

+
So, da findest Du mich also in guter Gesellschaft,
Karin. Herzlichen Dank für Deine Gesellschaft
auf der Reise durch Klösterland und für
unser gemeinsames Leben. Dein Bruder Jörg
10. VI. 93.

»In meinen besten, lebendigsten Augenblicken –
in meinen mystischen Augenblicken –
spüre ich eine tiefe Zugehörigkeit.«

Begegnung mit Gott durch die Sinne

Br. David Steindl-Rast

Wenn mich jemand nach meiner persönlichen Beziehung mit Gott fragt, reagiere ich spontan mit einer Gegenfrage: Was verstehen Sie unter Gott? Jahrzehntlang habe ich mit Menschen überall auf der Welt über Religion gesprochen und dabei gelernt, daß der Begriff »Gott« mit äußerster Vorsicht zu gebrauchen ist, wenn wir Mißverständnisse vermeiden wollen.

Ich finde weitgehende Übereinstimmung unter den Menschen, wenn wir den mystischen Kern erreichen, aus dem alle religiösen Traditionen hervorgehen. Selbst jene, die sich mit organisierter Religion nicht identifizieren können, wurzeln oft tief im mystischen Erleben. Und dort finde ich meinen Bezugspunkt für die Bedeutung des Begriffes »Gott«. Das Wort muß in jenem mystischen Gewahrsein ankern, in dem alle Menschen übereinstimmen – bevor sie anfangen, darüber zu sprechen.

In meinen besten, lebendigsten Augenblicken – in meinen mystischen Momenten – spüre ich eine tiefe Zugehörigkeit. In solchen Augenblicken fühle ich mich in diesem Universum wirklich zuhause. Da besteht kein Zweifel mehr, daß ich zu diesem »Haushalt« gehöre, in dem jedes Mitglied zu allen anderen gehört – Käfer zu Kiefer, Schwarze Witwe zu Schwarzen Löchern, Quarks zu Quallen, Blitze zu Glühwürmchen, Menschen zu Mäusen. Zu dieser grenzenlosen gegenseitigen Zugehörigkeit Ja zu sagen, ist Liebe. Wenn ich von Gott spreche, meine ich diese Art von Liebe, dieses große Ja zur Zusammengehörigkeit. Ich erlebe diese Liebe gleichzeitig mit dem Ja Gottes zu allem, was existiert. Indem ich Ja sage, erkenne ich Gottes Leben und Liebe in mir.

Aber es ist mehr an diesem Ja der Liebe als das Zugehörig-

keitsgefühl. Es gibt immer auch eine tiefe Sehnsucht. Wer hat sie in der Liebe nicht schon erlebt, die Sehnsucht und die Zugehörigkeit? Paradoxerweise steigert jede von ihnen die Intensität des anderen. Je enger wir zusammengehören, desto mehr sehnen wir uns danach, einander noch vollkommener zu gehören. Die Sehnsucht fügt unserem Ja der Liebe einen dynamischen Aspekt hinzu. Die Glut unserer Sehnsucht wird Ausdruck und Maß unserer Zugehörigkeit. Nichts ist statisch; alles ist in Bewegung aus einer Dynamik, die noch dazu zutiefst persönlich ist.

Wenn Liebe echt ist, ist Zugehörigkeitsgefühl immer gegenseitig. Der Geliebte gehört zum Liebenden, wie der Liebende zum Geliebten gehört. Ich gehöre zu diesem Universum und zu dem göttlichen Ja, aus dem es hervorging, und dieses Zueinander-Gehören ist ebenfalls gegenseitig. Deshalb kann ich sagen »mein Gott« – nicht im Sinne eines Besitzergreifens, sondern im Sinne liebevoller Verwandtschaft. Wenn nun mein tiefstes Zugehören gegenseitig ist – könnte dann auch mein glühendstes Verlangen gegenseitig sein? Es muß so sein. So verblüffend der Gedanke anmuten mag: Was ich als meine Sehnsucht nach Gott erlebe, ist Gottes Sehnsucht nach mir. Man kann keine persönliche Beziehung mit einer unpersönlichen Kraft haben. Es ist wahr: Ich darf die begrenzten Aspekte einer menschlichen Person nicht auf Gott projizieren – und doch muß die göttliche Quelle alles Vollkommene der Personhaftigkeit besitzen. Woher sonst sollte ich sie erhalten haben?

So ist es also durchaus sinnvoll, von einer persönlichen Beziehung mit Gott zu sprechen. Wir sind uns ihrer – zumindest ahnungsweise – gewahr in Augenblicken, in denen wir sehr wach, lebendig und wirklich Mensch sind. Wir können diese Beziehung pflegen, indem wir Achtsamkeit üben und unser Leben ganz erfüllen.

Die Bibel drückt solche Einsichten in den Worten »Gott spricht« aus. »Gott spricht« ist eine Art, auf meine persönliche Beziehung mit der göttlichen Quelle hinzuweisen. Diese Beziehung läßt sich als Dialog verstehen: Gott spricht, und ich kann antworten.

Aber wie spricht Gott? Durch alles, was es gibt. Jeder

Gegenstand, jede Person, jede Situation ist letztlich WORT. Das Wort sagt mir etwas und fordert mich auf zu antworten. Jeder Augenblick mit allem, was er enthält, spricht das große Ja auf neue und einzigartige Weise aus. Indem ich darauf anspreche, Augenblick für Augenblick, Wort für Wort, werde ich das WORT, das Gott in mir und zu mir und durch mich spricht.

Deshalb ist Achtsamkeit eine so überaus wichtige Aufgabe. Wie kann ich auf diesen jetzigen Augenblick ganz ansprechen, wenn ich nicht wach bin für seine Botschaft? Und wie kann ich wach sein, wenn nicht alle meine Sinne hellwach sind? Gottes unerschöpfliche Poesie kommt mir in fünf Sprachen entgegen: Gesicht, Gehör, Geruch, Gespür und Geschmack. Alles übrige ist Deutung – genau genommen Textkritik, nicht die Poesie selbst, denn Poesie entzieht sich der Übersetzung. Sie kann nur in ihrer Originalsprache ganz erfahren werden, was für die göttliche Poesie der Sinnlichkeit umso mehr gilt. Wie kann ich also den Sinn des Lebens verstehen, wenn nicht durch meine Sinne?

Wann und worauf reagieren unsere Sinne am bereitwilligsten? Wenn ich mir diese Frage stelle, denke ich sofort an die Arbeit in meinem kleinen Garten. Wegen ihres Duftes habe ich dort Jasmin, Minze, Salbei, Thymian und acht Arten Lavendel. Welch eine Fülle köstlicher Düfte auf einem so kleinen Stück Erde! Und welche Vielfalt von Tönen: der Frühlingsregen, der Herbstwind, die Vögel im ganzen Jahr – Trauertaube, Blauhäher und Zaunkönig; der scharfe Ruf des Falken zur Mittagszeit und die Rufe der Eule zur Nacht – , das Geräusch der Ginsterruten auf dem Kies, das Spiel des Windes und die knarrende Gartentür. Wer könnte den Geschmack einer Erdbeere oder Feige in Worte übersetzen? Und welche endlose Auswahl von Dingen, die man berühren kann, vom taunassen Gras unter meinen nackten Füßen bis zu den sonnen-durchwärmten Felsen, an die ich mich lehnen kann, wenn die Abende kühl werden. Meine Augen gehen vor und zurück zwischen Fernem und Nahem: der goldgrüne, metallisch glänzende Käfer zwischen den Blütenblättern einer Rose, die unermeßliche Weite des Pazifischen Ozeans zwischen der Küste tief unten

und dem weiten Horizont, wo Meer und Himmel sich im Dunst begegnen.

Ja, ich gebe es zu: Einen solchen Platz zu haben, ist ein unschätzbare Geschenk. Es läßt das Herz aufgehen, die Sinne erwachen, einen nach dem anderen von neuer Vitalität lebendig werden. Wie auch immer die Umstände beschaffen sein mögen: Wir brauchen Zeit und Ort, um uns dieser Art von Erlebnis zu widmen. Das ist eine Notwendigkeit im Leben eines jeden, kein Luxus. Was in solchen Momenten zum Leben erwacht, ist mehr als Augen und Ohren: Unsere Herzen lauschen und öffnen sich. Bevor ich nicht meine Sinne eingestimmt habe, bleibt mein Herz düster, schläfrig, halb tot. In dem Maße, in dem mein Herz erwacht, vernehme ich die Aufforderung, mich meiner Verantwortung zu stellen.

Wir übersehen leicht die enge Verbindung zwischen Antwortbereitschaft und Verantwortlichkeit, zwischen Sinnlichkeit und gesellschaftlicher Herausforderung. Wenn wir lernen, wirklich mit unseren Augen zu sehen, beginnen wir auch mit dem Herzen zu schauen. Wir fangen an, uns dem zu stellen, das wir lieber übersehen, und zu bemerken, was auf dieser unserer Welt geschieht. Wenn wir lernen, mit unseren Ohren zu lauschen, beginnt unser Herz den Schrei der Unterdrückten zu vernehmen. Mit dem eigenen Körper in Kontakt zu sein heißt, mit der Welt in Verbindung zu sein – und dazu gehören auch die Dritte Welt und alle anderen Bereiche, derer sich unsere stumpfen Herzen bequemerweise nicht bewußt sind.

Auf meinen Reisen merke ich, wie leicht man seine Achtsamkeit verliert. Die Übersättigung unserer Sinne neigt dazu, die Wachheit zu dämpfen. Eine Flut von Sinneseindrücken lenkt das Herz leicht von der gesammelten Aufmerksamkeit ab. Aber der Einsiedler in jedem von uns läuft nicht vor der Welt davon; er sucht das Zentrum der Stille im Innern, wo der Pulsschlag der Welt zu hören ist. Wir alle – jeder in anderem Maße – brauchen Einsamkeit, weil die Pflege unserer Achtsamkeit notwendig ist.

Wie sollen wir dies praktisch durchführen? Gibt es eine Methode zur Pflege der Achtsamkeit? Es gibt viele Methoden. Der Weg, den ich gewählt habe, ist Dankbarkeit; man kann sie

üben, pflegen, lernen. Je mehr wir in der Dankbarkeit wachsen, desto mehr wachsen wir in der Achtsamkeit. Bevor ich des Morgens meine Augen öffne, mache ich mir bewußt, daß ich Augen habe zu sehen, während Millionen meiner Brüder und Schwestern blind sind – die meisten aufgrund von Umständen, die man bessern könnte, wenn die Menschheitsfamilie zur Vernunft käme und ihren Reichtum sinnvoll, das heißt gleichmäßig, verteilte. Wenn ich meine Augen mit diesem Gedanken öffne, bin ich höchstwahrscheinlich dankbarer für die Gabe des Sehens und wacher für die Bedürfnisse jener, die dieser Gabe ermangeln. Bevor ich am Abend das Licht ausschalte, notiere ich mir etwas, für das ich noch niemals dankbar gewesen bin. Das übe ich nun seit Jahren, und der Vorrat scheint unerschöpflich zu sein.

Dankbarkeit bringt Freunde in mein Leben. Wie könnte ich Freude finden in Dingen, die ich für selbstverständlich halte? Also höre ich auf, etwas für »selbstverständlich« zu halten, und schon ist kein Ende mehr der Überraschungen, die mir begegnen. Eine dankbare Haltung ist schöpferisch, denn letzten Endes ist Gelegenheit das Geschenk, das verborgen ist in dem Geschenk eines jeden Augenblicks – die Gelegenheit, mit Vergnügen zu sehen, zu hören, zu riechen, zu berühren und zu schmecken.

Es gibt kein engeres Band als jenes der Dankbarkeit, die Verbindung zwischen dem Gebenden und dem Dankenden. Alles ist Geschenk. Dankbares Leben ist ein Fest des universellen Gebens und Nehmens im Leben, ein grenzenloses Ja zur Zugehörigkeit.

Kann unsere Welt ohne Dankbarkeit überleben? Wie die Antwort auch lauten mag – ein bedingungsloses Ja zur gegenseitigen Zugehörigkeit aller Wesen bringt mehr Freude in diese Welt. Aus diesem Grunde ist Ja mein Lieblings-Synonym für Gott.