



Universität
Zürich^{UZH}

MAS in Spiritualität

a+w
o p f
pwb

DAS HERZENSGEBET – GEISTLICH BEGLEITEN

Ein Beitrag zur aktuellen Spiritualitätsdiskussion in der Evangelischen Kirche

Masterarbeit MAS Spiritualität
Cornelia Staib



Studiengangleitung: Prof. Dr. P. Bühler, Petit-Catéchisme 5, CH-2000 Neuchâtel
A. Eglin, Neuweg 12, CH-8125 Zollikerberg
Betreuender Dozent: Prof. Dr. Ralf Stolina, Iserlohner Strasse 25, 58239 D-Schwerte
vorgelegt von: Cornelia Staib, Alemannenstraße 9, D-71384 Weinstadt

Inhaltsverzeichnis

Inhaltsverzeichnis.....	3
Abbildungsverzeichnis	4
1. Einleitung	5
1.1. Ausgangssituation	5
1.2. Das Ziel der Arbeit.....	6
1.3. Die Vorgehensweise.....	7
2. Frömmigkeitsgeschichtliche Entstehungszusammenhänge des Herzensgebetes	8
2.1. Das Herzensgebet – ein Beten im Schweigen	8
2.2. Das Herzensgebet in der kontemplativen Gebetstradition	10
2.2.1. Das Jesusgebet der Wüstenväter und Wüstenmütter.....	10
2.2.2. Evagrios Ponticos und Johannes Cassian	13
2.2.3. Gregorios Palamas	14
2.2.4. Die Philokalie – das zentrale Werk hesychastischer Spiritualität und Theologie	17
2.2.5. Geronten und Starzen - Geistliche Begleiter des Herzensgebetes.....	17
2.2.6. Aufrichtige Erzählungen	18
2.3. Die Kontemplative Gebetstradition im Westen	18
2.3.1. Eine kurze Übersicht	18
2.3.2. Wolke des Nichtwissens	19
2.4. Rezeption des Herzensgebetes im Westen	20
3. Geistliche Begleitung im aktuellen Spiritualitätsdiskurs.....	21
3.1. Anfänge, Wurzeln und Entwicklungen Geistlicher Begleitung.....	21
3.1.1. Die Anfänge	22
3.1.2. Entwicklung zu Beginn der Neuzeit.....	24
3.1.3. Wiederentdeckung im 20. Jahrhundert	24
3.2. Dietrich Stollbergs »kritischer Zwischenruf« gegenüber der Geistlichen Begleitungsbewegung	26
3.1. Geistliche Begleitung – eine wesentliche Dimension der Seelsorge	28
4. Zur Theologischen Grundlegung der Geistlichen Begleitung des Herzensgebetes	31
4.1. Zur Klärung der Wortbedeutungen »spirituell« und »mystisch«.....	32
4.2. Die Selbstmitteilung Gottes im Alten Testament	34
4.3. Die Mitteilung Gottes im Christusgeschehen.....	35
4.4. Atem des Lebens – Heiliger Geist	37
4.5. Die Frage nach personalem oder transpersonalem Gottesbild	37
4.6. Das Herz-Motiv in der Bibel.....	37
4.7. Der Leib, Tempel des göttlichen Geistes.....	39
4.8. Die Balance von Aktion und Kontemplation	40
4.9. Im Glauben als Fragment leben	40

4.10. Nachterfahrungen	42
4.11. Contemplatio (Kontemplation)	43
5 Orientierungshilfen für die Praxis der Geistlichen Begleitung des Herzensgebetes.....	44
5.1. Schulungswege	44
5.1.1. Niederaltaich	44
5.1.2. Der Grieser Weg zum Herzensgebet	46
5.1.3. Via Cordis.....	48
5.1.4. Gemeinsame Sichtweisen.....	51
5.2. Geistliche Begleitung auf dem inneren Weg des Herzensgebetes	51
5.3. Wirkkräfte und Hindernisse auf dem Weg	52
5.3.1. Störende Gedanken	52
5.3.2. Haben statt Sein.....	53
5.3.3. Demut statt Demütigung	54
5.4. Das Begleitungsgeschehen.....	56
5.4.1. Grundhaltungen	56
5.4.2. Herzensöffnung.....	58
5.4.3. Unterscheidung der Geister	59
5.5. Die Begleitungsbeziehung.....	61
5.6. Das Rollenverständnis.....	63
6. Schlussgedanken	64
6.1. Zusammenfassung	64
6.2. Fazit.....	66
6.3. Epilog.....	67
Literaturverzeichnis.....	68
Eidesstattliche Erklärung.....	71

Abbildungsverzeichnis

Titelbild: Dreifaltigkeits-Ikone von Andrei Rublev – Quelle: Daniel Nichols bei caelumetter-
ra.wordpress_com vom 24.09.2012

1. Einleitung

1.1. Ausgangssituation

Die Geistliche Begleitung ist in der evangelischen Kirche eine junge Bewegung. Eine Bestandsaufnahme Evangelischer Praxis geht auf ein Symposium ‚Geistliche Begleitung‘ zurück, das im Januar 2010 in der Community Christusbruderschaft Selbitz stattfand. Dieses führte sämtliche Ausbildungsverantwortlichen Geistlicher Begleitung im Raum der Evangelischen Kirche in Deutschland (EKD) zu einem gemeinsamen Austausch zusammen. Beiträge dieser Bestandsaufnahme liegen in Buchform vor.

Greiner, Dorothea; Raschok, Klaus; & Rost, Matthias (Hrsg.). (2011). *GEISTLICH BEGLEITEN. Eine Bestandsaufnahme Evangelischer Praxis*. Leipzig: Evangelische Verlagsanstalt.¹

In einem dieser vorgelegten Beiträge *GEISTLICHE BEGLEITUNG EVANGELISCH – THEOLOGISCH REFLEKTIERT* weist Matthias Rost darauf hin, dass der Diskurs über ein evangelisches Fortbildungscurriculum zur Geistlichen Begleitung derzeit noch am Anfang steht. Eine Festlegung von Standards sei gegenwärtig noch nicht möglich und angesichts der fruchtbaren ökumenischen Lernprozesse, in denen eine evangelische Praxis wieder entdeckt werde, auch noch gar nicht wünschenswert. Unterschiedliche Weisen spiritueller Praxis gingen in die Ausbildung (sic!) der Geistlichen Begleitung und damit in das Begleitgeschehen ein. »Die Übung des Herzensgebetes«, so Matthias Rost, »steht neben der ignatianischen Schriftbetrachtung oder dem ‚Gebet der liebenden Aufmerksamkeit‘, diverse Formen der Leibarbeit (stehen) neben verschiedenen Weisen der Meditation und Betrachtung, die lutherische Beichte neben einer vom anglikanischen healing ministry angeregten Weise des Segnens und Salbens« (ibid. S.111). Er fordert ein, dass Begleiterinnen und Begleiter in der Aus- und Fortbildung nicht nur diese Praktiken einüben, sondern auch zu einer Rechenschaft über die frömmigkeitsgeschichtlichen Entstehungszusammenhänge und die impliziten Theologien der jeweiligen Praktiken befähigt werden. »(...) Unter denen, die Aus- und Fortbildung zur Geistlichen Begleitung gestalten und verantworten, besteht ein hoher Verständigungsbedarf hinsichtlich der Integrationsfähigkeit einzelner Übungswege und Praktiken in eine evangelisch zu nennende praxis pietatis. Der Diskurs etwa zwischen ignatianisch geprägten und Vertretern einer transpersonalen Mystik

¹ Ausgewählte Beiträge in diesem Sammelband bilden die Basis dieser Masterarbeit. Aus Gründen der Vereinfachung werden die entsprechenden Zitate und Texthinweise aus den jeweiligen Artikeln dieser Grundlagenliteratur mit: (Name des Autors / der Autorin, Jahreszahl, Basis, S....) gekennzeichnet.

oder Anhängern der Via Cordis und vielen anderen wird erst noch zu führen sein« (Matthias Rost, 2011, Basis S.113).

Die aktuelle Diskussion in der Geistlichen Begleitungsbewegung wird in zweifacher Hinsicht geführt. Einmal im Kreise derer, die Weiterbildungsangebote in Geistlicher Begleitung im evangelischen Raum verantworten, dazu gehören auch Geistliche Begleiter / Geistliche Begleiterinnen des spirituellen Übungsweges des Herzensgebetes und zum anderen mit Pastoralpsychologen, interessierten Seelsorgern und Seelsorgerinnen, die Anfragen an die geistliche Begleitung haben.

1.2. Das Ziel der Arbeit

Das Ziel dieser Arbeit ist, einen **Beitrag in der aktuellen Spiritualitätsdiskussion** zu leisten, bezogen auf folgende Fragestellungen:

- **Was ist unter der Geistlichen Begleitung des Herzensgebetes zu verstehen?** Was ist das für eine Gebetsweise, das Herzensgebet? Woher kommt sie? Welche impliziten Theologien beeinflussten die frömmigkeitsgeschichtlichen Entwicklungen des Herzensgebetes und in welchem kulturellen Umfeld ist das Herzensgebet gewachsen? Was ist die theologische Basis der geistlichen Begleitung des Herzensgebetes? Gibt es in der Geschichte des Herzensgebetes geistliche Vorbilder, von denen wir Heutigen lernen können? Wie wird die spirituelle Übung des Herzensgebetes in der Gegenwart praktiziert und was kennzeichnet die Geistliche Begleitung auf dem inneren Weg des Herzensgebetes?

Im aktuellen Spiritualitätsdiskurs stellt die Pastoralpsychologie Anfragen an die Geistliche Begleitung allgemein. Diese kritischen Hinterfragungen betreffen auch die Geistliche Begleitung des Herzensgebetes. Daraus kristallisieren sich drei Fragestellungen:

- **Worin unterscheiden sich Traditionen und Konzepte der Geistlichen Begleitung von Selbstverständnissen und Schulen der Pastoralpsychologie?**
- **Was ist die theologische Basis der Geistlichen Begleitung? Ist sie vereinbar mit Martin Luthers Verständnis der Rechtfertigungsgnade (iusticia passiva)?**
- **Wie definiert und erklärt die Geistliche Begleitung das ‚Phänomen der Unterscheidung der Geister‘?**

Die Frage von Matthias Rost an Praktizierende und Lehrende verschiedener spiritueller Übeweisen, bezüglich ihrer Integrationsfähigkeit in eine ‚evangelisch zu nennende Geistliche Begleitung‘ wird aufgegriffen:

- **Inwieweit ist die spirituelle Übeweise des Herzensgebets auch integrationsfähig in eine ‚evangelisch zu nennende‘ Praxis der Geistlichen Begleitung?**

1.3. Die Vorgehensweise

In **Kapitel 2** steht **das Herzensgebet** im Mittelpunkt der Erörterung. ‚Frömmigkeitsgeschichtliche Entstehungszusammenhänge des Herzensgebets‘ werden aufgezeigt. Wesentliche Aspekte ‚impliziter Theologie‘ werden sowohl kontextbezogen gewürdigt als auch im Hinblick auf einen Transfer für die heutige Zeit kritisch beleuchtet.

In **Kapitel 3** steht **die Geistliche Begleitungsbewegung** im Mittelpunkt der Erörterung. Nach einem kurzen Rückblick in Anfänge und Entwicklungen der Geistlichen Begleitungsbewegung wird die **aktuelle Spiritualitätsdiskussion** kurz erläutert. In der evangelischen Kirche hat hauptsächlich Dietrich Stollbergs ‚kritischer Zwischenruf‘ seitens der Pastoraltheologie einen Diskurs innerhalb der Geistlichen Begleitungsbewegung angestoßen. **Wesentliche Unterschiede in Traditionen und Seelsorgekonzepten zwischen der Geistlichen Begleitung und der Pastoralpsychologie** werden benannt und schematisch dargestellt.

In **Kapitel 4** sollen Dietrich Stollbergs kritische Anmerkungen anhand biblisch- und systematisch-theologischer Überlegungen von Ralf Stolina und Alois Stimpfle hinterfragt werden. **Theologische Grundlegungen, bezogen auf die Geistliche Begleitung des Herzensgebets werden thematisiert.**

Kapitel 5 beinhaltet **Orientierungshilfen für die Praxis der Geistlichen Begleitung des Herzensgebets**. Kurze Einblicke in aktuelle Schulungswege zeigen Schwerpunkte und gemeinsame Sichtweisen. Hinweise auf Wirkkräfte und Hindernisse auf dem Weg und die Nennung wesentlicher Aspekte des Begleitungsgeschehens konturieren die Geistliche Begleitung, bezogen auf den inneren Herzensgebetsweg. In diesem Kapitel wird auch Bezug genommen auf die dritte Anfrage Stollbergs, **die Frage nach der Unterscheidung der Geister.**

Das **Kapitel 6** dient dazu, in den **Schlussgedanken** noch offene Fragen zu klären, zusammenzufassen und ein **Fazit** zu ziehen. Die Arbeit endet mit einem **Epilog**.

2. Frömmigkeitsgeschichtliche Entstehungszusammenhänge des Herzensgebetes

Was ist das Herzensgebet? Was ist damit gemeint? Bevor wir in frömmigkeitsgeschichtliche Anfänge und Entwicklungen des Herzensgebetes zurückblicken, werden wir zunächst Praktizierende, nämlich Vertreter und Gründer verschiedener Schulungswege der Gegenwart, dazu befragen.

2.1. Das Herzensgebet – ein Beten im Schweigen

Emmanuel Jungclaussen OSB: Der emeritierte Abt des Benediktinerklosters Niederaltaich in D-Niederbayern verfasste u. a. mehrere Bücher und Fachartikel zum kontemplativen Jesusgebet. Niederaltaich entwickelte sich unter Abt Heuberger und seinem Nachfolger Abt Emmanuel Jungclaussen zu einem Zentrum der Begegnung der getrennten Christen, insbesondere mit den orthodoxen und evangelischen Kirchen. E. Jungclaussen ist der Herausgeber der deutschen Ausgabe des Klassikers russisch-orthodoxer Spiritualität, die 1974 erstmals unter dem Titel *Aufrichtige Erzählungen eines russischen Pilgers. Erste vollständige deutsche Ausgabe. Herausgegeben und eingeleitet von Emmanuel Jungclaussen* erschien. 1996 gab er in einem Vortrag auf den 46. Lindauer Psychotherapiewochen den Anstoß, das Jesusgebet als therapeutische Maßnahme weiterzuentwickeln.

Das Jesusgebet möchte den Geist sammeln und einen Weg nach innen öffnen. Die Einübung geht vom Leib als Ort und Instrument der Sammlung aus. Die Anrufung des Namens Jesu macht frei für Hingabe und Dank, so dass Zuwendung zum Nächsten und zur Schöpfung möglich wird (Emmanuel Jungclaussen, 2009, Buchrückseite).

Franz-Xaver Jans Scheidegger, Kontemplationslehrer und Psychotherapeut, Begründer der Weggemeinschaft **Via Cordis** (lat. *via* Weg, lat. *cordis* des Herzens) schreibt:

Die hesychastische Form der Kontemplation, auch Herzensgebet genannt, geht in ihrem Ursprung auf die Tradition der ersten meditativen Praxis der Christen zurück. Sie übten diese Form des mystischen Gebetes im ganz konkreten Alltag in der Einsamkeit. Auf diesem spirituellen Weg der Hingabe an das Geheimnis Gottes öffnet sich der Mensch einem einzigen Wort oder Satz aus den HI. Schriften und bewegt dieses in der Mitte des Herzens solange hin und her, bis er mit dem inneren Gehalt des Wortes eins geworden und in ihm zur Ruhe (Hesychia) gekommen ist. In dieser Verfasstheit kann

sich der Mensch dem bedingungslosen ‚Ja‘ Gottes anheim geben. Das Herzensgebet wurzelt in der mantrischen Form der Kontemplation und ist eine strenge Versenkungsmeditation. Die Verbindung dieses kontemplativen Geschehens mit Leiberfahrung, Symbolerleben, Traum und Skriptarbeit sowie weiteren Erfahrungsbereichen des Alltags dient dem Klärungs- und Bewusstwerdungsprozess auf dem kontemplativen Weg. Durch die Hingabe an die Botschaft des inneren Geschehens im konkreten Alltag geschieht Integrations- und Wandlungsarbeit auf allen Seinsebenen der menschlichen Existenz» (Franz-Xaver Jans-Scheidegger, (2011) Kursausschreibungstext).²

Franz Jalics, SJ, Begründer des ‚Grieser Weges mit dem Herzensgebet‘ (Oberfranken), sagt zu dem immerwährenden Gebet der Wiederholung des Namens Jesu Christi:

»Der Name Jesu Christi steht für seine Person. Durch ihn verbinden wir uns mit Christus selbst. Wer seinen Namen mit Ehrfurcht wiederholt, wird von IHM selbst erfüllt. Der Name ist wie der Blickkontakt des Petrus, als er auf dem Wasser zu Jesus ging. Aus diesem Grund empfehle ich den Namen Jesu Christi so lange zu wiederholen, bis er in unser Herz sinkt und ununterbrochen gegenwärtig ist. Der Name führt uns zu Jesus Christus. Es kommen Zeiten, in denen er uns Trost und Aufmunterung auf dem Weg schenkt. Beim konsequenten Wiederholen des Namens werden aber auch Zeiten kommen, in denen wir weder erhabene Gefühle noch spürbare Kraft durch den Namen erfahren werden. Es sind Wüstenzeiten, die nichts mit einem routinierten mechanischen Wiederholen des Namens zu tun haben. Vielmehr bezeichne ich damit einen Zustand, der auf eigentümliche Weise die Verbindung mit Jesus Christus vertiefen möchte. (...) Wiederholen wir den Namen auch in diesen Zeiten mit Ausdauer, im Hören und in der Hingabe, dann nimmt Jesus Christus Besitz von uns und durchdringt unser ganzes Leben. Indem wir Werkzeuge in seinen Händen werden, wandelt er uns mehr und mehr in sich. Wir werden Christus auf Erden. (...) Viele beten das Jesusgebet wie der russische Pilger mit Bitte um Erbarmen. Ich zeige die Wiederholung des Namens mit ‚Jesus‘ beim Ausatmen und mit ‚Christus‘ beim Einatmen. Es ist auch keine Bitte, es ist ein schlichter Blickkontakt, in dem wir Ihn mit seinem Namen ansprechen. Der Russische Pilger wanderte durch die Gegend. Wir sitzen in Stille; in dieser stillen Gegenwart beim Sagen des Namens, beim Atmen und der Aufmerksamkeit auf die Mitte der Handflächen ist die Aufmerksamkeit wacher. (...) diese drei Elemente werden ganz eins und verstärken die Wahrnehmung der Gegenwart. Die Gegenwart so wahrgenommen, ist das Vorzeichen der Gegenwart Christi, in dem alles geschaffen ist. Geht man auf diesem Weg weiter, wird man zum Einswerden mit Christus geführt. (...) Der Name Jesu Christi ist kein Mittel zum Ziel (...) Wir begegnen Jesus Christus ‚in‘ seinem Namen und nicht ‚durch‘ seinen Namen« (Franz Jalics, 2009, S.336 / 337).

² Dieser Ausschreibungstext wurde im Beitrag von Antje Breede und Kurt Dantzer »In dir sein, Gott das ist alles...« *Geistliche Begleitung und kontemplatives Gebet*, veröffentlicht, in Basis, 2011, S.146.

Der Weg des Herzensgebetes ist also ein ‚grundlegender Übungsweg‘ zur Vertiefung der Achtsamkeit im Erleben der Stille, des Schweigens, des Lauschens, des Schauens in der kontemplativen Meditation (Kursausschreibung *Via Cordis*). Es ist ein Weg, der in ein wortloses tiefes Schweigen führen will, um in diesem Zustand dem göttlichen Geheimnis in radikaler Offenheit zu begegnen. Damit wird der Boden bereitet für eine Einheitserfahrung im Sinne Meister Eckharts: »Gott und ich, wir sind eins, Gott wirkt, und ich werde!«, oder so, wie es Gerhard Tersteegen in seinem Lied: ‚Gott ist gegenwärtig‘ ausdrückt: »Ich in DIR (Gott), DU in mir, lass mich (das kleine Ich) ganz verschwinden, DICH nur sehn und finden«. Dieser ‚mystische‘ Weg wurde bereits in den ersten Jahrhunderten des Christentums gepflegt. Von seinen Wurzeln her gründet das Herzensgebet in der ‚Ruminatio‘ der Wüstenväter und –mütter und entwickelte sich weiter durch die Jahrhunderte bis in die heutige Zeit.³

2.2. Das Herzensgebet in der kontemplativen Gebetstradition

Um den Rahmen dieser Arbeit nicht zu sprengen, werden nur einzelne ausgewählte Zeitfenster in der frömmigkeitsgeschichtlichen Entwicklung und Verbreitung des Herzensgebets in den Blick genommen. Wesentliche Aspekte ‚impliziter Theologie‘ sollen sowohl kontextbezogen gewürdigt als auch in Bezug zu einer aktuellen Übungspraxis kritisch beleuchtet werden.

2.2.1. Das Jesusgebet der Wüstenväter und Wüstenmütter

Mit der Übung des ‚Jesusgebetes‘ finden wir einen breiten Strom kontemplativer Gebetstradition, die zurückreicht bis in die Mitte des 3. Jahrhunderts nach Christus. Männer und auch wenige Frauen verließen die Gemeinschaft ihrer Gemeinden, wohl um sich vor der beginnenden Verweltlichung des Christentums abzusetzen. Die ‚Apophthegmata Patrum‘⁴ berichten von drei Müttern: Amma Theodora (Apo 309-315), Amma Sarrha (Apo 884-891) und Amma Synkletika (Apo 892-909). Die Wüstenmütter sind, ohne Einschränkung und Unterscheidung, den Wüstenvätern völlig gleichgestellt. (Regina Bäumer & Michael Plattig, 2012, S.14).

³ Zum Begriffspaar *Mystik / mystisch*: Vgl. Kapitel 4.1 in dieser Arbeit ; zum Begriff *ruminatio*: Vgl. Kapitel 2.2.2 in dieser Arbeit.

⁴ Zu *Apophthegmata Patrum*: Vgl. *Weisung der Väter*, Einleitung W. Nyssen, Übersetzung: B. Miller, Trier³ (1986).

Siehe auch: Wilhelm Bousset (1969). *Apophthegmata. Studien zur Geschichte des ältesten Mönchtums*. Aalen: Scienta Verlag.

Sie zogen sich zurück in Höhlen und Einsiedeleien, in der sketischen Wüste, oder anderen Wüstengebieten Ägyptens, Syriens und Palästinas, um ein Leben in Enthaltbarkeit und innigem Gebet zu führen. Dadurch entstand die Idee des christlichen Mönchs (nach griech.: *monós* - allein, *monázein* - als Einzelner leben). Zuerst lebten die Mönche als Eremiten, also allein, später bildeten sie auch kleine Gemeinschaften, welche sich um einen ‚weisen Vater‘ scharten. **Antonius (ca. 250-350 n. Chr.)** gilt als Begründer dieser neuen Lebensform (Eckard Wolz-Gottwald, 2011, S.25).

Das fromme Anachoretentum (nach altgriechisch: *anachoreo* – sich zurückziehen) übte große Anziehungskraft auf die bäuerliche Gesellschaft in der spätantiken Mittelmeerwelt aus. Es müsste auch in einer Linie mit der Befreiung aus sozialen Zwängen gesehen werden, denn die Last der Besteuerung rücksichtsloser Kleinbauern verstärkte die Spannungen des Gemeinschaftslebens. »Der Eremit wurde als ein Mensch angesehen, der sich auf die Suche nach seinem wahren Ich begeben hatte. Mit dem Faktum der ‚anachoresis‘ hatte er die Spannungen und Ungereimtheiten in seinen Beziehungen zu den Mitmenschen gelöst. In der Wüste, so erwartete man, würde er sich niederlassen, um im Kampf mit dem Dämonischen die Ungereimtheiten seiner eigenen Seele aufzulösen. Die Kräfte, über die der Asket verfügte, stammten aus einem langen Prozess der Selbstfindung« (zit. in Regina Bäumer, Michael Plattig, 2012, S.13).⁵

Die Wüstenväter und Wüstenmütter nährten dieses Leben durch das Wiederkäuen (*ruminatio*, lat.: wiederkäuen, ständige Wiederholung) eines Satzes oder Wortes aus den Schriften des Alten und Neuen Testamentes. Wie das Kamel seine Nahrung lange Zeit kaut, so wurde vor allem der Name *Jesus Christus*, aber auch kurze Psalmverse oder andere wichtige Worte der Bibel immer wieder wiederholt. Das Gebet des Zöllners im Tempel – »*Gott, sei mir Sünder gnädig*« – (Lk. 18,13) oder die Rufe des Blinden vor den Toren Jerichos – »*Jesus, Sohn Davids, erbarme dich meiner*« – (Lk. 18,38) hatten Vorbildcharakter. Mit **Makarios dem Großen (4. Jh. n. Chr.)**, dem berühmten Einsiedler aus der sketischen Wüste wird die besondere Gebetsform der ‚*ruminatio*‘ in Verbindung gebracht. Man betete im Sinne eines ‚immerwährenden Gebetes‘, sowohl zu den Gebetszeiten als auch bei alltäglichen Verrichtungen: beim Essen, beim Gehen, beim Sitzen. Ein solches aus der Wiederholung lebendes Beten führte zu einer Ausrichtung der Sinne und des Geistes auf *Jesus Christus*. »In aller Ungeborgenheit der vergänglichen Welt wirft der Übende gleichsam einen Anker aus, er sammelt sich, um in *Jesus* seinen existentiellen Halt zu finden« (...) »Der Übende wird durch die ständige Wiederholung nach innen gezogen und öffnet sich für *Jesus Christus* als die innewohnende, tragende Lebenskraft« (Wolz-Gottwald, 2011, S.27).

⁵ Zitat von Brown P. (1995) *Die letzten Heiden. Eine kleine Geschichte der Spätantike*. Frankfurt/M: Fischer-Raschenbuch. (S.108); dort finden sich auch die Hinweise auf die antiken Quellen für diese These.

Schon früh wurde die Rede vom »Hesychasten« (griech.: *hesychia* - Schweigen, Ruhe, Stille, Einsamkeit)⁶ auf die Anachoreten oder Koinobiten⁷ (von griech. *koinobion* – zusammenleben) angewandt, die sich im Schweigen zurückgezogen hatten (ibd. S.45).

Das zentrale Anliegen der Wüstenväter und Wüstenmütter ist das Heil-Werden des ganzen Menschen. ‚Das Bild der Urschönheit‘,⁸ nach welchem der Mensch geschaffen ist, will als Grundlage menschlicher Existenz verwirklicht werden, indem es im Menschen als Ikone Gottes in seiner Ebenbildlichkeit aufleuchtet. Die Wüste wird zum Ort des Rückzugs, der Freiheit, der Einkehr, der Gottesnähe, des unablässigen Gebetes, der einfachen Tätigkeit gegen Müßiggang, auch zum Ort der Versuchung, der Selbstkonfrontation im Kampf mit den Leidenschaften (oft in Gestalt verschiedener Dämonen)⁹ und gleichzeitig zum Ort der Selbstverwirklichung in der Berührung durch das göttliche Mysterium (Franz-Xaver Jans-Scheidegger, 2010, Schulungsunterlagen, S.5).¹⁰

Nachfolge auf dem Hintergrund der Frohbotschaft des Evangeliums und des Alten Testaments vollzieht sich als Akt der Hingabe in Demut (in dienmütiger Haltung) und bedeutet ein Freigeben und Freiwerden von allen Anhaftungen, Einbildungen und Selbstbespiegelungen des Ichs. Die Voraussetzung ist die tägliche Einübung (Askese) in der Wachheit und Aufmerksamkeit des Herzens (ibd. S.5).

⁶ Vielleicht lässt sich das zu *hesychia* gehörige Verbum von *hèsthai*, »sitzen« ableiten (Vgl. Emanuel Jungclausen, 2002, S.12).

⁷ Die Grenze zu ziehen zwischen Anachoretentum und Koinobitentum sei nicht so einfach, meinen Bäumer und Plattig. Bousset nenne als wesentliches Kriterium die Frage nach der Autorität. Amma Synkletika sprach: »Wenn wir in einem Koinobion sind, dann mußst du den Gehorsam der Askese vorziehen, denn die letztere lehrt Hochmut, der erstere Demut« (Amma Synkletika 16) (Apo 907).

⁸ Vgl. Gregor von Nyssa, *Drei asketische Schriften: Über das Wesen des christlichen Bekenntnisses; Über die Vollkommenheit; Über die Jungfräulichkeit*, eingel., übers. und mit Anmerkungen versehen von W. Blum. Bibliothek der griechischen Literatur Bd. 7 Stuttgart, 1977, S.65 ff) (Hinweis in Jans Scheidegger, 2010. S.5).

⁹ »Die Rede von den Dämonen ist keine Aussage über irgendwelche okkulte Phänomene und auch keine über rein psychische und psychologische Wirklichkeiten im Innersten des Menschen. Vielmehr beinhaltet das Wort vom Kampf mit den Dämonen eine theologische Aussage – und zwar über das Heil des Menschen. (...) Indem der Mönch in der Welt und im Widerstreit der diabolischen Kräfte sich für das Gute entscheidet und den guten Kampf vollendet (vgl. 2 Tim 4,7), kämpft er an der Seite Christi und wirkt mit ihm für das Heil der Welt und für das Kommen des Gottesreiches. (...)« (zit. in Bäumer & Plattig, 2012, S.16) (Schneider M., 1998², *Aus den Quellen der Wüste. Die Bedeutung der frühen Mönchsväter für eine Spiritualität heute*. Köln, S.55).

¹⁰ Franz-Xaver Jans Scheidegger, (20-9-2010) *Hesychasmus im Spannungsfeld zwischen Praxis und Tradition*. Unveröffentlichtes Skript. Flüeli / Ranft: Via Cordis – Spuren der Weisheit.

Viele moderne Menschen fühlen sich vom »anarchischen Ideal der Wüste« (Thomas Merton) angezogen, das die Ammas und Abbas zu verwirklichen suchten. Die Frage nach der eigenen Identität – die Konfrontation mit sich selbst – komme bei den Wüstenvätern besonders rein zum Ausdruck, weil sie als besitzlose Eremiten nicht von der Auseinandersetzung um materiellen Besitz und gesellschaftliche Stellung abgelenkt worden seien, meint Daniel Hell. Der Professor für klinische Psychiatrie, angeregt von der Lektüre der Wüstenväter, brachte das ‚therapeutische Element‘ ihrer Vorgehensweise in eine heute verständliche Form. In: *Die Sprache der Seele verstehen. Die Wüstenväter als Therapeuten*. (2010) macht er deutlich, dass gerade die Grundfrage menschlicher Existenz heute immer mehr Menschen beschäftigt, die ihren persönlichen Weg finden wollen. Auch moderne Therapieversuche kommen seiner Meinung nach nicht darum herum, Grundfragen der Selbstfindung zu thematisieren. »Entkleidet man die auf den ersten Blick oft außergewöhnlichen Erfahrungen der Anachoreten und Mönche ihres lokalen und zeitgebundenen Kolorits, dann schält sich leicht ein Kern heraus, den jeder als ein ureigenes Erleben identifizieren kann«, schreibt Gabriel Bunge, (zit. in ibd, S.22)¹¹ Den Wüstenvätern und -müttern geht es darum, jeglicher Selbstentfremdung entgegenzuwirken und sich möglichst ganz zu erfahren. »Ein solches Ideal hat viel mit Heilung zu tun, aber nicht im modernen Sinne der Symptombeseitigung oder der Verbesserung der Anpassungsfähigkeit, sondern im ursprünglichen Sinn von Heil-Sein als unversehrt, ganz oder gesund sein, so wie man heilfroh, d.h. ganz und gar froh ist« (Hell, 2010, S, 23+24).¹²

2.2.2. Evagrius Ponticos und Johannes Cassian

Im 5. Jahrhundert entstand der große Überlieferungsstrom des sinaitischen Hesychasmus, der auf die Lehre vom ‚reinen Gebet‘ des **Evagrius Pontikos**¹³ (345-399 n. Chr.), d.h. auf die Lehre vom gedanken-freien und bild-losen Gebet zurückgeht. Er verband die Spiritualität der Wüstenväter und der großen alexandrinischen Theologen, vor allem des **Origenes** (185-254 n. Chr.). Die herausragende Leistung des Evagrius ist eine systematische Zusammenfassung und geistige Durchdringung des Erfahrungswissens der ersten Mönchsgenerationen. Evagrius habe, nach dem Urteil L. Bouyers,¹⁴ ‚das erste vollständige System christlicher Spiritualität er-

¹¹ Gabriel Bunge, (1983), *Akedia. Die geistliche Lehre des Evagrius Pontikos vom Überdruß*. Köln: Luthe-Verlag, S.30.

¹² Zur Geistlichen Begleitung bei den Wüstenvätern und- müttern, siehe: Kapitel 3.1.1. in dieser Arbeit.

¹³ »Evagrius, um 345 im pontischen Ichora als Sohn eines Chorbischofs geboren, war zunächst Schüler Basileos‘ des Großen (+379), dann Diakon Gregors von Nizanz während dessen kurzer Zeit in Konstantinopel (379-381), schließlich Mönch in den sogenannten Kellia (383-399) als Schüler der beiden Makarioi« (Bäumer & Plattig, 2012, S.25).

¹⁴ Zitiert nach: McGinn B., *Die Mystik im Abendland*, Bd. 1, S.214.

stellt' (zit. in Bäumer & Plattig, 2012, S.26). Evagrius Hauptwerk ist eine Trilogie: »Praktikos«, sie beinhaltet die Lehre von den ‚acht Gedanken und Leidenschaften‘;¹⁵ »Gnostikos«, sowie die »Kephalaia Gnostica«. Dazu kommen noch 153 Kapitel ‚Über das Gebet‘. In seinem Werk »Antirrhetikon« (griech. Wider-Worte), setzt Evagrius 600 krankmachenden leidenschaftlichen Gedanken wiederum 600 heilvolle Worte aus der Bibel entgegen (ibid. S.26).

Johannes Cassian (360-435 n. Chr.) gilt als Vermittler des Evagrius Pontikos im Westen. Er übernimmt die ‚Acht-Laster-Lehre‘ des Evagrius in seinen Schriften, darüber hinaus auch weitgehend dessen Kontemplations- und Gebetslehre (Bäumer & Plattig 20012, S.30).

Cassian beschreibt in seinen früheren Bücher ‚Institutiones‘ mehr die äußere sichtbare Seite des Mönchslebens wie: Kleidung, Gebetszeiten, Tugendübung. In den ‚Collationes‘ geht es ihm mehr darum, die Innenseite, nämlich die unsichtbare innere Befindlichkeit des Menschen, zu dokumentieren. Die Innenseite wird durch Gespräche erschlossen, durch Interviews, die Cassian und Germanus mit den Mönchen führen. Das Gebet steht nun im Mittelpunkt, nicht mehr so sehr die äußeren Praktiken zur Überwindung der Laster. Tugenden einzuüben dient nunmehr der Reinheit des Herzens, das in der Kontemplation verweilt. Die Kontemplation kann nicht objektiv registriert werden. Die Gespräche ermöglichen Cassian eine Öffnung in ihre Tiefe (Kees Waaijman, 2007, Band 3, S.26+27).

2.2.3. Gregorios Palamas

Seit dem 6. Jahrhundert wird die Tradition des Jesusgebetes ohne Unterbrechung in den Einsiedeleien und Klöstern der Ostkirche weiter gepflegt und entwickelt. Diese Tradition prägt bis heute deren Spiritualität. Ihren Höhepunkt erreichte die Bewegung des Hesychasmus im byzantinischen Reich, durch **Gregorios Palamas (1296-1359 n. Chr.)**. Als Mönch lebte er viele Jahre in den Klöstern auf dem Berg **Athos**, später wurde er Erzbischof von Thessaloniki. Palamas entwickelte die Theologie der *theosis* (griech.: *theosis* – Gottwerdung, Vergöttlichung). »Dabei meint *theosis* keine Vergottung des Menschen, sondern seine mit der Taufe beginnende grundlegende Berufung zu einer fortwährenden Gottwerdung als ein Getragenwerden vom ‚Geist Gottes‘« (Wolz-Gottwald, 2011, S.46). Besondere Bedeutung erlangte auf dem Weg der *theosis* das ‚Jesusgebet‘ oder ‚Herzensgebet‘ (Die beiden Begriffe meinen hier genau das Gleiche). Gregorios Palamas erweiterte die als *ruminatio* bekannte Gebetstradition der Wüstenväter und -mütter in dreierlei Hinsicht:

¹⁵ Sehr viel später wurden aus der Achtlasterlehre des Evagrius Ponticos die › 7 Todsünden ‹, diese moralisch eingefärbte Darstellung hat mit der Intention und den Ausführungen von Evagrius nicht mehr viel gemeinsam.

- Er fügte dem Namen »Jesus Christus« das »Herr erbarme dich unser« zu, (die aus dem Gottesdienst bekannte Gebetsformel *kyrie eleison*). Als klassische Formulierung hat sich daraus in den Kirchen des Ostens das Gebet herausgebildet: »Herr Jesus Christus, Sohn Gottes, erbarme dich meiner!«
- Er verband die Worte mit dem Atem: einatmend sprach der Betende »Herr Jesus Christus«, ausatmend »erbarme dich meiner«.
- Das atmende Beten sollte in der Haltung der Herzenshingabe an Gott geschehen. Ein Prozess, in dem der Betende immer weniger machte und sich immer mehr der göttlichen Liebe überließ, kultivierte die Haltung der *hesychia*. Dieses innere Schweigen, das Stillesein aller Gedanken, Gefühle und Bedürfnisse öffnet den ‚Raum des Herzens‘ für das Wirken des Geistes Gottes, für die Erfahrung der ‚Energien Gottes‘, die die ganze Existenz des Betenden durchlichten (Wolz-Gottwald, 2011, S.46).

Die Rechtmäßigkeit dieser hesychastischen Methode wurde bald von dem Mönch und Theologen **Barlaam von Seminara**, der um 1330 aus Italien in seine Heimat Byzanz zurückkehrte, in Frage gestellt. Gregorios Palamas verteidigte jedoch die Mönche und ihre Gebetsweise mit seinem Hagiorischen Manifest. Er siegte nach manchen Kämpfen. Der Streit endete zugunsten der Mönche, die in heiliger Weise die einsame Ruhe pflegten¹⁶ (Franz Nikolaus Müller, 2006, *Hesychasmus*, in Baier, Karl (Hrsg.), S.176).

Franz Nikolaus Müller fasst diesen Streitpunkt anhand ausgewählter Zitate wie folgt zusammen. (M. E. sind diese Zitate deshalb erwähnenswert, weil die »implizite Theologie« des Gregorios Palamas hier deutlich zum Ausdruck kommt):

*Das Licht, das sie sehen, sei nicht sinnlich, sondern göttlich, verdiene also nicht des Philosophen Spott. Dieser erwidert: Ihr behauptet also, Gott schon in diesem Leben zu schauen, das aber ist häretisch. – Natürlich sehen wir nicht Gottes Wesen, ist die Antwort, niemand kann es sehen, auch nicht im Himmel. Wohl aber schauen wir, und das schon jetzt, Gottes 'Energien', seine gnädige Zuwendung, in denen er uns Heutigen nicht minder kund wird als der Urkirche. Vor dieser unerhörten Unterscheidung kann der gebildete Humanist mit seinen byzantinischen Freunden nur zurückschauern; ist denn Gott nicht unendlich einfach, so dass Wesen und Energie bei ihm streng identisch sind?*¹⁷

¹⁶ Vgl. Philokalie, Band 4, 423-431.

¹⁷ Jürgen Kuhlmann: *Vergottung im Heiligen Geist. Die Botschaft des Athosmönches Gregorios Palamas*, <http://home.vrweb.de/j.ku/pal-gul.htm>, o.J.

Gregorios Palamas verstehe, so Franz-Nikolaus Müller, die *unio mystica* als ein Anteilhaben an der göttlichen Energie:

Wer an der göttlichen Energie Anteil hat, wird gleichsam selbst zum Licht; er ist mit dem Licht geeint und übersteigt so nicht nur die körperlichen Sinne, sondern auch alles, was durch den Verstand erkannt werden kann. Denn jene, die reinen Herzens sind, schauen Gott, der in ihnen wohnt und sich ihnen als Licht offenbart.¹⁸

So schauen die, die ihr Herz durch solch eine heilige hesychia gereinigt und sich auf unaussprechliche Weise mit dem alles Denken und Erkennen übersteigenden Lichte vereinigt haben, Gott in sich wie in einem Spiegel.¹⁹

Der Inbegriff dieser mystischen Theologie des Gregorios Palamas ist die oben erwähnte *theósis*, die ‚Vergöttlichung des Menschen‘. Palamas siegte mit seiner Verteidigung des Hesychasmus in klarer Abgrenzung zu der zunehmend bestimmender werdenden rationalistischen Theologie der Kirchen des Westens.²⁰ Er wurde zum Symbol für orthodoxes theologisches Denken, das sich bis heute der Mystik verpflichtet fühle. »(...) weder Mystik noch Theologie, sondern nur Mystische Theologie macht die Ostkirche aus.«²¹ (Müller, 2006. S.176+177).

Zusammenfassend sind mit Franz Nikolaus Müller drei Aspekte für die Entwicklung des späteren Hesychasmus zu nennen, die im Vergleich mit der Spiritualität der Wüstenväter, aus der sich der ‚Mittelalterliche Hesychasmus‘ herleitete, besonders wichtig sind:

1. Die innere Stille ist erstrangig, die äußere Stille zweitrangig. – Die Tendenz war, mehr Gewicht auf die inner Stille zu legen, da die äußere Stille konsequent nur die Einsiedler leben konnten, nicht die einfachen Christen in ihrem Alltag.
2. Die Ausarbeitung einer Methode des Herzensgebetes als ein Weg, der in die innere Stille führt. – ‚Met-hode‘ (in dem Wort stecke das griechische Wort: *hodós*, ‚Weg‘).
3. Die Öffnung des Herzensgebetes auch für einfache Christen (Laien). – Eine Frömmigkeitsbewegung entstand, die zwar von Mönchen und Nonnen entwickelt und praktiziert wurde, die aber auch für Christen aller sozialen Stände und Berufe, mitten in der Welt, die Möglichkeit eines spirituellen Weges eröffnete (ibd. S.172).

¹⁸ Wassilij: *Die asketische und theologische Lehre*, 87, zit. nach Blum: *Das Jesusgebet*, S.5., www.quatember.de/J1999/r99068.htm (Homepage der Berneuchener Bewegung), 1-7.

¹⁹ Wassilij: *Die asketische und theologische Lehre*, 33, zit. nach Blum: *Das Jesusgebet*, (ibd. S.4-5).

²⁰ Vgl. Jungclaussen, 1988, Art. *Hesychasmus*, in: *Praktisches Lexikon der Spiritualität*. Schütz, Christian (Hrsg.), 1988, Freiburg i. B.: Herder, S.621ff.

²¹ Marios Begzos, 1995, *Ostkirchliche Mystik oder orthodoxe Theologie? Selbstkritische Überlegungen zur Mystischen Theologie der Ostkirche*, in: Epistem. Epeteris Theol. Scholes Panep. Athenon 30 (S. 588).

2.2.4. Die Philokalie – das zentrale Werk hesychastischer Spiritualität und Theologie

Die Philokalie ist bis heute das Standardwerk orthodoxer Spiritualität und Theologie geblieben. ‚Philokalia‘ bedeutet ‚Liebe zur Schönheit‘. Unter diesem Begriff wurde schon im 4. Jahrhundert eine Anthologie von Werken des **Origenes** (185-254) verwendet, die **Basilios der Große** und **Gregor von Nazianz** im Jahre 360 unter diesem Titel herausgaben. Die viel bekanntere »griechische Philokalie« wurde erstmals 1792 von **Nikodemus Hageoreites** (1749-1809), einem Mönch vom Berg Athos, und von **Bischof Makarios Notaras** von Korinth erstellt, mit dem Ziel, das hesychastische Leben, mit dem Herzensgebet als Zentrum, zu fördern. Die Philokalie umfasst Texte von mehr als dreißig Verfassern vom 4. bis zum 14. Jahrhundert (Vgl. Philokalie, Bd. 1, XVII und Müller, 2006, S.177).

Schon bald danach erschien 1739 eine Philokalie in kirchenslawischer Sprache (»Dobrotolubje«), verfasst von **Paisij Welickowskij** (1722-1794), dem großen Erneuerer des Mönchswesens in Russland. Er nahm in seine Ausgabe nur 15 Autoren von 36 der griechischen Ausgabe auf. (Vgl. Philokali, Bd.1 XXIII und ibd. S.178). **Bischof Theophan der Klausner** (1815-1894) erstellte eine fünfbändige Übersetzung der Philokalie in russischer Sprache, die er gegenüber der ‚griechischen Übersetzung‘ um einige Vätertexte erweiterte. (Müller, 2006, S.178).²²

2.2.5. Geronten und Starzen - Geistliche Begleiter des Herzensgebetes

Die Praxis des Herzensgebetes verbreitete sich durch Bücher und geistige Lehrer weiter und verwurzelte sich auch in der Volksfrömmigkeit. Die ›Geronten‘ (griech.: die Alten) und die ‚Starzen‘ (russisch: *starec* – der Alte) waren geistliche Begleiter und Vermittler für diejenigen, die das Herzensgebet üben wollten. Meist hatten diese ‚geistlichen Väter und Mütter‘ einige Jahre in der Einsamkeit einer Einsiedelei oder Klausur verbracht. Sie praktizierten unablässig das Herzensgebet und führten ein Leben in Christus.²³ Was einen Abba zum Lehrer machte, war seine natürliche Autorität, die er aus der Erfahrung seines eigenen ‚geistlichen Lebensvollzuges‘ bezog. Er musste nicht vom ‚Alter her reif‘, sondern von seiner ‚spirituellen Reife her alt‘ sein. »Durch die umfangreiche Arbeit an sich selbst, verbunden mit einem umfassenden Gebets- und Schweigeexerzizium, hatte er die Gabe der ‚Herzensschau‘ erlangt, die ihn zum Seelenführer qualifizierte« (Wolz-Gottwald, 2011, S.76). Nicht seine Bildung war dabei maßgeblich, sondern seine menschlichen Qualitäten. Er brauchte kein kirchliches Amt zu bekleiden und war

²² Vgl. auch: Jungclausen in *Aufrichtige Erzählungen eines Russischen Pilgers*, S.11.

²³ Vgl. Art. Martin Tamcke in: Hrsg. Andreas Ebert /Carol Lupu, 2012, *Hesychia*, S.143.

somit auch nicht zwingend Priester. Dies unterschied ihn von den traditionellen Beichtvätern. Es sollte eine innere Übereinstimmung vorhanden sein zwischen geistlichem Führer und Schüler. So findet der ‚russische Pilger‘ auf seiner Suche, wie denn die Aufforderung: ‚Betet ohne Unterlass...‘ (1 Thess. 5,17) zu deuten sei, einen Starzen, der ihn in das Jesusgebet einführt, das er auf seinen langen Wanderungen intensiv übt, bis es in ihm zum ‚immerwährenden Gebet‘ geworden ist.

2.2.6. Aufrichtige Erzählungen

Im 19. Jahrhundert entstand das Buch eines unbekanntes Verfassers mit dem Titel: »Die aufrichtigen Erzählungen eines russischen Pilgers«. Der erste Teil erschien 1870 in Russland ohne Autorenangabe. 1911 folgte, ebenfalls anonym, ein zweiter Teil: »Eine Gebetslehre in Dialogform« (Andreas Ebert, 2012, in Ebert, Andreas & Lupu, Carol (Hrsg.), S.17). Das Buch ist im Westen sehr populär geworden. Bis heute gehört es zu den Bestsellern sogenannter ‚spiritueller Literatur‘ in aller Welt.

Die »aufrichtigen Erzählungen« gehören zu der Kategorie klassischer Literatur zum Herzensgebet, die einerseits wunderbare geistliche Einsichten enthalten und andererseits manche leibfeindlichen Tendenzen zeigen. Vieles, was im Kontext des zaristischen Russlands des 19. Jahrhunderts gesehen werden muss, ist für Zeitgenossen des 21. Jahrhunderts nicht akzeptabel. Deshalb müssen historische Texte zum Herzensgebet im Kontext ihrer Welt- und Gottesbilder gesehen und theologisch und textkritisch reflektiert werden.

2.3. Die Kontemplative Gebetstradition im Westen

2.3.1. Eine kurze Übersicht

Formen des Herzensgebetes sind nicht nur im ostkirchlichen Hesychasmus zu finden, im Westen des Christentums erblühte im 14. Jahrhundert eine ähnliche Praxis des Betens z.B.:

- Die Übung des Schweigens bei den Dominikanerinnen des Hochmittelalters.
- Das innere oder geistige Gebet (*oración mental*) nach **Teresa von Avila** (1515-1582).
- Das Gebet im Schweigen bei **Angelus Silesius** (1624-1677).
- Das Gebet der Einfachheit (*oraison de simplicité*), ein im Schweigen verharren (*in silencio manere*), das Gebet der Ruhe (*oratio quietis*) des Quietismus.

- Das Gebet der Ruhe (*oratio quietis*) und das passive vollkommene Gebet (*pasiva y perfecta oración*) nach **Miguel de Molinos** (1628-1669).
- das kontemplative Beten des Vaterunsers nach **Jeanne-Marie Guyon** (1648-1717).

(Wolz-Gottwald, 2011, S.275).

In den Prosatexten und Liedern des reformierten Mystikers **Gerhard Tersteegen** (1697-1769), die bis heute in evangelischen Kirchengesangbüchern zum Schatz des traditionellen protestantischen Liedgutes gehören, finden sich auch im deutschen Sprachraum Anweisungen zu einem Herzensgebet. So waren Elemente dieser Frömmigkeitspraxis auf katholischer Seite im Quietismus und auf protestantischer Seite im Pietismus lebendig, auch wenn es dabei zu manchen Engführungen gekommen sein mag (Müller, 2006, S.181).

2.3.2. Wolke des Nichtwissens

Ohne auf den Strang der Entwicklungen christlicher Mystik des Westens hier näher eingehen zu können, soll doch der berühmte Text eines Kartäusers aus dem 14. Jahrhundert nicht unerwähnt bleiben, nämlich die »*Wolke des Nichtwissens*«. Wie Woltz-Gottwald betont, scheint es für den namentlich nicht bekannten Autor dieses Textes vollkommen klar zu sein, dass sich die *contemplatio* (Schau, geistige Betrachtung) mit Techniken oder Methoden nicht herstellen lässt. Als Kartäuser kannte der Autor das Exerzitium, das sein Ordensbruder **Guigo II.** (+1192 / 93) in der »*Scala claustralium – Die Stufenleiter der Mönche*« aufgeschrieben hatte:

1. *lectio divina*: Die *Lesung* ist das eifrige Studium der Heiligen Schrift mit wachsamem Geist.
2. *meditatio*: Die *Meditation* ist eine Verstandestätigkeit, um mit Hilfe der eigenen Vernunft eine verborgene Wahrheit zu entdecken.
3. *oratio*: Das *Gebet* ist eine andächtige Hinwendung des Herzens zu Gott, um von Übeln befreit zu werden und Gutes zu erlangen.
4. *contemplatio*: Die *Kontemplation* ist die Erhebung der von Gott ergriffenen Seele, die einen Vorgeschmack der ewigen Freuden genießt.²⁴

Im England des 14. Jahrhunderts scheint der tiefere Sinn von *meditatio* und *oratio* als »Übungsformen der mystischen Transformation« verloren gegangen zu sein. Der Autor der »*Wolke des Nichtwissens*« schreibt, dass unter dem Gebet der *oratio* nur noch das kirchlich verordnete Gebet verstanden wurde, das nicht den mystischen Transformationsprozess förder-

²⁴ *Scala Claustralium-Die Stufenleiter der Mönche*, WJB – Oktober 2009, Übersetzung von Sr. Mathilde Wiemann OSB, Kellenried. Studienunterlagen, MAS – UZH Zürich.

te. Eine neue Praxis war nötig, die den Herzraum öffnete und förderlich war für die *contemplatio*. (Wolz-Gottwald, 2011, S.4)

Der Autor der »Wolke des Nichtwissens« gibt in seinem »Brief« von der mystischen Seelenführung (MS) die Anweisung:

Willst du also beten, vergiss alles, was du getan hast oder vorhast zu tun. Lass alle Gedanken vorüberziehen, gleich ob gute oder böse. Gebrauche beim Beten keine Worte, es sei denn, du fühlst dich innerlich dazu gedrängt. (...) nur eines habe im Sinn, dass in deinem Herzen eine einfache tiefe Sehnsucht nach Gott wach ist (...). Lass also dein Denken und Fühlen auf ihn eins werden, indem du versuchst, alles Nachdenken über ihn und über dich aufzugeben. Halte dein Denken leer, dein Fühlen unabhängig und dich selbst in reiner Gegenwärtigkeit, damit Gnade dich anrühren und dich kräftigen kann mit der Erfahrung der wirklichen Gegenwart Gottes (zit. in Peter Köster, 2009, S.144).

Diese Form des besonderen Gebetes (*special preier*), das dem Herzensgebet der Ostkirche ähnlich ist, sollte im 20. Jahrhundert unter dem Namen ‚Kontemplation‘ eine für die ‚Begleitung geistlicher Übungspraxis‘ bahnbrechende Renaissance erleben (Wolz-Gottwald, 2011, S.48).

2.4. Rezeption des Herzensgebetes im Westen

Die Phase der Rezeption des Herzensgebetes der Ostkirche setzte in Westeuropa nach dem ersten Weltkrieg mit der ersten Übersetzung der »Aufrichtigen Erzählungen« ins Deutsche ein. Der Übersetzer Reinhold von Walter sah im knappen Ruf ‚Kyrie eleison‘ das einigende Gebet der ganzen Christenheit (M. Tamcke, 2012, *Das Herzensgebet von seinen Ursprüngen in der Orthodoxie bis zu seiner Rezeption im Westen*, in Ebert & Lupu, (Hrsg.), S.165).

In Erhart Kästners »Stundentrommel vom Heiligen Berg Athos« ist es dem Lutheraner Kästner wichtig, eine Brücke von Ost nach West und von West nach Ost zu dokumentieren: » (...) jeder Atemzug ein hervorgestoßenes Gebet. Es hatte mir ferner, als einem Lutheraner, den größten Eindruck gemacht, zu lesen, daß Luther von einem solchen immerwährenden Beten als von etwas Erprobtem, Gottgefälligem und hoch zu Preisendem spricht, da ich doch hätte annehmen wollen, Luther sei einer so östlichen, einer so tief dem Magischen zuneigenden Übung eher abhold gewesen« (Erhart Kästner, 1974, S.293).

Für viele Menschen war der spirituelle Aufbruch im Zwanzigsten Jahrhundert (ausgelöst durch den Indienboom der sechziger und siebziger Jahre) von Begegnungen mit spirituellen Wegen fernöstlicher Religionen gekennzeichnet (Zen, Yoga, Tibetische Meditation ...). Viele suchende Menschen, darunter auch eine große Zahl von Christen, fanden dort Möglichkeiten, ihre Spiritualität in einem Übungsweg zu vertiefen, den es im Christentum als einen gangbaren Weg so

offensichtlich nicht gab. Durch das Bekanntwerden der »Aufrichtigen Erzählungen eines russischen Pilgers« 1974 und der Neuauflagen bis heute entdeckten viele Christen – katholische wie evangelisch-reformierte – darin den Schatz eines ‚genuin christlichen Übungsweges‘ (Müller, 2006, S.181).²⁵ Zur Verbreitung in Mitteleuropa habe auch der in der Schweiz, in Deutschland und in Österreich tätige Verein »Via Cordis« beigetragen, der von Franz-Xaver Jans-Scheidegger gegründet wurde und sich zum Ziel gesetzt hat, das Herzensgebet bekannt zu machen und Menschen auf diesem Weg zu begleiten (ibid. S.182).²⁶

»Für den modernen und postmodernen Menschen besteht die Bedeutung des Hesychasmus und des Herzensgebetes als seiner zentralen Übung darin, dass hier ein klarer Übungsweg mit einer sehr langen Tradition und entsprechender Literatur zur Verfügung steht, der bis in die Zeit der frühen Kirche zurückreicht« (Müller, ibid. S.182). Abt Emanuel Jungclaussen, den auch die Erfahrung eines Aufenthaltes in einem Zenkloster in Japan geprägt hat, weist in Gesprächen gerne darauf hin, dass die Suche der Menschen nach spirituellen Übungswegen heute oft gen Osten zeigt, dass dieser Weg aber – wörtlich und symbolisch – über das Gebiet der Ostkirche führt, wo diese Suche **auch** ihr Ziel finden könnte. Und so ist es für F.-N. Müller nicht verwunderlich, »dass mitunter Menschen, die nach ihrer Entfremdung vom Christentum zunächst Zen, Yoga oder Sufismus praktiziert haben, schließlich das Herzensgebet oder das kontemplative Gebet entdecken und so wieder Zugang zu ihren christlichen Wurzeln finden« (ibid. S.182).

3. Geistliche Begleitung im aktuellen Spiritualitätsdiskurs

3.1. Anfänge, Wurzeln und Entwicklungen Geistlicher Begleitung

Das Herzensgebet ist **eine** – von verschiedenen Weisen –, spirituelle Praxis in der noch jungen Bewegung Geistlicher Begleitung zu Beginn des dritten Jahrtausends. Zunächst stellt sich auch hier die Frage: »Was ist Geistliche Begleitung?« »Worum geht es bei der Geistlichen Begleitung?« Ein zentrales Moment ist das menschliche Miteinander. Vor allem in Übergangssituationen brauchen wir jemanden, der mit uns geht. Im Laufe der Geschichte des Christentums hat dieses Mitgehen sehr unterschiedliche Formen angenommen. Bei allen unterschiedlichen Wei-

²⁵ Siehe auch: E. Jungclaussen (2002).

²⁶ Siehe: www.viacordis.ch.

sen des Mitgehens ist m. E. eine Schlüsselantwort folgende: Bei der Geistlichen Begleitung geht es darum, »**durch das begleitende Mitgehen Zeuge für die stärkende und heilende Nähe Gottes zu sein**« (Klemens Schaupp, 2011, *Was ist »Geistliche Begleitung«?* *Historische Wurzeln und Entwicklungen*, in Basis, S.43).

Bevor wir uns dem Thema des aktuellen Spiritualitätsdiskurses zuwenden, fragen wir zuerst nach den Anfängen und Wurzeln Geistlicher Begleitung; danach folgt ein Blick auf die Entwicklung in der beginnenden Neuzeit am Beispiel der Exerzitien des Ignatius von Loyola. Der Weg führt uns dann zu den Anfängen der Wiederentdeckung Geistlicher Begleitung im 20. Jahrhundert. In dem nun folgenden kurzen Überblick beziehe ich mich im Wesentlichen auf den oben genannten Beitrag von Klemens Schaupp (2011) (Basis, S.43-63).

3.1.1. Die Anfänge

Das Ziel Geistlicher Begleitung wäre für den **Verfasser des Johannesevangeliums**, das Wachstum einer vertrauensvoll-liebenden Beziehung zu Christus zu fördern, die Liebe zwischen Christen werde dabei zum Echtheitskriterium des Glaubens an Christus. (ibd. S.47). Klemens Schaupp fasst zusammen: »In den Johannes-Schriften werden einige für ein christliches Verständnis von geistlicher Begleitung zentrale Elemente deutlich«: 1) Die Rolle der Begleiterin / des Begleiters bestehe in einem Hinweisen auf Christus (in nichts mehr, aber auch in nichts weniger!). 2) Ziel christlichen Lebens sei das Hineinwachsen in eine Beziehung der Freundschaft mit Christus. 3) Unterscheidung ist, so Schaupp, eine Konkretisierung des Glaubens an Christus und diene der Wahrheitsfindung im Glauben, sie bedeute die Fähigkeit, in den materiellen Zeichen die Gegenwart und das Wirken Gottes zu erkennen (ein Gedanke, so der Hinweis, der für die weitere Entwicklung der christlichen Spiritualität entscheidend wurde – man denke etwa an die ‚Lodi di Dio altissimo‘ des Franz von Assisi, an die ‚Kosmologie von Hildegard von Bingen‘ oder an das ‚Gott finden in allen Dingen‘ bei Ignatius.) 4) Bei der Unterscheidung gehe es primär um die Frage des unterscheidenden Subjekts (glaubenden Menschen) und erst in zweiter Linie um das Unterscheiden von ‚Objekten‘ (Schaupp, 2011, Basis, S.47).²⁷

Die Kunst der Geistlichen Begleitung in der Zeit der Wüstenväter und –mütter hat Vorbildcharakter. Im Kreise der sketischen Brüder spielt der einzelne Ausspruch eines Altvaters, das einzelne ‚Logion‘, neben der Anekdote eine bedeutende Rolle. Der Schüler kommt zum Altvater mit einem Problem, mit einer Frage, in großem Vertrauen bittet er um ein Wort. »Vater, sag mir ein Wort!« Mit der Frage wird eine Beziehung hergestellt. Eine Form der Einleitung in den Apophtegmata sind die Formeln, die mit der Bitte beginnen: »Sag mir ein

²⁷ Das Thema der ‚Unterscheidung der Geister‘ wird in Kapitel 5.4.3 in dieser Arbeit vertieft.

Wort, wie ich gerettet werde?«, Sag mir ein Wort, was ich tun soll?«²⁸ Die Begleitbeziehung wurde als eine Art Vater- oder Mutterschaft verstanden. Die Bezeichnungen Abba und Amma waren zunächst heftig umstritten, hatte nicht Jesus gesagt: Nur einer ist euer Vater, der Vater im Himmel? (Vgl. Mt 23,9). Dem wurde ein Pauluswort entgegengehalten: *Hättet ihr nämlich ungezählte Erzieher in Christus, so doch nicht viele Väter. Denn in Christus Jesus bin ich durch das Evangelium euer Vater geworden. Darum ermahne ich euch: Haltet euch an mein Vorbild.* (1 Kor 4,15+16).²⁹ André Louf hält diesen Aspekt der Begleitbeziehung auch in der neueren Zeit für bedeutsam. »Wer Hilfe in geistlichen Dingen sucht, denkt wohl nicht in erster Linie an einen Katecheten, will weder einen Lehrer, noch einen Moralprofessor (...) und auch keinen Manager in apostolischen Angelegenheiten. Er denkt in erster Linie an jemanden, der dieses Leben aus Erfahrung kennt und fähig ist es zu vermitteln«³⁰ (Schaupp, 2011, Basis, S.49).

Die langjährige tägliche Begleitung hatte zum Ziel, jungen Menschen auf ihrem Weg der Gottesbegegnung in ihrem inneren Kampf beizustehen. Die Methode war die ‚exagoreusis‘, die Offenlegung der Gedanken seitens des Schülers. Die Gabe der Herzensschau, die Herzensruhe ‚apatheia‘ seitens des Abbas, war eine wichtige Voraussetzung, um dem Schüler zu helfen, das Wirken Gottes von dem Wirken der Dämonen zu unterscheiden. Klemens Schaupp sieht in dem antiken Begriff ‚Dämon‘ heute das, was wir als ‚unbewusste Konflikte‘ (im Sinne von S. Freud) oder als ‚Komplexe‘ (im Sinne von C.G. Jung) bezeichnen würden (ibid. S.50).

Die Abbas und Ammas wurden oft auch von Christinnen und Christen aufgesucht, die in die Wüste kamen, um einen Rat zu erbitten. Daher stamme eigentlich, so Schaupp, der ritualisierte Gesprächsbeginn: »Vater, gib mir ein Wort«. Diese Form der geistlichen Begleitung, historisch gut bezeugt, könnte, so Schaupp, ein Ansatzpunkt für eine ‚gemeindenaher‘ Form der Geistlichen Begleitung sein.

Klemens Schaupp fasst zusammen: Die bleibende Bedeutung dieser Epoche besteht vor allem in folgenden Punkten: 1) Die Einsicht in die Bedeutung und Wirksamkeit unbewusster psychischer Mechanismen. (Auch wenn die Wüstenmönche den Begriff ‚Unbewusstes‘ nicht kannten).³¹ Eine zeitgemäße Anwendung dieser Kriterien scheint, so K. Schaupp, für die Entwicklung der ‚Kunst der Geistlichen Begleitung‘ von zentraler Bedeutung zu sein. 2) Erstmals wurde eine präzise Methode der Begleitung und eine Form von ‚kollegialer Supervision‘ entwickelt. 3) Die Wüstenväter und –mütter betonten und entwickelten einen konsequenten Übungsweg.

²⁸ Vgl. auch: Benedikt Bauer, 1999, *geistliche Vaterschaft – Konturen einer Konzeption geistlicher Begleitung*, Würzburg_ Echter und Porkschi, Rudolf & Schlosser, Marianne (Hrsg.), 2007, *Vater, sag mir ein Wort*, Würzburg: Echter

²⁹ Luther-Übersetzung

³⁰ André Louf, 1989, *Au gré de sa grace*, Paris, Desclee de Brouver S.A., S.116 f. Übersetzung von Klemens Schaupp.

³¹ Vgl. Daniel Hell (2010) *Die Sprache der Seele verstehen*. Die Wüstenväter als Therapeuten. Freiburg: Herder (3. Aufl.).

Wachstum im Glauben war für sie ohne Übungspraxis nicht denkbar. 4) Trotz ihrer radikalen Abgrenzung von dem, was wir heute als ‚verbürgerlichte Kirche‘ bezeichnen würden, sahen sie ihr Leben immer als Auftrag für die Kirche; dies hat sich nicht zuletzt darin gezeigt, dass das letztlich entscheidende Kriterium bei den Wüstenabbas und -ammas immer die Nächstenliebe war (Schaupp, 2011, Basis, S.53).

3.1.2. Entwicklung zu Beginn der Neuzeit

Ignatius von Loyola (1491-1556) gründete den auf die Reform des kirchlichen Lebens ausgerichteten Orden der „Societas Jesu“ (Jesuiten). Er verfasste in diesem Zusammenhang den Traktat der ‚geistlichen Übungen‘. Klemens Schaupp fasst zusammen: Wirkungsgeschichtlich sind vor allem folgende Punkte bedeutsam geworden: 1) Ignatius verstand Exerzitienzeiten als ‚Wüstenzeiten‘. Durch die Exerzitien gelang es Ignatius, diese für ein ‚Erwachsenwerden im Glauben‘ entscheidende Möglichkeit für einen großen Personenkreis zugänglich zu machen. 2) Durch die Entwicklung seiner Methode der Schriftbetrachtung sei es ihm gelungen, eine Methode der persönlichen Aneignung des Wortes Gottes zu finden. 3) Ähnlich wie Martin Luther beschäftigte Ignatius die Frage: ‚Wie finde ich einen gnädigen Gott?‘. Die Barmherzigkeit Jesu wurde zum Mittelpunkt seines Lebens.³² 4) Er sah in der ‚Unterscheidung der Geister‘ eine Weise, den Willen Gottes für das eigene Leben zu finden. 5) Er bezeugte eine ‚Kosmologische Christologie‘. Mit Vorliebe bezeichnet Ignatius den erhöhten Christus als ‚unseren Schöpfer und Herrn‘« (Schaupp, 2011, Basis, S.57).

3.1.3. Wiederentdeckung im 20. Jahrhundert

Das zweite Vatikanische Konzil und die zentrale Forderung ‚Zurück zu den Quellen‘ löste einen wahren Aufbruch aus. Eine Konsequenz dieser Aufbruchbewegung war die Neuentdeckung der Geistlichen Begleitung in verschiedenen Ländern: in Frankreich, in Spanien, in Deutschland und in den USA. In Frankreich führte die Neuorientierung zur Gründung zahlreicher Gruppen und Gemeinschaften: Die ‚communautés de base‘ waren mehr politisch-gesellschaftlich orientiert, die ‚communautés de vie‘³³ mehr religiös-individuell. Die Suche nach einer neuen Identität geschah in einem intensiven Gemeinschaftsleben. In den USA führte

³² Besonders deutlich werde dies in seiner Autobiographie: Ignatius von Loyola, *Der Bericht des Pilgers*. Übersetzt und erläutert von Burkhard Schneider, Freiburg (1977), (bes. S.19-37). (Vgl. Fußnote, K. Schaupp, ibd. S.57).

³³ Neben zahlreichen französischen Darstellungen finde sich, so K. Schaupp, ein guter Überblick in deutscher Sprache bei: Michael Gmelch, 1988, *Gott in Frankreich. Zur Glaubenspraxis basiskirchlicher Gemeinschaften in Frankreich*. Würzburg: Echter.

die Suche zu einer Neuorientierung, weg von äußerlich vermittelten Heilswahrheiten, hin zur persönlichen inneren Gottes-Erfahrung. Geistliche Begleitung erhielt in diesem Kontext die Funktion einer ‚individualisierungsbegleitenden Maßnahme‘. Wegweisend für die Entwicklung der Geistlichen Begleitungsbewegung in den USA wurde das Buch von W.A. Barry & W. Connolly, *The practice of Spiritual Direction*. New York, (1982) (Schaupp, 2011, Basis, S.58+59).

Klemens Schaupp fasst in vier Punkten wertschätzend und kritisch die besondere Bedeutung des ‚erfahrungs-orientierten Modells‘ Geistlicher Begleitung von **William A. Barry und William J. Connolly** wie folgt zusammen. Er nennt: 1) Die originelle Integration beraterischer und psychotherapeutischer Ansätze, um die Erfahrung der christlichen Tradition mit Geistlicher Begleitung in einem modernen Kontext fruchtbar zu machen. 2) Die präzise Beschreibung des Zieles der Geistlichen Begleitung und einer diesem Ziel entsprechenden Methode. 3) Die Vernetzung der verschiedenen Ansätze in Spiritual Directors International. 4) Die Grenzen ihres Ansatzes scheinen in der mangelnden Konturierung zu liegen: der Zusammenhang zwischen Erfahrung und individueller Glaubensgeschichte wird kaum thematisiert, ebenso wenig die Bedeutung der Tradition und historisch gewachsener Form des Glaubens; unklar bleibe ebenso, welche Bedeutung geistliche Übungen im Rahmen eines Begleitprozesses einnehmen können oder sollen (Schaupp, ibd. S.63).³⁴

³⁴ Claudia Kohli Reichenbach, 2011, vergleicht in: – *Gleichgestaltet dem Bild Christi. Kritische Untersuchungen zur Geistlichen Begleitung als Beitrag zum Spiritualitätsdiskurs*. Berlin: De Gruyter, – , drei gegenwärtige (ignatianische) Modelle der Geistlichen Begleitung: Das erfahrungs-orientierte Modell Geistlicher Begleitung (William A. Barry / William J. Connolly); das nachfolge-orientierte Modell Geistlicher Begleitung (Klemens Schaupp) und das narrativitäts-orientierte Modell Geistlicher Begleitung (Janet K. Ruffing). Sie beschreibt die ‚Brüchigkeit‘ der Narrative in der Postmoderne und thematisiert die Brüchigkeit des christlich tradierten Narrativs als Thema zeitgenössischer Seelsorgekonzeption. Im Anschluss an Dietrich Bonhoeffers Briefe aus der Haft legt sie einen Entwurf einer Mystagogik der Geistlichen Begleitung, basierend auf ignatianische Exerzitien, vor. Es wäre spannend, verschiedene Schulungswege des Herzensgebetes anhand der Basis dieses Mystagogikentwurfes durchzubuchstabieren. Jedoch würde ein solches Vorhaben den Rahmen dieser Arbeit sprengen.

3.2. Dietrich Stollbergs »kritischer Zwischenruf« gegenüber der Geistlichen Begleitungsbewegung

Nach einem Hinweis des Jesuiten Michael Schneider: *Zur Praxis der Geistlichen Begleitung*³⁵ stamme der Begriff »Geistliche Begleitung« aus der Sterbebegleitung im Raum der evangelischen Kirche, wo er vor allem den Dienst des Zuhörens und Begleitens am Sterbebett bezeichne (Ralf Stolina, 2011, Basis, S.24, Fußnote).

Ralf Stolina widerspricht Dietrich Stollberg, der in: *Pastoraltheologie. Monatsschrift für Wissenschaft und Praxis in Kirche und Gesellschaft*, 99. Jahrgang 2010/1 mit seinem Artikel: *Was ist die theologische Basis geistlicher Begleitung? Ein kritischer Zwischenruf.* (S. 39-57) eine Reaktion seitens der Geistlichen Begleitungsbewegung herausforderte.

Die Behauptung Stollbergs (vgl. Stollberg, ibd. S.40), der Begriff Geistliche Begleitung komme aus dem Französischen (*direction spirituelle*) und heiße eigentlich geistliche Führung oder geistliche Leitung – entspricht zwar nicht dem Sachverhalt, sie verdeutlicht aber um so klarer Stollbergs Vorverständnis, nämlich geistliche Begleitung nur als geistliche Leitung oder Führung verstehen zu wollen (Ralf Stolina, 2011, Basis, S.24, Fußnote).

In einer zusammenfassenden Beschreibung ‚Was ist Geistliche Begleitung?‘ in seinem Artikel: *Lebensgespräch mit Gott. Zur theologischen Grundlegung geistlicher Begleitung*, (in Basis, 2011, S.23-42) bringt R. Stolina klar zum Ausdruck:

Geistliche Begleitung ist eine wesentliche Dimension der Seelsorge, die sich in verschiedenen Situationen, Begegnungen und Gestalten ereignen kann. Im Mittelpunkt Geistlicher Begleitung steht das Lebensgespräch zwischen Gott und Mensch. Der Begleiter / die Begleiterin ist in Dienst genommen und stellt sich, die eigene Person und Existenz, seine / ihre Erfahrung in den Dienst dieses Gespräch zu unterstützen, zu fördern, im Sinne der Unterscheidung der Geister auch auf Hemmnisse und Irrungen aufmerksam zu machen. Geistliche Begleitung unterstützt Menschen sowohl in ihren Alltagserfahrungen als auch in geistlichen Intensivzeiten im Alltag (Exerzitien im Alltag o. ä.), in mehrtägigen Exerzitien oder Retraiten in Abgeschiedenheit (Stolina, ibd. S.24).

Im Folgenden sollen Schlüsselsätze aus Stollbergs ‚Kritischem Zwischenruf‘ einen Eindruck seiner Hauptkritikpunkte vermitteln. Wesentliche Aussagen werden gebündelt; sie bilden die Ausgangslage weiterer Erörterungen.

³⁵ Michael Schneider, 2007, *Zur Praxis der geistlichen Begleitung*, in Schlosser, Marianne (Hrsg.), *Vater, sag mir ein Wort. Geistliche Begleitung in den Traditionen von Ost und West*, Würzburg: Echter, S.100.

Schlüsselsätze aus: ‚Ein Kritischer Zwischenruf‘:

»Die ‚Geistliche Begleitung‘ scheint dem der Seelsorge und Beratung seit den 60er Jahren („empirische Wende“) bis heute immer wieder unterstellten Mangel an Frömmigkeit abhelfen zu können. Schließlich heißt sie „geistlich“ und arbeitet sehr bewusst auf ein spirituelles Wachstum (im Sinne des pietistischen „Kampfes der Heiligung“) hin« (Stollberg, 2010/1, S.39).

»Die Autoren der GB weisen fast alle kaum oder gar nicht irgendwelche Kenntnisse der wissenschaftlichen Poimenik der 60er bis 90er Jahre im deutschen Sprachraum auf (...). Die GB mit ihrem eigenen Ausbildungssystem bietet zweifellos jenen Möglichkeit, die zum einen eine von vornherein frömmere erscheinende Seelsorge praktizieren wollen und zum anderen sich den Kriterien der DGfP (Deutsche Gesellschaft für Pastoralpsychologie e.V. – ein ökumenischer Fachverband für Seelsorge, Beratung und Supervision)³⁶ nicht stellen könnten oder wollen [sic!] und nach einem Alleinstellungsmerkmal suchen« (ibid. S.45+46).

Daraus ergibt sich eine folgende erste Fragestellung:

Worin unterscheiden sich Traditionen und Konzepte geistlicher Begleitung von Selbstverständnissen und Schulen der Pastoralpsychologie?

»Dass die GB eine „*Begegnung mit Gott*“ ermöglichen will, erscheint mir (so Stollberg) reichlich anmaßend. Da werde ich zum Barthianer. „Gott ist im Himmel, und wir sind auf der Erde!“ (Pred 5,1) Gott ist nicht verfügbar! (...)« (ibid. S.48)

»In der Seelsorgebewegung gingen wir von *Luthers realistische Anthropologie* des „*Simul iustus et peccator*“ aus: Dieses *Zugleich* lässt sich nicht in ein Nacheinander auflösen, sondern bleibt auch nach der heftigsten Bekehrung bestehen, wie man an Paulus sehen kann. Die Kirche ist eine Gemeinschaft der immer wieder und ständig neu begnadigten Sünder, die jetzt unter GB den Kampf der moralischen Heiligung führen, der sie den Zielen von zunehmender spiritueller „Vollkommenheit und Vereinigung mit Gott“ (!) näher bringt« (ibid. S.49).

³⁶ Der DGfP gliedert sich heute in die Sektionen: Gestaltseelsorge und Psychodrama in der Pastoralarbeit (GPP), Gruppe Organisation System (GOS), Klinische Seelsorgeausbildung (KSA), Personzentrierte Psychotherapie / Seelsorge (PPS), Tiefenpsychologie (T). »Neben der Befähigung zu qualifizierter Praxis in kirchlichen Handlungsfeldern sucht und pflegt die Gesellschaft den wissenschaftlichen Diskurs mit dem Ziel pastoralpsychologischer Theoriebildung« (Heidi Abe, Hans-Frieder Rabus, 2011, Basis, S.103).

Daraus ergibt sich eine folgende zweite Fragestellung:

Was ist die theologische Basis Geistlicher Begleitung? Ist die Geistliche Begleitung vereinbar mit Martin Luthers Verständnis der Rechtfertigungsgnade (*iusticia passiva*)?

»Große Schwierigkeit bereitet mir die Hypothese von der *Unterscheidung der Geister*. Sie kann m. E. (so Stollberg) nur gelingen, wenn man von einem dogmatischen Kanon sanktionierter kirchlicher und biblischer „Wahrheiten“ oder gar damit verwechselter moralischer „Werte“ ausgeht. Genau aber das steht im Widerspruch zu einer evangelischen Seelsorge, die es Gott selbst überlassen will, wie und wohin er den begleiteten Menschen führt« (Stollberg, 2010/1, S.50).

Daraus ergibt sich eine folgende dritte Fragestellung:

Wie definiert und erklärt die Geistlichen Begleitung das Phänomen der ‚Unterscheidung der Geister‘?

Die Erörterungen dieser Fragen finden in zweifacher Hinsicht statt: einmal im Kreise derer, die im Bereich geistlicher Begleitung spezifische Weiterbildungsangebote verantworten – dabei geht es um Selbstklärung und Selbstverständigung³⁷ – und zum anderen im Dialog mit Vertretern der Pastoraltheologie, insbesondere im Austausch mit Seelsorgerinnen und Seelsorgern verschiedener Arbeitsbereiche, die ihr Interesse an Geistlicher Begleitung bekunden oder Anfragen haben (Stolina, 2011, Basis, S.23).

3.1. Geistliche Begleitung – eine wesentliche Dimension der Seelsorge

Zu der Frage: **Worin unterscheiden sich Traditionen und Konzepte Geistlicher Begleitung von Selbstverständnissen und Schulen der Pastoralpsychologie?** kommen im Folgenden Hans-Frieder Rabus und Heidi Abe zu Wort. In ihrem Beitrag: *Geistliche Begleitung und Pastoralpsychologie*, (in Basis, 2011, S.99-109) greifen sie diese Frage auf. Die Pastoralpsychologen – beide auch im Weiterbildungsbereich der Geistlichen Begleitung tätig – sehen die Möglichkeit gegenseitiger Bereicherung beider ‚Seelsorgekonzepte‘. Kriterien zur Unterscheidung und eine tabellarische Übersicht verdeutlichen ihren Ansatz:

³⁷ Vgl. alle Artikel in Basis: Greiner, D. und Raschzok Rost, M. (Hrsg.), 2011, *Geistlich Begleiten. Eine Bestandsaufnahme evangelischer Praxis*. Leipzig: Evangelische Verlagsanstalt.

Abe und Rabus unterscheiden Pastoralpsychologische Seelsorge und Geistliche Begleitung im Hinblick auf Setting, Handlungsebene, vereinbarte Zielsetzung und inneres Selbstverständnis.

Pastoralpsychologische Seelsorge

Struktur des Kommens und Gehens

Kontakte können einmalig oder öfter, kürzer oder länger sein

Impliziter Kontrakt, (Mini) Kontrakt, z. B. „Gespräch zwischen Tür und Angel“

Begleitung eines Lebensabschnitts, einer Krise – aus christlicher Perspektive, aber nicht zuvorderst mit dem Ziel einer Klärung der Gottesbeziehung

Das Beziehungsgeflecht zwischen Seelsorger/in und ratsuchendem Menschen dient als Zone von Veränderung und Wachstum

Aufgabe der Seelsorge: je nach Schule, Selbstverständnis und Situation verschieden, z.B.: Alter, Ego, Empathie, Bewusstmachung, Stabilisierung, Unterstützung, Zuspruch, Trost, Glaubenshilfe, Lebens(krisen)bewältigung

Seelsorger/innen sind durch einen Prozess der Selbsterfahrung gegangen und haben gegenüber Ratsuchenden einen »relativen Vorsprung« an erworbener Selbsterkenntnis und Erfahrung und an ihrer Neigung zu Widerständen, Übertragungen usw.

Seelsorger/innen sind haupt- und ehrenamtlich in der Kirche tätig – mit Dienstauftrag oder einer Beauftragung aufgrund ihrer erworbenen Qualifikation

Geistliche Begleitung

Begleiterin, Begleiter wird aufgesucht

Häufig findet ein Gespräch einmal im Monat über einen längeren Zeitraum statt bzw. tägliche Gespräche während einer Zeit der Vertiefung (Retrait, Exerzitien, Intensivtage)

Klarer Kontrakt

Ausdrückliche Begleitung eines geistlichen Weges, häufig eines Übungsweges (»Gib mir ein Wort« – als Ursprungsbitte der Gottesbeziehung – im Sinne der Begleitung bei den Wüstenvätern und -müttern)

Der begleitete Mensch in seiner Beziehung zu Gott ist im Fokus des Gesprächs. Die Begleitungsbeziehung zwischen Begleiter/in – Begleitete/r ist dabei im Hintergrund.

Aufgabe der Geistlichen Begleitung: die »Selbstmitteilung Gottes« in das Lebensgespräch des/der Begleiteten einbeziehen helfen, »Unterscheidung der Geister«

Geistlich Begleitende waren und sind auf einem betenden Übungsweg, der begleitet ist. Sie kennen aus eigener Erfahrung Dynamiken und Nächte von Gottsuche (»relativer Vorsprung« an Übungs- und Scheiternerfahrung)

Zum geistlichen Begleiter, zur geistlichen Begleiterin wird man nach alter Erfahrungstradition dadurch, dass man von Suchenden angefragt und in Anspruch genommen wird – durchaus auch unabhängig von einem kirchlichen Auftrag und bescheinigter Qualifikation.

(Rabus & Abe, 2011, Basis, S.100+101).

Hinter Rivalitäten um Marktanteile in den Kirchen, hinter Anfragen an die jeweilige Methodik und ihre Nebenwirkungen gehe der ‚Streit‘, nach Einschätzung von Rabus und Abe, um das favorisierte Wissenschaftsverständnis und seine Implikationen (ibid. S.107). Psychologie als Handlungswissenschaft ziele auf Verhaltensmodifikation, sowohl im äußeren als auch im innerpsychischen und zunehmend auch in einem ‚säkular-spirituellen‘ Sinne. Menschliches Verhalten, Erleben, Denken und Urteilen kann und soll durch Handlungswissenschaften erforscht und

beeinflusst werden. Kritisch und selbstkritisch steht Pastoralpsychologie in einem lebendigen Dialog mit Handlungswissenschaften in einer Wechselbeziehung von seelsorgerlichem Handeln und theologischem Verantworten. Die Basis des Selbstverständnisses und der Praxis von Pastoralpsychologie ist, so Rabus und Abe, Handlungsorientierung – »in, mit und unter allen Formen, auch von ‚seelsorgerlichem Nichthandeln‘, empathisch-naher Zurückhaltung, schwebender Aufmerksamkeit« (Abe & Rabus, 2011, Basis S.107).

So birgt und mehrt **Pastoralpsychologische Seelsorge** ein immenses Wissen über seelische Entwicklungen, Krisen, Konflikte, Beziehungsmechanismen und Hilfen zur Bewältigung. Einübung einer hörend-helfenden Gesprächskultur, die auf einer geschulten Wahrnehmungs- und Empfindungsfähigkeit basiert, ist ein wichtiger Teil der Ausbildungen. Lebenssituationen zu verstehen, zu deuten und ihre Freiheitsspielräume vergrößern zu können, beruhe auf Kenntnissen und Anwendungskompetenzen von empirisch erforschten psychologischen Konzepten. Pastoralpsychologie wolle helfen, so Rabus und Abe, in der Seelsorge grobe Beziehungsfehler zu vermeiden, eigene Grenzen zu erkennen und zu bewusster Rollenübernahme und –kritik in kirchlichen Handlungsfeldern befähigen (ibid. S.101).

Geistliche Begleitung birgt und mehrt einen immensen Erfahrungsschatz christlicher Gotteserfahrung und Gottsuche aus nahezu zweitausendjähriger Tradition. Diese Erfahrung ist eher verdankt als erworben und oft Menschen auferlegt in besonderen Lebensnöten und mit besonderen Charismen. Geistliche Begleitung fördert eine kontemplative Lebenshaltung beim Begleiteten. Der Fokus richtet sich auf die Frage: was fördert, was hindert ein Durchlichtenlassen aller Lebensbereiche im Licht Gottes bis hinein in den konkreten Alltag? Voraussetzung ist beim Begleiter, bei der Begleiterin eine langjährig geübte kontemplative Grundhaltung, ein Unterwegssein auf einem Übungsweg christlicher kontemplativer Gebetstradition, »bei manchen auch offen für Weisen der Kontemplation, die stärker in anderen Religionen kultiviert sind« (Rabus und Abe, ibid. S.102). Gebetsübung ist kein ‚methodisches Training‘, sondern gelebte Gottesbeziehung (ibid. S.102).

So bezeichnen Rabus und Abe Geistliche Begleitung nicht primär durch Handlungswissenschaft grundiert, sondern durch eine Art ‚Leidenswissenschaft‘, im Sinne des ‚Gotlidens‘/ Gott erleiden (Johannes Tauler). Gott erleiden Menschen, die überwältigt sind von Größe, Schönheit, Heiligkeit, Liebe, Trost – die gezogen werden zu selbstvergessener Hingabe. Gott erleiden auch Menschen, deren Leben ‚durchkreuzt‘ wird, deren Vorstellungen eines liebend zugewandten Gottes an ihrer (Nicht)Erfahrung zerbersten. Gott erleiden auch Menschen, die ihn von ganzem Herzen suchen und »bei sich selbst landen« (Rabus und Abe, ibid. S.108).

Aufgabe Geistlicher Begleitung sei, so die Zusammenfassung von Abe und Rabus, Menschen beizustehen, die solche Erfahrungen machen; Herzensregungen klären zu helfen in geistlicher Unterscheidung; mit ihnen Sprache zu suchen; Sinne zu schärfen für die ‚kleinen Wunder‘, dass sich Gutes schenken könnte auch unter vermeintlich Schlechtem; mitzubedenken, dass Be-

drängnis auch ein Zeichen der Nähe Gottes sein kann. Geistliche Begleitung, die ihr Maß kenne und nicht übergriffig werde in ihrem Reden über Gott, die sich rückbinde (religio) an die Urfahrung des Gott-Dürstens, wisse, dass sie »nichts machen kann«. Sie begleitet Erfahrung und weiß um den Unterschied von Erfahrung und Erlebnis. »Die Tradition nannte solch reine Empfangshaltung des Gottleidens ‚vita contemplativa‘« (H.-F. Rabus und H. Abe, 2011, Basis, S.108). Vita activa und vita contemplativa bedingen einander. Und so könnten beide Grundierungen der Seelsorge helfen, dass Menschen Frieden finden. »Die einen je nach Lebenssituation eher im Handlungs- und Verstehenshorizont von Pastoralpsychologie. Andere je nach Suchbewegung eher in Übungs- und Betrachtungsweisen von Geistlicher Begleitung« (ibid. S.109).

4. Zur Theologischen Grundlegung der Geistlichen Begleitung des Herzensgebetes

Was ist die theologische Basis geistlicher Begleitung? Ist die Geistliche Begleitung vereinbar mit Martin Luthers Verständnis der Rechtfertigungsgnade (iusticia passiva)?

Im folgenden Kapitel geben wesentliche biblisch-begründete und systematisch-theologische Untersuchungsergebnisse der beiden Theologieprofessoren Ralf Stolina und Alois Stimpfle den Nährboden für eine theologische Grundlegung der Geistlichen Begleitung des Herzensgebetes.

Im Blick auf ein theologisches Fundament der Geistlichen Begleitung des Herzensgebetes beziehe ich mich auf Alois Stimpfles Vortragsreihe: »Das Herzensgebet, seine Wurzeln, seine Anfänge«, mit theologischen Aussagen zum Verständnis des »**Gottes-Namens in der Bibel**« und mit Texten zur **Herzsymbolik**.³⁸

Basis der biblischen-systematisch-theologischen Grundlegungen bilden verschiedene Veröffentlichungen von Ralf Stolina, die das »**Lebens-Gespräch mit Gott**« thematisieren.³⁹

³⁸ Mit der Veröffentlichung einer Vortragsreihe über „*Das Herzensgebet, seine Wurzeln – seine Anfänge*“ (2007), die Prof. Dr. Alois Stimpfle im Herbst 2006 im evangelischen Kloster Wennigsen gehalten hat, begann die Reihe der *wenigser hefte* zu Spiritualität und Kontemplation.

³⁹ Ralf Stolina, 2011, Basis, S.23-63;

Ralf Stolina, 2008, *Das Geheimnis Gottes und die Würde des Menschen*, in: Plattig, Michael & Stolina, Ralf (Hrsg.), S.10-37.

Ralf Stolina, 2010, *Nachterfahrungen*, in: Bäumer, Regina & Plattig, Michael (Hrsg.), S.22-S.57.

»Das Herzensgebet ist ein hörendes Beten, das sich im Schweigen vollzieht«, so drückt es Alois Stimpfle aus, anlässlich einer Vortragsreihe der Via Cordis im evangelischen Kloster Wenigsen. Ein Beten im Schweigen? Und das innerhalb einer Konfession, die das Wort der Heiligen Schrift ‚sola scriptura‘ als Quelle des Glaubens besonders fokussiert? Heißt ‚beten‘ in der Schrift nicht ‚sprechen‘ – ‚mit Worten beten‘, so wie es uns in den Psalmen anschaulich gezeigt ist? Und lehrte nicht Jesus selbst, wie wir beten sollen? *Wenn ihr betet, dann sprecht: ‚Vater unser...‘*? Ein Beten im Schweigen, allein mit und in unseren Herzen? (Alois Stimpfle, 2007, S.5).

Einer der Vorbehalte gegen das ‚kontemplative Gebet‘ komme meistens von Personen und Gruppen, die sich ein ernsthaftes Gebet nur als Schriftbetrachtung vorstellen könnten, schreibt der Begründer des Grieser Weges des Herzensgebetes, Franz Jalics (2009), (S. 20). Die kontemplative Gebetsweise des Herzensgebetes entspringt der biblischen Offenbarung und ist in sie eingebettet. »Was könnte christlicher sein, als ständig mit voller Aufmerksamkeit bei Christus zu verweilen! Nicht nur bei seinen Worten, sondern bei ihm selbst?«, meint Franz Jalics. Er könne außer der Nächstenliebe nichts Nützlicheres und nichts Wichtigeres zur Vorbereitung und zur Unterstützung des kontemplativen Gebetes empfehlen, als sich in die Heilige Schrift zu vertiefen. Und doch gebe es im Gebet eine Unmittelbarkeit in der Hinwendung zu Jesus Christus, die eine aktuelle Beschäftigung mit der Schrift ausschließe: »Die heilige Schrift ist eine Botschaft, die wie ein Pfeil über sich selbst hinausweist.« (ibid. S.20).

Spätestens an dieser Stelle werden einige Wortklärungen notwendig, um Missverständnisse zu vermeiden.

4.1. Zur Klärung der Wortbedeutungen »spirituell« und »mystisch«

Was ist Mystik? Lange Zeit herrschte die Meinung vor, Mystik sei ein ‚Abgleiten in irrationale Schwärmerei‘. Andere sprachen von Mystik im Zusammenhang mit Visionen besonders seherisch begabter, auserwählter Personen. Heute werden Mystik und Glaubenserfahrung, Mystik und Spiritualität, Mystik und eine gelebte Form von Religiosität häufig miteinander in Verbindung gebracht. In diesem Sinne würden viele gerade in der Ausbildung einer mystischen Spiritualität die große Hoffnung zukünftiger Religion sehen (Wolz-Gottwald, 2011, S.9).

Zur Vertiefung der wissenschaftlichen Basis,, vgl auch: Stolina, Ralf, 2000, *Niemand hat Gott je gesehen. Traktat über negative Theologie*. Berlin: Walter de Gruyter, und ebenso: Stolina, Ralf, 1996, *Die Theologie Karl Rahners: Inkarnatorische Spiritualität. Menschwerdung Gottes und Gebet*. Innsbruck: Tyrolia.

Nun weist Ralf Stolina darauf hin, dass eine in der Begriffsgeschichte angelegte Schwäche bestehe, bezüglich der Fokussierung der subjektiven Erfahrung mit gleichzeitiger Ausblendung des Erfahrungsgrundes bzw. des Gegenübers der Erfahrung. Für den ursprünglichen Gebrauch der beiden Worte »mystisch« und »spirituell« sei der Erfahrungsgrund bzw. das Gegenüber der Erfahrung allerdings konstitutiv. Er nennt drei Bedeutungsfelder des Adjektivs ‚mystisch‘ im Gebrauch der Alten Kirche:

- Biblische Bedeutung: mystisch ist – das vorherbestimmte und nun offenbar gewordene Christusgeheimnis.
- Liturgische Bedeutung: mystisch ist – die Gemeinschaft mit Christus im Sakrament der Eucharistie.
- Spirituelle Bedeutung: mystisch ist – der geistliche Sinn der Schrift.

Das Wort ‚mystisch‘ bedeute schließlich, verknüpft mit dem geistlichen Sinn der Schrift, **»eine unmittelbare, erfahrungsmäßige Gotteserkenntnis«** (Stolina, 2008, S.10+11).

Das Adjektiv ‚spirituell‘ ist eine vom Lateinischen spiritualis / spiritalis abgeleitete christliche Bezeichnung des neutestamentlichen Wortes geistig / geistlich (Vgl. 1Kor 2). Der vom Geist Gottes beseelte, beschenkte Mensch ist ‚geistbegabt‘, also ‚spirituell‘ (ibd. S.11).

Mit der Neuschöpfung der Substantive ‚Mystik‘ und ‚Spiritualität‘ im 17. und 18. Jahrhundert verlagerte sich, so Ralf Stolina, die Bedeutung zunehmend in Richtung »religiöser Subjektivität«. Dies bedeute, dass gegenwärtig häufig unter Spiritualität ein offener, nicht durch *eine* Religion begrenzter Transzendenzbezug in anthropologischer Fokussierung verstanden werde. Es gehe um Gott bzw. das Göttliche, doch der Mensch stehe mit seiner subjektiven Glaubenserfahrung paradoxerweise im Zentrum (ibd. S.11).

Zu einer weiteren Klärung ist meines Erachtens Ralf Stolin's Verhältnisbestimmung von ‚mystisch‘ und ‚spirituell‘ hilfreich. So sei: ‚spirituell‘ ‚geistig-geistlich‘ der weitere von beiden Begriffen. Die Gabe des Geistes Gottes umfasse die ganze Existenz des Menschen. Sie setze eine Lebensbewegung frei, die ihn in seiner ganzen Person und in all seinen Bezügen und Verhältnissen betrifft. Dabei drücke sich im Begriff ‚mystisch‘ ein wesentliches Element dieser Lebensbewegung aus, nämlich die Erfahrungserkenntnis Gottes – *cognito Dei experimentalis* – (die Erkenntnis Gottes mittels Erfahrung). [Im Unterschied dazu: *cognito Dei doctrinalis* – (ein lehrhaft vermittelbares theoretisches Wissen von Gott)]. *Cognito* – Erkenntnis sei nicht rein kognitiv zu verstehen, als ein Vorgang, der allein die ratio betreffe, sondern ein Vorgang, der den ganzen Menschen einbeziehe und beanspruche. »Die *cognito dei experimentalis* bezeichnet ein komplexes Geschehen, in dem es der Mensch nicht allein mit sich zu tun hat, sondern zuvorderst mit Gott und mit sich selbst in Beziehung zu Gott. (...) Die Erfahrungsweise und Erfah-

rungswelt des Menschen ist dabei eine Seite, und zwar die grundsätzlich empfangende Seite der konstitutiven Beziehung zum ‚Mysterium Gottes‘ (Stolina, 2008, S.12).

In der Begleitung der Übung des Herzensgebetes und in geistlichen Begleitungsgesprächen sprechen wir direkt oder indirekt von Gott oder dem göttlichen Geheimnis. Wir versuchen, achtsam und aufmerksam präsent zu sein und den Lebensimpulsen des Geistes nachzuspüren. Wir versuchen, Lebensereignisse intuitiv geistlich zu erkennen, zu verstehen und zu deuten. Wir vertrauen darauf, dass Gott eine für den Menschen heilvolle Lebensabsicht hat, auch wenn der Mensch leid- und schmerzvollen Erfahrungen ausgesetzt ist, wenn er das Leben bruchstückhaft erlebt und Unabänderliches aushalten und durchstehen muss. Wir versuchen mit unserer ganzen ‚Anwesenheit‘ im Reden und Schweigen hilfreich zu sein.

Nun stellt sich die Frage, wie können wir von Gott, »den niemand je gesehen hat«, wie können wir vom »göttlichen Geheimnis« sprechen? (Stolina, 2008, S.10).

4.2. Die Selbstmitteilung Gottes im Alten Testament

»Schema Jisrael!« »Höre Israel!« Von Anfang bis Ende klingt der göttliche Ruf, der alles geistliche Leben umschließt durch die Heilige Schrift. »Schema« heißt »Höre!«, die Wurzel ‚schem‘ bedeutet ‚Name‘. (...) *wenn ihr mich von ganzem Herzen suchen werdet, so will ich mich von euch finden lassen* (Jer 29,13f. vgl. Dtn 4,29).

*Mose sprach zu Gott: Siehe, wenn ich zu den Israeliten komme und spreche zu ihnen: Der Gott eurer Väter hat mich zu euch gesandt!, und sie mir sagen werden: Wie ist sein Name? Was soll ich ihnen sagen? Gott sprach zu Mose: **Ich werde sein, der ich sein werde.*** (Ex 3,13f)

Martin Buber übersetzt: **»Ich werde dasein, als der ich dasein werde.«**

Im Dornbuschgespräch nennt Gott keinen Namen, er verhüllt ihn eher. Was verbirgt sich, was drückt sich im Namen aus? Namen sind verbunden mit Geschichte, mit Leibhaftigkeit, sie tragen Inhalte mit sich, können lebendig werden, sie wirken und bewirken etwas, sie erlangen Eigenpotenz oder sogar personale Dynamik, so Alois Stimpfle. Er nennt dies: ‚Die magisch-sakramentale Dimension des Namens‘ (2007, S.10). Wo der Begriff zum Namen wird, benennt er etwas Einzigartiges. Die Kenntnis des Namens bedeutet: Verfügungsmacht über den Namensträger zu haben. Diese Vorstellung von der magisch-sakramentalen Potenz des Namens Gottes zeigt sich in vielen Stellen des Alten Testamentes als Phänomen (Stimpfle, 2007, S.11).

Hortense Reindjen-Anwari⁴⁰ weist in einem Via Cordis Vortrag darauf hin, dass es in diesem Namen: »Ich werde dasein, als der ich dasein werde«, nicht um Magie, sondern um Zusammensein geht. Die Antwort sei nicht: »Ich bin der Seiende«. Es gehe um dasein, um gegenwärtig sein in der Begegnung zwischen Mensch und Gott. Im Nennen des Namens entstehe Zweiseitigkeit und Beziehung.

Gott ist gegenwärtig, wenn ich ihn anrufe und Glaube ist die Bereitschaft, zu jeder Zeit und an jeder Stelle, dort, wo man steht, die Stimme Gottes in der Herzmitte zu hören. Hier steht der Mensch in seiner eigenen Weltzeit in Beziehung zu dem da und bei ihm seienden Gott. Hier erhält der Mensch wie Mose von der Quelle allen Seins seine Berufung (Martin Buber, zit. in Anwari, 2009).

Mose empfängt das: »Ich bin, der ich sein werde« in einer Erfahrung von Feuer. Das göttliche Geheimnis offenbart seine wie Feuer brennende Herrlichkeit und im selben Namen offenbart sich Jahwe auch als der: »Ich werde mit dir sein«.

Gott, der ganz Andere, der Transzendente, der alles Übersteigende, der allem gegenüber Jenseitige, er offenbart sich als Schöpfer im Herzen der Schöpfung gegenwärtig, bis in verschlungene Geflechte der Geschichte hinein. »Dieser Glaube aller biblischen Generationen an die Macht des göttlichen Namens begründet die heilige Geschichte, die Geschichte unseres Heils und sicherlich aller Geschichten überhaupt« (Alphonse und Rachel Goettmann, 1993, S.12).

Das Bundesverhältnis Gottes mit den Menschen wird dreifach besiegelt:

- In der Erkenntnis des göttlichen Namens als einer Liebesbeziehung zwischen Gott und Mensch.
- In seiner geschichtlichen Offenbarung durch die Erfüllung einer Verheißung, an die Gott sich bindet.
- Und eine Weisung an die der Mensch sich bindet auf seinem Weg mit und zu Gott (Goettmann, 1993, S.14).

4.3. Die Mitteilung Gottes im Christusgeschehen

Am »Tag Jahwes«, den die Propheten ankündigten, geht die Verheißung in Erfüllung, da das Heil jedem angeboten wird »der den Namen des Herrn anruft« (Joel 3,5). Dieser Tag ist der Pfingsttag. (Goettmann, 1993, S.20).

⁴⁰ Dr. Phil. Dipl.-Theol. Hortense Reintjens-Anwari beendete einen Vortrag im Januar 2009 in Flüeli/Ranft (Via Cordis) mit der Dornbuschgeschichte Ex 3, 12-14. Anstelle einer Auslegung meditierte sie über den Text mit Hilfe von Zitaten aus Franz Rosenzweig: *Der Stern der Erlösung* und aus dem *ersten Band der Werke von Martin Buber*.

Petrus wählt in seiner Pfingstrede die Prophetie des Joel, um der Volksmenge zu verdeutlichen, dass es sich hier um die Erfüllung des alten Bundes handelt. *Und es soll geschehen in den letzten Tagen, spricht Gott, da will ich ausgießen von meinem Geist auf alles Fleisch (....) Und es soll geschehen: wer den Namen des Herrn anrufen wird, der soll gerettet werden* (Apg 2, 17+21).⁴¹ Petrus, erfüllt vom Heiligen Geist, sagt mit Nachdruck: dieser ‚große Tag‘, dieser ‚Name‘, dieser ‚Herr‘: »Das ist Jesus von Nazaret!«.

Jeder, der den Sohn ehrt, ehrt auch den Vater (Joh 5,23), denn jeder, der den Sohn sieht, sieht den Vater (Joh 14,9). Diese Durchsichtigkeit bewirke der Heilige Geist (Goettmann, 1993, S.20).

Christus ist das Geheimnis Gottes (Kol 2,2). Der Begriff »Geheimnis Gottes« bringe im Neuen Testament auch nicht seine absolute Transzendenz zum Ausdruck, sondern das Geheimnis seiner Mitteilung und Offenbarung im Christusgeschehen. (Stolina, 2011, Basis, S.25). Er ist das Ebenbild, (das Antlitz, die Ikone) des unsichtbaren Gottes (Kol.1,15). Stolina weist darauf hin, dass Paulus eine kreuzestheologische Konkretisierung vornimmt: »Das Geheimnis Gottes ist Christus, der Gekreuzigte« (vgl. 1Kor 2,1 f). »Gott teilt sich mit, indem er sich entäußert – im Menschen Jesus kommt Gott selbst an den Ort des Todes, der Gottlosigkeit. Die Bewegung Gottes zum Menschen wird im Philipper-Hymnus besungen: »Seid untereinander so gesinnt, wie es dem Leben in Christus Jesus entspricht ...« (Phil 2,5-11). Die Person Jesu von Nazaret, sein Leben, Sterben und Auferstehen wird zur Offenbarung und geschichtlichen Mitteilung der Christuswirklichkeit: Der Titel »Christus« wird zum Namen: »Jesus Christus«.

Die Christuswirklichkeit ist jedoch nicht auf die Person Jesu zu begrenzen. Das lebendige dynamische Beziehungsgeschehen – die Beziehungsfülle Gottes – das *mysterium trinitatis* besteht von Ewigkeit und wird nicht in der Inkarnation ein Ergebnis »geschichtlich-einmaliger Theogenie« (Stolina, 2008, S.22). Gott, der Ursprung (Vater) teilt sich mit seiner schöpferischen Kraft ganz im »Logos / Sohn« mit. Das Attribut der Schöpfungsmittlerschaft wird Christus, aber nicht Jesus zugeschrieben (ibid. S.22). »Solus Christus« bedeute, so Stolina, dass die heilvolle Gemeinschaft mit Gott, durch Christus vermittelt, nicht exklusiv, sondern inklusiv zu verstehen sei: nämlich, dass Christus wirksam ist, wo immer Gott im Geist und in der Wahrheit erfahren, erkannt, bezeugt werde. »Und das gilt in einem für uns nicht abstrakt zu leugnenden oder zu behauptenden Maße auch für andere Religionen. Das gerade ist die Verheißung des interreligiösen Dialoges: Gottes Wirken und Gegenwart zu erfahren in anderen kulturellen und religiösen Erfahrungsräumen« (Stolina, ibid. S.23).

Franz-Xaver Jans Scheidegger findet für diese inklusiv zu verstehende Christuswirklichkeit »Worte, geboren aus Schweigen«: »Der Kern meines Wesens ist geschöpft aus der zeugenden

⁴¹ Luther-Übersetzung

und bergenden Schöpfungskraft. In diesem Kern bin ich einmalig und kostbar, unverwechselbar bei meinem Namen gerufen, unabhängig davon, wie ich mein Leben lebe. Wie gebe ich Antwort, wie töne ich zurück, wie gebe ich Resonanz mit meiner ganzen Existenz, so wie ich auch in meinem ganzen Sein bejaht bin?« (Franz-Xaver Jans-Scheidegger, 2002, S.15+16).

4.4. Atem des Lebens – Heiliger Geist

Wo vom Christusgeschehen die Rede ist, müsse auch vom Heiligen Geist die Rede sein, so Stolina. Der Schöpfergeist, der aus dem Nichtsein ins Sein ruft, durchweht die ganze Schöpfung. Der Mensch ist von Gottes Geist beatmetes Geschöpf (Gen. 2,7). Der Geist ist in des Menschen Herz gegeben (Röm. 5,5; vgl. Röm. 8,11); er **ist** die dynamische Beziehung, in der sich der unsichtbare Gott ein Ebenbild schafft und schöpferisch aus sich heraustritt. Er führt in die Lebensgemeinschaft mit dem Gekreuzigten und auferstandenen Christus im Leben und im Sterben (Röm 14, 7-9). »Im Geist teilt sich Gott dem Menschen zu unmittelbarer Nähe mit, in die innerste Mitte seines Wesens, und gewinnt der unbegreifliche Gott ein Antlitz: Er wird zum Du, das sich anrufen lässt« (Stolina, 2008, S.19).

4.5. Die Frage nach personalem oder transpersonalem Gottesbild

In der alten Kirche wurde die lebendige Beziehungsfülle Gottes mit dem Wort »Perichorese« beschrieben: ein bewegtes, dynamisches, lebendiges Ineinander- und Durchdrungensein. Darin klinge das griechische Wort ‚umhertanzen‘ an. Stolina weist darauf hin, wie wenig aussagekräftig die Alternative von ‚personal-transpersonal‘ sei, solange nicht geklärt ist, was ‚personal‘ überhaupt bedeute. »Wenn wir unter Personalität im Blick auf Gottes Wirklichkeit Folgendes verstehen: Das absolute Geheimnis, das wir Gott nennen, ist in seiner lebendigen Beziehungsfülle beziehungsfähig, gewinnt ein menschliches Angesicht, spricht an und lässt sich anrufen. Wir haben eine Geschichte mit Gott – dann macht es keinen Sinn, von Transpersonalität zu sprechen, es sei denn, damit wäre eigentlich A-personalität gemeint.« (Stolina, 2008, S.23).

4.6. Das Herz-Motiv in der Bibel

Das Herz (hebräisch, *leb*) steht für den Kern des Menschen und die Mitte der Person. In der biblischen Tradition des Alten Testaments sind »Herzens-Angelegenheiten« nicht beschränkt auf den Bereich der Gefühle und Affekte. Das Herz denkt (Ps 27,8) und versteht (Dtn 29,3). Das Herz fühlt und empfindet. Das Herz atmet, dichtet, spricht, ‚summt‘ (Ps 45,2 / Buber) und ‚tönt‘

(Ps 19,15 / Buber). Salomo bittet Gott um ein hörendes Herz, um Weisheit, die ihm gewährt wird (1Kön 3,9). Alois Stimpfle betont: »die Fähigkeit des Herzens, nämlich, zu Gott in Beziehung zu treten, sei absolut die gewichtigste Seite«. Das Herz bilde das »Gottesorgan« des Menschen (Stimpfle, 2007, S.35).

Wenn ihr mich mit all eurem Herzen sucht, will ich mich von euch finden lassen. (Jer 29,13f; vgl. Dtn 4,29). *Dir spricht mein Herz nach: Suchet mein Antlitz! - dein Antlitz suche ich, DU!* (Ps 27,8). Die Möglichkeit ist grundsätzlich gegeben, mit Gott über das Herz in Kontakt zu treten:

- *Liebe denn IHN, deinen Gott, mit ganzem Herzen...* (Dtn 6,5).
- *Ein reines Herz schaffe mir Gott...* (Ps 51,12).
- *...dass er stark beistehe denen, deren Herz befriedet ist zu ihm hin* (2 Chr 16,9).
- *...so gib deinem Diener ein hörendes Herz...* (1Kön 3,9).
- *... da gebe ich dir ein weises und unterscheidendes Herz...* (1Kön 3,12).

Jedoch das Herz kann *unaufmerksam, gedankenlos, unverständlich, süchtig* sein, und *verwirrt durch: Wein, Weib, Konsum, Gewinnmaximierung, Verlockung, Korruption und Selbstbetrug*. Auch kann das Herz *übersättigt, verfettet, hart, steinern, verstockt* und *böse* sein, voller *Hybris, Hochmut, Selbstüberschätzung, Eifer für Nichtiges, Freude am Törichten und Versuchung Gottes* (Stimpfle, 2007, S.36).

Der Mensch hat oft keinen Zugang zu seiner ‚Herz-Mitte‘: *Sie erkennen nicht, sie unterscheiden nicht; denn verklebt sind ihre Augen gegen´s Sehen, ihre Herzen gegen´s Begreifen.* (Jes. 44,18). Und so gilt: *Wer mit seinem Herzen sich sichert, der ist ein Tor...* (Spr 28,26).

Und dennoch kann der Mensch mit der Zuwendung Gottes rechnen in der ‚Hinkehr‘ zu Gott: *Zerreißt euer Herz, nimmermehr eure Gewänder, und kehrt um zu IHM eurem Gott!* (Joel 2,13).

Die Sehnsucht wächst im Menschen nach einem gesunden Herz in ‚herzlicher Beständigkeit‘, eine Sehnsucht nach »lebendiger Herzensreinheit« (Stimpfle, 2007, S.39).

Ich gebe ihnen ein einiges Herz, einen neuen Geist gebe in ihre Brust ich, das Steinherz räume ich aus ihrem Fleisch, ich gebe ihnen ein Fleischherz (Ez 11,19).⁴²

Diese prophetische Hoffnung ist mit dem Kommen Jesu in Erfüllung gegangen – davon waren die ersten Christen überzeugt. Auf ihm ruht der Geist Gottes, sein *Herz ist sanftmütig und demütig* und *wer von ihm lernt, wird Ruhe finden für seine Seele* (vgl. Mt 11,29). Es ist der pfingstliche Gottes-Geist, der ausgegossen ist auf die Glaubenden (vgl. Apg 2). Und *die Liebe Gottes ist ausgegossen in unsere Herzen durch den Heiligen Geist* (Röm 5,5).

⁴² Alle Schrift Stellen (AT): verdeutscht von Martin Buber und Franz Rosenzweig.

»Wie betet ein gläubiges Herz?« Alois Stimpfle weist auf zwei Schriftstellen hin, in denen sich Paulus zum »Geistgebet im Herzen« äußert: *Desgleichen hilft auch der Geist unserer Schwachheit auf. Denn wir wissen nicht, was wir beten sollen, wie sich's gebührt; sondern der Geist vertritt uns mit unaussprechlichem Seufzen. Der aber die Herzen erforscht, der weiß, worauf der Sinn des Geistes gerichtet ist; denn er vertritt die Heiligen, wie es Gott gefällt* (Röm 8,26).

Das »Unsagbare«, das »Unaussprechliche«, das der Geist im Herzen seufzt, bestehe aus einem Wort: »Abba!« *Weil ihr nun Kinder (Söhne und Töchter) seid, hat Gott den Geist seines Sohnes gesandt in unsere Herzen, der da ruft: Abba, lieber Vater! So bist du nun nicht mehr Knecht, sondern Kind; wenn aber Kind, dann auch Erbe durch Gott* (Gal 4,6).⁴³

Paulus argumentiert im Rahmen des erbrechtlichen Denkens der Antike. Als Erben – so führt Alois Stimpfle den Gedankengang des Paulus weiter – als Erben haben wir Teil an Gottes »Heiligkeit«. »Als Heilige sind wir auch in der Lage, den Namen Gottes zu heiligen. Und so schreien wir in unseren Herzen: ‚Abba, Vater‘ – oder wir lassen den Geist Gottes seufzen – ‚Unaussprechliches‘ – oder aber wir lassen unser Herz summen und tönen und singen« (Stimpfle, 2007, S.41).

Das Beten in dieser Form geschieht im Innern des menschlichen Körpers. Der Weg des Herzensgebetes ist ein Weg des Leibes.

4.7. Der Leib, Tempel des göttlichen Geistes

In unserer Alltagssprache sprechen wir vom Körper und meinen damit meist den physischen Bereich. Mit Leib ist das ganze Wesen des Menschen gemeint: physische, psychische und geistige Bereiche durchdringen sich. Der veraltete Begriff Leib meint die menschliche Körperlichkeit als systemische Ganzheit. Der Weg des Herzens »Via Cordis« geht von dieser »Ganzheitlichkeit« der menschlichen Leibgestalt aus, in der der göttliche Geist erfahrbar wird, der in alle Lebens-Wahrheit führt, der die Seele tröstet, in uns betet, Lebensatem und Lebendigkeit in Fülle schenkt. Paulus nennt diesen Leib: »Tempel des Heiligen Geistes«.

⁴³ Alle Bibelstellen (NT): Luther-Übersetzung, (1999), *Lutherbibel Schulausgabe*. Stuttgart: Deutsche Bibelgesellschaft.

4.8. Die Balance von Aktion und Kontemplation

In seinem Artikel: »Lebensgespräch mit Gott« fasst Ralf Solina zusammen, worum es in der Geistlichen Begleitung im Wesentlichen geht, nämlich: die Lebensimpulse des Geistes wahr- und aufzunehmen, der Lebenswahrheit zu folgen, die die Heilige Geisteskraft mitteilt und deren Trost zu empfangen. (Stolina, 2011, Basis, S.25). Dieses Geschehen umfasst den ganzen Menschen in all seinen Lebensbereichen. »Da wir im Geist leben, lasst uns auch im Geist wandeln«, fordert Paulus auf. (Gal 5,25).

Franz-Xaver Jans Scheidegger fragt in: »Worte geboren aus Schweigen«: »Wie gebe ich dem göttlichen Leben in mir Entfaltungsmöglichkeiten? Ich bin eingeladen, dieses in Raum und Zeit zu gestalten und zu formen. Dazu ist mir alle Freiheit geschenkt. Wie, wann und wo nutze ich sie? Was hindert mich, was fördert mich, diesem Geheimnis in mir zu dienen? Kann ich stauend in mir und um mich wahrnehmen, wie mein Begnadetsein im Alltag wirkt? Gebe ich meinen Fähigkeiten unbefangen und urteilsfrei die Möglichkeit, nach bestem Wissen und Gewissen aktiv zu werden? (...) Die Antwort auf die Einladung zu hören, zu lauschen, lässt alle Ego-Ansprüche zurücktreten.« (Jans-Scheidegger, 2002, S.17).

Zu Beginn von Röm 12 gibt Paulus einen Hinweis wie es geschehen kann, dass die ethische Einsicht auch handlungsbestimmend wird:

Ich ermahne euch nun, Brüder [und Schwestern], durch die Barmherzigkeit Gottes, eure Leiber hinzugeben zu einem lebendigen, heiligen, Gott wohlgefälligen Opfer; das ist euer geistlicher Gottesdienst. Lasst euch nicht dieser Weltzeit gleichschalten, sondern lasst euch vielmehr umgestalten in der Erneuerung des Sinnes, damit ihr prüfen könnt, was Gottes Wille ist, das Gute und Wohlgefällige und Vollkommene (Röm 12,1).

Im Herzensgebet dürfen wir uns einbetten in die liebende Barmherzigkeit Gottes, die eine Umgestaltung, eine Wandlung, eine Verwandlung der höchsten und innersten Gemütskräfte in der Dimension des inneren Menschen bewirkt. »Geistliche Übungen und geistliche Begleitung helfen, einen Erfahrungsraum zu eröffnen für diese umgestaltende Barmherzigkeit«: »Der vernünftige, geistliche Gottesdienst«, so Stolina, führt den Menschen zum Dienst im Raum der jeweiligen Lebensverhältnisse, die zu gestalten aufgegeben sind, und nicht zu unkritischer Anpassung an herrschende Verhältnisse« (Stolina, 2011, Basis, S.32).

4.9. Im Glauben als Fragment leben

Da wir Menschen einerseits an die Raum-Zeit-Dimension gebunden und andererseits schon jetzt einbezogen sind in das Geschehen der Auferstehung – Paulus spricht in 1 Kor 15,51 von dem »Geheimnis der Verwandlung« –, ist und bleibt unser Leben auf dieser Erde bruchstück-

haft. »Christsein heißt immer Christwerden«. Und so sei das geistliche Leben keine Aufwärts- und Aufstiegsbewegung zu immer höherer Vollkommenheit, es ersehne diese Wandlung und Verwandlung in der Lebensgemeinschaft mit dem Gekreuzigten und Auferstandenen – »im Wissen um die bleibende Macht der Kraft, die wir mit dem Wort Sünde beschreiben.« (Stolina, 2011, Basis, S.33).⁴⁴

Der Mensch kann in sehr unterschiedliche existentielle Situationen gestellt sein: Das Fragment des menschlichen Lebens kann einmal in seiner kostbaren einmaligen Schönheit aufleuchten oder in seinen schroffen kantigen Abbrüchen hervortreten. Zeiten des Vertrauens und liebenden Gewährseins einer innigen Verbundenheit mit der Gegenwart Gottes in allem Lebendigen können mich erfüllen oder Verzweiflung am hoffnungslos Bruchstückhaften. »Das Mitgehen einer Begleiterin, eines Begleiters ist hilfreich, dass das ganz und gar nicht Selbstverständliche tatsächlich geschieht: im Glauben als Fragment leben zu können« (Stolina, ibd. S.33).

Gerade in Zeiten existentieller Bedrohung und Not kann das Herzensgebet zu einem Lebens-Anker werden: Im Klang des »eigenen Herzenswortes«⁴⁵ tritt der Betende so in eine glaubens- und lebensfördernde Beziehung zu Gott, gerade auch gegen alle notvoll spürbare Erfahrung der Angst, Sorge oder Verlassenheit. Worte aus dem reichen Gebetsschatz der Psalmen oder Liedverse aus dem reichen Schatz der Liturgie zeugen davon.

In seinen Briefen aus der Haft geben Dietrich Bonhoeffers Gebete eindrücklich Zeugnis darüber, was es bedeutet, in einer ausweglosen Situation existentieller Bedrohung sein Leben betend vor Gott zu bringen. In der Geistlichen Begleitung des Herzensgebetes sollten Begleitende um die Not und den Segen des Gebetes wissen, so Stolina (ibd. S.28).

Auf Dietrich Stollbergs Verdacht, in der geistlichen Begleitung gehe es um ‚römisch-katholischen‘ und ‚neupietistischen‘ ‚Kampf der Heiligung‘, die mindestens sehr nahe an eine gesetzliche Werkgerechtigkeit heranreiche (Stollberg, 2010/1, S.46), antwortet Ralf Stolina: »Gerade angesichts der fundamentaltheologischen Bedeutung, die auch Martin Luther der Gebets- und Meditationspraxis gibt, sollte es sich erübrigen, die Ermutigung zu einer regelmäßigen Gebetspraxis der Gesetzmäßigkeit und Werkgerechtigkeit zu verdächtigen« (2011, Basis, S.28). Er weist darauf hin, dass in der Vorrede zur Ausgabe von Martin Luthers deutschen Schriften 1539⁴⁶ Luther drei Regeln für ‚eine rechte Weise in der Theologie zu studieren‘⁴⁷ voranstelle,

⁴⁴ Es sei eine unsachgemäße und nur mit der Wahl seiner Quellen zu erklärende Einseitigkeit, wenn Dietrich Stollberg die Geistliche Begleitung generell unter den Verdacht stelle, sie ziele auf Selbstheilung und Vervollkommnung (R. Stolina, 2011, Basis, S.33, Fußnote).

⁴⁵ Wie finde ich zu meinem Herzenswort? Vgl. dazu Kapitel 5.1.3. in dieser Arbeit.

⁴⁶ Wa 50, 657-661; Übersetzung ins Neuhochdeutsche in: Martin Luther Ausgewählte Schriften, BD. 1, Aufbruch zur Reformation. Bornkamm, Karin & Ebeling, Gerhard (Hrsg.), Frankfurt a. M. 1995, S.6-11.

⁴⁷ ibd. S.8.

gleichsam »als Leseanweisung für seine Schriften«, nämlich: Oratio (Gebet) – Meditatio (Meditation) – Tentatio (Anfechtung) (Stolina, 2011, Basis, S.26). Zum Gebet folgt die Aufforderung: »knie nieder ... und bitte ...«⁴⁸ und zur Meditation, du »sollst die ... mündliche Rede und im Buch geschriebenen Worte immer treiben und reiben«. Jedoch ist die dritte Regel keine mögliche Handlung des Menschen, für die er sich disponieren könnte, sondern ein Widerfahrnis: »Tentatio, Anfechtung. Die ist der Prüfstein, die lehrt dich...«. Gerade in dieser Verbindung von Widerfahrnis und Regel, so Stolina, komme kein Widerspruch, sondern ein wesentliches Merkmal der Anfechtung zum Ausdruck: »Es ist mit der Ordnung einer Regel damit zu rechnen, dass der Mensch, der betet und meditiert, also in das Lebens-Gespräch mit Gott einstimmt, in die Anfechtung gerät. Und dies gilt in besonderer Weise auch für diejenigen Menschen, die von Gott, den niemand je gesehen hat, in das Leben anderer Menschen hinein zu sprechen haben, nicht aus Übermut und Anmaßung, sondern weil sie dazu beauftragt sind« (Stolina, 2011, Basis, S.29).

4.10. Nachterfahrungen

Die Anfechtung, wie sie Martin Luther beschreibt, und das Phänomen der Dunkelheit auf dem spirituellen Weg, nämlich »die Nacht des Glaubens in Gestalt der Dunklen Nacht«, wie sie **Johannes vom Kreuz (1542-1591)** beschreibt, stehen, so Ralf Stolina, »ohne Zweifel in einer Beziehung zu Gott«. Bei allen Unterschieden sieht Stolina darin die wesentlichen Berührungen zwischen Luther und Johannes vom Kreuz: »Kontemplation und die geschenkte Gerechtigkeit (iustitia passiva) sind reines Empfangen und reine Hingabe«. Im Erleiden des dunklen Glaubens – im Erleiden, der Leere, der Blöße, und der Abwesenheit jeder Zuneigung⁴⁹ liegt die verborgene Nähe Gottes. Die eigene »Erfahrung« der Gottverlassenheit kann zu einem in die Irre führenden Kriterium für Gottes Wirken werden. »Meine Erfahrung ist nicht das Letzte und Entscheidende; Gott wirkt auch da, wo ich nichts davon erfahre – oder sogar Gott als Feind befürchte. Daraus erwächst der Freimut, die Erfahrungsgestalt des Glaubens freigeben zu können – reiner, nackter Glaube im Vertrauen auf und im Empfangen der Selbstmitteilung des lebendigen Gottes im Geist und im Christusgeschehen« (Stolina, *Nachterfahrungen*, 2010, in: Bäumer, R. & / Plattig, M. (Hrsg.), S.42).

⁴⁸ Siehe Fußnote ⁴⁶: ibd. S.8

⁴⁹ Vgl. Johannes vom Kreuz, Der Aufstieg zum Berg Karmel, Buch ii, Kap. 6,1.

4.11. Contemplatio (Kontemplation)

Das immerwährende Gebet des Herzenswortes in der Meditation führt im Laufe der Übung allmählich in ein tiefes Schweigen, jenseits »aller Diskursivität und Reflexivität«. Räume öffnen sich im Innern in immer tiefer liegenden Schichten des Bewusstseins. Der Mensch ist darin gesammelt in wacher Aufmerksamkeit in der Haltung der Hingabe, des sich völligen Überlassens. Ohne etwas zu wollen ist er da in Gottes Gegenwart, empfangend offen. Gerhard Tersteegen beschreibt in seinem Lied: »Gott ist gegenwärtig« die Erfahrung, dass Gott den Menschen umhüllt und erfüllt – darin sind Gottes Transzendenz und Immanenz verbunden – :*Luft, die alles füllet, drin wir immer schweben, aller Dinge Grund und Leben, Meer ohn Grund und Ende, Wunder aller Wunder, ich senk mich in dich hinunter. Ich in dir, du in mir, laß mich ganz verschwinden, dich nur sehn und finden.*

Das kontemplative Herzensgebet ist ein Einüben aus dem Empfangen zu leben. Dieses Gewahrsein und Innwerden der Gegenwart Gottes, diese innere Herzensruhe ist nicht machbar. Sie ist, so Stolina: »die Erfahrungsgestalt der *iustitia passiva*, der Rechtfertigungsgnade: Ich lebe nicht aus dem Machen und Tun, dem Wollen und Verdienen, sondern aus dem Empfangen der schöpferischen Liebe Gottes, die mich hineinnimmt in das Geheimnis der Verwandlung: *Es wird gesät ein natürlicher Leib und wird auferstehen ein geistlicher Leib.* (1. Kor. 15,44; vgl. auch 1. Kor. 15, 51)« (Stolina, 2008, S.37). Durch die Berührung des göttlichen Geistes in der Herzmitte seines Menschseins ist der Mensch gerufen zu sein, was er schon ist: Geliebtes Kind Gottes. Von Gott kommt ihm eine Identität und Würde zu, die bleibt. In der Sprache der Schrift heißt dies: Die Würde eines Kindes Gottes, das bei seinem Namen gerufen ist, einmalig und kostbar, ein Name, der auch im Tod nicht verklingt. Der Mensch ist zur Menschwerdung berufen: »*Und das Wort wird Fleisch und wirkt in uns und wir sehen die Weisheit Gottes in der Schöpfung und dienen ihr*«, heißt es in einem Angelusgebet der Via Cordis Weggemeinschaft. Wir sind gerufen, Antwort zu geben, uns von Gott senden und in Anspruch nehmen zu lassen, die Lebensverhältnisse im Sinne seiner schöpferischen Liebe aktiv mitzugestalten. Darauf komme es an, meint Ralf Stolina und bezeichnet ein solches Lebensgespräch mit Gott treffend als eine: »Lebenskräftige Spiritualität« (ibid. S.37).

5. Orientierungshilfen für die Praxis der Geistlichen Begleitung des Herzensgebetes

5.1. Schulungswege

Unabhängig voneinander sind im Westen, in der zweiten Hälfte des zwanzigsten Jahrhunderts, mehrere Herzensgebetsschulen entstanden, die, wie die Biografien ihrer Begründer bezeugen, dem interreligiösen Dialog mit dem Fernen Osten entscheidende Impulse verdanken. Zum Teil sind es tatsächlich buddhistische und hinduistische Lehrer gewesen, die ihre westlichen Schüler auf die alte christliche Gebetspraxis der Hesychasten aufmerksam gemacht haben. In indischen Ashrams wurden »Die aufrichtigen Erzählungen eines russischen Pilgers« gelesen. Über diese Art Umweg in den Osten kehrten sie zu ihrer eigenen christlichen Tradition zurück und entdeckten in der Praxis des Herzensgebetes einen gangbaren spirituellen Weg, der sie die eigene Tradition neu und tiefer begreifen ließ.

Im Juni 2011 fand in Flüeli-Ranft in der Schweiz das erste europäische Symposium zum Herzensgebet unter dem Titel »Hesychia« statt. Als Referenten waren u. a. Vertreter der westlichen Schulen eingeladen, um über Entwicklungen der Adaption und Inkulturation der hesychastischen Gebetsweise im Abendland zu sprechen.⁵⁰

Jede Schule hat ihre eigenen Schwerpunkte in der Art und Weise, wie der Übungsweg des Herzensgebetes vermittelt und begleitet wird. Ein kurzer Überblick inhaltlicher Schwerpunkte dreier Schulungswege im deutschsprachigen Raum dient sowohl einer Differenzierung als auch einer Zusammenschau Geistlicher Übungspraxis und Geistlicher Begleitung auf dem Weg des Herzensgebetes .

5.1.1. Niederaltaich

Am Beispiel des bekannten Gebetes des **Nikolaus von Flüe (Bruder Klaus)** (1417-1487) führt E. Jungclaussen in drei Schritten in ein vertieftes Beten ein. Folgende Einführung ist in einer (von der Autorin) gekürzten Version wiedergegeben.

Zu Beginn jeder geistlichen Übung sollte uns bewusst sein, dass nicht ich es bin, die den Weg nach innen geht, es ist ein anderer, der mich führt und in mir wirkt. Alles, was ich tun kann, ist, mich zu öffnen, in der

⁵⁰ Eine Dokumentation liegt in Buchform vor: Ebert, Andreas & Lupu, Carol (Hrsg.), 2012, *Hesychia. Das Geheimnis des Herzensgebetes*. München: Claudius Verlag.

inneren Bereitschaft, mich »ihm in seinem Wirken anzuschmiegen« – und es geschehen lassen. Dies kann sich in drei Schritten vollziehen:

1. In Verbindung mit dem Atem, sehr behutsam die Worte kommen lassen:

Mein Herr und mein Gott, nimm alles von mir, was mich hindert zu dir.

Eine längere Pause, und dann: *Herr Jesus Christus, erbarme dich meiner!*

Auch auf dem Hintergrund, dass ich nicht genau weiß, was mich letztlich hindert, gebe ich mich dem Erbarmen des göttlichen Geheimnisses anheim.

2. Tun wir nun den zweiten Schritt: *Mein Herr und mein Gott, gib alles mir, was mich fördert zu dir.*

Eine längere Pause und dann: *Herr Jesus Christus, erbarme dich meiner!*

Was fehlt mir auf diesem Weg zu Gott? Glaube? Vertrauen? Liebe? Geduld? Bescheidenheit? So spreche ich:

Gib alles mir, was mich fördert zu dir!

Weiß ich wirklich, was mich letztlich fördert? Alles Erwägen über „Nimm und Gib“ mündet in die Bitte:

Herr Jesus Christus, erbarme dich meiner. Nimm mich, wie ich bin, und mach mich so, wie du mich haben willst.

Jetzt nur bei den Worten bleiben: *Herr Jesus Christus, erbarme dich meiner.*

Dabei alles loslassen und sich gleichsam an sein Herz legen. Danach die Übung ausklingen lassen (Emanuel Jungclaussen 2009, S.31-33).

3. In einem späteren weiteren Schritt wird der dritte Vers des ‚Bruder Klaus-Gebetes‘ angeschaut:

Nimm mich mir und gib mich ganz zu eigen dir.

E. Jungclaussen zeigt die historische Linie auf: Nikolaus von der Flüe stand unter dem Einfluss der deutschen Mystik. Das berühmte Andachtsbuch des Spätmittelalters (in deutscher Sprache geschrieben): »Das Büchlein der ewigen Weisheit« von **Heinrich Seuse**, enthält im 23. Kapitel ein Gespräch über die Eucharistie, über den Empfang Christi im heiligen Abendmahl. Die Überschrift dieses Kapitels lautet: »Wie man Gott lieben soll« und endet mit dem Satz:

Ich gebe mich dir und nehme dich dir und vereine dich mit mir, du verlierst dich und wirst verwandelt in mich. (Jungclaussen Ibd. S.34+35).

Bruder Klaus sagt es ganz einfach: *O, mein Gott: Nimm alles von mir, was mich hindert zu Dir!*

O, mein Gott: Gib alles mir, was mich fördert zu Dir!

O, mein Gott: Nimm mich mir und gib mich ganz zu eigen Dir!

Das Herzenswort, das Abt Emmanuel in Niederalteich empfahl, war das klassische »Herr Jesus Christus, Sohn Gottes, erbarme dich meiner«. Damals sollte man es in der Haltung beten: »Ich bin nicht würdig...«. In der Feier des byzantinischen Stundengebetes kommt das eigene Herzenswort innerlich zum Klingen. Viermal am Tag erklingen Chöre, oft von ‚himmlischer Schönheit‘, auch alle Lesungen werden rezitativ gesungen. Teilweise dauern diese feierlichen Gebete und Gottesdienstfeiern über mehrere Stunden. Immerfort singt und klingt es in einem - dahinein bettet sich das Herzensgebet.

Auf die Frage nach der Wichtigkeit Geistlicher Begleitung auf dem Weg des Herzensgebetes antwortet E. Junclausen in einem Interview, dass er Geistliche Begleitung als Korrekturhilfe von Täuschungen oder falschen Bedürftigkeiten für sehr wichtig halte. Wer meine, dass nichts und niemand ihn begleiten könne, wolle nicht Teil der Gemeinschaft sein, sich nicht in Frage stellen und korrigieren lassen. Der Gottesdienst sei, so E. Junclausen, »die große Hilfe zur Vertiefung des Herzensgebetes, ob orthodox, katholisch oder gut evangelisch« (Ebert, A. & Lupu, C. (Hrsg.), 2012, S.63+64).

5.1.2. Der Grieser Weg zum Herzensgebet

Franz Jalics, SJ, der Begründer des »Grieser Weges«. spricht von einer stufenweisen Entwicklung des Gebetslebens. Es gehe, wie bei allen kontemplativen Gebetsformen, um einen Weg, der in die Gegenwart Gottes führe. F. Jalics unterscheidet vier Stufen des aktiven und vier Stufen des passiven Gebetes:

Mündliches Gebet: darunter versteht F. Jalics ein wortbetontes Beten vorformulierter Gebetstexte, wie z.B. das Vaterunser oder das Ave Maria.

Mentales Gebet: der Betende nimmt sein Leben immer mehr ins Gebet mit hinein. Reflektionen biblischer Texte werden unterstützend hinzugenommen. Die Läuterung dieser Gebetsphase kommt durch Einsichten der Vernunft.

Affektives Gebet: Zum Rationalen kommt das Emotionale hinzu. Unbewusstes – aus der Kindheit zum Beispiel – kommt ins Bewusstsein und wird angenommen. Vertiefende Textbetrachtungen aus den Evangelien führen den Menschen zur Nachfolge Jesu. Das Gebet wird zu einem freundschaftlichen Gespräch mit Gott.

Einfaches Gebet: der Mensch gelangt mehr und mehr zur Gelassenheit, sein Gebetsleben vereinfacht sich. Zu den Gedanken, Worten und religiösen Gefühlen kommt allmählich ein stilles Staunen. In der oft tage- oder wochenlangen Wiederholung eines Satzes, zum Beispiel eines Psalmwortes, das ihn tief berührt, wächst eine liebevolle Hingabe zu Gott.

Jede Gebetsform bringe eine parallel laufende Reinigung mit sich. Das aktive Gebet, (dazu zählt F. Jalics die oben genannten Gebetsarten) fördere eine »aktive Läuterung«, in dem sich der Mensch um Änderung bemühe. Das passive Gebet bringe eine »passive Läuterung«, in der Gott selbst den Menschen reinige. Das einfache Gebet sei die letzte Gebetsweise, die der Mensch mit Hilfe der Gnade praktizieren könne. Was danach komme, sei nicht mehr des Menschen Werk. »Der Mensch wird zum passiven Empfänger«. Hier beginnen die Exerzitien des Grieser Weges. Auf dem »mystischen Weg« bleiben vier weitere Stufen. F. Jalics beschreibt sie andeutungsweise – in Anlehnung an **Teresa von Avilas** Schrift: »*Die innere Burg*« :

Gebet der Sammlung: Gott zieht den Willen des Menschen so sehr an sich, dass der Mensch alle Zerstreuung loslassen kann und im ununterbrochenen Staunen lange Zeit in der Gegenwart Gottes verweilt. »Er betet nicht, sondern ist sich Gottes Gegenwart »gewahr«. Spätestens in diesem Stadium wird die Betrachtung mit Texten hinderlich. (...). »Erst hier kann man von Kontemplation sprechen«. Gott läutert tiefe Dunkelheiten. **Johannes vom Kreuz** spricht von der »Dunklen Nacht der Seele«. Es ist eine Läuterung im psychischen Bereich, aber die Weise der Läuterung ist passiv.

Einfache Vereinigung: Die Erfahrung der Gebetsgnade, ohne Gedanken in der Gegenwart Jesu Christi ausgerichtet zu sein, ist unbeschreiblich tief und intensiv. Die Nacht der Sinne geht weiter.

Ekstatische Vereinigung: Der Mensch hat während dieser Gebetszeiten keinen Kontakt zur Außenwelt. Er kann sich darin selten oder oft in Ekstase befinden. Hier geht der Mensch durch die Nacht des Geistes, durch eine sehr schmerzhaft und radikale Läuterung. Der Mensch kann das einströmende Licht Gottes kaum ertragen und fühlt sich – scheinbar widersprüchlich – ganz von Gott verlassen, bis ihn die Gnade auf die unvorstellbare »mystische Verlobung« vorbereitet. Dies übersteigt unsere normale menschliche Vorstellungskraft. Die »mystische Vermählung« besteht darin, dass die Vereinigung mit Gott durchgehend und unauflöslich wird.

Verwandelnde Vereinigung: Der Mensch lebt aktiv mitten in der Welt, durchströmt von der göttlichen Liebe im Eins-Sein mit Gott. Diese begnadeten Menschen üben eine außerordentliche Wirkung auf viele Völker und viele Generationen aus. »Sie sind Christus auf Erden«.

F. Jalics betont, dass es wichtig sei, sich über diese Stufen nicht allzu viele Gedanken zu machen und nicht darüber zu diskutieren. Ein zu viel »Wissen Wollen« sei weder für das Verstehen noch für die Gottesbeziehung förderlich. (Franz Jalics, 2010, S.60-64).

In Form von zehntägigen Exerzitien wird das Jesusgebet nach F. Jalics in verschiedenen Einkehrhäusern gelehrt. Die Einführungen in das Jesusgebet und die Vertiefungen geschehen in den Exerzitien in völliger Stille. Die Übung verdichtet sich in der Anrufung des heiligen Namens »Jesus Christus«. Die Übungspraxis ist verbunden mit strengem Sitzen in der Stille, mit einer bestimmten Haltung der Hände und mit täglicher Feier der Eucharistie. Inzwischen leiten immer zwei Personen die Exerzitienkurse. Tägliches Gespräch mit ihnen ist empfohlen, aber nicht Pflicht. Das Buch – »*Kontemplative Exerzitien*«. *Eine Einführung in die kontemplative Lebenshaltung und in das Jesusgebet* –, enthält einen Ablauf von zehn Tagesexerzitien (variabel auch als Exerzitien im Alltag umsetzbar), mit Ansprachen und Anweisungen zur Meditation. Essenzen von jeweils ca. zwanzig dokumentierten Begleitgesprächen – nach jeder Übungseinheit –, geben aufschlussreiche Einblicke in die Geistliche Begleitung auf dem Weg des Herzensgebetes (F. Jalics, 2009, 12. Auflage).

5.1.3. Via Cordis

»Die Via-Cordis-Weggemeinschaft entstand aus der Begegnung all jener Menschen, die sich aus der persönlichen und gemeinschaftlichen Übung des Herzensgebetes von dieser kontemplativen Bewegung angesprochen fühlten« (Franz-Xaver Jans-Scheidegger, 2012, *Die Weggemeinschaft „Via Cordis“. Eine autobiographisch gefärbte Geschichte ihrer Entstehung*, in Ebert, & Lupu, (Hrsg.), S.95). Aus dem Bedürfnis, diesen spirituellen Weg intensiv und verbindlich zu gehen, ist eine Systematisierung des Übungsweges entstanden. Für den Kontemplationslehrer und analytischen Psychologen **Franz-Xaver Jans-Scheidegger**, Begründer der Via Cordis-Weggemeinschaft und spiritueller Leiter des Kontemplations- und Begegnungshauses VIA-CORDIS-Haus, St. Dorothea in CH-Flüeli-Ranft, ist Glaube »ein Ergriffensein vom Unbedingten»: »Es wurde mir immer deutlicher bewusst, dass Beten heißt, sich einzubetten in die Berührung durch das göttliche Geheimnis, um das ‚einig Wesen‘ zu erleben, wie es Nikolaus von Flüe nennt. Dass sich für solche begnadete Erfahrungen keine ‚Hütte‘ bauen lässt, habe ich mehrmals schmerzlich erfahren müssen« (ibid. S.98).

Die Dynamik des inneren Wandlungsweges, so F.-X. Jans-Scheidegger, gestalte sich im Spannungsbogen von der »via illuminativa« (Einsichts – und Erleuchtungsweg) zur »via purgativa« (Reinigungs- und Klärungsweg). Die »via unitiva« (Einungsweg) bleibe auch im Herzensgebet ein Gnadengeschenk. »Ich kann den Boden bereiten, also den ‚Acker des Herzens‘, aber die ‚rosa mystica‘ wächst nach eigenen Gesetzmäßigkeiten, anders als der gegenwärtige, nach Events süchtige Zeitgeist wünscht« (ibid. S.98). ‚Aus der Stille aktiv werden‘ sei ihm zum zentralen Impuls geworden. Dabei wurde das Ringen um eine echte Herzenskultur zum Werkzeug im Umgang mit den Schatten seiner eigenen Persönlichkeit und in der Begleitung suchender Menschen. Meister Eckharts Hinweis – »*Wer kommen will in Gottes Grund, in SEIN Innerstes, muss*

zuvor kommen in seinen eigenen Grund, in sein eigenes Innerstes, denn niemand kann Gott erfahren, er muss zuvor sich selbst erfahren!« – wurde zum Leitmotiv auf seinem eigenen Herzensweg und zum Leitmotiv therapeutischer und spiritueller Begleitung (ibd. S.99).

Was, wie und in welchem Kontext wird in der Via Cordis die Praxis des Herzensgebetes geübt? Die Kontemplationslehrerin und Äbtissin des evangelischen Klosters D-Wennigsen bei Hannover, **Gabriele-Verena Siemers**, nennt das Spezielle der Via Cordis: »das Sitzen (meist) auf dem Kissen, die Verneigungen, die Offenheit für innerpsychische Vorgänge, Träume, auch archetypische Bilder, die tiefenpsychologische Orientierung, aber auch die Achtsamkeit in der Leiblichkeit, die Offenheit für Herzworte der inneren Berührung und der Umgang mit ihnen in Verbindung mit dem ganz konkreten Lebensalltag« (...) »Von Beginn an – das ist ein Kennzeichen dieses Weges – wird die kontemplative Versenkung in eine Integrationsbewegung mit dem Alltag gebracht« (Gabriele-Verena Siemers, 2012, *Via Cordis: Zur Übungspraxis des Herzensgebetes im Alltag*, in Ebert & Lupu, (Hrsg.), S.104).

Die zentrale Übung ist das Sitzen in der Stille. Sie vollzieht sich in fünf Schritten: – sich gründen – sich aufrichten – den Atem wahrnehmen – die Mitte finden, sich zentrieren – das Herzenswort finden und wiederholen, ‚ruminieren‘, kauen; das Wort mit dem Atem verbinden – .⁵¹

In der Via Cordis kommen Menschen von verschiedenen religiösen Richtungen her. Viele sind zwar in christlichen Kirchengemeinden (evangelisch, katholisch, methodistisch u.a.) verankert, andere kommen mit negativen Kirchenerfahrungen, die sich nicht selten als Widerstände vor traditionell christlichen Formen ablagern. Meistens haben diese sogenannten ‚religiös Kreativen‘ vielfältige Vorerfahrungen im Zen, im tibetischen Buddhismus, im Yoga, bei Sufis oder auf schamanischen Wegen. Förderlich sind für diese Menschen Zugänge, die Freiräume eröffnen.

Und so lauten die Grundfragen, um das eigene Herzensgebetswort zu finden:

- *Was verbindet mich mit dem Geheimnis Gottes und wohin geht meine Sehnsucht?*

Zum Beispiel kann das Wort »Shalom« eine innere Resonanz finden, wenn Unfriede in der Familie herrscht, oder ein Sehnsuchtswort: »Du, mein Leben«, auch: »Jesus, du mein Leben«, wenn z.B. durch einengende Lebensumstände Lebendigkeit und Lebenskraft eines Menschen geschwunden sind.

- *Wo bin ich berührt, wo habe ich Gottes Gegenwart gespürt, wo wurde ich bewahrt, geführt? Gibt es dafür ein Wort, einen Satz?*

⁵¹ Vgl. Jean-Yves Leloup, 2012, *Das Herzensgebet nach Starez Séraphim vom Berge Athos*, in: Ebert, A. & Lupu, C. (Hrsg.), S.258-273.

Beim Nachspüren der Berührung durch das Geheimnis Gottes erinnern wir uns vielleicht an ein Gebet aus der Kindheit. Gibt es einen Taufspruch oder Konfirmationsspruch, einen Trauspruch oder ein anderes Gebet, das mich begleitet hat?

Ein weiterer Zugang kann auch der eigene Name sein.

- *Wie ist es, liebevoll gerufen zu werden. „Ich rufe dich bei deinem Namen – du bist mein. Kostbar und einmalig habe ich dich geschaffen. Ich will dich sammeln von den Enden der Erde (aus der Zerstreuung)“ (Jesaja 43,1.4) (Siemers, 2012, S.111).*

Gott sagt ja zu mir. Was antwortet mein Herz? Diese Antwort, z.B.: ‚Ja‘ oder ‚Ja, ich bin dein‘ oder ‚Amen‘ ... kann das innige Herzensgebet werden. Wir können die therapeutische Wirkung des Wortes erahnen. Alte Lebensmuster tauchen auf, Hindernisse auf dem Wandlungsweg wollen im Klang des Herzenswortes durchlichtet und angeschaut werden. Im Loslassen der Gedanken geht es immer wieder darum, Raum zu schaffen, abzulegen, was uns besetzt: Vorstellungen, Erwartungen, Sorgen, Nöte, Schmerzen, Ego-Anhaftungen.

Körperwahrnehmungen, Leibarbeit, innere Räume durch Atemarbeit erspüren, auch Bewegung, Gebetsgebärden und Tanzen eröffnen Zugänge und helfen den Durchfluss der Lebenskraft zu intensivieren. Meister Eckhart sagt: ‚Wie die Luft in allem ist, wo Raum ist, kann der Heilige Geist nicht anders, als in alles fließen, wo er Raum findet‘. Das Fließen des Geistes ist Geschenk und Gnadengabe Gottes. Alles, was wir tun können, ist, uns zu bereiten: wach, aufmerksam, hingabebereit, präsent.

Das Wort kann sich erfahrungsgemäß einige Male ändern. Es sollte nicht zu häufig gewechselt werden. Wenn es gefunden ist, bedeutet die Übung ein lebenslanges Hineinwachsen. Die Intensität des Schweigens und Sitzens in der Stille in den Vertiefungskursen hilft, in eine offene Haltung hineinzufinden: ‚Gott und ich, wir sind eins. Er wirkt und ich werde‘ (Meister Eckhart). Wie wichtig dabei das tragende Gefäß des Schweigens in Gemeinschaft ist, darf nicht unterschätzt werden. Es ist normal, dass diese Intensität beim Üben zu Hause alleine meistens nicht so spürbar ist, sondern dass sich Dürrezeiten einstellen und Wüstenerfahrungen nicht ausbleiben. Hilfreich ist es da, in einer Kirchengemeinde verortet zu sein. Inzwischen wächst die Zahl derer, die in ihren Kirchengemeinden vor Ort Herzensgebetsgruppen gegründet haben. Menschen auf einem Schulungsweg Via Cordis treffen sich regelmäßig in sogenannten ‚Angelusgruppen‘ zum Austausch über den spirituellen Weg im konkreten Alltag und zur Übung. Sie sind sich gegenseitig Geistliche Begleiter / Begleiterinnen auf dem Herzensgebetsweg. (ibid. S.115).

5.1.4. Gemeinsame Sichtweisen

Vertreter aller Schulen des Herzensgebetes sprechen von einem »Reinigungsweg«, vergleichbar mit einem Acker, der von Dornen und Disteln und Steinen der Vergangenheit gereinigt wird, jeden Tag ein Stück. Das Ringen bleibe, das Ringen um Balance zwischen Tiefenerfahrung und Tatkraft, zwischen Stille und Geschäftigkeit, zwischen Zugewandtheit nach außen und Einsamkeit, die es auch braucht. Kraft, die eintretenden Wandlungsprozesse durchzustehen, gebe der Glaube. *Aman*, das hebräische Wort für ‚glauben, vertrauen‘ bedeutet: »Die Wurzeln des eigenen Lebensbaums einzusenken in den Urgrund, in Gott«. Ein solcher Weg beheimate uns in der Veränderung, in Krisenzeiten und in ihrer Bewältigung. Die Annahme des eigenen Scheiterns gehöre dazu, auch das Ablegen von Idealisierungen oder Dämonisierungen. Der Weg führe dazu, eine Grundhaltung der Nüchternheit zu entwickeln, Humor sei dabei ein Zeichen für einen gelingenden Weg (Gabriele-Verena Siemers, ibd. S.117).

Vertreter aller Herzensgebetswege halten in der Geistlichen Begleitung von Weggefährten immer wieder vor Augen, dass die Ruhe des Herzens nicht von unserer Anstrengung abhängt. ‚Das Phantom der Suche‘, wie Archimandrit Irenäus Totzke es ausdrückt, kann uns hindern anzukommen. »Wir beginnen den Weg bereits als ‚Gefundene‘« (Dorothe Sölle) (zit. in Siemers, 2012, ibd. S.118).

5.2. Geistliche Begleitung auf dem inneren Weg des Herzensgebetes

»Friede ist alleweil in Gott, denn Gott ist der Fried«, sagt Bruder Klaus. »Hesychia«, der innere Friede ist ein zentrales Anliegen der kontemplativen Gebetstradition des Herzensgebetes, die wache und schöpferische Herzensruhe in ungeteilter Hinwendung von Herz und Verstand zum göttlichen Geheimnis.

In dieses tiefe Schweigen führt das Loslassen aller Gedanken und Begriffe, auch alle Vorstellungen, Bilder und Phantasien und die damit verbundenen Gefühle, Empfindungen und Gemüthsstimmungen. Erinnerungen an traumatische Erlebnisse und alte Wunden können während des kontemplativen Gebetes aufsteigen, verbunden mit Rachegefühlen oder bitteren Gedanken, die uns nicht zur Ruhe kommen lassen. Wünsche, Neigungen oder Bedürfnisse, auch Idealvorstellungen sind immer wieder loszulassen.

Das Bewusstwerden der eigenen Schwäche, des eigenen Gebrochenseins, das Kennenlernen und das Wissen um eigene Gefährdungen und Versuchbarkeiten ermöglichen die Selbstanahme und fördern Demut (Mut zum Dienen) und Barmherzigkeit im Umgang mit sich, mit den

Mitmenschen und mit der Mitwelt. Trauer und Schmerz über das eigene Unvermögen, über Erfahrungen von Schuld und Versagen, auch der Kampf mit den eigenen Leidenschaften können im Licht der Christuswirklichkeit (im Licht der Liebe des Gekreuzigten und Auferstandenen) zu einem befreiten, geläuterten Umgang finden.

Es ist verständlich, dass Menschen, die sich auf einen kontemplativen Übungsweg einlassen, erwarten, dass dieser innere Friede sich einstellt in ihrem Herzen und in ihrem Leben, dass ihre Liebe zu Gott und zu den Mitmenschen wächst und dass sie mit innerer Freude Gott und den Mitmenschen dienen. Doch mit der Zeit realisieren sie, dass sich ihre Idealvorstellungen eines ‚heiligen Lebens‘ so nicht einstellen. Hindernisse tauchen auf, Phasen der Dürre, spirituelle Krisen; Klärung wird notwendig und begleitende Unterstützung. Der Mensch braucht einen erfahrenen Begleiter oder eine erfahrene Begleiterin seines Vertrauens, um all das, was ihn beflügelt, bewegt, berührt, beschäftigt, bedrängt und nicht zur Ruhe kommen lässt, zur Sprache bringen zu können.

Geistliche Begleiterinnen / Begleiter wissen um Hindernisse, Phänomene und Fallen auf dem Weg. Aus eigener Erfahrung kennen sie ihre eigenen Begrenzungen.

5.3. Wirkkräfte und Hindernisse auf dem Weg

In einer von den Wüstenvätern überlieferten Geschichte wird die Seele mit einem Wasserteich verglichen. Wenn die Oberfläche des Wassers unruhig ist, z.B. von Winden aufgeraut, ist die Tiefe nicht zu erkennen, auch Spiegelungen erscheinen nur verzerrt. Es ist nicht möglich, sich im Wasser zu spiegeln. Übertragen auf die Seele bedeutet das: Wenn Gedanken und die damit verbundenen Gefühle einen Menschen beunruhigen, kann er sich in seinem Grund, in seiner Seele nicht erkennen. Wenn das Wasser ruhig und klar ist, wird es möglich, sein Spiegelbild zu erkennen und gleichzeitig in die Tiefe zu schauen. »Die mitleidlose Selbstbeobachtung in Abgeschiedenheit und Stille hat die Wüstenmönche davor bewahrt, das seelische Erleben als solches zu problematisieren. Die aufmerksame Selbstbeobachtung hat sie vielmehr gelehrt, die einschließenden Gedanken als Probleme wahrzunehmen und in ihnen die Ursachen ihrer Verstimmungen und Leidenschaften zu sehen« (Hell, 2010, S.33+34).

5.3.1. Störende Gedanken

- Störende Gedanken, Gefühle, Leibempfindungen, Gestimmtheiten hemmen die Aufmerksamkeit und können sich verselbständigen. Während des kontemplativen Gebetes sollen wir uns damit nicht auseinandersetzen, sondern »in der Atmosphäre des

Herzenswortes« in einer staunenden und beobachtenden Haltung verweilen, im Sinne: »Auch das gehört zu meinem Menschsein!«. Eine »alte« Form des Umgangs damit in einer Haltung der »Zerknirschung«, der »Unwürdigkeit« entspreche eher der negativen Askese (via negativa), so F.X. Jans-Scheidegger. Die eigene »Erbärmlichkeit« solle sich immer mehr in die Geborgenheit der »Erbarmenswürdigkeit« wandeln, in eine »positive Beziehungsdynamik« mit dem göttlichen Geheimnis. Befindlichkeiten, die sich immer wieder einstellen, sollten »grundlegend« nach der Vertiefungseinheit der Gebetszeit im geistlichen Begleitungsgespräch geklärt werden (F.X. Jans-Scheidegger, 2010, *Schulungsunterlagen* S.14).

Evagrius Ponticus empfiehlt in einem Brief an einen Ratsuchenden: Sei ein Türhüter deines Herzens und lass keinen Gedanken ohne Befragung herein. Befrage einen jeden Gedanken (einzeln) und sprich zu ihm: »Bist du einer der unseren oder einer unserer Gegner? Und wenn er zum Hause gehört, wird er dich mit Frieden erfüllen. Wenn er aber des Feindes ist, wird er dich durch Zorn verwirren oder durch eine Begierde erregen.⁵² (zit. in Hell, 2010, S.38).

5.3.2. Haben statt Sein

»Der Mensch kann nicht ohne zu ‚haben‘ leben, aber er kann sehr wohl ausschließlich mit funktionalem Haben leben« (Erich Fromm). Der Psychoanalytiker und Sozialphilosoph Erich Fromm hat das ‚Sein‘ von einem ‚Haben‘ abgegrenzt. In Wirklichkeit könne der Mensch nur dann psychisch gesund leben, wenn er hauptsächlich mit funktionalem Eigentum lebt und nur ein Minimum an totem Besitz sein eigen nennt.⁵³

Wenn sich die Haltung eines Menschen am Haben orientiert, kann buchstäblich alles zum Besitz werden: z.B. Ansehen, Ehre, Gesundheit, Schönheit, Intelligenz, Erinnerungen, auch religiöse Überzeugungen. Die Wüstenväter setzen sich besonders mit dem geistigen Besitz von Tugenden auseinander. Wer seine Tugenden besonders hervorhebt, sich als Wissender darstellt oder sich einer besonders intensiven Askese rühmt, betont seine eigenen Leistungen auf der Haben-Seite. Stolz und Selbstlob werden deshalb kritisch betrachtet. Das Schweigen wird bei den Wüstenvätern zu einem Mittel, sich nicht über andere zu erheben. Eine Haltung der Bescheidenheit kann vor einem besitzorientierten »Ge-habe« schützen. Gerade auch die Herzensruhe darf nicht als Besitz und eigenes Verdienst verstanden werden. Das ist wohl mit dem

⁵² Evagrius Ponticus: *Briefe aus der Wüste*. Trier 1986, Brief 11.

⁵³ Vgl. Fromm, Erich, (1997), *Vom Haben zum Sein. Wege und Irrwege der Selbsterfahrung*. Hrsg. R.Funk. München: Heyne, (S. 25.26), zit. in: Daniel Hell, 2010, S.41.

Väterspruch gemeint: »Die Ruhe darf nicht gewonnen werden, bevor sie von Gott gesendet ist« (Hell, 2010, S.45).

- Wenn erste positive Erfahrungen des Gebetes erlebbar werden, kann sich die Mühe mit der eigenen Bedürftigkeit im Sinne des **Hochmuts** zeigen. Kleine Erfolge werden auf der »Haben-Seite« verbucht. Die Freude über das frisch erreichte ‚spirituelle Niveau‘ kann sowohl in einem leicht **überheblichen Stolz** als auch in einer Unzufriedenheit, die dem hohen Ideal noch nicht entspricht, zum Ausdruck kommen. Das Zweite zeigt sich in Form eines **zwanghaften Hinterfragens**. In dieser »Bedürftigkeit« ist Begleitung und zusätzliche Vertiefung des Herzensgebetes notwendig. »Es geht nicht so sehr um das spirituelle Niveau, sondern um die **Offenbarung Gottes** in meiner gesamten Existenz« (F.-X. Jans-Scheidegger, 2010, Schulungsunterlagen, S.14+15).
- Zu einer Ego-Falle kann auch die Begierde nach **mystischen Begleiterscheinungen** werden. Dabei werden spirituelle Erfahrungen idealisiert und die eigene Befindlichkeit daran gemessen. Es besteht die Gefahr einer Perversion der persönlichen Bemühung, die dann mehr auf eigene Erfolge zielt als auf das »einig Wesen mit Gott«. So können Bilder, Visionen und Lichterfahrungen **Blendwerk der Sinne** sein und die ganze Aufmerksamkeit fesseln. Sie sind jedoch nicht immer nur täuschende Impulse, »Teufelswerke« (Vgl. 2 Kor 11, 14f). Zur Unterscheidung der Geister braucht es dazu erfahrene Begleiterinnen, Begleiter. Wiederum gehe es darum, die innere Sammlung zu vertiefen, sagt Franz-Xaver Jans-Scheidegger. Dessen Lehrer, ein Athosmönch, gab folgenden Rat: *»Wenn du vor deiner Ikone sitzt und dein Herzensgebet vertiefst, und jetzt erscheint ein Engel in deinem Raum, so lade ihn ein, sich neben dich zu setzen und mit dir in das Herzensgebet einzustimmen. Wenn er echt ist, wird er es tun und deine Atmosphäre nicht stören! (...)*« Je natürlicher der Umgang mit solchen Phänomenen sei, desto weniger würden sie zu Störfaktoren werden (ibd. S.15).

5.3.3. Demut statt Demütigung

- Zu einem Hindernis kann auch die **Eitelkeit** werden. Es handelt sich um eine Form des **Eingebildetseins** – einer narzisstischen Ichbezogenheit (Egoanhaftung) –, um sich in einer bestimmten Art und Weise in den Vordergrund zu stellen. Die Gefahr, andere zu be- und zu verurteilen ist hier besonders groß. Die Wüstenmütter und -väter kennen diese Störung, die sich im Leben kaum ausrotten lässt. Sie werden darum nicht müde, die Demut zu betonen. Damit meinen sie nicht eine Haltung masochistischer Unterwürfigkeit, sondern den Mut, Gott und dem Leben zu dienen – über sich hinauszuwachsen in einer größeren Aufgabe – statt nur um sich selbst zu kreisen. Nur wo sich ein Mensch

von einem Größeren befragt und herausgefordert fühle, so Daniel Hell, verliere sein Verhalten das egozentrische Element. Im Umgang mit Egoanhaftungen ist eine **geschwisterliche Zurechtweisung** in der geistlichen Begleitung sehr hilfreich, auch im Sinne einer gemeinsamen ‚révision de vie‘ oder einer guten Rückmeldungskultur. Ein Geistlicher Begleiter, eine Geistliche Begleiterin sollte selbst begleitet sein.

- **Fixierungen auf Fehler** können zu Hindernissen werden, z.B. ein Haftenbleiben an der »**Warum-Frage**«. Hilfreicher ist die Fragestellung: »**Was fehlt mir** in meiner konkreten Lebenssituation?« – »Was hindert mich, was fördert mich, was übersehe ich? Was kann ich noch lernen?« Oft wird der eigene Mangel auf die Mitmenschen oder die konkrete Lebenssituation projiziert (F.-X. Jans-Scheidegger, 2010, Schulungsunterlagen, S.15). Ein psychologisches **Grundwissen über Übertragungsphänomene** und den Umgang damit ist meines Erachtens in der Geistlichen Begleitung wichtig und hilfreich. André Louf schreibt dazu in *Die Gnade kann mehr*. Geistliche Begleitung (1995). Ohne jeden Zweifel ist es notwendig, sich der Projektionen in der Geistlichen Begleitungsbeziehung so bewusst wie möglich zu werden, um ein Einwirken auf den Heilungsprozess zu vermeiden. Die Heilungskraft kommt jedoch nicht von dem, was Übertragung und Gegenübertragung genannt wird, sondern durch eine bestimmte Qualität der Beziehung beider Gesprächspartner, die von einer tieferen Lebenswirklichkeit getragen ist, die von beiden geteilt wird und sie auf der Ebene ihres Wesens, ihres innersten Kerns verbindet. Die Voraussetzung ist, dass der Geistliche Begleiter / Begleiterin in lebendiger Verbindung zu dieser Wirklichkeit in ihm / ihr selbst steht. (S. 66+67).

»Die Erfahrung auf dem Weg des Herzens lehrt uns: das treue Verweilen in der Atmosphäre des Herzensgebetes öffnet unsere Empfänglichkeit für das Wirken der göttlichen Weisheit im Kern unseres Menschseins und ebnet den Weg in das Ergriffensein von dem, was mich bedingungslos als göttlicher Lebensodem erfüllt. Widerstand und Zweifel werden in dieser Dynamik schrittweise aufgelöst. Nicht die göttliche Weisheit arbeitet gegen den Wesenskern des Menschen, sondern die Vereinzelung und die Anhaftung des Egos, d.h. die Absolutsetzung eines Teilerlebens, das durch den Lebensodem belebt wird« (F.-X. Jans-Scheidegger, 2010, Schulungsunterlagen, S.15).

5.4. Das Begleitungsgeschehen

5.4.1. Grundhaltungen

Von den Wüstenmüttern und -vätern können wir Heutigen lernen, was es heißt, mit Sanftmut geistlich zu begleiten. Wie Klemens Schaupp bereits erwähnte, hat die Art und Weise der Geistlichen Begleitung der Abbas und Ammas aus der Wüste Vorbildcharakter. Wesentliche Grundhaltungen sind verwandt mit den von Carl R. Rogers genannten Einstellungen für ein förderliches Begleitgespräch. Die evangelische Seelsorgepraxis arbeitet – in der Regel – mit dem personenzentrierten Psychotherapieansatz nach C. R. Rogers.

Die Haltungen der Wüstenabbas und -ammas waren geprägt von **offenenen positiven Grundeinstellungen** suchenden Menschen gegenüber. In ehrfürchtiger und achtsamer Haltung haben sie Wegimpulse vermittelt, die zu **Antworten herausforderten**, ohne zu überfordern. Sie kannten die **Gefahr der Beschämung**. Sorgsam haben sie darauf geachtet, einen anderen Menschen **nicht zu beschämen**. **Paradoxe Interventionen** halfen, das Schamgefühl des sich schuldig Fühlenden auf ein angemessenes Maß zu reduzieren.⁵⁴ Die **Herzensschau** (Kardiognosie), – damit ist gemeint: sich selbst so zu kennen, dass man in das Herz des anderen sehen kann, vor Projektionen gefeit ist und einem die Gabe der Unterscheidung der Geister geschenkt ist – diese Herzenserkenntnis ermöglicht es einem Suchenden, das richtige Wort oder die rechte Tat zur rechten Zeit zu vermitteln. Bei den Wüstenvätern wird deutlich, dass dies eine jahrelange Selbsterfahrung und einen ehrlichen Umgang mit den eigenen Fehlern und Schwächen voraussetzt. Die Einsicht dessen, der sein Herz gründlich erforscht hat, ist das Wissen und die Annahme der eigenen Unvollkommenheit. Eine Folge der Herzensschau ist bei den Wüstenmönchen eine Haltung der **Demut**. Sie bewahrt den Begleiter davor, sich dem Schüler gegenüber besserwisserisch, belehrend, »mit dem Machtanspruch des Experten«⁵⁵ zu verhalten. Regina Bäumer und Michael Plattig vergleichen das geistliche Verhalten der Wüstenmönche mit dem personenzentrierten Psychotherapieansatz nach Carl R. Rogers: (Regina Bäumer & Michael Plattig, 2012, *Aufmerksamkeit ist das natürliche Gebet der Seele. Geistliche Begleitung in der Zeit der Wüstenväter und der personenzentrierte Ansatz nach Carl R. Rogers – eine Seelenverwandtschaft?!*)

Das, was Rogers unter **Echtheit** (Kongruenz) versteht, als eine Einstellung für ein förderliches Gespräch, finden sich bei den Wüstenvätern in den beiden Begriffen Herzenserkenntnis und

⁵⁴ Vgl. dazu auch: Daniel Hell, *Seelenhunger*. Der fühlende Mensch und die Wissenschaften vom Leben. Bern, Hans Huber und Daniel Hell, (2010), S.66.

⁵⁵ Vgl: Bäumer / Plattig, (2012), S.101.

Apatheia⁵⁶ (Herzensruhe) wieder. Bei der Apatheia geht es nicht um eine falsch verstandene Heiligkeit, sondern um ein In-sich-Ruhen im Einklang mit seinen Gefühlen und im Gewährwerden des inneren Erlebens. In gleicher Richtung denkt auch Rogers, wenn er für den Therapeuten ein hohes Maß an eigener Kongruenz fordert (ibd., S.103).

Das, was Rogers unter **Akzeptanz (Respekt, Wertschätzung, Ansehen)** versteht, nämlich eine Haltung bedingungsloser positiver Zuwendung und eine Haltung des einführenden Zuhörens, entspricht bei den Wüstenvätern einer Haltung der **Sanftmut**. Barmherzig mit sich selbst und mit den anderen umzugehen hat zur Folge, dass der ‚Richtgeist‘ keine Chance hat. Die Wüstenväter gingen in ihrer Vergebungspraxis gar über die zeitgenössischen kirchlichen Vorstellungen hinaus: *„Ein Bruder hatte gesündigt und wurde vom Priester aus der Kirche gewiesen. Da erhob sich auch der Altvater Besarion und ging mit ihm hinaus, indem er sprach: „Auch ich bin ein Sünder!“* (Besarion) (Apo 162). Am Beispiel dieser kleinen Episode wird deutlich: In großer Freiheit lehnen die Wüstenväter und Wüstenmütter jedes, – auch moralisches Urteil – , im Sinne des »Richtens« ab (Bäumer & Plattig, 2012, S.103).

Empathie ist bei Rogers die Fähigkeit, Erfahrungen und Gefühle des Klienten und die Bedeutung, die sie für ihn haben, empfindsam und genau zu verstehen. Dabei soll der Therapeut sich nicht hineinziehen lassen in die innere Welt seines Klienten, sondern so die Distanz wahren, dass er ein »Du«, ein Gegenüber bleibt.

Eine Haltung des **Respekts**, von der Rogers spricht, beschreibt die Offenheit des Therapeuten für alles, was der Klient mit- und zur Sprache bringt. Die Begleitperson soll »nicht werten«. Das heißt: Mit Wachheit und Konzentration ist der Begleitende / die Begleitende »an-wesend«, er / sie achtet darauf, sich jeglicher Interpretation zu enthalten und einführend sensibel mit Sprache umzugehen, auch im Wissen darum, dass ein barmherziger Umgang miteinander nicht selbstverständlich, sondern Gabe ist. Zu einem authentischen, ehrlichen Verhalten eines Begleiters, einer Begleiterin gehört auch, eigene Fehler eingestehen zu können, dazu zu stehen und neue Lösungen zu suchen. Gerade weil der Begleitende um sein eigenes Ringen auf dem Weg weiß, wird er den Weggefährten ermutigen, trösten und bestärken, auch wenn er gefehlt hat, gestrauchelt oder gar gefallen ist. Eine Haltung, die dabei dem Anderen sein »Ansehen« lässt, ist hilfreicher und förderlicher, als ihn durch Festlegung seiner Verfehlung zu entmutigen. Und doch ist hin und wieder ein wegweisender Impuls notwendig, spätestens dann, wenn z.B. die begleitete Person in Gefahr gerät, sich oder andere zu gefährden.

⁵⁶ Für Evagrius Ponticus ist die *Apatheia* die »Ruhe der Seele« oder die »Gesundheit der Seele«, sie hat viel mit Barmherzigkeit und Freude zu tun und meint keine Apathie im heutigen Sinne. Vgl. Hell, (2010), S.81.

»Die Qualitäten der Abbas und Ammas lassen erkennen, dass **geistliche Begleitung nicht einfach eine Fertigkeit oder Technik ist, sondern es geht um ein gemeinsames Einüben von Haltungen**. Der suchende Mensch soll am Beispiel der Anachoret/innen lernen, die eigenen Stärken und Schwächen zu entdecken und zu klären. Der geistliche Weg geschieht im Bewusstsein der Abhängigkeit von und der **Verbundenheit mit Gott** mit dem stetigen Ziel, durch die persönliche **Verwandlung** einmal die **Gottesschau** erfahren zu dürfen« (Jans-Scheidegger, 2010, Schulungsunterlagen, S.18).

5.4.2. Herzensöffnung

Bei den Wüstenmönchen wird die Geistliche Begleitung umschrieben mit dem Begriff der »exagoreusis«, einer regelmäßigen »Offenlegung der Gedanken«. Damit ist das Aussprechen all dessen gemeint, was den Menschen berührt, bewegt, beschäftigt, bedrängt und belebt.

In der Geistlichen Begleitung nimmt die Begleiterin, der Begleiter authentisch und präsent mit wacher Aufmerksamkeit wahr, was im Gegenüber lebendig ist, wie er / sie die Beziehung zu Gott, zu sich selbst, zu den Mitmenschen und zu der Mitwelt lebt und gestaltet. Mit der Wahrnehmung des Selbst- und Gottesbildes werden Prägungen deutlich, denn Wechselwirkungen von Gottesbildern und Selbstbildern prägen das ganze Leben in vielfältigen Beziehungen.⁵⁷ Willi Lambert bringt Perspektiven (Ebenen) des Begleitens wortspielerisch mit den Begriffen Halt, Haltungen, Verhalten, Verhältnisse zum Ausdruck:

Halt: Was gibt mir letzten Halt im Leben und im Sterben? Welche Gottesbilder und Selbstbilder leiten mein Leben? Wie nehme ich die Berührung Gottes in meinem Leben wahr und wie antworte ich darauf in meinem konkreten Lebensvollzug?

Haltungen: Worauf gründet sich mein Leben? Von welcher Sehnsucht (von welchem sehnen-den Suchen) bin ich ergriffen? Von welchen Grundhaltungen, Motiven, Werten, Einstellungen, Ängsten und Hoffnungen bin ich getragen und bestimmt?

⁵⁷ Ralf Stolina weist darauf hin, dass auch Martin Luther den Zusammenhang von Selbsterkenntnis und Gotteserkenntnis entschieden betonte: »Sicut enim (ut Bernhardus ait) Cognito sui sine cognitione dei desperationem, ita cognito dei sine cognitione sui praesumptionem operatur... – So wie nämlich (wie Bernhard sagt) Selbsterkenntnis ohne Gotteserkenntnis Verzweiflung bewirkt, so bewirkt Gotteserkenntnis ohne Selbsterkenntnis Überheblichkeit...« (WA 5, 508, 23-25). Vgl. weiter Karl Frielingsdorf, *Gottesbilder. Wie sie krank machen – wie sie heilen.*, Würzburg (2004) (D. Greiner / K. Rachzok / M Rost (Hrsg.), (2011), S.36 Fußnote).

Verhalten: Wie werden innere Einsichten, Wandlungs- und Wachstumsschritte in meinen Einstellungen und Überzeugungen im Außen sichtbar? Wie verwirklichen sie sich im konkreten alltäglichen Verhalten?

Verhältnisse: Wie bringe ich mich gestaltend und umgestaltend in bestehende Lebensverhältnisse ein? Wie nehme ich berufliche, familiäre, politische, wirtschaftliche, ökologische (...) Situationen in den Blick und in die Hand?

(Vgl. Willi Lambert, in: *Da kam Jesus hinzu*. Handreichung für geistliche Begleitung auf dem Glaubensweg, Arbeitshilfen 158, 2001, S.20).

5.4.3. Unterscheidung der Geister

An dieser Stelle soll die dritte Frage geklärt werden, die Stollberg an die Geistliche Begleitung stellt: **Wie definiert und erklärt die Geistliche Begleitung das Phänomen der ‚Unterscheidung der Geister‘?**

Immer wieder ist in der Geistlichen Begleitung des Herzensgebetes von »Unterscheidung der Geister« die Rede. Ein Beweggrund für die »Öffnung des Herzens«, in der Offenlegung der Gedanken, ist die Bemühung um unterscheidende Klärung dessen, was hindert und was fördert, wie Bruder Klaus betet. Was führt mehr in die Freiheit eines Kindes Gottes und damit zu Lösungen meiner Lebensverstrickungen oder was führt mehr in Abhängigkeiten und Gebundenheiten, die mich unfrei machen? Was entspricht mehr der Lebenswahrheit eines Menschen, was weniger? Um das je eigene individuelle ‚rechte Maß‘ für die Gestaltung des Lebensalltages zu finden, ist Unterscheidung notwendig. Zu der Entwicklung einer ‚Herzenskultur‘ kann z. B. eine Lebensgestaltung beitragen, in der Familie, Freunde, Beziehungen, Arbeit, Spiel, Schlaf, Konsum und kontemplatives Gebet einen förderlich ausgewogenen Rhythmus finden. Es gibt, so Ralf Stolina, ein umfangreiches differenziertes Erfahrungswissen im biblischen Zeugnis und in der mystischen Tradition, ein Wissen um Grunddynamiken geistlichen Lebens, die sowohl Haltungen und Vollzüge als auch Gefährdungen betreffen, zum Beispiel: die Wirkweisen der Liebe (1Kor 13); das Zusammenspiel von Gnade und Schwachheit (2Kor 12); die Spur des sehnenenden Suchens des Herzens (Joh 1,3); das Leben aus dem Empfangen der Barmherzigkeit (Röm 12,1f.) (Stolina, 2011, Basis, S.38). Ralf Stolina entfaltet die Frage nach der Unterscheidung der Geister systematisch theologisch in: *Niemand hat Gott je gesehen*. Traktat über negative Theologie, (2000), (S. 163-169). In intensiver theologischer Auseinandersetzung (Vgl. Röm 12,1ff und Röm Kap. 12-15) – auf die hier nur verwiesen werden kann –, gewinnt Stolina drei grundlegende Kriterien zur Unterscheidung der Geister:

- »Dem Willen Gottes entspricht, was den Menschen zum Empfänger seines Seins aus Gottes Gnade macht und die Haltung des Empfangens fördert, was dazu führt, daß des Menschen Identität als Kind Gottes mehr und mehr sein Leben durchdringt und formt«.

»Dem Willen Gottes widerspricht, was den Menschen zum vermeintlichen Täter seines Seins macht, mithin den sündigen Selbstbegründungswahn frommer wie unfrommer Art aufrechterhält, was ihn von der Identität bei Gott entfernt oder sie verdeckt« (Stolina, 2000, S.166).
- »Für ein Wirken des Geistes spricht, sofern sich ein Mensch in der Glaubenserfahrung in Anspruch nehmen und zum Dienst in die Welt senden läßt, er in seiner konkreten Lebensführung für die Gegenwart Gottes offen ist und sie bekundet.«

»Gegen ein Wirken des Geistes spricht, sofern der Mensch in der Glaubenserfahrung zum religiösen Selbstversorger wird, dem es lediglich um die eigenen religiösen Gemütszustände geht, nicht zum Dienst in der Welt bereit ist, sondern sie als einen ‚bloß profanen‘ Bereich abwertet und meidet.« (Ralf Stolina, ibd. S.167).
- »Dem Willen Gottes entspricht, wenn ein Mensch die ihm in der Glaubenserfahrung zuteil gewordene Aufgabe wie das Vollbringen des Dienstes, zu dem er gesandt ist, bei aller Beanspruchung als Gabe betrachtet, sowie in seiner konkreten Existenz aus dem ihm von Gott verliehenen Sein und Ansehen eines Kindes Gottes lebt«.

»Dem Willen Gottes widerspricht, zum einen, wenn der Mensch in Übernahme seines Dienstes entweder in Verzweiflung fällt, da sich ihm dieser Dienst zur Bedingung der Anteilhabe an der Gemeinschaft mit Gott verkehrt hat, anstatt daraus zu erwachsen, oder aber in geistlichen Stolz gerät, da ihm das Vollbringen des Dienstes zum Anlaß wird, sich vor Gott und der Welt zu rühmen, sowie zum anderen, wenn der Mensch in der Identifikation mit seinem Tun und Erfolg, seinem weltlichen Ansehen, seinem Reichtum und seiner Macht verharrt, daraus und daraufhin lebt, was er sich selbst und die Welt ihm gibt«⁵⁸ (Ralf Stolina, ibd. S.169).

⁵⁸ Stolina weist darauf hin, dass die hier genannten theologischen Kriterien zur Klärung der Glaubenserfahrungen im Blick darauf, welchem Geist sie sich verdanke, im praktischen Vollzug insbesondere auf die Dimension der Affekte, Empfindungen und Stimmungen Anwendung fänden. Er nimmt Bezug auf den Vorschlag K. Rahners, der in Interpretation, »primär jene Dimension der Bewegungen des Gemütes erörternden Unterscheidungsregeln des Ignatius von Loyola versucht, evidente Kriterien im Sinne der hier geforderten Kriteriologie des Glaubens zu entwickeln«. Maßgeblich sei für Rahner, wie auch bei Ignatius, die Dynamik von Trost und Trostlosigkeit. (Stolina, ibd. S.169 Fußnote).

Dietrich Stollbergs polemisch-kritisches Pauschalurteil bezüglich einer »Hypothese von der Unterscheidung der Geister«: Die Unterscheidung könne seiner Meinung nach nur gelingen, »wenn man von einem dogmatischen Kanon sanktionierter kirchlicher und biblischer ‚Wahrheiten‘ oder gar damit verwechselter moralischer ‚Werte‘ ausgeht«. Genau das aber stehe im Widerspruch zu einer evangelischen Seelsorge, die es Gott selbst überlassen will, wie und wohin er den begleiteten Menschen führt (Stollberg in *Pastoraltheologie* 99. (2010/1), S.50). Dieses Pauschalurteil findet in Ralf Stolinas gewonnenen grundlegenden Kriterien zur Unterscheidung der Geister seine Widerrede. Stollbergs Urteil, so Stolina, werde schon dem biblischen Sachverhalt nicht gerecht, auch nicht der darauf basierenden Spiritualitätsgeschichte. Und es entspreche keinesfalls einer beanspruchten »evangelischen Seelsorge« (Stolina, 2011, Basis: S.37 Fußnote).

Wie schon in Teil 2 unter der Überschrift: »Der Leib, Tempel des göttlichen Geistes« gesagt wurde, nämlich, dass eine biblische ganzheitliche Sicht des Menschen grundlegend für die Praxis des Herzensgebetes ist, gilt selbstverständlich ebenso für die Geistliche Begleitung des Herzensgebetes und ebenso allgemein für Geistliche Begleitung. So können und dürfen alle Befindlichkeiten leiblicher, seelischer und geistig-geistlicher Art in ihrer Aktualität zur Sprache kommen –, so, wie sie sich sowohl in Zeiten der Stille als auch im konkreten Alltag zeigen –. Das, was den Menschen bestimmt und erfüllt, kann bedeutsam werden, eine **Be-deutung** erlangen **in** seinem und **für** sein Lebensgespräch mit Gott (ibd. S.37).

5.5. Die Begleitungsbeziehung

Von einem Beziehungsdreieck ist in der Geistlichen Begleitung die Rede, von einem Gespräch mit drei Beteiligten: Der / die Begleitende, der / die Begleitete und vor allem, um und in Beiden, die göttliche Gegenwart. Sehr schön bringen dies, meines Erachtens, Kurt Danzer und Antje Breede in ihrem Beitrag zum Ausdruck: »In dir sein, Gott, das ist alles...«. Geistliche Begleitung und kontemplatives Gebet (2011) (Basis, S.145-153). Kurt Danzer stellt seinen Ausführungen das Gedicht von Christamaria Schröter voran:

Ich will mit Dir
Gott
den Tag verbringen:

Im Umgang mit anderen –
Aber ganz innen
mit Dir
und nur so
auch gegenwärtig

Ortsbegehung
Jeden Tag mit Dir

einen – meinen Ort
finden

Christamaria Schröter⁵⁹

»Wie bin ich da, wenn ich sage: Ich bin da?«, diese Frage – eine Grundfrage auf dem Weg des Herzensgebetes – führt zunächst in die innere Aufmerksamkeit, zu allem, was ich da vorfinde: Gestimmtheiten, Gefühle, Empfindungen, mein Gewordensein, meine Stärken und Schwächen, mein Erleiden, meine Wünsche ... Alles darf da sein, in allem bin ich aufgehoben in der barmherzigen Gegenwart Gottes: »Mit *Dir*, ganz innen – im Klang meines Herzenswortes – im Einklang mit *Dir*, *göttliche Gegenwart*, bin ich ganz da«. Nur, wer selbst Barmherzigkeit erfahren hat, kann barmherzig mit anderen Menschen umgehen.

Der Mensch, der zu mir kommt, in mir eine Weggefährtin, einen Gefährten sieht – der mit dem Vertrauen kommt, dass ich ihm hilfreich sein kann auf seinem »Herzensweg« – , dieser Mensch macht mich zur Begleiterin, zum Begleiter. Ich bin also nicht Geistlicher Begleiter »per se«. André Louf meint, es komme weder auf das Wissen noch auf die Erfahrung noch auf die Kompetenz des Begleiters an, sondern vielmehr auf die tiefe Bereitschaft dessen, der sucht. (André Louf, 1995, S.54). Vielleicht ahnen wir beide, Begleiter(in) und Begleitete(r), dass in unseren tiefsten Geheimnissen eine Berührung möglich ist, eine Resonanz, die wir nicht machen können, die daher rührt, dass wir lernen, den einen Raum des göttlichen Geistes wahrzunehmen, in dem wir uns begegnen. Louf versteht die Rolle der Begleiterin, des Begleiters als ‚Hebamme‘, als ‚Geburtshelfer‘. Die Hebamme stehe nur bei, sie schenke nicht das Leben. »Das Leben des Heiligen Geistes kommt zum Vorschein, es taucht aus der Tiefe auf und erfasst nach und nach alle Schichten des Menschen, von den intimsten bis zu den äußerlichsten« (Louf, ibd. S.56).

»*Ich... / Im Umgang mit anderen / Aber ganz innen / mit Dir*« (Danzer, 2011, Basis, S.149). Die Rückbindung in das eigene Herzensgebet vermittelt mir das rechte Maß von Nähe und Distanz. In empfangender Aufmerksamkeit nehme ich wahr, welche Rolle mir als Begleiterin / Begleiter unausgesprochen angetragen wird (Übertragung); worauf ich besonders ansprechbar bin (Gegenübertragung); und welches Bild ich, unter Umständen, in mein Gegenüber hineinprojiziere. Was hindert, was fördert eine Atmosphäre der Offenheit und Barmherzigkeit, in der auch Schmerzvolles und Dunkles ausgesprochen werden dürfen?

Das Herzensgebet lässt mich mit eigenen Erfahrungen auf dem Reinigungsweg (via purgativa), durchlässiger und sensibler werden für das, was dem Weggefährten, der Weggefährtin in seinem / ihrem Lebensgespräch mit Gott an Möglichkeiten und Grenzen förderlich und heilwirksam ist. Welche Ressourcen wollen sich zeigen, um Verstrickungen heilsam lösen zu lassen? Die

⁵⁹ In: Christamaria Schröter, 1993, *Nichts ist zuende gesagt*. Von Augenblick zu Augenblick
Worte und Bilder, Selbiz, S.7 (zit. in Kurt Danzer & Antje Breede, 2011, Basis, S.149).

Pflege der eigenen ‚Herzenskultur‘ hilft dabei, immer wieder zu unterscheiden, wo das egoverhaftete Ich agieren will und wo das Vertrauen in die Barmherzigkeit Gottes die Lebenshaltung bestimmt. Dies kann zu Kompetenzen führen, die mir und meinem Gegenüber helfen »Konflikte friedensfördernd durchzustehen« und / oder »besondere Belastungssituationen unversehrt auszuhalten« (ibd. S.151). Die ständige Herzensbitte um Gottes Erbarmen hält uns in gesundem Selbstbewusstsein dafür wach, nicht perfekt sein zu müssen. Sie lehrt uns, dem Wirken der Heiligen Geisteskraft zu vertrauen. Gottes Geist wirkt durch uns und manchmal, paradoxer Weise, auch in unseren Grenzen, z. B. bei Störungen der Kommunikation (Danzer, 2011, Basis, S.150+151).

5.6. Das Rollenverständnis

»Wer geistesgegenwärtig helfen will, wird sich – im Rahmen seiner Möglichkeiten – schulen lassen und üben«, dieser Grundeinstellung von Kurt Danzer stimme ich zu. Was dabei durch Schulung erworbene Kompetenz ist oder geschenktes Charisma, spielt dabei keine Rolle (ibd. S.151).

Um sich schulen zu lassen, braucht es Lehrer. Und so ist meiner Meinung nach bezüglich Kompetenz und Qualifikation in Bezug auf Grundlagenwissen theologischer und therapeutischer Art zu unterscheiden, nicht jedoch in Bezug auf Selbsterfahrung und die oft damit verbundene Gabe der Herzenserkenntnis. Die Rolle derer, die Weiterbildungsangebote im Bereich Geistlicher Übungen und somit auch in Geistlicher Begleitung verantworten, entspricht mehr der Rolle eines »geistlichen Pädagogen«, einer »geistlichen Pädagogin«.⁶⁰

Menschen, die in geschwisterlicher Weggemeinschaft verbunden sind, z.B. in Weggemeinschaftsgruppen, können einander zu »Geistlichen Begleitern« werden, ob mit oder ohne Ausbildung. »Geistlicher Begleiter / geistliche Begleiterin wird man durch das unverfügbare Wirken des Geistes, in dem Menschen einander für eine Zeit Weggemeinschaft gewähren können und fruchtbar füreinander sind«. (Stolina, 2011, Basis, S.39). Das Verhältnis Geistlicher Begleitung ist nicht eine Beziehung von Meister und Schüler, darin stimme ich Ralf Stolina voll und ganz zu. Christus, der in die Freiheit eines Kindes Gottes führt, ist der Lehr-Meister, wir sind alle Schwestern und Brüder. (Vgl. Mt 23,8) (ibd. S.39).

⁶⁰ André Louf spricht von »Geistlicher Pädagogik« im Zusammenhang der Novizenausbildung (Vgl. André Louf, 1995, S.47).

6. Schlussgedanken

6.1. Zusammenfassung

In Bezug auf die Fragestellungen der Zielsetzung dieser Arbeit kann zusammenfassend gesagt werden: Das Herzensgebet, das in der Orthodoxie gewachsen ist, sollte auch als Ausdruck orthodoxer Kultur verstanden werden. Es gehört heute nicht der Orthodoxie allein. Das Herzensgebet kann eine Brücke sein von Ost nach West und von West nach Ost.⁶¹

In welcher **Freiheit** stehen wir heute zur hesychastischen Tradition? Darauf lassen sich keine allgemeingültigen Antworten geben. »Jeder Mensch gibt seine **persönliche Antwort** auf eine bestimmte Tradition, die ihn in der inneren **Berührung** anspricht. Wenn aber jemand sich dem Strom einer bestimmten Tradition verpflichtet fühlt, sollte er / sie ihre **Grundanliegen** und Inhalte erkennbar vermitteln können; diese dürfen durchaus eine persönliche Färbung erfahren, aber der Geist des Ursprungs sollte stets erkennbar bleiben« (Jans-Scheidegger, 2010, S.2). Für die Geistliche Begleitung des Herzensgebetes, integriert in eine evangelische Praxis, heißt dies: Ich weiß um die Wurzeln und Entwicklungen des Herzensgebetes in der orthodoxen Kultur und ich weiß zugleich, was es heißt, wenn ich sage: »Ich bin evangelisch«. Beides ist nicht etwas, was ausgegrenzt von mir existiert, sondern zwei kulturelle Pole in mir, die sich gegenseitig nicht das Lebensrecht rauben. Zur Frage der Inkulturation sagt Martin Tamcke: »Das Herzensgebet kann zur Einfachheit anleiten, ist aber auch Ausdruck einer komplexen Identität des modernen polypolaren Menschen hier im zentralen Europa geworden, in dem gleichzeitig Ungleichzeitiges zu leben hat« (Tamcke, 2012, in Ebert & Lupu (Hrsg), S.169).

Wie in Kapitel 2.4: ‚Rezeption des Herzensgebetes im Westen‘ deutlich wird, haben sich viele Christen in der zweiten Hälfte des zwanzigsten Jahrhunderts auf den Weg gemacht, um in spirituellen Wegen fernöstlicher Religionen nach Übungs- und Erfahrungswegen zu suchen. Menschen, die mit ihrem ‚Gottes-Durst‘ auf der Suche nach Vertiefung ihrer Spiritualität sind, finden heute häufig im Herzensgebet den Schatz eines ‚genuin christlichen Übungsweges‘ (Vgl. Müller, 2006, S.181).

⁶¹Der Begriff ‚Herzensgebet‘ kann auch religionswissenschaftlich gebraucht werden. Er dient dann zur Beschreibung bestimmter Meditationsweisen, die in verschiedenen Religionen als ‚mantrische Gebetsweisen‘ praktiziert werden, wie z.B. das ‚nama-jappa‘ im Hinduismus oder das immerwährende Gottgedenken ‚dhikr‘ im Sufismus. (Vgl. Staib, Cornelia (2012) *Mantra OM*. Essay, erstellt und vorgelegt im Rahmen des MAS-Studienganges a+w und UZH, an der Universität Zürich). Auf Themenbereiche wie: das Herzensgebet als ‚mantrische Gebetsweise‘ oder: das Herzensgebet aus interreligiöser Sicht, konnte in dieser Arbeit nicht näher eingegangen werden.

So kann die geistliche Übungspraxis des Herzensgebetes – integriert in eine evangelische Praxis – einerseits Christen, die sich von der Kirche entfremdet haben, einen neuen Zugang zu ihren christlichen Wurzeln ermöglichen und andererseits kirchenfremden Menschen, sogenannten ‚spirituell Kreativen‘, eine Brücke sein, um in ein kirchliches Gemeinschaftsleben hineinzufinden. Und nicht zuletzt ermöglicht eine integrierte begleitete geistliche Übungspraxis des Herzensgebetes im evangelischen Kontext Menschen, die in einer evangelischen Kirchengemeinde verwurzelt sind, einen gangbaren spirituellen Weg, um ihre Spiritualität zu vertiefen; nicht losgelöst von Gottesdienst und Gemeindemitarbeit, sondern in gegenseitiger Befruchtung.⁶²

Die Anfragen und kritischen Anmerkungen seitens der Pastoraltheologie, gelten der Geistlichen Begleitungsbewegung allgemein. In dieser Arbeit wurde der Versuch unternommen, Antworten, bezogen auf die geistliche Begleitung des Herzensgebetes zu finden.

Wie geschieht Geistliche Begleitung auf dem Weg des Herzensgebetes ganz konkret? Wie macht die Geistliche Begleitung ihre Methoden transparent? Weiß sie um ihre Grenzen – z.B. im Hinblick auf psychische Störungen im religiösen Gewand? Wie geht sie mit Widerständen, Übertragungen, etc. um? (...) (Vgl. Rabus Abe, 2011, Basis, S.101).

Auf dem Weg zu einem Ausbildungscurriculum gibt es sicher noch viel Gesprächs- und Klärungsbedarf innerhalb der Geistlichen Begleitungsbewegung und auch weiterhin mit interessierten Vertretern und Vertreterinnen der Pastoralpsychologie. Die Frage nach Vergleichbarkeit der Ausbildungen zu Geistlicher Begleitung erfordert eine Festlegung von Kriterien und möglichen Standards und eine entsprechende Qualitätssicherung der Ausbildungsergebnisse. Meines Erachtens ist die Tendenz zu einer Professionalisierungsentwicklung, auch im evangelischen Raum, nicht aufzuhalten. Es ist jedoch verständlich, dass Verantwortliche von Schulungen Geistlicher Begleitung auch von einer ‚Professionalisierungsfalle‘ sprechen. Probleme können auftauchen, die hier nur stichwortartig genannt werden können: – Beziehung und bezahlte Leistung; – Ausdifferenzierung der kirchlichen Dienste, die für ‚einfache Gemeindeglieder‘ nicht mehr nachvollziehbar sind; – offizielle Listen anerkannter geistlicher Begleiter / geistlicher Begleiterinnen; etc.⁶³

Auf die Anfragen von Dietrich Stollberg nach der theologischen Basis der Geistlichen Begleitung, und damit auch nach der Vereinbarkeit mit Martin Luthers Rechtfertigungslehre, wurde in Kapitel 4 explizit auf die Bedeutung des Gebetes bei Martin Luther verwiesen. Ausnahmslos

⁶² In der Herzensgebetsgruppe der Evangelischen Kirchengemeinde Beutelsbach, die ich ehrenamtlich begleite, nehmen Menschen teil aus allen drei beschriebenen Personengruppen. Einige von ihnen sind sich gegenseitig Geistliche Begleiter/innen auf dem Weg, andere kommen gerne zu mir zu Begleitgesprächen. Eine Dokumentation – im Rahmen der CAS/DAS/MAS Weiterbildung a+w erstellt – liegt vor: Cornelia Staib, 2012; *Projekt-ausarbeitung*. ‚Herzensgebet in der Evangelischen Kirchengemeinde Beutelsbach‘.

⁶³ Vgl. Klemens Schaupp, 2011, Basis, S.85 – 94.

alle im Kreise derer, die Weiterbildungen in der Geistlichen Begleitung allgemein und im besonderen auf dem Herzensgebetsweg verantworten, sprechen einhellig von der Nichtobjektivierbarkeit Gottes, der bleibenden Unverfügbarkeit Gottes und von dem unverfügbaren Geschenk der Gnade, der ‚unio mystica‘, bzw. der ‚communio mystica‘. Sie betonen auch, dass unser menschliches irdisches Leben immer ein ‚Leben als Fragment‘ bleibt und dass »mit der Ordnung einer Regel damit zu rechnen ist, dass der Mensch, der betet und meditiert (...), in die Anfechtung gerät« (Ralf Solina).

Auch Dietrich Stollbergs Pauschalurteil bezüglich einer »Hypothese von der Unterscheidung der Geister« konnte in Kapitel 5.4.3. widerlegt werden. Es wurde deutlich, dass es bei der Unterscheidung der Geister zentral um die Fragen geht: »Was hindert und was fördert eine lebenskräftige Spiritualität?« »Was ist mein Maß?« Grundlage einer gelingenden Seelsorge ist das Erkennen des Zusammenhangs von Selbsterkenntnis und Gotteserkenntnis. Dies betonte auch Martin Luther entschieden.

6.2. Fazit

Für Menschen, die den Weg des Herzensgebetes gehen möchten und für diejenigen, die mit dem Herzensgebet leben oder üben, ist **die Geistliche Begleitung des Herzensgebets eine wichtige Dimension der Seelsorge.**

Die Geistliche Begleitung der spirituellen Übungspraxis des Herzensgebetes ist meines Erachtens auch ‚integrationsfähig‘, **aber ‚nicht vereinnahmbar‘! in eine ‚evangelisch zu nennende Praxis der Geistlichen Begleitung.** (Ohne ‚pietistische Engführung‘ und mit einem ‚weiten Herzen für die Ökumene‘).

Verantwortliche in der Geistlichen Begleitungsbewegung vertreten die Meinung, dass ein **evangelisches Fortbildungscurriculum zur Geistlichen Begleitung** noch nicht aktuell sei. Im Blick auf einen fruchtbaren ökumenischen Austausch sei eine Konkretisierung noch zu früh. Meiner Meinung nach können aus dem Schatz des langjährigen Erfahrungswissens der beiden geistlichen Begleitungsmodelle: ‚des Grieser Weges des Herzensgebets‘ (katholisch geprägt) und des mehr therapeutisch grundierten Modells ‚Via Cordis‘ (ökumenisch geprägt) wertvolle Impulse ausgehen, um ein zukünftiges Fortbildungscurriculum zur Geistlichen Begleitung auch im Raum der EKD, zu befruchten.

6.3. Epilog

fürwahr

Keiner von uns ist Gott fern

fürwahr

Keinem von uns ist Gott fern

in ihm leben wir, bewegen wir uns und sind wir

in ihr leben wir, bewegen wir uns und sind wir

fürwahr.

Literaturverzeichnis

Bäumer, Regina & Plattig, Michael (2012). *Aufmerksamkeit ist das natürliche Gebet der Seele. Geistliche Begleitung in der Zeit der Wüstenväter und der personzentrierte Ansatz nach Carl R. Rogers – eine Seelenverwandschaft?* Würzburg: Echter.

Breede Antje & Dantzer Kurt (2011). »In dir sein, Gott, das ist alles...« Geistliche Begleitung und kontemplatives Gebet. In Dorothea Greiner; Klaus Raschzok & Matthias Rost (Hrsg.) *Geistlich Begleiten. Eine Bestandsaufnahme Evangelischer Praxis* (S 145-153). Leipzig: Evangelische Verlagsanstalt.

Buber, Martin & Rosenzweig, Franz (1992) *Die Schrift*. (6. Aufl.) Stuttgart: Deutsche Bibelgesellschaft.

Ebert, Andreas & Lupu, Carol (2012) *Heychia. Das Geheimnis des Hertensgebets*. München: Claudius.

Goettmann, Alphonse und Rachel (1993) *In deinem Namen ist mein Leben. Die Erfahrung des Jesusgebets*. (Ulrich Schütz, Übers.) Herder: Freiburg i. B. (Franz. „*Prière de Jésus: Prière du Cœur*“. Paris 1988).

Hell, Daniel (2010). *Die Sprache der Seele verstehen. Die Wüstenväter als Therapeuten*. (3. Aufl.). Freiburg i.B.: Herder.

Jalics, Franz (2009). *Kontemplative Exerzitien. Eine Einführung in die kontemplative Lebenshaltung und in das Jesusgebet*. (12. Auflage). Würzburg: Echter.

Jalics, Franz (2010) *Der kontemplative Weg. Ignatianische Impulse*. (4. Aufl.) Würzburg: Echter.

Jans-Scheidegger, Franz-Xaver (2002). *Worte – geboren aus Schweigen*. München: Kösel.

Jans-Scheidegger, Franz-Xaver (2010). *Hesychasmus im Spannungsfeld zwischen Praxis und Tradition*. Unveröffentlichtes Skript. Schulungsunterlagen für Spuren der Weisheit 20-9-2010. CH-Flüeli Ranft: Via Cordis.

Jans-Scheidegger, Franz-Xaver (2012) Die Weggemeinschaft „Via Cordis“. Eine autobiografisch gefärbte Geschichte ihrer Entstehung. In Andreas Ebert & Carol Lupu (Hrsg.) *Heychia. Das Geheimnis des Herzensgebets*. (S. 95-102). München: Claudius.

Jean-Yves Leloup (2007) *Das Herzensgebet nach Starez Séraphim vom Berge Athos*. (Egberth Mieth, Übers.) Dr. Willi Massa (Hrsg.) (5. Aufl.) Neumühle: Mettlach-Tünsdorf/Saar. (franz. Paris: 1986).

Jungclaussen, Emmanuel (2009). *Unterweisung im Herzensgebet*. (4. Aufl.). D-St.Ottilien: eos.

Jungclaussen, Emmanuel (Hrsg.). (2002). *Aufrichtige Erzählungen eines russischen Pilgers. Die vollständige Ausgabe.* (10. Aufl.). Freiburg i.B.: Herder.

Kästner, Erhart (1974) *Stundentrommel vom heiligen Berg Athos.* Frankfurt a. M.: Insel Taschenbuch.

Köster, Peter (2009) *Geistliche Begleitung. Eine Orientierung für die Praxis.* (2. Aufl.) Sankt Ottilien: Eos.

Lambert, Willi (2001) Geistliche Begleitung auf dem Glaubensweg. „Was sind das für Dinge, über die ihr auf eurem Weg miteinander redet?“ Lk 24,17. In Sekretariat der Deutschen Bischofskonferenz (Hrsg.) „*Da kam Jesus hinzu...*“ (Lk 24,15). *Handreichung für geistliche Begleitung auf dem Glaubensweg.* Arbeitshilfe 158. Bonn.

Louf, André (1995) *Die Gnade kann mehr... Geistliche Begleitung (Christine Hofinger, Übers.).* Vier-Türme-Verlag: Münsterschwarzach. (franz.: *La grace peut Davantage.* Paris: Desclée de Brouver S.A., 76).

Müller, Franz Nikolaus (2006) Hesychasmus. In Karl Baier (Hrsg.) *Handbuch Spiritualität. Zugänge – Traditionen Interreligiöse Prozesse.* Darmstadt: WBG (Wissenschaftliche Buchgesellschaft).

Rabus, Hans-Frieder & Abe, Heidi (2011). Geistliche Begleitung und Pastoralpsychologie. In Dorothea Greiner; Klaus Raschzok & Matthias Rost (Hrsg.) *Geistlich Begleiten. Eine Bestandsaufnahme Evangelischer Praxis* (S. 99-109). Leipzig: Evangelische Verlagsanstalt.

Raschzok, Klaus & Rost, Matthias (2011). Geistliche Begleitung evangelisch-theologisch reflektiert. In Dorothea Greiner; Klaus Raschzok & Matthias Rost (Hrsg.) *Geistlich Begleiten. Eine Bestandsaufnahme Evangelischer Praxis* (S. 111-121). Leipzig: Evangelische Verlagsanstalt.

Schaupp, Klemens (2011). Was ist »Geistliche Begleitung«? Historische Wurzeln und Entwicklungen. In Dorothea Greiner; Klaus Raschzok & Matthias Rost (Hrsg.) *Geistlich Begleiten. Eine Bestandsaufnahme Evangelischer Praxis* (S. 43-63). Leipzig: Evangelische Verlagsanstalt.

Siemers, Gabriele-Verena (2012) Via Cordis: Zur Übungspraxis des Herzensgebets im Alltag. In Andreas Ebert & Carol Lupu (Hrsg.) *Heychia. Das Geheimnis des Herzensgebets.* (S. 103-118). München: Claudius.

Stimpfle, Alois (2007) Das Herzensgebet seien Wurzeln – seine Anfänge. *Wenniger Hefte zu Spiritualität und Kontemplation.* Heft 1. Kloster Wennigsen – Via Cordis.

Stolina Ralf (2008) Das Geheimnis Gottes und die Würde des Menschen. In Michael Plattig & Ralf Stolina (Hrsg.) *Das Geheimnis Gottes und die Würde des Menschen. Spiritualität zu Beginn des dritten Jahrtausends.* (S. 10-37). Ostfildern: Matthias-Grünwald-Verlag.

Stolina, Ralf (2000) *Niemand hat Gott je gesehen. Traktat über negative Theologie*. Berlin: de Gruyter.

Stolina, Ralf (2010) Nachterfahrungen. In Regina Bäumer & Michael Plattig (Hrsg.) »*Dunkle Nacht*« und Depression. *Geistliche und psychische Krisen verstehen und unterscheiden. Mit Beiträgen von Kevin Culligan, Daniel Hell, Ralf Stolina u. a.* (2. Aufl.) (S. 22-57). Ostfildern: Matthias-Grünewald-Verlag.

Stolina, Ralf (2011). Lebens-Gespräch mit Gott. Zur theologischen Grundlegung Geistlicher Begleitung. In Dorothea Greiner; Klaus Raschzok & Matthias Rost (Hrsg.) *Geistlich Begleiten. Eine Bestandsaufnahme Evangelischer Praxis* (S. 23-42). Leipzig: Evangelische Verlagsanstalt.

Stollberg, Dietrich (2010/1) Was ist die theologische Basis geistlicher Begleitung? Ein kritischer Zwischenruf. In *Pastoraltheologie. Monatsschrift für Wissenschaft und Praxis in Kirche und Gesellschaft. 99. Jahrgang.* (S. 39-57). Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

Tamcke, Martin (2012) Das Herzensgebet von seinen Ursprüngen in der Orthodoxie bis zu seiner Rezeption im Westen. In Andreas Ebert & Carol Lupu (Hrsg.) *Heychia. Das Geheimnis des Herzensgebets*. (S. 126-169). München: Claudius.

Waaïjman, Kees (2007). *Handbuch der Spiritualität. Formen / Grundlagen / Methoden. Band 3* (Elisabeth Hense, Übers.). Matthias-Grünewalds-Verlag: Ostfildern (*niederländisch Spiritualiteit. Vormen, gronslagen, methoden*. Kampen – Uitgeverij Kok 2000).

Wolz-Gottwald, Eckard (2011). *Die Mystik in den Weltreligionen. Spirituelle Wege und Übungsformen*. Petersberg: Via Nova.

Eidesstattliche Erklärung

Ich erkläre hiermit, dass ich diese Masterarbeit selbständig ohne Hilfe Dritter und ohne Benutzung anderer als der angegebenen Quellen und Hilfsmittel verfasst habe. Alle benutzten Quellen sind als solche einzeln kenntlich gemacht.

Weinstadt, 26. Oktober 2012

Cornelia Staib

Cornelia Staib

Datei-Info inklusive der Fußnotentexte. Ohne Verzeichnisse.

Statistik:

Seiten	63
Wörter	22.544
Zeichen (ohne Leerzeichen)	139.650
Zeichen (mit Leerzeichen)	162.173
Absätze	464
Zeilen	2.099