformen ist gleichzeitig – wie so oft – bei falscher Anwendung ihr Schwachpunkt. Das Schreiben der Glaubenskongregation formuliert es z.T. etwas unglücklich so: *„Einige physische Übungen erzeugen automatisch das Gefühl der Ruhe und Entspannung, Gefühle der Befriedigung, vielleicht sogar Empfindungen von Licht und Wärme, die einem geistlichen Wohlbefinden gleichen. Sie aber als echte Tröstungen des Heiligen Geistes anzusehen, wäre eine gänzlich falsche Art, sich den geistlichen Weg vorzustellen. Würde man ihnen eine für die mystische Erfahrung typische symbolische Bedeutung zuschreiben, ohne dass die sittliche Haltung des Betreffenden dem entspricht, so hätten wir eine Art geistlicher Schizophrenie vor uns, die sogar zu psychischen Störungen und zuweilen zu moralischen Verirrungen führen kann.“*

Das hebt freilich die Tatsache nicht auf, dass echte Praktiken der Meditation, die aus dem christlichen Osten und aus den nichtchristlichen Hochreligionen stammen und auf den gespaltenen und orientierungslosen Menschen von heute Anziehungskraft ausüben, ein geeignetes Hilfsmittel für den Betenden darstellen können, sogar mitten im äußeren Trubel innerlich entspannt vor Gott zu stehen.“ (28)

Damit werden mehrere wichtige Gesichtspunkte angesprochen.

Jede Erfahrung oder jedes Erleben ist nicht per se vom Hl. Geist, genau das

bedarf der Prüfung. Die Gnade des Hl. Geistes lässt sich nicht einfach mit der positiven und erfüllenden psychologischen Erfahrung seiner Gegenwart in der Seele identifizieren. Auch Trübsal und Trostlosigkeit, Krisenerfahrung und Zweifel gehören dazu.

Es gibt im Christentum keine Technik oder Methode mit Erfolgsgarantie, schon gar nicht, wenn es um die Begegnung mit Gott geht.

Dies gilt allerdings für jede geistliche Übung und für jegliches geistliches Erleben.

Die Perfektion der Übung im Sinne der Körperhaltung, von der Glaubenskongregation völlig unsinnig als „Körperkult“ (27) diffamiert, kann zur Verwechslung von Weg und Ziel führen. Die Energie richtet sich auf das vollkommene beherrschen der Übung und nicht auf ihre Früchte oder Ziele. Dies führt unweigerlich in eine geistliche Sackgasse.

Eine Übung führt bei genauer Durchführung nicht zwangsläufig zum gewünschten Ergebnis.

Doch auch dies gilt generell, z.B. auch für liturgische Feiern oder den christlichen Kult. Wenn die Einhaltung der Rubriken, die perfekte Gestaltung der Liturgie, der durchgestylte Gottesdienst zum Ziel wird, dann wird die Liturgie zwanghaft oder zur Bühne der Selbstdarstellungen des Liturgen.

Albert Görres hat die Notwendigkeit dieser Unterscheidungen im Hinblick auf die ignatianischen Exerzitien betont: *„Ob der einzelne besser fährt nach der Weise des Ignatius oder nach der des Franz von Sales, was für sein Wesen, seinen Charakter, seine Situation das Bekömmlichere ist, kann kein allgemeiner Satz entscheiden. Das ist bestimmt*

durch die Anregungen und Anmutungen, die den einzelnen fassen lassen, was er fassen kann, *secundum mensuram donationis et gratiae* (nach dem Maß der Gabe und der Gnade). Dieses Maß ‚experimentell‘ zu bestimmen, dazu bedarf es der Diskretion in der ‚Unterscheidung der Geister‘, deren Kriterien Ignatius klassisch beschrieben hat. Ohne sie freilich sind die geistlichen Übungen des Ignatius von Loyola schieres Gift, mit ihnen sind sie ein Buch der Weltreform und des Neuen Lebens.“²³

Die „sittliche Haltung“ hat der Übung zu entsprechen. Anders gesagt, die Frucht der geistlichen Übung ist und bleibt die Liebe zum Nächsten. Übung und Leben müssen eine Einheit bilden. Auch das gilt für alle Formen geistlicher Übung im Christentum.

Dass die Meditation der Ergänzung im Rahmen des Christentums bedarf, wurde schon festgestellt, stichwortartig wären zu nennen, die Bedeutung Jesu Christi, Bezug zu Schrift und Tradition, Kirchlichkeit, persönliches und gemeinschaftliches Gebet u.a.

Es wurde hoffentlich deutlich, dass die Zen-Meditation bzw. östliche Meditationsformen im Rahmen des Christentums keiner besonderen Überprüfung im Sinne der Unterscheidung der Geister bedürfen, sondern dass die gleichen Kriterien anzuwenden sind, die für alle Formen religiöser Übung und Praxis gelten.

Beten und geistliche Übung sind nicht einfach gut oder schlecht, es kommt immer darauf an. Ich erinnere mich an die Aussage eines älteren Bruders meiner Gemeinschaft über einen Novizen: „Das wird nichts, der ist viel zu oft in der Kapelle!“ Und er behielt recht. Es gilt der alte paulinische Grundsatz:

„Prüft alles und behaltet das Gute“ (1 Thess 5,21)

Oder wie es die Kirchenlehrerin Teresa von Avila so treffend schrieb: „Vor unerleuchteter Frömmigkeit bewahre uns Gott!“²⁴

-
- 1 Schmiedl J., Das Konzil und die Orden. Krise und Erneuerung des gottgeweihten Lebens, Vallendar-Schönstatt 1999, 512.
 - 2 Wulf F., Ordensreform 20 Jahre nach dem II. Vatikanischen Konzil. Rückschau und Ausblick, in Geist und Leben 59 (1986), 358-371, hier 363.
 - 3 Baier K., Meditation und Moderne, Bd. 2, Würzburg 2009, 905f.
 - 4 Baier K., A.a.O., 911f. Fußnote 16.
 - 5 Wulf F., Die christliche Meditation in der Auffassung und Übung unserer Zeit, in: Geist und Leben 30 (1957), 435-445, hier 435.
 - 6 Ebda.
 - 7 Wulf, A.a.O., 435f.
 - 8 Tilmann K., Die Führung zur Meditation. Ein Werkbuch, Bd. 1, Zürich u.a. 1971, 22.
 - 9 Vgl. Baier K., a.a.O., a.a.O., 936-939.
 - 10 Vgl. z.B. Severus E.v., Das Wort „Meditari“ im Sprachgebrauch der Hl. Schrift, in: Geist und Leben 26(1953), 365-375; Bacht H., meditatio in den ältesten Mönchsquellen, in: Geist und Leben 28 (1955), 360-373; Ders., Das Vermächtnis des Ursprungs. Studien zum frühen Mönchtum, Würzburg 1972; u.a.
 - 11 Vgl. Walter R., von (Hg.), Aufrichtige Erzählungen eines russischen Pilgers, Freiburg 1959; Ware K. T., Hinführung zum Herzensgebet, Freiburg 1982; u.a.
 - 12 Vgl. Keating T., Das Gebet der Sammlung, Schriften zur Kontemplation 4, Münster-schwarzach 1987; u.a.
 - 13 Vgl. Bäumer R. / Plattig M., Umformung durch Aufmerksamkeit - Aufmerksamkeit durch Umformung, Gesammelte Beiträge zur Geistlichen Begleitung, Theologie der

- Spiritualität, Quellen und Studien 6, St. Ottilien 2014; u.a.
- 14 Vgl. Nientiedt K., Autonomie und Abhängigkeit. Zur IX. ordentlichen Bischofssynode über die Orden, in: Herder Korrespondenz 48(1994), 611-616, hier 612.
- 15 Johannes Paul II., Vita consecrata, Nr. 5, in: Sekretariat der Deutschen Bischofskonferenz (Hg.), Verlautbarungen des Apostolischen Stuhles Nr. 125, Bonn 1996, 12.
- 16 Enomiya-Lassalle H., Kraft aus dem Schweigen. Einübung in die Zen-Meditation, Freiburg 1988, 141.
- 17 Enomiya-Lassalle H., A.a.O., 142f.
- 18 Enomiya-Lassalle H. M., Weisheit des Zen, München 1998, 81.
- 19 Vgl. Sudbrack J., Faszination aus dem Osten, in: Geist und Leben 44 (1971), 424-439; Balthasar H. U. v., Meditation als Verrat, in: Geist und Leben 50 (1977), 260-268; u.a.
- 20 Weismayer J., Leben in Fülle. Zur Geschichte und Theologie christlicher Spiritualität, Innsbruck 1983, 89.
- 21 Vgl. ebda.
- 22 Vgl. Dodel F., Das Sitzen der Wüstenväter. Eine Untersuchung anhand der Apophthegmata Patrum, Paradosis 42, Freiburg/Schweiz 1997; Dyckhoff P., Mit Leib und Seele beten. Die neun Gebetsweisen des Dominikus, Freiburg 2003; Guardini R., Von heiligen Zeichen, Mainz 1928; u.a.
- 23 Görres A., Ein existenzielles Experiment. Zur Psychologie der Exerzitien des Ignatius von Loyola, in: Kuhn H. u.a. (Hg.), Interpretation der Welt. FS für Romano Guardini zum 80. Geburtstag, Würzburg 1965, 497-517, hier 517.
- 24 Vida 13,16; zitiert nach: Teresa von Avila, Das Buch meines Lebens, vollständige Neuübertragung, hg. u. übers. u. eingel. v. U. Dobhan u. E. Peeters, Freiburg 2001, 215.