

Viele kennen und lieben die »Irischen Segensworte«. Sie sind entstanden aus der Spiritualität der keltischen Christen und ihrer jahrhundertalten Weisheit, die bis in die Zeit der Druiden und Barden zurückreicht: Alles ist miteinander verbunden, und alle hängen voneinander ab. Angela Römer-Gerner erschließt diesen Schatz für eine alltagsnahe Spiritualität heute: schöpferbezogen und menschenfreundlich.

ANGELA RÖMER-GERNER

aufgewachsen im Norden Deutschlands; Pfarrerin in Sursee/Luzern und Bern-Bümpliz, Seelsorgerin an der Psychiatrischen Klinik in St. Urban. Studienleiterin im Bildungszentrum Gwatt am Thunersee, von 1998 bis 2003 Leiterin der Fachstelle Spiritualität der Reformierten Kirchen Bern-Jura-Solothurn. Seitdem freiberuflich tätig.



334896

RÖMER-GERNER

Möge deine Seele voll sein von Leben

ANGELA RÖMER-GERNER

Möge deine Seele voll sein von Leben

Keltische Spiritualität
entdecken

HERDER



*Für Zeno und unsere Kinder
Jonas, Rahel und Simon*

Angela Römer-Gerner

**Möge deine Seele
voll sein von Leben**

Keltische Spiritualität entdecken

Mit einem Geleitwort
von David Steindl-Rast

HERDER 

FREIBURG · BASEL · WIEN



Zum Geleit

von David Steindl-Rast OSB

Beim Lesen in Angela Römers Buch über keltische Spiritualität wurde eine unvergessliche Erinnerung in mir wach: Mein Freund, der Dichter und Theologe *John O'Donohue*, nimmt mich bei der Hand, führt mich über die Schwelle seines Elternhauses und stellt mich seiner Mutter vor. Das war der Höhepunkt meiner Irlandreise. Dieses alte, kleine Haus am Rande eines Moores war für mich einer jener Orte, an denen der Schleier zwischen der sichtbaren und der unsichtbaren Welt ganz dünn ist, und die Frau, der ich da gegenüberstand, verkörperte eine Tradition, in der weibliche Weisheit eine wichtige Rolle spielt. Die Impulse aus dem keltischen Christentum, die Angela Römer-Gerner hier zusammengetragen hat, sind mit dem Einfühlungsvermögen einer Frau ausgewählt, und das ganze Buch kann daher für alle, die es mit offenem Herzen lesen, den Schleier zwischen hier und drüben durchscheinend machen. Ein solches Buch verdient auf seiner Reise in die Welt einen jener Segenssprüche, an denen die irisch-christliche Tradition reich ist:

Mögest du die kleinen Wegweiser des Tages
 nicht übersehen:
 den Tau auf den Grasspitzen,
 den Sonnenschein auf deiner Tür,
 die Regentropfen im Blumenbeet,
 das behagliche Buckeln der Katze,
 das Wiederkäuen der Kuh,
 das Lachen aus Kinderkehlen,
 die schwierige Hand des Nachbarn,
 der dir einen Gruß über die Hecke schickt.
 Möge dein Tag durch viele kleine Dinge
 groß werden.

Mögen die Leserinnen und Leser dieses Buches Lebens-
 freude schöpfen aus jener Kraftquelle, aus der es her-
 vorquillt.

David Steindl-Rast
 Benediktinermönch, Autor und Mitbegründer von
www.Dankbarkeit.org



Inhaltsverzeichnis

Zum Geleit	5
Einführung	13
Der Segen, der Alltag und die Natur	13
Menschsein braucht Übung	18
Menschsein braucht Zeit	21
Auf Spurensuche	23

1

Die Weisheit der Druiden

Die Welt ist eins	24
Das Göttliche ist gegenwärtig	25
<i>Gott ist gesellig</i>	28
Die Natur ist beseelt	29
<i>Der freundliche Weg</i>	32
<i>Barfuß gehen</i>	33
<i>Das offene Fenster</i>	33
Lernen ist notwendig	35
<i>Auswendig lernen</i>	38

Frauen sind geschätzt	39
<i>Frauen ermutigen</i>	40
Kunst und Poesie	
sind unabdingbar für den Glauben	41
<i>Kirchenräume und Kirchenträume</i>	43

2

Leben aus der Fülle

Eine Welt voller Heiliger – »das Goldene Zeitalter«	45
<i>Eigene gute Zeiten erinnern</i>	49
Freude am Erzählen – die Welt der Legenden	50
<i>Vorlesen und Zuhören</i>	54
Leben als Segen und Gebet – der rote Faden durch die Geschichte	56
<i>Mut zum Segnen</i>	60
Orte der Erinnerung – Landschaften als Storyteller ..	62
<i>Einen Ort der Ruhe finden</i>	63

3

Das keltische Kreuz
und der keltische Knoten

Die zwei Schuhe Christi und das keltische Kreuz ...	66
Feuer und Flamme für Christus	68
<i>Die Bibel unvoreingenommen lesen</i>	72
Der dünne Schleier zwischen Himmel und Erde ...	73
<i>Augen auf für das Gottesreich</i>	77

4

Ein anderes Leben ist möglich

Vorbilder finden – die Wüstenväter	
als Inspirationsquelle	79
<i>Eigene Vorbilder</i>	80
Einsamkeit suchen – das Leben als Einsiedler oder Eremitin	81
<i>Alleinsein als Kraftquelle</i>	85
Gemeinschaft schätzen – Leben im Kloster	86
<i>Gemeinschaft als Herausforderung</i>	89
Die große Entdeckung – die Kunst des Lesens und Schreibens	90
<i>Faszination neue Medien</i>	96
Ein anderes Leben ist möglich – Buße als Umkehr ..	99
<i>Umkehr braucht Umdenken</i>	101
Die Schönheit einer Magerwiese –	
Mut zur Einfachheit	103
<i>Weniger ist mehr</i>	106
<i>Schönheit genießen</i>	108
<i>Askese als Einübung</i>	109
<i>Inseln der Bescheidenheit schaffen</i>	111
Die neue Freiheit – Pilgern als Lebensform	113
<i>Sich einen Schutzmantel anziehen</i>	118

5
Weisheit der Legenden

Legenden als Unterhaltung und kreative Herausforderung	120
Der heilige Brendan und der Mut	122
<i>Zivilcourage</i>	125
Der heilige Patrick und das Gottvertrauen	126
<i>Das Herzensgebet</i>	129
Die heilige Brigid und die Gastfreundschaft	130
<i>Mit allen verbunden</i>	133
Die Heiligen und die Tiere als Helfer und Lehrer	134
<i>Mit allem verbunden</i>	136
Der namenlose Eremit und der gute Rat	138
<i>Einheit von Wort und Tat</i>	139
Der heilige Columba und der Humor	141
<i>Über sich selbst lachen</i>	142

6
Ein Blick in die Welt der Frauen

Der Alltag ist heilig	144
<i>Die unaufgeräumten Schubladen</i>	147
Die Äbtissin Hild – eine königliche Frau	149
<i>Das Fremde wertschätzen</i>	153

7
Eins mit der Schöpfung

»Wie gut ist der Mensch?« Der Theologe Pelagius	155
<i>Mit den Augen Gottes sehen</i>	163
Das Einssein von Gott und Schöpfung – Der Philosoph Eriugena	166
<i>Sehnsucht nach Verbundenheit</i>	171

8
Dem Körper Rhythmus
und der Seele Heimat geben

Mit der Sonne gehen – von Zeiten und Festen	172
<i>Schauen und Lauschen</i>	178
<i>Der andere Adventskranz</i>	180
Zwischen Geborenwerden und Sterben – Lebenszeiten	182
<i>Das Gefäß klein halten</i>	183

9
Seelenfreundschaft finden

Anam Cara, der Seelenfreund	185
<i>Spirituelle Begleitung und Herzensbildung</i>	188

Das Feuer weitertragen

Mit beiden Schuhen unterwegs – die Iona Community	189
<i>Spiritualität und gesellschaftliches Engagement</i>	194
Segen weitergeben – die heilige Insel Lindisfarne	195
<i>Sich eine Schatzkiste anlegen</i>	199
<i>Sich am Feuer der Vorfahren wärmen</i>	199
Quellennachweis	201
<i>Textquellen</i>	201
<i>Bildquellen der Vignetten</i>	202
Literaturverzeichnis	203
Zur Autorin	207



Einführung

Der Segen, der Alltag und die Natur

Woher nehme ich nur den Mut, ein Buch über keltische Spiritualität zu schreiben? Am Anfang stand meine Begeisterung für die irisch-keltischen Gebete und Segensworte, vor allem für die eindrücklichen Segenswünsche wie zum Beispiel für den folgenden:

Der Segen der Erde, der guten reichen Erde,
sei für dich da.
Weich sei die Erde dir, wenn du auf ihr ruhst
müde am Ende des Tages,
und leicht ruhe die Erde auf dir am Ende des Lebens,
dass du sie schnell abschütteln kannst –
und auf und davon auf deinem Weg zu Gott.

Dieser Segen ist wie viele irische erdnah. Er hat das gegenwärtige Leben, aber auch schon – mit einem Augenzwinkern – ein wenig das kommende im Blick. Der Kontakt zu dieser »Anderswelt« war den christlichen Keltinnen und Kelten wichtig. Sie waren begeisterte Pilger und verstanden ihr ganzes Leben als Weg zu

Gott – ein Weg, auf dem sie, so steinig er auch sein mochte, nie allein gelassen wurden:

Wenn Gott dich auf einen steinigen Pfad schickt,
möge er dir feste Schuhe geben.
Gott möge dich auf deiner Reise begleiten,
und mögest du sicher
ins himmlische Königreich gelangen.

Gott ist wie ein guter Freund, eine verlässliche Wegbegleiterin. Unsere Zeit liegt in ihren Händen. Wie dunkel es auch unterwegs sein mag, auf Gottes stärkende Gegenwart kann ich mich verlassen wie auf Sonne, Mond und Regen und das bei Tag und bei Nacht:

Möge die Sonne dir jeden Tag neue Energie bringen.
Möge der Mond dich jede Nacht sanft wiederherstellen.
Möge der Regen deinen Kummer wegwaschen.
Möge eine leichte Brise dich mit neuer Kraft anhauchen.

An den irischen Segenswünschen fasziniert mich zudem, dass Gottes Segen mitten in den Alltag hinein gehört: Bei der täglichen Arbeit wird Gott mitsamt seinen heiligen Engeln herbeigerufen und um Schutz gebeten. Eine Frau, die ihr Herdfeuer anzündet, spricht:

Ich zünde heute morgen mein Feuer an
in der Gegenwart der heiligen Engel des Himmels:

In der Gegenwart Ariels
mit seiner strahlenden Schönheit,
in der Gegenwart Uriels
mit seiner unzähligen Funken Glanz.
Ich zünde es an ohne böse Gedanken, ohne Neid,
ohne Eifersucht, ohne Furcht
mit dem Wunsch, Gottes Sonne möge mich schützen.

Und wenn die Frau vom Feuer im Herd spricht, dann bittet sie sogleich auch um das Feuer der Liebe im eigenen Herzen:

Gott, zünde du innen in meinem Herzen die Flamme an:
Liebe zu meinem Nachbarn,
zu Freunden und Feinden,
zu meinen Verwandten,
zu den Guten und zu den Schurken.
Der Sohn der Maria, der Schönen, gab sie mir:
Liebe zum geringsten Geschöpf
und zum höchsten aller Namen.

Da wird unmittelbar und ohne Umschweife von Erfahrungen mit dem liebenden Gott im täglichen Leben einer Hausfrau gesprochen. All die kleinen und großen Arbeiten wie kochen und waschen, weben und melken sind wichtig, ja sie sind heilig und verbinden mit Gott.

Und noch etwas begeistert mich, dass nämlich für die keltischen Christinnen und Christen auch Gott und die Natur ganz nahe beieinander sind. Sie ist nicht nur seine Schöpfung, sondern ihre Schönheit und auch

ihre Wildheit lassen ihn selbst erfahrbar werden. Als der keltische Heilige St. Patrick von den Töchtern des Königs gefragt wurde, wer sein Gott sei und wo er zu finden wäre, gab er zur Antwort:

Unser Gott ist der Gott von allem, der Gott des
Himmels und der Erde, des Meeres und der Flüsse.
Er hat seine Wohnung im Himmel und auf der Erde,
im Meer und in allem, was darin lebt.
Er erleuchtet alles. Er belebt alles.
Er zündet das Licht der Sonne und des Mondes an.

Nachfahren der keltischen Christinnen und Christen sprechen heute noch, wenn sie vom Schlaf erwachen, ein Gebet, das St. Patrick zugeschrieben wird. Sie rufen die göttlichen Kräfte an, die ihnen in der Schöpfung entgegenkommen:

Ich erhebe mich heute
in der Kraft der Himmel,
des Lichtes der Sonne,
des Glanzes des Mondes,
des Leuchtens des Feuers,
des Eilens des Blitzes,
des Sausens des Windes,
der Tiefe des Meeres,
der Festigkeit der Erde,
der Härte der Felsen.
Ich erhebe mich heute
in der Kraft Gottes, der mich lenken möge.

Diese enge Beziehung sowohl zwischen Gott und dem Alltag wie auch zwischen Gott und der Natur traf bei mir auf einen Mangel. In meinem Studium der evangelischen Theologie spielte die Natur kaum eine Rolle. Sie kam zwar als Gottes Schöpfung vor, aber sie hatte ihre Verbundenheit mit Gott und damit ihre Heiligkeit verloren. Heilig und der Verehrung würdig durfte allein Gott sein, nicht aber seine Schöpfung und auch nicht seine Geschöpfe. Die Natur war mehr oder weniger sich selbst oder der menschlichen Willkür überlassen. Auch der Alltag und erst recht mein Alltag als Frau waren in der damals noch ganz von männlichen Erfahrungen und patriarchalem Denken geprägten Theologie nicht im Blick.

Ähnlich wie mit der Natur erging es mir mit dem Thema »Spiritualität«. Es war mir im Studium höchstens am Rande begegnet und dort unter negativem Vorzeichen.

Im Kennenlernen der keltischen Spiritualität empfand ich schmerzlich meine eigene spirituelle Bedürftigkeit. Das so entstandene Vakuum erwies sich aber gleichzeitig als großer Freiraum, als eine leere Schale, die sich bald mit neuen Erfahrungen und Einsichten füllen sollte. Ich begann deshalb, mich an einer Spiritualität zu orientieren, die mit der Gegenwart Gottes im Herzen der Schöpfung rechnet, also auch in meinem eigenen Herzen als Frau. Und auch wenn ich weiß, dass ich die Tiefe der keltischen Spiritualität für unser heutiges Leben niemals ausschöpfen kann, so bin ich dennoch dankbar dafür, dass sie im Alltag seelisch zu nähren vermag.

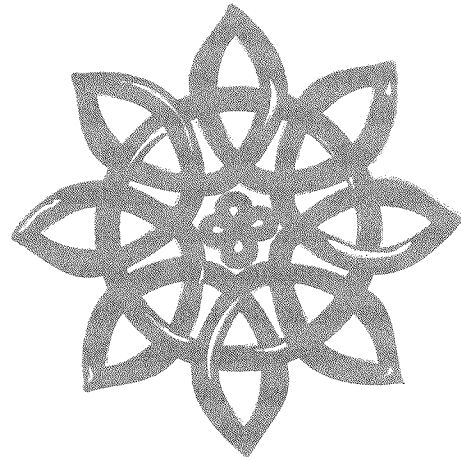
Menschsein braucht Übung

Was ich von den keltischen Christen in Erfahrung bringen konnte, beschäftigt mich: ihre zu Herzen gehende Weise, das Leben zu segnen, ihre ungezwungene Zwiesprache mit Gott, die Ernsthaftigkeit und zugleich Leichtigkeit, mit denen sie ihr Christsein aus dem Geist Jesu gestalteten. Einiges blieb mir jedoch auch fremd und nicht ohne Weiteres nachvollziehbar. Ihr religiöses Leben war entscheidend geprägt vom Mönchtum – einer Lebensform, die mir persönlich nie erstrebenswert erschien. Im Zentrum ihres spirituellen Lebens stand die *Askese*. O nein, bloß nicht das, war meine spontane Reaktion. Askese hatte in meiner Theologie und in meinem Leben bisher keine Rolle gespielt. Mit der Zeit begann mich aber gerade diese Fremdheit zu reizen. Auf der Suche nach Impulsen für meine eigene Spiritualität wollte ich mein Wissen über die keltischen Christen vertiefen, zuerst einmal mehr über sie lesen und auf Reisen nach Irland und Schottland Orte und Menschen besuchen, die meinen Wissensdurst stillen konnten. Wissen und Nachdenken allein, das wurde mir immer klarer, bleiben jedoch im Kopf stecken. Christsein aber will vor allem gelebt werden. Die christliche Botschaft suchte schon immer den Weg ins Herz, in die Hände und Füße und damit in den Alltag. Keltische Spiritualität ist kein erhebendes Gefühl, keine Anzahl guter Gedanken und anregender oder auch merkwürdiger Geschichten, sondern vor allem ein Übungsweg. Und da wurde mir auf einmal die Askese,

die mir bisher als so fremd erschien, überraschend hilfreich, denn Askese heißt in seiner Grundbedeutung einfach »Übung«, und genau darum geht es bei der Spiritualität. Wenn gute Einsichten meinen Alltag prägen sollen, dann müssen sie zu guten Gewohnheiten werden. Und mit dem Christsein ist es ein wenig wie mit dem Menschsein: Bis wir das aufrechte Stehen und den aufrechten Gang lernen, kostet es viel Zeit und Geduld. Wir müssen immer wieder hinfallen und erneut aufstehen, wie es kleine Kinder mit ungeheurer Hingabe und ohne sich entmutigen zu lassen überall auf der Welt täglich neu tun. Und genauso braucht ein guter Umgang mit unseren Bedürfnissen und Gefühlen immer wieder Neuanfänge, er muss ständig geübt und immer wieder ausprobiert werden. So eine Spiritualität brauche ich. Die keltischen Christen wussten, dass sie mit der Taufe nicht ein für alle Male Christen und Christinnen geworden waren, sondern dass das Christsein täglich eingeübt werden muss. Darum war Askese für sie so zentral.

Eine Form der mönchischen Askese, die mich besonders befremdet, war ihr langes Stehen und Beten im kalten Wasser. Vom heiligen Cuthbert wird berichtet, dass er sein Kloster auf Lindisfarne nachts heimlich verließ, um unerkannt stundenlang im Wasser zu stehen und mit ausgebreiteten Armen zu beten. Als er wieder aus dem Wasser stieg, seien zwei Otter gekommen, hätten sich vor ihm hingelegt und seine Füße mit ihrem Atem gewärmt. Nachdem Cuthbert sie gesegnet hatte, rieben sie seine Füße mit ihrem Fell trocken.

Ich selbst will als religiöse Übung keineswegs lange im kalten Wasser stehen oder allzu lange mit ausgebreiteten Armen beten, da machen schon meine Knochen und mein verspannter Rücken nicht mit. Aber eine Anregung gibt mir diese Gebetshaltung allemal: Warum muss ich beim Beten immer nur die Hände falten und den Kopf senken? Wie wunderbar ist es, den Morgen so zu empfangen: Mit ausgebreiteten Armen und freiem Herzen einfach dastehen, den Tag begrüßen und mich öffnen für das, was Gott und was die kommenden Stunden für mich bereithalten.



Menschsein braucht Zeit

Die frühen keltischen Mönche und Nonnen zogen sich als Eremiten in die Einsamkeit zurück; später bildeten sie auch Kloostergemeinschaften. Beides entspricht nicht meiner Lebensform. Dennoch frage ich, welche Impulse mir diese frühen keltischen Mönche und Nonnen für mein Leben heute geben können. Einen guten Rhythmus zu finden zwischen Gemeinschaft und zeitweisem Rückzug in eine von mir gewählte Einsamkeit und Stille wird mir je länger desto wichtiger für meine eigene körperliche und seelische Gesundheit. Ähnlich erging es mir mit dem Beten, das für das mönchische Leben so wichtig war. Nein, ich will nicht wie die damaligen Nonnen und Mönche mehrmals in der Nacht zum Gebet aufstehen, mir auch nicht stets nur ganz wenige Stunden Schlaf gönnen. Der Schlafentzug, der für ihr Gebetsleben wichtig war, scheint mir für unsere unausgeschlafene Gesellschaft kaum das Richtige zu sein. Ich will stattdessen darüber nachdenken, wie viel Schlaf ich selbst brauche. Nach meiner Erfahrung benötige ich eher mehr Ruhezeiten, als ich mir effektiv gönne. Ich will auch ab und zu aufwachen können ohne Wecker. Diese besondere Zeit zwischen Schlaf und Erwachen ist mir kostbar. Ich kann mich dann besser an meine nächtlichen Träume erinnern, die mir meine sonst eher verborgene Innenseite zeigen. Die Zeit der Morgendämmerung ist für mich sehr kreativ und hat mir schon so manche Anregung für den nahenden Tag gebracht.

Welchen Weg zum inneren Wachsen ich auch einschlage, er wird vor allem Zeit kosten. Wenn der Fuchs zum kleinen Prinzen sagt: »Die Zeit, die du für deine Rose verloren hast, die macht deine Rose so wichtig«, so lässt sich dies getrost auf jeden spirituellen Weg übertragen: Die Zeit, die ich für meinen spirituellen Weg aufbringe, macht diesen Weg so kostbar. Zeit für die Seele, Zeit für die göttliche Gegenwart im Alltag, und Zeit für die Armen, das haben sich offenbar die Menschen schon damals gewünscht:

Das könnte mir gefallen:
dass ich den Schöpfer preise, der alle Dinge lenkt;
dass ich mithilfe meiner Bücher nachsinne
über das, was meiner Seele gut tut;
dass ich Zeit haben möge,
den Seetang von den Felsen zu ernten;
eine Spanne Zeit, die Armen zu speisen;
auch, um in meiner Zelle zu sein;
Zeit zum Beten für das Königreich des Himmels
und für unsere Erlösung,
das wünsch ich mir.

Auf Spurensuche

Auf meiner Suche nach Inspiration für die eigene Spiritualität bin ich einen Weg gegangen, der mich von meinem Interesse an dem, was damals war, immer mehr zu Überlegungen geführt hat, was das für heute bedeutet.

Ich befasste mich mit der Frage, was in der christlich-keltischen Spiritualität von dem vorchristlich keltischen Erbe noch vorhanden ist (Kap. 1) und wie die Geschichte weiterging (Kap. 2). Unverkennbar keltisch sind die Hochkreuze und die keltischen Knoten, beide künstlerischer Ausdruck keltischer Spiritualität (Kap. 3). Am meisten Kenntnisse haben wir, wenn auch hauptsächlich aus Legenden, von den Mönchen und Nonnen (Kap. 4) und von den keltischen Heiligen (Kap. 5). Mein besonderes Interesse gilt den Frauen (Kap. 6). Keltische Christen haben sich behaupten müssen gegen Christen römischer Prägung. Die theologischen Auseinandersetzungen wurden auf keltischer Seite von zwei Männern geführt, die beide im Streit mit Rom unterlagen: Pelagius und Eriugena (Kap. 7). Die keltischen Christen waren noch ganz eingebettet in den Ablauf der Natur mit ihren Zeiten und Rhythmen (Kap. 8). Der Seelenfreund, der Anam Cara, steht für Seelsorge von Mensch zu Mensch (Kap. 9). Wie können wir schöpfen aus dem reichen Schatz der uns überlieferten Spiritualität? Und wie wird keltische Spiritualität heute gelebt? (Kap. 10)