

## **Spirituell sein heisst, nichts für selbstverständlich zu nehmen**

von Barbara Lehner

Es war in der achten Woche unseres interkulturellen Kurses zu Frau und Gesellschaft in Asien am Institut für Frauenstudien in Manila. Seit dem Montag hatten wir verschiedene religiöse Traditionen auf ihre frauenverachtenden und frauenbefreienden Elemente befragt. Eine Frau aus Nepal erzählte von ihren Ausschluss-erfahrungen als menstruierende Frau im Hinduismus, eine aus Indonesien von den frauenerniedrigenden Verse des Korans, eine andere aus Korea zeigte das hierarchische Denken und die Rollenbeschränkungen angesichts des konfuzianistischen Ahnenkultes auf und die Philippinas in unserer Gruppe zeigten uns das koloniale und sexistische Gesicht des Christentums. Gespannt blickten wir alle auf den letzten Tag, an dem wir miteinander an einer befreienden Spiritualität schnuppern wollten.

Nach der kurzen Einleitung zu diesem Workshop hiess es, dass wir uns nun in Etappen ein Referat auf Video anschauen würden. Noch heute fällt es mir schwer, jene Irritation und Enttäuschung auszudrücken, die ich empfand, als das Bild eines weissen Mannes, eines christlichen Theologen und Dominikanerpaters auf dem Bildschirm sah. Als einzige weisse Frau schämte und ärgerte ich mich zugleich. Wiederholte sich hier nicht ein verinnerlichter Kolonialismus und Sexismus? Wurde hier das Christentum nicht einmal mehr zur einzig wahren und wegweisenden Religion hochstilisiert? Sicher hätte es doch auch noch andere Bezugspunkte, Traditionen und Personen gegeben, die sich zu einer befreienden Spiritualität hätten äussern können. Trotzdem muss ich heute eingestehen, dass Matthew Fox verschieden wichtige mystische Erkenntnisse aus verschiedensten Zeiten und Traditionen zusammengetragen hat und sie dadurch einer breiteren Öffentlichkeit verfügbar machte. So stützt er sich beispielsweise stark auf mittelalterliche Mystikerinnen und Mystiker wie Meister Eckehart, Hildegart von Bingen, Juliana von Norwich oder Mechtild von Magdeburg, er verweist in Zitaten auf Mahatma Ghandi, Martin Luther King, Simone Weil, Adrienne Rich, Teilhard de Chardin und viele mehr. Und die vier Pfade der Spiritualität, die er mit Hilfe von Meister Eckehart nachzeichnet, regen zum Nachdenken und Weitergehen an. Die Gespräche, die in unserer kulturell-religiös gemischten Gruppe entstanden, führten viele von uns – sei es durch Widerspruch, Übereinstimmung oder einfach durch das Erinnert-werden an eigene Erfahrungen - weiter zu dem, was sie „unbedingt angeht“. Später erst erkannte ich, dass Fox' Schöpfungsspiritualität der neu erwachenden Spiritualität asiatischer Frauen sehr nahe kommt. Nicht zuletzt, weil auch sie einerseits den abendländischen Dualismus, die Zweiteilung der Welt in Himmel und Erde, Mann und Frau, Seele und Leib, Herrscher und Beherrschte, aufzubrechen versuchen und andererseits die Verbundenheit mit allem Leben und der Kampf um Gerechtigkeit in ihre Mitte stellen.



Für meine eigenen Workshops mit jungen Erwachsenen und verschiedenen anderen Gruppen habe ich die vier Pfade mit eigenen Gedanken und Quellen erweitert und umformuliert.

### **Was ist Spiritualität?**

Spiritualität ereignet sich nicht in geistigen Höhenflügen, sondern im Alltag. Mary John Mananzan, eine philippinische Nonne und Feministin, bezeichnet Spiritualität als jene „innere Mitte“, die aus all den Erfahrungen und Begegnungen wächst, die wir in unserem Leben machten und die uns nun in einer bestimmten Weise leben und handeln lassen.

In diesem Sinne machen eigentlich alle Menschen spirituelle Erfahrungen. Wichtig ist es, dass wir den je eigenen Weg erkennen, wertschätzen und benennen, mit anderen teilen.

Das Nachsinnen über die eigenen Erfahrungen hat durchaus seinen Sinn. „Nicht das Vielwissen sättigt und befriedigt die Seele, sondern das Verspüren und Verkosten der Dinge von innen her.“, schrieb Ignatius von Loyola. Dem Geschmack des (eigenen) Lebens auf die Spur zu kommen, darum geht es. Spirituell sein heisst, nichts für selbstverständlich zu nehmen.

Spiritualität wird oft mit dem Bild des Weges beschreiben. Die westlichen Kirchenväter sahen ihn in den drei Stufen der Läuterung (Reinigung), der Erleuchtung und schliesslich der Vereinigung. Ein solcher Weg stellte nicht Mitgefühl, Freude, Kreativität und Gerechtigkeit in seine Mitte, sondern sah sein Ziel in der Abwendung von der Welt und allem Irdischen.

Die vier Pfade einer Schöpfungsspiritualität weisen in eine andere Richtung. Hier sind andere Disziplinen gefragt: Staunen und Freude angesichts der Schöpfung; loslassen lernen und der Mut, sich ins Dunkel zu wagen; die Entfaltung unserer schöpferischen Kräfte zur Neugestaltung der Welt sowie Mitgefühl und Verbundenheit, die in ein Engagement für Gerechtigkeit führen. Auf allen diesen Wegen kann uns das Göttliche begegnen und das Leben uns berühren.

### **Staunen und Freude, angesichts der Schöpfung**

Eine Schöpfungsspiritualität beginnt mit dem Staunen über die Kraft, Vielfalt und Schönheit der Schöpfung. So ist der erste Pfad eine Einladung, das Göttliche im Sein und in der Fülle der Schöpfung zu finden. Es ist die Entdeckung, dass das wahre Wunder des Lebens das Sein ist und dass wir seine Fülle mit allen Sinnen erfahren können. Wir selbst sind Teil dieses Wunders und ermutigt, unser eigenes Da-Sein als Ebenbild Gottes zu leben. Die eigene Schönheit und Würde zu entdecken und zu leben – entgegen aller Schönheitsnormen - kann gerade für Frauen eine grosse Herausforderung und Chance sein. So wie ich bin, bin ich schön, eine Bereicherung der Vielfalt dieser Schöpfung. Spiritualität steht hier also quer jeglicher Selbsterniedrigung und zu jeglicher Abtötung und Verleugnung der Sinne und der Sinnlichkeit. Im Gegenteil: mit allen Sinnen zu leben hat auch mit Be-sinnung zu tun. Die Honigsüsse des Lebens zu kosten und die Schönheit in einem blühenden Baum, in einem Musikstück Mozarts oder in einem alternden Gesicht zu entdecken, ist ein Pfad, das Göttliche im Leben zu erfahren. Lust und Freude begleiten diesen Weg und fordern uns auf, zu jubeln und all das uns Geschenke zu umarmen. Sei dies ein sonniger Herbsttag, eine liebe Freundin oder die Selbstverständlichkeit des eigenen Atems. Es gibt so viele Dinge, die uns einfach geschenkt sich und für die wir danken können. So erahnen wir in unserem Leben den grossen unterirdischen Fluss des Lebens.



### **Sich ins Dunkel wagen: der zweite Pfad**

Das Leben ist allerdings nicht immer ein Honigschlecken und so führt uns der zweite Pfad in die Erfahrung der Dunkelheit, der Leere und des Nichts. Vielleicht tut uns bewusst zu machen, wie viele Dinge im Dunkeln sich ereignen. So kamen wir selbst aus dem Dunkel des Mutterschosses und das Licht war zunächst einmal ein Schock. Und unsere Organe arbeiten im Dunkel unseres Körpers. Göttliches treffen wir in der Tiefe der Dunkelheit ebenso wie im Licht. Aber es braucht Mut, sich auch ins Dunkle zu wagen, sich dem Dunkeln zu stellen, um sich von seinem Geheimnis verändern zu lassen. Freiwillig und unfreiwillig gehen wir alle durch Dunkelheiten hindurch. Das kann Gemeinsamkeit schaffen und ein Mitgefühl für andere. Was du durchleidest, habe ich in einer ähnlichen Situation auch erlebt.

Dieser zweite Pfad ist gepflastert mit der Erkenntnis, dass nur das Göttliche Sein hat. Hier lernen wir die grosse Lektion des Loslassens und des Sein-lassens, die uns hineinführen bis zum letzten grossen Loslassen im Sterben. Wir haben unsere Existenz erhalten und eines Tages werden wir wieder in den grossen unterirdischen Fluss einmünden. Die Aufforderung zum Loslassen begegnet uns in verschiedenen Facetten. Sei es in der schmerzlichen Erkenntnis, dass die eigenen Kinder einen eigenen Weg wählen, sei es in der Aufforderung, Bilder und Ideale von sich selbst stehen zu lassen und endlich einzusehen, dass ich nicht immer für alle da sein kann, sei es im Loslassen von ehrgeizigen Plänen und Projekten, vom Zwang, sich durch Leistung und Aktivismus beweisen zu müssen, sei es im Loslassen von Bitterkeit und Zynismus. So kann ein Loslassen auch befreiend und heilsam sein. Wie das Loslassen von ewigen Schuldgefühlen. Genauso heilsam können Enttäuschungen sein, weil sie uns dazu einladen, Illusionen aufzugeben und uns auf das einzulassen, was wirklich ist. Das kann auch bedeuten, Wunden (in einer geschützten Umgebung) offenzulegen und sich einem Schmerz zu stellen, durch ihn hindurchzugehen, um Heilung zu erfahren und neue Kraft zu schöpfen.

In der Meditation leben viele Menschen eine Essenz dieses Weges; in der Abwesenheit von Bildern und Worten, im Gegenwärtig-sein im hier und jetzt, in der Stille. Hier gilt es auch Gott loszulassen und alle Bilder, die ich mir von Göttlichen mache.

### **Von innen nach aussen – Neues schaffen**

Diese ersten beiden Pfade gehören zusammen. Sie machen uns empfänglich und sensibel. Sie lehren uns Offenheit, Offenheit für die Fülle und Freude und für die Leere und den Schmerz im Leben und das, was uns entgegenkommt, was uns berührt.

Der dritte Pfad wächst aus diesen ersten beiden und der Spannung dieser beiden. So löst die Liebe zum Leben und das Erkennen der Schönheit dieses Planeten angesichts der Bedrohung und Zerstörung eine Spannung aus und fordert zum Handeln auf. Und so vieles wächst aus der Dunkelheit: Die Sterne werden in der Dunkelheit des Alls geboren, Kinder aus der Dunkelheit des Mutterschosses, Ideen aus der Dunkelheit des Gehirns und Befreiungsbewegungen aus der Dunkelheit von Unterdrückung und Leid.

Kreativität ist deshalb die spirituelle Hauptdisziplin einer Schöpfungsspiritualität, nicht Askese. Wir brauchen Phantasie und Kreativität, um die Probleme der heutigen Welt anzugehen, um neue Ideen und Visionen zu gebären und um gewaltlosen Widerstand zu leisten. Denn wie heisst der schöne Spruch: Man soll die



Welt so nehmen, wie sie ist, aber nicht so lassen. Der Einsatz für Veränderung und Neugestaltung der Welt ist oft auch harte Knochenarbeit, braucht einen langen Atem und geduldige Zuversicht. Und was geboren werden will, braucht die Zeit des Wachsens und Reifens, die Zeit der Schwangerschaft, des Wartens. Eine Spiritualität der Arbeit zeigt sich in dieser Bewegung von innen nach aussen. Wenn Arme auf den Abfallbergen in Manila vor ihre Häuser Blechbüchsen mit Blumen hängen, so ist das auch ein Ausdruck dieser schöpferischen Kraft, die das Leben nährt. Denn schon die Arbeiterinnen in Alabama zu Beginn dieses Jahrhunderts kämpften um Brot und Rosen.

### **Mitleiden – Einmischung ins Bestehende**

Der vierte und letzte Pfad enthält die Aufforderung, an dem, was uns begegnet, nicht vorüber zu gehen, sondern uns betreffen zu lassen von Leiden und Ungerechtigkeit in der Welt und uns einzumischen. Er ist die Einladung, ins konkrete Leben, in die Realität einzutauchen und im Berührtwerden von anderen und der Verbundenheit mit anderen Compassion zu leben. Com-passion ist ein zentrales Wort in der Theologie und Spiritualität asiatischer Frauen und es ist schwer, es wörtlich zu übersetzen, Mitgefühl und Mitleid treffen es nicht genau, denn im Wort Compassion findet sich auch das Wort Passion, Leidenschaft. Und eine Leidenschaft für das Leben prägt oft jene, die sich für Gerechtigkeit einsetzen. Nicht Hass, sondern Gleichgültigkeit ist das Gegenteil von Liebe, betont Dorothee Sölle. Und wenn wir nicht am Leiden anderer vorbeigehen, sind wir alle aufgerufen, uns einzumischen und die Finger auf wundete Punkte zu legen, Ungerechtigkeiten und Verschleierungen aufzudecken. Dies ist die Aufgabe des prophetischen Handelns und wesentlicher Teil einer Spiritualität für das Leben. Denn wenn ich erfahren habe, dass alles Eins ist und ich Teil von allem, dann geht mich die Welt und das Leben auf ihr etwas an. Und so schliesst sich der Kreis der vier Pfade zu einer Spirale, die immer weiter führt.

Erschienen in: MYRIAM 2/1992