

Bei all deinem Tun achte auf dich selbst! (Jesus Sirach 32,23a)

Von der Achtsamkeit des Herzens

Blinde Flecken

Erlebnis ist ein zentrales Stichwort der gegenwärtigen Gesellschaft. Die Welt wird als Erlebnisraum vorgestellt (Werbung, Ausstellungen, Bäder, Städte ...). Dabei spielt das Auge bzw. das Sehen eine herausragende Rolle. Die vielen optischen Reize und Angebote sind freilich ambivalent. Wird die Wahrnehmung nur auf einen reduzierten Blickwinkel des Glatten und Schönen geschaltet, dann entstehen neue Formen der Abstumpfung und der Unempfindlichkeit. Erlebnissucht ist mit einem Verlust an Wahrnehmungsvermögen verbunden. Wer sich ständig berieseln lassen muss, kann nicht mehr zuhören. Wir haben das Sehen verlernt und können stattdessen - nach einem Wort von Bert Brecht - nur noch Glotzen.

Es gibt viele blinde Flecken in der Gesellschaft, die einer Ästhetisierung huldigt und dabei viel ausblendet, vergisst, an den Rand schiebt. Denn die Totalästhetisierung läuft auf ihr Gegenteil hinaus, sie führt zu einer großen Fläche von blinden Flecken. Für viele Bereiche des Dunklen und des Schmerzes gibt es Anästhetica und Analgetica. Die Sehsüchte und Erlebniswelten schaffen neue Vergesslichkeiten: „Vergesslichkeit, weil man wegblicken und weghören, überhaupt die Wahrnehmung auf einen reduzierten Gesichtswinkel schalten muss, um an der glatten Haut der Kultur Freude zu haben. Zwang, weil die Lebensinhalte allesamt auf Unterhaltungsergiebigkeit getestet werden und die Wahrheitsfrage in den säkularen Bereich der Experten abgedrängt wird. Wie menschlich immer Nachrichten, Fakten, Ereignisse sein mögen, welche Schrecken und Entzückungen, wie viel fassungsloses Schweigen oder Schreie sie verursachen könnten, das Design erlaubt

ihnen nicht mehr zu sein als ein animierendes Gustostück.“[1]

Narzissmus

Diese Auflösung der Wahrnehmung wird auch betrieben, wenn das Du gar nicht mehr ausdrücklich in den Blick kommt, wenn sich der Mensch narzisstisch in sich selbst verliebt, d.h. an seinem eigenen Spiegelbild er-götzt. Ovid spricht in den Metamorphosen von der Mutter des Narziss, die den weisen Teiresias fragt, ob ihrem Sohn ein langes Leben beschieden sein werde. Teiresias antwortet: „Nur dann, wenn er sich selbst nicht schaut.“[2] – Narziss stirbt durch die Liebe zu seinem Spiegelbild, die ihn auf nichts anderes mehr achten ließ. Er verfiel der tödlichen Faszination des Sehens, just nachdem er die Nymph Echo – also die mythische Inkarnation reinen Tons – verschmäht, sie nicht erhört hatte. Unter Narzissmus verstehen wir mit Heinz Hartmann die „libidinöse Besetzung des Selbst oder noch allgemeiner ... eine Konzentration psychologischer Interessen auf das Selbst.“[3] Bei Freud zieht sich Narziss in seiner Libido von der Außenwelt auf das Ego regreßhaft zurück; verliebt in das Spiegelbild im Teich, wird er weltlos und desorientiert[4]. Der narzisstisch sich selbst verhaftete Mensch kann - aus welchen Gründen auch immer - nicht lieben. In der Selbstsucht gelähmt und erstarrt wird er sozial oft destruktiv. Er kommt nicht zum konkret Anderen und lässt das Du nicht an sich herankommen. So ist mit dem Phänomen des Narzissmus auch (neben den Zuständen des Selbstgefühls) eine bestimmte Charakterisierung der Objektwahl gemeint: die Selektion orientiert sich an den kanonisierten Vorstellungen der eigenen Person nach dem Kriterium der Gleichheit oder Ähnlichkeit. Analog kann auch bei einem Menschenbild von Narzissmus gesprochen werden, wenn das Selbst zur geschlossenen, abgerundeten und alles integrierenden Totalität erhoben wird; das personale Du und die weltliche Realität werden dabei von vornherein in den Kreis des Selbst eingeschrieben. Die Struktur der personalen Differenz, der positiven Andersheit und Fremdheit wird letztlich totalitär negiert[5]. Auf das Subjekt bezogen, gehört der Narzissmus zur

Pathologie der depressiven Existenz in ihrem Todestrieb. „Der Narzissmus, dem mit dem Zerfall des Ichs sein libidinöses Objekt entzogen ist, wird ersetzt durch das masochistische Vergnügen, kein Ich mehr zu sein, und über ihrer Ichlosigkeit wacht die herausziehende Generation so eifersüchtig wie über wenigen ihrer Güter, als einem gemeinsamen und dauernden Besitz.“[\[6\]](#)

Burnout 1: Der flexible Mensch

Der amerikanische Soziologe Richard Sennett hat 1998 in einem Essay das Leitbild eines flexiblen Menschen anschaulich beschrieben hat: Er ist gut ausgebildet und vielseitig einsetzbar, leistungsorientiert und anpassungsfähig, belastbar und mobil, in seiner gesellschaftlichen und kulturellen Bindungslosigkeit der ideal disponibile Produktionsfaktor in einer sich schnell wandelnden und sich immer virtueller gebenden Wirtschaft.[\[7\]](#) Der ideale Arbeitnehmer ist ungebunden, einsatzfreudig, begabt, attraktiv, versetzbar und vielseitig einsetzbar, ein durch und durch flexibler Mensch. Dieser selbe Mensch ist gleichzeitig todunglücklich, da nirgends wirklich zu Hause und mit nichts identifiziert.

Burnout 2: Traurigkeit und Stress

Hugo von Sankt Viktor (* um 1097; +11. Februar 1141) betont, dass beim rechten Handeln zwei Übel zu vermeiden sind: „Traurigkeit und Stress. Die Traurigkeit führt zur Bitterkeit und der Stress zur Oberflächlichkeit. Durch Traurigkeit wird der süße Geschmack des Geistes versalzen, durch Stress geht die Ruhe verloren. Traurigkeit entsteht, wenn man sich mit dem, was man nicht gut kann, ungeduldig abquält; in Stress gerät man, wenn man das, was man gut kann, über alle Maßen betreibt.“[\[8\]](#) Die gemeinsame Wurzel von Traurigkeit und Stress aber ist die falsche Radikalität, ist jede Art von Überforderung.

Burnout 3: Akedia

Eine zentrale Versuchung bei den Wüstenvätern des 3. und 4. Jahrhunderts n. Chr. ist die Akedia. Der „Dämon“ der akedia ist für die alten Mönche der gefährlichste. Er enthält in sich fast alle Anfechtungen und Gedanken. Während die andern Dämonen nur einen Teil der Seele berühren, besetzt die akedia die ganze Seele. Sie erstickt den Verstand und raubt der Seele jede Spannkraft. Man hat zu nichts mehr Lust.^[9] Evagrios Ponticos * 345, +399 in Ägypten, ein christlicher Mönch („Wüstenvater“), beschreibt als Symptome: Das Gefühl, dass die Zeit besonders langsam vergehe. Den Drang des Mönchs nach draußen, heraus aus seiner Zelle. Hass auf das eigene Leben und die eigene Arbeit. Die Freunde und Kollegen werden als verständnislos erlebt. Ein anderes Leben scheint leichter und glücklicher.^[10] Evagrius schildert das Verhalten eines von der akedia Befallenen recht humorvoll: „Das Auge eines Trägen schaut vielfach durch die Fenster und sein Geist stellt sich die Besucher vor. Es knarrt die Tür, und er springt auf; er hört eine Stimme und blickt neugierig aus dem Fenster, er geht von dort nicht weg, sondern starrt gaffend hinaus. Bei der Lesung gähnt der Träger vielfach und fühlt sich mächtig zum Schlaf hingezaugen; er reibt sich die Augen, reckt die Hände, wendet die Augen vom Buche weg und blickt zur Wand hin. Dann schaut er wieder ins Buch, liest ein wenig und müht sich unnütz ab, den Sinn der Worte zu ergründen. Er zählt die Blätter und prüft die Schrift. Er tadeln Schrift und Ausstattung, zuletzt faltet er das Buch zusammen und legt es unter den Kopf und schläft einen nicht allzu tiefen Schlaf; denn der Hunger weckt hernach seine Seele, und er stillt ihn.“^[11] Cassian nennt die akedia auch Überdruss oder Angst des Herzens, innere Beklemmung. Die innere Lustlosigkeit treibt einen entweder in den Schlaf oder in die Flucht aus der Zelle, in die Betriebsamkeit.^[12] Gregor der Große (540 - 604 in Rom) zählt zu den Folgen der akedia die Verzweiflung, Entmutigung, Missmut, Verbitterung, Gleichgültigkeit, Schläfrigkeit, Langeweile, Flucht vor sich selbst, Überdruss, Neugier, Zerstreuung im Gerede, Unruhe des Geistes und des Körpers, Unstetigkeit, Hast und Wankelmut. Akedia ist

die große Versuchung für die Einsiedler. In ihr geht es um Leben oder Tod. Alles wird in Frage gestellt, jeder innere Schwung fehlt, das Herz scheint durch und durch krank, die Seele verwirrt.[13]

„Die Seele ist krank und leidet, von der Bitternis der akedia überflutet. In einem solchen Übermaß von Leid verlassen sie alle ihre Kräfte. Ihr Widerstandsvermögen ist drauf und dran, vor einem so mächtigen Dämon das Feld zu räumen. Sie hat den Kopf verloren und benimmt sich wie ein kleines Kind, das haltlos weint und ein Wehgeschrei anstimmt, als gäbe es keinerlei Hoffnung auf Trost mehr.“[14]

Akedia: Es gilt als Gemeinheit, leben zu müssen. Man fühlt sich verlassen und minderwertig. Langeweile und Traurigkeit, Gelähmtsein und Müdigkeit, Mattigkeit und Lustlosigkeit, Unzufriedenheit mit der Arbeit und mit sich selbst schleichen sich ein. Innerliches Schimpfen, Jammern, Selbstmitleid und Groll machen sich breit. Zurück bleibt eine Schlaffheit und Antriebslosigkeit der Seele. Auch Abstumpfung, Schläfrigkeit, Umherschweifen, Schwatzhaftigkeit und Neugier, Unruhe, Rücksichtslosigkeit, körperliche und geistige Unstetigkeit hängen eng mit der Akedia zusammen. Die Akedia ist ein Einlassstor für Ersatzbefriedigungen und Süchte. Die Wüstenväter empfehlen gegen die akedia die Stärkung der inneren Widerstandskraft und der Wiederaufbaufähigkeit durch soziale Kompetenzen, durch eine Überzeugung von Kontrolle und Selbstkontrolle, durch eine neue Orientierung und durch das Setzen von Prioritäten. Die Akedia kann – nicht sofort – überwunden werden durch Gespräche, durch „Bleiben lernen“ und durch ein Wegnehmen von Druck und Zwang - auch vom Zwang, rasch aus der Akedia herauskommen zu müssen.

Burnout 4: Schwermut

Sören Kierkegaard (1813-1855), ein dänischer Philosoph spricht von der Schwermut, der Krankheit zum Tode als der Sünde „instar omnium“, die also an der Wurzel aller Sünden steht. Das Wort von der Krankheit zum Tode ist dem Johannesevangelium entnommen. Dort ist von einer Krankheit die Rede, die nicht zum Tode führt. Was ist

damit gemeint? Dem Menschen steht die Möglichkeit offen, sich grundsätzlich dem Leben zu verweigern und so endgültig auf den Tod zu fixieren.[\[15\]](#) Die Verzweiflung, nicht selbst sein zu wollen, wird sehr unterschiedlich gelebt: ein Mensch ist bewusst oder unbewusst auf der Flucht, z.B. in Utopien oder Träumen, die an der Realität vorbeigehen, oder in der ständigen Suche nach Erlebnissen, um ja nicht mit sich selbst konfrontiert zu werden. Auch eine Kritik, die gegen alles und jedes etwas einzuwenden hat, ist eine Verweigerung des Selbstseins und Flucht vor dem konkreten Leben. Bei dieser Flucht wird das Niederhalten der Wahrheit zum bewussten Programm. Man ist sich in Wahrheit nicht gut. Aus einem Ressentiment sich selbst gegenüber entspringen Ressentiment und Zynismus gegen andere. Jegliches Wollen wird verdächtigt und entlarvt. Auch jeder moralische Anspruch gilt als unzumutbar. Menschliches Leben als solches ist Verzweiflung, ist tragisch, ist ein Unglück. Es ist nicht das Null-Bock-Gefühl von Jugendlichen, es geht um ein viel tieferes, um ein nicht mehr auflösbares Nicht-mehr-Mögen und Nicht-mehr-Können.

Burnout 5: Müdigkeit

Viele sind in der Kirche, in der Schule und durch die Schule, in sozialen Berufen müde geworden. Auch wenn „Erfolg“ keiner der Namen Gottes ist, so tut doch die Resonanzlosigkeit weh. Nicht wenige sind intellektuell, psychisch und disziplinär überfordert. Das geht an die innere Substanz. Das Wort des Lebens erstarrt zur Floskel. Die Brunnen sind ausgetrocknet, die Quellen sind versiegt, Freunde haben sich verflüchtigt, das Leben kennt keine Spannkraft mehr. Das Feuer der Begeisterung ist verloschen. Vitalität, Lebenskraft, Phantasie und Kreativität gehen verloren. Müdigkeit und Erschöpfung sind nicht dabei nur eine körperliche Erscheinung. Nach Simone Weil ist „das Niedrige: wohin die Müdigkeit einen führt.“[\[16\]](#) Die Müdigkeit lässt die höhere Aufmerksamkeit absinken und begrenzt sie[\[17\]](#). Sie ist Zeichen der Sterblichkeit. Schließlich: „Der Tod wurde Müdigkeit.“[\[18\]](#)

Aufmerksamkeit

„Gib deinem Knecht ein hörendes Herz.“ (1 Kön 3,9) „Der Mönch muss sein wie die Cherubim und Seraphim: ganz Auge!“^[19] „Und so muss die Seele ihrerseits Gott ein liebevolles Aufmerken entgegenbringen, nur dies, ohne besondere Akte zu setzen ... mit dem entschlossenen Aufmerken der Seele, so wie, je-mand in liebreicher Achtsamkeit die Augen öffnet.“^[20] „Die von jeder Beimischung ganz und gar gereinigte Aufmerksamkeit ist Gebet.“^[21]

Aufmerksamkeit weist einen Doppelcharakter auf: Aufmerksamsein bedeutet einerseits eine Aktivität unserer selbst; Leistung unserer Freiheit. Wir gehen über uns selbst hinaus in der Absicht, dass sich uns die Welt erschließen soll. Diese Intentionalität suspendiert sich aber zugleich selbst: „Das Hinausgehen über uns selbst geschieht in einem ursprünglichen Erleiden; einer Liebe, die ein Gehorchen ist. Das in der Aufmerksamkeit geschehende Uns-überschreiten geschieht als eine Leistung und Anstrengung unserer selbst, aber als eine ‚negative Anstrengung‘, als ein ‚effort negatif‘^[22]. Aufmerksamkeit bedeutet ein Warten auf das andere als das Unverfügbare. Warten braucht Zeit. „Zeit brauchen heißt: nichts vorwegnehmen können, alles erwarten müssen, mit dem Eigenen vom andern abhängig sein.“^[23] Aufmerksamkeit geschieht in der harrenden Geduld. „In dieser Einwilligung in das Bedürfen des anderen, deren Zeitigungssinn in einem Leerwerden von den eigenen Vorgriffen liegt, werde ich aber bereit für die Gabe, die im Ereignis des Sich-mir-gebens des Anderen als des Anderen liegt. Der Sinn von Sein zeigt sich als „die Gabe des ‚Gebens‘, das nur seine Gabe gibt, sich selbst jedoch in solchem Geben verbirgt und entzieht.“^[24] Im Empfangen der Gabe empfange ich zugleich mich selbst als den, dem gegeben wird. Erst in der Freigabe an das Ereignis der Gabe des anderen finde ich auch zu mir selbst, darf ich in Wirklichkeit selbst sein. Notwendig und notwendend sind Haltungen der Aufmerksamkeit, Ehrlichkeit, Aufrichtigkeit und Ehrfurcht gegenüber dem konkreten Leben. Es geht darum, bei der Wirklichkeit, beim anderen aufmerksam und liebend verweilen und bleiben zu können, auch wenn

das nicht anziehend und bestätigend ist.

Emmanuel Levinas, der französische Philosoph, schreibt in seinem Werk „Totalité et infini“^[25] über die Unendlichkeit, die uns im Antlitz des Anderen erscheint. Der Blick eines Menschen, der mich ansieht, sei er nun gleichgültig, feindlich oder freundlich, ist in keinem Fall ein Gegenstand. Etwas Unendliches, d.h. etwas Incommensurables leuchtet auf, das sich in keiner Weise als Objekt verstehen und durch eine endliche Zahl von Prädikaten definieren lässt. Im Blick des Anderen, gerade des armen Anderen erfahre ich den Anspruch: Du darfst mich nicht töten, du darfst mich nicht verachten, du musst mir helfen.

„Dein Ort ist / wo Augen dich ansehn. Wo sich die Augen treffen entstehst du. / Von einem Ruf gehalten, immer die gleiche Stimme, es scheint nur eine zu geben mit der alle rufen. / Du fielest, / aber du fällst nicht. / Augen fangen dich auf. / Es gibt dich / weil Augen dich wollen, dich ansehn und sagen dass es dich gibt.“ (Hilde Domin)^[26]

„Und weil das Auge dort ist, wo die Liebe weilt, erfahre ich, dass Du mich liebst. ... Dein Sehen, Herr, ist Lieben, und wie Dein Blick mich aufmerksam betrachtet, dass er sich nie abwendet, so auch Deine Liebe. ... Soweit Du mit mir bist, soweit bin ich. Und da Dein Sehen Dein Sein ist, bin ich also, weil Du mich anblickst. ... Indem Du mich ansiehst, lässt Du, der verborgene Gott, Dich von mir erblicken. ... Und nichts anderes ist Dein Sehen als Lebendigmachen. ... Dein Sehen bedeutet Wirken.“^[27] (Nikolaus Cusanus) Christen haben von Gott her ein Ansehen und können so dem Evangelium ein Gesicht geben. Erst von daher wird das Angesehen-Werden zu einer sittlichen Verpflichtung.

Solidarische Zeitgenossenschaft

Eine für jede Kommunikation notwendige Grundhaltung ist die Liebe zur Wirklichkeit anleiten^[28]. Es geht darum, an der Wirklichkeit dranzubleiben, ihr standzuhalten und sie als Ort der Gegenwart Gottes zu erkennen. Unter sehr unterschiedlichen

Vorzeichen gibt es zur Zeit Weltfremdlinge und Wirklichkeitsflüchtlinge. Es gibt die Lüge der Harmonie, die Flucht in die Gnosis, den bürokratischen Verrat und die dualistische Verleugnung der Liebe Gottes zur Welt. Auch die reinen Utopien setzen sich von der Gegenwart unsolidarisch ab. Vielfach ist es auch die Angst, die blind werden und Nischen suchen lässt. Die Ausreden und Strategien, nicht beim konkreten Menschen zu bleiben, sondern Wunschkörper zu suchen, sind Legion.

Zu den Grundhaltungen sozialer Berufe gehört eine wache und solidarische Zeitgenossenschaft: „Freude und Hoffnung, Trauer und Angst der Menschen von heute, besonders der Armen und Bedrängten aller Art, sind auch Freude und Hoffnung, Trauer und Angst der Jünger Christi.“ (GS 1) Bei der Wahrnehmung der Wirklichkeit darf gerade die Erfahrung des Leidens, der Trauer, der Tränen, der Aggressivität, der Verderbtheit, der Bosheit, der Gespaltenheit und des Widerspruchs nicht ausgeblendet werden. Und es braucht nicht nur das Registrieren, sondern Aufmerksamkeit. Aufmerksamkeit ist die Offenheit für andere, die Bereitschaft zu vernehmen und zu hören aus Respekt vor der Wirklichkeit. Aufmerksamkeit impliziert den Respekt vor der Würde des anderen und schließt so den Verzicht auf den Mittelgebrauch des Menschen, der Verzicht auf Verzweckung und Instrumentalisierung. „Handle so, dass du die Menschheit, sowohl in deiner Person als in der Person eines jeden anderen, jederzeit zugleich als Zweck, niemals bloß als Mittel brauchst.“ (I. Kant) Und es geht um das Eingehen in die einmalige, je unableitbare Freiheit des anderen, die freie Respektierung dieser Freiheit und letztlich die Bereitschaft, sich selbst herzugeben. Aufmerksamkeit meint Sachgerechtigkeit, Personengerechtigkeit, Zweckfreiheit und Selbstlosigkeit der Liebe. Fatal wäre ein narzisstisches Verliebtsein in das eigene Spiegelbild, ein Steckenbleiben im Saft der eigenen Befindlichkeit oder auch in der eigenen Kränkung. Entscheidend ist z.B. für Edith Stein ein Ethos der Redlichkeit und der guten Sachlichkeit, ein Verstehen geistiger Personen, das nicht gewaltsam in Strategien einordnet und unterordnet.[\[29\]](#) Es geht Edith Stein nicht um ein Wissen, das Macht bedeutet, auch nicht um ein mechanisches Anhäufen von Informationen. -

Natürlich sind Kommunikation und Gespräch kein herrschaftsfreier Raum. Da kann Helfen zur sublimen Machausübung werden und zu Abhängigkeiten führen. Und natürlich gibt es auch eine „Machtausübung der Machtlosen“.[30] Wer bekommt durch Ächtung oder Kriminalisierung von Macht und Gewalt de facto die Macht zugespielt? Die Forderung nach Verzicht auf Macht kann ein Mittel sein, eine andere durchzusetzen. Oder denken wir an Gemeinschaften: gerade die „Schwachen“, die auf Grund psychischer Probleme wenig Macht und Verantwortung übertragen bekommen, haben einen massiven Einfluss auf das Gemeinschaftsleben. Sie können die Atmosphäre dominieren, Zeiten und Räume besetzen, Energie und Aufmerksamkeit okkupieren, durch Verweigerung lähmeln, durch Herabsetzung oder üble Nachrede Menschen zerstören und unter der Hand zu den eigentlichen Chefs werden. Sozialarbeiter sollten keine Technokraten und keine Sozialingenieure sein.

Fenster der Verwundbarkeit

Ernst Bloch spricht von Kälteströmen und Kälte gegenüber den Leidenden. Kälte ist nach Theodor Wiesengrund Adorno das Grundprinzip der bürgerlichen Subjektivität, ohne das Auschwitz nicht möglich gewesen wäre.[31] Auch die Toleranz und Liberalität des bürgerlichen Subjektes ist letztlich leer. Aus der Liberalität, „aus der unterschiedslosen Güte gegen alles droht denn auch stets Kälte und Fremdheit gegen jedes.“[32] Die Apathie und Fühllosigkeit in der Wahrnehmung gegenüber Leid und Opfer, wie sie für eine imperialistische und gewalttätige Subjektivität kennzeichnend ist, ist auf Empfänglichkeit und Verwundbarkeit zu öffnen.

Gegenüber Konzepten, die Glück als Leidlosigkeit denken, mag wahre Liebe den anderen gut „leiden“. Maurice Blondel (1861-1949) sieht im Leid sogar das „Siegel eines anderen in uns... Wer an einer Sache nicht gelitten hat, kennt und liebt sie nicht. ... Der Sinn des Schmerzes liegt darin, uns das zu entschleiern, was dem Erkennen und dem egoistischen Wollen sich entzieht, und Weg zur echten Liebe zu

sein. ... Lieben heißt, das Leiden lieben, weil wir so Freude und Tun eines anderen in uns lieben: diesen in sich liebenswerten und teuren Schmerz, den alle bejahren, die ihn erfahren und ihn gegen alle Lieblichkeit der Welt nicht tauschen möchten.“[33] Die geistliche Tradition wehrt sich dagegen, dass der Mensch eigenmächtig um eines asketischen Ideals willen Leiden und Kreuz suche und ergreife. Wohl kann kein Christ völlig achtlos an der Leidensteilnahme vorübergehen und sich der Solidarität mit den Leidenden verweigern. In der Nachfolge Jesu gibt es die Zumutungen der Armut, des Unverständenseins, der alltäglichen Schmerzen, des Zerbrechens von Lebensentwürfen und Plänen, des Umsonst aller Mühe und allen Einsatzes, der Vergeblichkeit ohne spürbaren Trost. Die Nachfolge Jesu mutet auch die Erfahrung des Sterbens und sogar der Gottverlassenheit zu. Diese Erfahrungen haben nicht in sich selbst ihren Genuss und auch nicht ihr Kriterium, sondern in der Universalität von Hoffnung und Liebe, die alle Abgründe erreicht. So tragen alle Seligpreisungen einen Zugang zum Leiden, zum Geheimnis der auch im Unglück durchgehaltenen Liebe:

Wer mit Menschen arbeitet, muss diese Menschen mögen, lieben, d.h. Sorge übernehmen. Damit verbunden ist Verwundbarkeit. Das „Fenster“ der Verwundbarkeit“ war zunächst ein militärstrategischer Ausdruck. „Eine Lücke im Verteidigungssystem, eine mögliche Einbruchstelle des Gegners wird so genannt. ... Dass das Fenster geschlossen werden muss, war nicht kontrovers, es wurde nicht einmal problematisiert. ... Dass das Fenster der Verwundbarkeit offen bleiben muss - wenn wir Menschen bleiben oder es werden wollen -, scheint unbekannt zu sein. Als wollten wir uns mit aller Gewalt vom Licht abschotten. Jedes Fenster macht ja verwundbar und weist auf Beziehung, Verständigung, Mitteilung. ... Das Fenster der Verwundbarkeit ist ein Fenster zum Himmel. ... Gott macht sich in Christus verwundbar, Gott definiert sich in Christus als gewaltfrei. ... Und wenn wir das Gleichnis vom Weltgericht, in dem jedes hungernde Kind Christus ist (Mt 25) richtig verstehen, so können wir sagen: Christus ist die Wunde Gottes in der Welt.“[34]

Es gibt heute unzählige wunde Stellen, eine Welt, die blutet, in der gestritten, gelitten und gestorben wird, weltweit, wenn tausende Flüchtlinge aus Afrika nach lebensgefährlichen Überfahrten in Italien stranden, in Libyen, wenn Menschen, Frauen und Kinder gehandelt werden, hier bei uns, wenn Menschen an unheilbarer Krankheit, Überforderung und Vereinsamung leiden, in Depression und Sucht, burn out und massivem Mangel an Zeit, in Unversöhnlichkeit, Streit und Neid. Hinschauen statt wegschauen lautet die Devise: „Die Mystik der Bibel - in monotheistischen Traditionen - ist in ihrem Kern eine politische Mystik, näher hin eine Mystik der politischen, der sozialen Compassion. Ihr kategorischer Imperativ lautet: Aufwachen, die Augen öffnen! Jesus lehrt nicht eine Mystik der geschlossenen Augen, sondern eine Mystik der offenen Augen und damit der unbedingten Wahrnehmungspflicht für fremdes Leid. Dabei rechnet er in seinen Gleichnissen mit unseren kreatürlichen Sehschwierigkeiten, mit unseren eingeborenen Narzissen. Er kennzeichnet uns als solche, die ‚sehen und doch nicht sehen‘. Gibt es womöglich eine elementare Angst vor dem Sehen, vor dem genauen Hinsehen, vor jenem Hinsehen, das uns ins Gesehene uneindringbar verstrickt und nicht unschuldig passieren lässt? ‚Sieh hin - und du weißt‘.“[\[35\]](#)

Der Herr gibt den Müden Kraft (Jes 40,29)

Ohne positive Annahme der eigenen Leiblichkeit gehen die Vitalität und die Lebensfreude verloren. Eine abgestumpfte, leidenschaftslose, blutlose und kalte Beziehung zum eigenen Leib stumpft auch die Beziehung zu anderen und zu Gott ab. Achte auf dein Leibgewissen[\[36\]](#)! „Tu deinem Leib Gutes, damit deine Seele Lust gewinnt, in ihm zu wohnen.“ (Teresa von Avila) - Ulrich Niemann, Jesuit, Psychotherapeut und Theologe, beobachtet, dass fast alle Depressiven unter Bewegungsmangel leiden. Symptome für diese Leibfeindlichkeit sind Kreislaufstörungen, Schweißausbrüche, Insuffizienzgefühle, Hemmungen, Ängste,

innere Unruhe, Schlaflosigkeit, Erleichterungstrinken u. ä. Zur inneren Zufriedenheit, so eine These, gehöre auch die Einübung in bleibend körperliche Beweglichkeit und das Selbstgefühl guter körperlicher Kondition. Wer nicht geht, geht auf Dauer körperlich, psychisch und auch geistlich zugrunde.

Zum spirituellen Leben gehört so auch Freude an Bewegung, an Musik und Kunst oder auch an einem guten Essen. Wichtig ist eine Kultur des Wachens und des Schlafens (wer immer müde ist, kann nicht aufmerksam sein), zu suchen ist ein ausgewogenes Verhältnis von Bewegung und Ruhe wie auch das rechte Maß beim Essen und Trinken. Geistliches Leben braucht die Begegnung mit der Natur. Diese Begegnung kann verschüttete Dimensionen der Lebensfreude, der Ehrfurcht, des Staunens und des Lobes freisetzen. Jesus war übrigens Wanderprediger und war so in der Natur daheim. Die biblischen Orte und Landschaften, die Berge, die Seen und die Wüste sind mit in seine Beziehung zum Vater hinein genommen. Das Gehen hat sein Lebenstempo mitbestimmt. Positiv sind Haltungen gefragt, die Freude an der Schöpfung und am Leben fördern: „Wer vom Glanz der geschaffenen Dinge nicht erleuchtet wird, ist blind; wer durch dieses laute Rufen der Natur nicht erweckt wird, ist taub; wer von diesen Wundern der Natur beeindruckt Gott nicht lobt, ist stumm; wer durch diese Signale der Welt nicht auf den Urheber hingewiesen wird, ist dumm. Öffne darum die Augen, wende dein geistliches Ohr ihnen zu, löse deine Zunge und öffne dein Herz, damit du in allen Kreaturen deinen Gott entdeckst, hörest, lobest, liebest ..., damit nicht der ganze Erdkreis sich anklagend gegen dich erhebe!“[\[37\]](#)

Entscheidend ist schließlich auch die Ordnung des Lebens, verbunden mit einer rechten Setzung der Prioritäten. Franz Jalics gibt für das kontemplative Gebet im Alltag folgende Hinweise: Die erste Priorität gilt dem Schlaf. Ein unausgeschlafener Mensch kann weder in der Meditation noch bei der Arbeit wach und aufmerksam sein. Noch vor der Gebetszeit kommt als zweite Priorität die körperliche Bewegung. Dies gilt besonders für Menschen, die von Berufs wegen meist stehen oder sitzen. Die dritte Priorität ist das Gebet. Es ist empfehlenswert, feste und geschützte Zeiten, keine „Abfallzeiten“ dafür zu finden und sich eine Ecke in der Wohnung einzurichten,

die für Gebet und Meditation reserviert ist. Eine sehr wirksame Hilfe kann es sein, regelmäßig in einer Gruppe zu beten und zu schweigen. Als vierte Priorität nennt Jalics die Zeit für Gemeinschaft und Freundschaft. An fünfter Stelle steht schließlich die Arbeit, die noch immer genügend Zeit einnimmt[38].

Gebet der liebenden Aufmerksamkeit[39]

Im Gebet der liebenden Aufmerksamkeit (auch Examen, Gewissenserforschung, Auswertung) geht es um Begegnung, um Beziehung; nicht um ein Aufrechnen oder Abrechnen von Wohltaten oder Fehlverhalten, nicht um ein bloß analytisches Auseinandernehmen. Begegnung und Beziehung lebt immer in einer das Leben begleitenden Aufmerksamkeit. Liebe ist ein Phänomen der Aufmerksamkeit. Die Atmosphäre der liebenden Aufmerksamkeit ist der Atem, von dem alles Beten, jede geistliche Übung lebt. Ob man beim Gebet der liebenden Aufmerksamkeit ganz langsam im Rhythmus des Atems ein Vater unser betet, einen persönlichen Psalm verfasst, den Tag in Ruhe wie in einem Film ablaufen lässt, das Tagesevangelium noch einmal hört, ob man einfach Dampf ablässt, ob man sich bloß an das „eine Notwendige“ erinnert, einen Dankbrief schreibt, eine Seite im Tagebuch schreibt, eine schwierige Situation bewusst werden lässt, einfach still wartet... es geht um liebende Aufmerksamkeit.

Zu dieser Aufmerksamkeit gehört die Bereitschaft und Fähigkeit, die Wirklichkeit anzuschauen, wie sie ist. Also nicht nur oberflächlich registrieren, sondern von innen her, von der wirklichen Bedeutung her, von ihrem Sinn her empfinden und werten. Den Wert des Lebens kosten und die Sprache des Lebens verstehen. Die Zeichen der Zeit deuten. Staunend betrachten, wie das eigene Leben wächst, spüren, wie Glaube, Hoffnung und Liebe wachsen. Wer dies schaut, kann nicht nur uninteressierter Zuschauer bleiben, sondern muss lobend und dankend sagen, bekennen, was das, was ist, ihm bedeutet; muss im Dank die Gabe erst richtig

annehmen; muss im Lob bekennen, wie gut der ist, der das Leben gibt, der das Leben ist. Es geht also um einen Dreischritt: um die Bitte, sehen zu können (1), um den aufmerksamen Blick für die Gaben (2) und um den Dank für die Gaben (3).

Die liebende Aufmerksamkeit trägt auch drei andere Bewegungen in sich: den Wunsch, mit offenen Augen sehen zu können, was gegen die Liebe ist, den wahrhaftigen und mutigen Blick darauf und das beschämte und dankende Sich-Überlassen an die Barmherzigkeit Gottes. Es soll also auch das Realitätsbedürfnis durchbrechen. Die Wahrheit macht frei. Der Realismus lässt auch das Negative sehen, das verzerrte, zerstörte Antlitz, die kleinen Gehässigkeiten, Lieblosigkeiten, Unaufmerksamkeiten, Heucheleien, Lügen, bösen Worte, die Lebenslüge, den Hass. Wenn einer dies innerlich verspürt, dann wächst die Bitte um Verwandlung des Herzens, um Zerknirschung, um Beschämung, um Sensibilisierung. Maßstab ist nicht das eigene Versagen, sondern die Barmherzigkeit der verzeihenden Liebe. In der Logik dieser Liebe liegt der Wunsch, ein der Verzeihung entsprechendes neues Leben führen zu können. „Sich mit seiner Gnade Besserung vornehmen“ (Ignatius). Schließlich geht es um ein Ausschauen, worin die Möglichkeiten neuen Lebens, das der Liebe entspricht, liegen können.

Selbstverwirklichung und Selbstlosigkeit

„Ein Gott, der die 'Identitätssuche' als eine egoistische, nervöse, ja parasitäre Schikane der Psychoanalyse lächerlich macht und moralisch verbietet, ist weder der Schöpfer der Welt noch der Vater Jesu Christi, er ist ein Überichdämon, ... man trägt zum Glück anderer Menschen gerade so viel bei, als man selber an Glück sich erworben hat.“^[40] Dem hält Johann Baptist Metz entgegen: „Für mich, den politischen Theologen, wirkt die ... tiefenpsychologische Theologie zu unpolitisch, genauer: zu ich-verliebt; sie erweist sich für mich am Ende als jener Narzissmus, für dessen Therapie sie sich ausgibt. Sie suggeriert dort religiöse Tiefe im Ich,

traumverschlüsselte Abgründe, wo in Wahrheit so lange Flachheit und schiere Untiefe herrschen, als dieses Ich sich nicht an den Anderen, mit den Anderen, für Andere erfährt und bewährt.“ Metz differenziert die Subjektwerdung in der politischen Theologie vom tiefenpsychologischen Ich, „soweit dieses (tiefenpsychologische) Ich sich in seiner Identität vor den Anderen und ohne die Anderen begreift.“^[41] Subjektwerdung hingegen könnte letztlich nur in kritischer Solidarität mit den Leidenden, mit dem Gesicht zu den Opfern gewendet, sich realisieren.

Nach Bonaventura (ca. 1217-1274) ist Gott als das höchste Gut kein monologischer Block, sondern er teilt sich auf vollkommenste Weise mit^[42]. Die trinitarische Liebe verbindet höchste Mitteilsamkeit und Selbstlosigkeit mit persönlichem Selbstsein, höchste Gleichinnerlichkeit mit Sendung nach außen, Freiheit mit Gratuität und Interesselosigkeit. Liebe ist - so formuliert es der Tübinger Theologe Eberhard Jüngel - "das Ereignis einer inmitten noch so großer und mit Recht noch so großer Selbstbezogenheit immer noch größeren Selbstlosigkeit.“^[43] So wäre Liebe ohne irgendeine Weise der Selbstbezogenheit ebenso eine Abstraktion und auch eine Verfälschung wie Liebe ohne immer noch größere Selbstlosigkeit im Selbstbezug. Die innergöttliche Selbstbezogenheit, die Liebe ist, ereignet sich als Bezogenheit Gottes auf den Menschen. In Jesus Christus begegnet Gott als einer, der sich wahrhaft und bedingungslos der Schöpfung zuwendet. Der Mensch als Adressat der Selbstmitteilung Gottes wird in diesem Ereignis nicht aufgelöst, sondern kommt zu sich selbst. Gott ist nicht einer, der tötet, um selber lebendig zu werden, der alles Endliche ‚vampirhaft‘ in sich aufsaugt und verschlingt. Es ist dem christlichen Glauben eigen, dass der Mensch sich von Gott unbedingt erwünscht weiß (1 Joh 4,1; 2 Kor 1,20). Sich selbst von Gott lieben zu lassen, befreit aus dem Teufelskreis der Selbstüberhebung und der Selbstverachtung, befreit vom Gotteskomplex und vom Mittelpunktwahn. Der Mensch wird zur Annahme seiner Endlichkeit und Sterblichkeit befreit. So darf das Selbst-Werden nicht als Sünde diffamiert werden. Selbstrealisation der menschlichen Freiheit ist im Spiegel der Gottebenbildlichkeit des Menschen zu deuten. - Zugleich vollzieht sich in Jesus Christus die liebende

Öffnung und Beziehung des Menschen zum unendlichen Geheimnis. In Jesus ist menschliche Freiheit und Selbstbezogenheit die je größere Selbstlosigkeit, die sich in Gott hinein verliert und aus diesem Sich-selbst-Lassen je neu empfängt. Selbstverwirklichung im Glauben vollzieht sich in der liebenden Begegnung mit der personalen Liebe des je größeren Gottes. Selbstfindung im Glauben ist ein dialogischer Prozess der bedingungslosen Annahme, der Vergebung, der Umkehr, des Loslassens und des Hörens. Liebe befreit von der Sünde als „*incurvatio in seipsum*“ (Einkrümmung in sich selbst). Gnade ist nicht Alibi für Trägheit oder Verweigerung, sie befähigt zur Annahme und zur Verwirklichung der Charismen und Talente (Mt 25,14-30). Der Weg der christlichen Liebe geht den Weg zum Anderen, den Weg der Proexistenz, der Solidarität, des Dienstes, des Verzichts, des Leidens um des Reiches Gottes willen. Nachfolge Jesu lässt Wünsche, Pläne, Ängste und Sorgen, ja sich selbst zurücktreten (Mk 8,34). Von Jesus her steht die Selbstlosigkeit aber nicht im Dienst des Nihilismus oder auf der Opferliste eines dämonischen Gottes. Nachfolge Jesu ist kein Moralismus zur Potenz; sie wurzelt in der Freundschaft mit Jesus und in der Faszination am Reich Gottes. Eine solche Liebe als Übersteigen und Verschenken ist höchstes Engagement von Freiheit und nicht deren Auslöschung. Von der Menschwerdung Jesu und von seinem Tod her realisiert sich gelungenes menschliches Leben in der Schwebe und auch in der dramatischen Spannung zwischen Freiheit, Selbstannahme und Selbstlosigkeit. Selbstverwirklichung, Nächstenliebe und Gottbegegnung sind christlich gesehen sicher unterschieden, aber ein einziger Vorgang. Die Wahrheit dieses Vorgangs steht und fällt, ob alle drei Aspekte realisiert werden (Mk 12,28-34; Mt 22,34-40; Lk 10,25-28). Selbstlosigkeit im Sinne von Hören und Warten, von Offenheit und Gastfreundschaft, im Sinne von Hingabe, auch im Sinne des versöhnenden Ganges in die Fremde hat von der Schrift her einen eminent positiven Wert. Freilich ist das kein schmerzfreies und harmonisches Pendeln zwischen den Polen. In der Tradition Jesu bedeutet der Tod Leben (Joh 12,24-26), Selbstverleugnung wird zu Selbstgewinn (Mt 16,24-28), in der Armut liegt der Reichtum (2 Kor 8,9) und im

Schmerz verbergen sich Gnade und Freude (Mt 5,3-12). Dabei geht der Mensch durch die Krise der Läuterung seiner Motive, Antriebe und Vorurteile, von ihm ist die Bereitschaft zur ständigen *conversio* gefordert. Die Nachfolge Jesu schließt Wagnis und Dramatik mit ein. Das Selbst kann dabei nicht von einem ewigen und unverwundbaren Kern ausgehen. Jesus ist nicht Siegfried. Seine Liebe lotet die Abgründe des Menschen aus. Gerade in der Gottverlassenheit Jesu am Kreuz (Mk 15,34-37) ereignet sich Gott als Liebe.

Aporien

Auf der Flucht vor sich selbst: Seit Jahrzehnten wird von der Überwindung der Entfremdung, von Selbstfindung, Subjektivität, Identitätsbildung und auch Selbstverwirklichung gesprochen. Und doch haben viele eine riesige Angst vor dem Ich, sie gehen auf im Man, in der Rolle, sie schwimmen in der Masse mit. Die Kehrseite der fixierten Suche nach sich selbst ist die neurotische Flucht vor sich selbst. Wie kaum ein anderer hat Søren Kierkegaard (1813-1855) dieses Phänomen beschrieben. Er spricht von der „Krankheit zum Tode“. Dieses Wort ist dem Johannesevangelium entnommen. Dort ist von einer Krankheit die Rede, die nicht zum Tode führt (11,4). Was ist damit gemeint? Dem Menschen steht die Möglichkeit offen, sich grundsätzlich dem Leben zu verweigern und so endgültig auf den Tod zu fixieren. Kierkegaard nennt dabei grundsätzlich zwei Möglichkeiten der Verzweiflung: „Sünde ist: dass der Mensch vor Gott verzweifelt nicht er selbst sein will oder dass er vor Gott verzweifelt er selbst sein will.“^[44] Die Verzweiflung, nicht selbst sein zu wollen, wird sehr unterschiedlich gelebt: Der Mensch ist vielleicht unbewusst auf der Flucht in Utopien oder Träumen, in reiner Offenheit, in realistischer Borniertheit oder auch in ideologischer Fixiertheit. Bei dieser Flucht, kein Selbst sein zu wollen, wird das Niederhalten der Wahrheit zum bewussten Programm. Aus einem Ressentiment sich selbst gegenüber entspringt das Ressentiment und der Zynismus gegen andere.

Das meint Kierkegaard mit der Verzweiflung über das Irdische. Menschliches Leben als solches, Endlichkeit als solche ist Verzweiflung. Die Verzweiflung liegt wohl am Irdischen, aber mehr noch am Ewigen, nämlich an der Unmöglichkeit, es je zu erreichen. Diese Verzweiflung als Flucht-Gestalt kennt kein Vertrauen und keine Vertrauten, sie ist verschlossen. Solche quälend-verquälte Verschlossenheit kennzeichnet das Dämonische. In der Verweigerung der Endlichkeit, die zugleich ein bleibender Trotz und Protest gegenüber Gott ist, wird auch jede Erlösung verweigert, um eine bleibende Anklage gegen den Herrn der Welt zu bilden.

Selbstverwirklichung durch Abgrenzung?[\[45\]](#) Der Mensch ist Person, die Freiheit und damit Selbststand und Selbstbestimmung besitzt. Dies bedeutet, dass der Mensch nicht auf etwas anderes, sei es auf die Gesellschaft, auf das wirtschaftliche oder technologische System hin funktionalisiert werden darf. Insofern ist Selbstverwirklichung ein kritischer Begriff gegenüber Entfremdungsformen, Ausbeutung, Bürokratie, Instrumentalisierung, Verdinglichung oder Fetischismus der Ware. Die Sehnsucht nach Selbstverwirklichung kommt aus der Hoffnung, dass das Ich mehr ist als das Produkt der Masse, mehr auch als die soziale Rolle. Diese Sehnsucht kommt aus der Erfahrung, dass gesellschaftliche oder ökonomische Entwürfe im Hinblick auf Sinn zu kurz greifen.

Es gibt aber auch die Kehrseite von Emanzipation und Autonomie: Eine Sackgasse ist es, wenn Beziehungen und Bindungen von vornherein als entfremdend gewertet werden, wenn Gnade als Bedrohung, wenn Verdanken unter einem rein negativen Vorzeichen steht: „Ein Wesen gibt sich erst als selbständiges, sobald es auf eigenen Füßen steht, und es steht erst auf eigenen Füßen, sobald es sein Dasein sich selber verdankt. Ein Mensch, der von der Gnade eines anderen lebt, betrachtet sich als ein abhängiges Wesen.“ (Karl Marx, 1818-1883)[\[46\]](#) Von da her wäre Selbstverwirklichung nur durch eine egologischen Reduktion zu finden. Der andere und die Gabe seiner Freiheit stehen unter dem Vorzeichen der negativen, zu überwindenden Abhängigkeit. Freiheit ist Sich-Losreißen. Anerkennung und Liebe wären grundsätzlich ausgeblendet. Das Selbsterhaltungs-Ich zeichnet sich durch

Misstrauen, Rationalität, Kontrolle und Kritik aus. Eine Selbstverwirklichung, die alles andere als Hemmung, Begrenzung, Behinderung, Bedrohung und Feind seiner selbst verdächtigt, landet in der Vereinzelung. Selbstverwirklichung ist auch nicht machbar. Das Individuum „erfährt den Doppelsinn, der in dem lag, was es tat, nämlich sein Leben sich genommen zu haben; es nahm sich das Leben, aber vielmehr ergriff es damit den Tod.“ (Georg F.W. Hegel, 1770-1831)[\[47\]](#) Das Selbst kann wie das Glück oder die Anerkennung durch andere nicht produziert oder garantiert werden. Es ist nicht das direkte lineare Ergebnis unserer Interessen und Wahrnehmungen. Selbstverwirklichung ist wesentlich ein Nebenprodukt unserer Aktivitäten. Das Selbst lässt sich nur in einer Art von Selbstvergessenheit erlangen, in der Konzentration auf anderes, in der Hingabe für andere.

Falsche Selbstlosigkeit: „Ihr drängt euch um den Nächsten und habt schöne Worte dafür. Aber ich sage euch: eure Nächstenliebe ist eure schlechte Liebe zu euch selber. Ihr flüchtet zum Nächsten vor euch selber und möchtet euch daraus eine Tugend machen: aber ich durchschaue euer ‚Selbstloses‘. ... Der eine geht zum Nächsten, weil er sich sucht, und der andere, weil er sich verlieren möchte. Eure schlechte Liebe zu euch selber macht euch aus der Einsamkeit ein Gefängnis.“[\[48\]](#)

Friedrich Nietzsche (1844-1900) entlarvt den falschen und kranken Altruismus: Das Dasein für die anderen entartet zu einem Verzehren und Verbrauchen der anderen für sich selbst. Nach außen hin wird ein scheinbarer Altruismus (für Kinder, Familie, Partei, Gruppe, Kirche) zelebriert. Ein solches Opfer ist aber keine wirkliche Selbstlosigkeit, sondern Instrumentalisierung der anderen. In der scheinbaren Selbstlosigkeit drängt sich der Mensch verkrampt und krankhaft um den Nächsten. Er missbraucht den Nächsten als Exil für das eigene Ich, um der eigenen Einsamkeit zu entkommen. Das konkrete Du interessiert dabei allerdings nicht. Die Flucht zum Nächsten ist nur die Kehrseite der Leere, der Destruktivität und des Nihilismus.

Schluss

Selbstannahme und Selbstverwirklichung ist keine idealisierende und harmonische Realisation der Freiheit. Selbstverwirklichung und Selbstlosigkeit sind nicht zwei Teile einer Kugel, die glatt zusammenpassen. Unter den Bedingungen der konkreten Unversöhnlichkeit und auch Fremdheit, unter den Bedingungen der Sünde, ist die Vermittlung nicht ein sanftes, konfliktfreies, schmerzfreies Unternehmen. Eine solche Fiktion würde vor der Härte der Realität flüchten und die unterschiedlichen Kräfte wie auch Mängel in sich selbst nicht wahrnehmen. Es wäre naiv, in uns selbst nur den heilen paradiesischen Kern, nicht aber den inneren Schweinehund zu sehen. Die Kartographie der Biographie zeigt ja nicht bloß blühende Gärten, sondern auch karges Land, unbesiedelte Gebiete, Enttäuschung, Aggression und Angst.

Johannes Tauler bringt in seinen Predigten eine Deutung, wie auch mit Fehlern, Schwächen und Mängeln fruchtbar umzugehen ist: „Das Pferd macht den Mist in dem Stall, und obgleich der Mist Unsauberkeit und übeln Geruch an sich hat, so zieht doch dasselbe Pferd denselben Mist mit großer Mühe auf das Feld; und daraus wächst der edle schöne Weizen und der edle süße Wein, der niemals so wüchse, wäre nicht der Mist da. Nun, dein Mist, das sind deine eigenen Mängel, die du nicht beseitigen, nicht überwinden noch ablegen kannst, die trage mit Mühe und Fleiß auf den Acker des liebreichen Willens Gottes in rechter Gelassenheit deiner selbst. Streue dei-nen Mist auf dieses edle Feld, daraus sprießt ohne allen Zweifel in demütiger Gelassenheit edle, wonnigliche Frucht.“[\[49\]](#)

So sind auch die real existierenden Gemeinschaften kein idealistisches Paradies. Die ideale Kommunikation gehört dem Gespensterreich an. In der konkreten Wirklichkeit gibt es gestörte, zerstörende und zerstörte Beziehungen, Behinderungen, Belastungen, Kränkungen, Machtverhältnisse im Miteinander. Da ist die Sehnsucht nach Beheimatung und da ist die Beziehungslosigkeit in der Realität. Oder noch schlimmer: die anderen sind die Hölle. Die neurotischen Verzerrungen und Behinderungen sind bei Paulus Material der Communio. Er röhmt sich seiner

Schwächen (2 Kor 12,9; 1 Kor 1,18-31). Es wäre gerade die Herausforderung, mit den Licht- und mit den Schattenseiten, mit den Rosen und Neurosen beziehungsreich umzugehen. „Ich bin gewiss: Weder Tod noch Leben, weder Engel noch Mächte, weder Gegenwärtiges noch Zukünftiges, weder Gewalten der Höhe oder Tiefe noch irgendeine andere Kreatur können uns scheiden von der Liebe Gottes, die in Christus Jesus ist, unserem Herrn.“ (Röm 8,38f)

- [1] Gottfried Bachl, Der schwierige Jesus, Innsbruck-Wien 1994, 105-106.
- [2] Ovid, Metamorphosen, III. Buch, Vers 348.
- [3] Zitiert nach: Gunda Schneider-Flume, Narzismus als theologisches Problem, in: ZThK 82 (1985) 88-110.
- [4] Sigmund Freud, Zur Einführung des Narzissmus, in: Gesammelte Werke X,135-170.
- [5] Ferdinand Ulrich, Sprache der Begierde und Zeitgestalten des Idols, in: Bernhard Casper (Hg.), Phänomenologie des Idols, Freiburg i. B. – München 1981, 133- 269, hier 152.158.241f.
- [6] Theodor W.Adorno, Mimima Moralia. Reflexionen aus dem beschädigten Leben, in: Gesammelte Schriften Band 7, Frankfurt a.M. 1980, 72.
- [7] Richard Sennett, Der flexible Mensch. Die Kultur des neuen Kapitalismus, Berlin 1998.
- [8] Hugo von St. Viktor, Über die Meditation (Sources Chrétiennes 155), Paris 1969, 58.
- [9] Weisung der Väter. Apophthegamata Patrum, auch Gerontikon oder Alphabeticum genannt (Einl. W. Nyssen, Übers. B. Miller) Trier 1980, 237.
- [10] Gerhard Bunge, Akedia. Die geistliche Lehre des Evagrius Pontikos (= Koinonia 9) Köln 1983.
- [11] Evagrius Ponticus, Über die acht Geister der Bosheit, übersetzt von St. Schiwietz, in: Das morgenländische Mönchtum II, Mainz 1913. PG 79, 1145-1164. hier 1160.
- [12] Johannes Cassian, Spannkraft der Seele. Einweisung in das christliche Leben I (Ausgewählt, übertragen und eingeleitet von Gertrude und Thomas Sartory, Freiburg i. B. 1981, 82f.
- [13] Gregorius Magnus, Moralia sive Expositio in Job (ed. Adriaen), in: CCL CXLIII, CXLIIIA; CXLIIIB (1979-1985).
- [14] Athanasius, Das Leben des heiligen Antonius (übersetzt von H. Mertel), Kempten 1917, VI, 38.
- [15] Sören Kierkegaard, Die Krankheit zum Tode (Ges. Werke 24./25. Abt.) Düsseldorf 1967, 75.
- [16] Simone Weil, Cahiers/ Aufzeichnungen 1. Bd. Hg. u. übers. Von E. Edl und W.

- Matz, Paris 1970, München-Wien o.J. 289.
- [17] Simone Weil, Cahiers 1, 290.
- [18] Simone Weil, Cahiers 1, 311-313.
- [19] Weisung der Väter. Apophthegamata Patrum, auch Gerontikon oder Alphabeticum genannt (Einl. W. Nyssen, Übers. B. Miller) Trier 1980, Nr.166.
- [20] Johannes vom Kreuz, Die lebendige Flamme (SW 4) Einsiedeln 1964, 3,33.
- [21] Simone Weil, Aufmerksamkeit für das Alltägliche. Ausgewählte Texte zu Fragen der Zeit. Hg. und erl. von O. Betz, München 1987, 61.
- [22] Simone Weil, Réflexions sur le bon usage des études scolaires en vue de l'amour de Dieu, in: Attente de Dieu, Paris 1950, 71-80.
- [23] Bernhard Casper, Das Ereignis des Betens. Grundlinien einer Hermeneutik des religiösen Geschehens, Freiburg/München 1998, 26.
- [24] Martin Heidegger, Vier Seminare, Frankfurt 1977, 102; Jean-Luc Marion, Réduction et donation. Recherches sur Husserl, Heidegger et la phénoménologie, Paris.
- [25] Dt. Totalität und Unendlichkeit. Versuch über die Exteriorität. Übersetzt von W.N. Krewani, Freiburg/ München 1987.
- [26] Hilde Domin, Wer es könnte. Gedichte, Hünfelden 2000, 17.
- [27] Nikolaus von Kues, De visione Dei/Die Gottesschau, in: Philosophisch-Theologische Schriften, hg. und eingef. Von Leo Gabriel. Übersetzt von Dietlind und Wilhelm Dupré, Wien 1967, Bd. III, 105-111.
- [28] Sehr empfehlenswert dazu Willi Lambert, Aus Liebe zur Wirklichkeit. Grundworte ignatianischer Spiritualität, Mainz 1991.
- [29] Edith Stein, Die Frau. Ihre Aufgabe nach Natur und Gnade. Werke V, hg. von L. Gelber und R. Leuven, Freiburg / Louvain 1959, 74; Elisabeth Endres, Edith Stein. Christliche Philosophin und jüdische Märtyrerin, München 1987; Hanna-Barbara Gerl, Unerbittliches Licht. Edith Stein: Philosophie-Mystik-Leben, Mainz 1991.
- [30] Vgl. Arnold Gehlen, Anthropologische und soziale Überlegungen zum Problem der Autorität, in: Gesamtausgabe, Bd. 7, hg. von K.-S. Rehberg, Frankfurt a. M. 1978, 486.
- [31] Theodor W. Adorno, Negative Dialektik, in: GW 6, hg. von Rolf Tiedemann, Frankfurt a. M. 1970, 340. Vgl. auch 355f.
- [32] Vgl. dazu Theodor W. Adorno, Minima moralia. Reflexionen aus dem beschädigten Leben (GW 4, hg. von R. Tiedemann), Darmstadt 1998, 86.
- [33] Maurice Blondel, Die Aktion. Versuch einer Kritik des Lebens und einer Wissenschaft der Praktik, Freiburg/ München 1965, 405f.
- [34] Dorothee Sölle, Das Fenster der Verwundbarkeit. Theologisch – politische Texte, Stuttgart 1987, 7-9.
- [35] Johann Baptist Metz, Mit der Autorität der Leidenden. Compassion – Vorschlag zu einem Weltprogramm des Christseins, in: Feuilleton-Beilage der Süddeutschen Zeitung, Weihnachten 1997.
- [36] Vgl. dazu Willi Lambert, Mit allen Kräften beten - Gebetsweisen nach Ignatius II, in: Korrespondenz zur Spiritualität der Exerzitien 47 (1982), 77-79; ders., Beten im Pulsschlag des Lebens, Freiburg 1997.
- [37] Bonaventura, Itinerarium mentis in Deum I,15 (Opera omnia V,299).
- [38] Franz Jalics, Kontemplative Exerzitien. Eine Einführung in die kontemplative Lebenshaltung und in das Jesusgebet, Würzburg 1994, 364-366.
- [39] Vgl. dazu Willi Lambert, Mit allen Kräften beten- Gebetsweisen nach Ignatius, in: Korrespondenz zur Spiritualität der Exerzitien 46/47 (1981/82); ders., Gebet der liebenden Aufmerksamkeit - zur Gewissensprüfung nach Ignatius, in: Korrespondenz zur Spiritualität der Exerzitien 38 (1978).

- [40] Eugen Drewermann, Kleriker. Psychogramm eines Ideals, Olten/ Freiburg i. B. 1990, 693.
- [41] Johann B. Metz / Tiemo R. Peters, Gottespassion. Zur Ordensexistenz heute, Freiburg 1991, 39f.
- [42] Bonaventura, Itinerarium mentis in Deum VI,2.
- [43] Eberhard Jüngel, Gott als Geheimnis der Welt. Zur Begründung der Theologie des Gekreuzigten im Streit zwischen Theismus und Atheismus, Tübingen 1977, 434.
- [44] Søren Kierkegaard, Die Krankheit zum Tode (Ges. Werke Abt. 24 und 25), Düsseldorf 1957, 75.
- [45] Vgl. Michael Theunissen, Selbstverwirklichung und Allgemeinheit. Zur Kritik des gegenwärtigen Bewusstseins, Berlin/ New York 1982.
- [46] Karl Marx, Ökonomisch-philosophische Manuskripte (1844), in: MEW Ergänzungsband (Schriften bis 1844), 544.
- [47] Georg F.W. Hegel, Phänomenologie des Geistes, WW (Glockner) 2, 282.
- [48] Friedrich Nietzsche, Von der Nächstenliebe, in: Also sprach Zarathustra (WW II), 324f.
- [49] Johannes Tauler, Predigten Bd. 1. Vollständige Ausgabe. Übertr. und hg. von G. Hofmann. Einf. von A.M. Haas, Einsiedeln 1979, 43.