

Bibliothek  David Steindl-Rast OSB



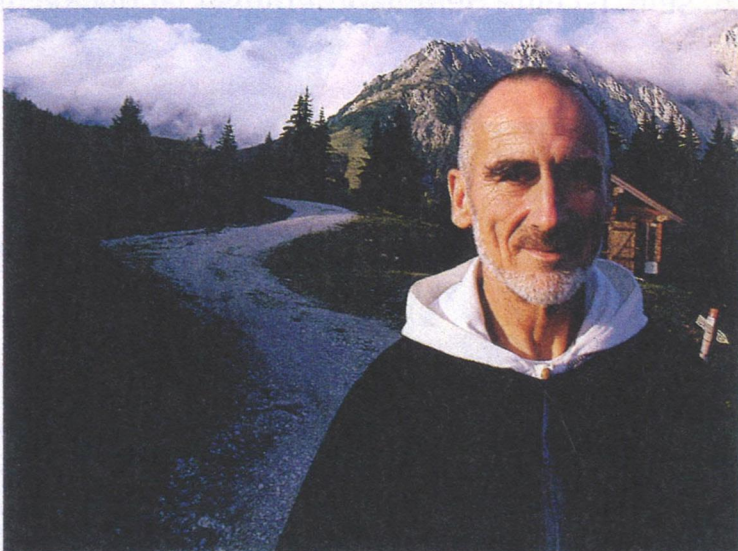
«Wer dankbar ist, wird glücklich.»

«Wer dankbar ist, wird glücklich.»

Er ist ein Superstar der spirituellen Szene: «Bruder David», wie David Steindl-Rast jeweils herzlich begrüsst wird, ist ein **Klostermann und Zen-Meister** zugleich. Der Erfolgsautor aus Wien predigt den Weg des Herzens und der Mystik.

Von René Tischler

Vor fünf Jahrzehnten wanderte David Steindl-Rast (77) in die USA aus, ins Benediktinerkloster Mount Saviour. Der Kunststudent aus Wien wurde Mönch. Gebet, Einsamkeit, innere Freude, Gehorsamkeit und Dankbarkeit bestimmten von nun an sein Leben. Als er mit dem Zen-Buddhismus Bekanntschaft schloss, merkte er, dass übersinnliche wie religiöse Erfahrungen auch ausserhalb des Christentums existierten. «Ich war damals schon 12 Jahre Benediktiner, als plötzlich Zen-Mönche aus Japan, arabische Sufis und indische Hindu-Mönche in Amerika auftauchten. Ich war erstaunt, in wie vielen Einzelheiten unser



Mönch David Steindl-Rast: Spiritueller Pionier und Prophet der Neuzeit.

Die Suche nach Gott führt über die Sinne!

strenges Mönchsleben mit dem des Zen übereinstimmten», erinnert sich der Bestseller-Autor («Achtsamkeit des Herzens», Herder Verlag). Für den Propheten des 21. Jahrhunderts hat

Spiritualität ihren Ort mitten im Alltag oder inmitten der eigenen Familie. Die Suche nach dem Göttlichen führt nach seiner Ansicht über alle Sinne. Mit dem Herzen achtsam sein, so lautet seine Predigt: «Beten heisst nicht Worte sagen, mit Gott verhandeln und ihm die Wirklichkeit erklären. Beten heisst horchen, denn Gott spricht täglich 24 Stunden zu uns!» Da Stillsitzen wie ein Mönch, Yogi oder Zen-Schüler für die meisten Menschen ein Ding der Unmöglichkeit ist, schlägt Steindl-

Rast vor, einen Spaziergang zu machen und dabei ganz achtsam zu gehen. Zum Beispiel die Aufmerksamkeit zwischen Fusssohlen und den Boden zu richten, den Wind zu fühlen oder auf den Atem achten. «Dann stellt sich eine innere, heilsame Stille ein», erklärt er.

Dankbarkeit ist für den spirituellen, christlichen Guru das grosse Schlüsselwort. «Nicht das Glücklichein führt zur Dankbarkeit, sondern das Dankbarsein macht glücklich», betont Steindl-Rast.