können! Erfleht uns von Gott die Gabe des Humors, damit wir uns selber nicht so wichtig nehmen. Die Theologen unter euch lachen heute über ihre eigenen Irrtümer, die Politiker unter euch über die eigenen Fehler. Alles das zählt nicht mehr, nur noch die Gottesliebe, die in euch auf Erden glühte und die jetzt in der Ewigkeit ohne jede Schlacke und ohne jeden Rauch in reiner Flamme brennt. Erfleht uns, die wir lehren und erziehen müssen, von Gott die Gabe des *ridendo dicere,* die Fähigkeit, die Wahrheit lachend zu sagen. Erfleht uns, die wir in allen möglichen Verhältnissen mit anderen Menschen verkehren müssen, die Gnade, einen Spaß zu verstehen, damit wir ein wenig Glück kennen im Leben und anderen davon mitteilen. Wir lachen so gern, Ihr wißt es, denn Ihr wart einmal, was wir sind. Manchmal ist uns mehr zum Weinen zumute, weil wir nicht so viel wissen wie Ihr jetzt wißt. Wir hoffen nur, und dazu müßt Ihr uns helfen, daß wir einmal werden, was Ihr seid. Dann können wir mit Euch zusammen herrlich lachen in Gott, der alles ist und in allem und also auch ein Lachen und im Lachen, ein Lachen in Ewigkeit.

Engagierte Gelassenheit

Aurelius Schumann OP, München

I. Der überforderte Mensch

Ein Bekannter meinte jüngst auf die Frage, wie es ihm ergehe: „Wir überleben!" – In der Tat, um die Umwälzungen in Familie, Gesellschaft und Kirche unserer Tage durchzustehen, tut Gelassenheit not: Engagierte und doch nüchterne Sachnähe bei kritischer Distanz.

„Ein frommer Wunsch, mein Lieber, um nicht zu sagen, eine Utopie", konterte mein Gesprächspartner. „Überall stoßen wir an Mauern und Grenzen, die uns vom an sich gesollten Guten zu trennen scheinen und die wir doch nicht überspringen können. Sehen Sie, so eine Frau wie die meine lebt doch bloß in der Hoffnung, daß der Tag vorübergeht und die Kinder ins Bett gebracht werden können; einfach weil ihr die Kraft fehlt, immer beherrscht, gelassen, klug und überlegt Mann und Kindern gegenüber zu reagieren, so wie sie es selber möchte. Wenn einmal die Kinder groß sind, so meinen wir immer, dann wird es besser. – Und ich? Meine Frau klagt,

Du bist immer so nervös, schläfst unruhig. Die Kinder dürfen Dich nicht belästigen. Ach, wie war das doch am Anfang unserer Ehe noch so schön!"

Resignation? Oder unerlaubte Flucht in Zukunft oder Vergangenheit – mitunter vielleicht sogar legitim, wenn ein solcher Ausblick uns Distanz verschafft, um unsere grundsätzliche Sisyphus-Situation zu durchschauen.

Trotz aller psychologischen und pädagogischen Kenntnisse hat diese Frau Schwierigkeiten mit ihren Kindern. Sie fühlt sich ständig überfordert. Und er? Gewiß, die Arbeitszeit ist kürzer und die Freizeit nominal länger geworden. Aber er muß das gleiche Pensum an Arbeit in die restlichen Stunden pressen. Als Beamter etwa bedrängt ihn der ständige Wust von zu rasch durchgepaukten Gesetzen; da diese oft zu wenig durchdacht sind, kommt ein weiterer Wust von Ausführungsbestimmungen hinzu und ergänzenden Gesetzesnovellen. So erfordert der Reformwille eines Parlaments, das wiedergewählt werden und Erfolge aufweisen will, bei ihm noch intensivere Arbeit und Überstunden. Dies wiederum bewirkt größere Ermüdung und Unrast. So erlebt es ein Beamter, dessen Stand man doch ein ruhiges Dasein nachsagt.

Kein Wunder, wenn solche Menschen allergisch reagieren auf religiöse Rezepte, dergestalt: „Übe Gelassenheit – überprüfe deine Grundhaltung zu Zeit und Ewigkeit! Nimm dich nicht so wichtig! Laß ab von einem Streben nach Erfolg, welches dich um dessen Genuß bringt." Unsere Gläubigen wissen durchaus, daß oft ein weniger mehr wäre, daß die frommen Ratschläge richtig sind, aber utopisch wirken: „Machen Sie erst einmal unser Leben mit, dann reden Sie bestimmt anders."

Ähnlich mit Affekten überbesetzt wirken im kirchlichen Bereich engagierte Gläubige: „Haben es die unschuldigen Kinder doch gut gehabt, die mußten all die vielen Neuerungen nicht mitmachen."

Gerade wir religiösen Menschen neigen zu unsachlichem Nörgeln aus Mangel an Gelassenheit. In irgendeiner Weise sind wir alle Idealisten, müssen es sogar sein, also etwas anstreben, was noch nicht ist, die sündige Welt – und das ist für uns meistens der „andere" – die im argen liegt, zum Guten und Besseren wenden.

Wer so nach dem Himmel strebt, hat unausweislich doch eine „heile Welt" im Auge. Idealisten aber werden leicht böse und ungelassen, wenn die Wirklichkeit sie widerlegt, sie erfahren läßt, daß diese Welt ihre eigenen Imperative hat, ihre eigene geschichtliche Logik, die dem Wunschdenken nicht selten zuwiderläuft, wenn nicht gar vom Teufel übermächtigt erscheint. Weil wir ständig durch die Ereignisse eines anderen belehrt werden – letztlich von Gott, der sagt: „Meine Gedanken sind nicht eure Gedanken, meine Pläne nicht eure Pläne" (Is 55, 5) –, werden wir nervös, intolerant und das oft sogar im Namen Gottes (vgl. Jo 16, 2).

Der weise Rat des gelassenen Gamaliel wäre die Lösung: Was von Gott stammt an Neuem, können und dürfen wir nicht zerstören wollen; was Menschenwerk ist, wird von selbst zugrunde gehen (vgl. Apg 5, 38 f.). Sein Rat wurde und wird wenig befolgt.

Paulus unterläuft den nun einmal vorhandenen täglichen Streit seiner Zeit, die Spannung und Aufregung, indem er so etwas wie das Hohelied vom gelassenen Menschen singt: „In Drangsalen, Nöten, in Ängsten ... bei Ehre und Schmach, bei Lästerreden und Lobsprüchen, als Schwindler betrachtet, und doch wahrhaftig ... als Sterbende; doch siehe, wir leben, als Geschlagene, doch nicht getötet, als Trauernde, doch allzeit fröhlich, als Arme, doch viele reich machend" (2 Kor 5, 8; vgl. 4, 7 ff.). Offenbar besingt er die Realität gottgegebener Gelassenheit trotz täglicher Bedrängnis, weil er sich in einer erlebnis-jenseitigen Ruhe Gottes geborgen weiß. Es gibt ein erfahrbares Gelingen des Lebens – trotz aller Unvollständigkeit und Spannung – durch den, der sagt: „Meine Gnade genügt Dir", denn die Kraft kommt in der Schwachheit zur Vollendung (2 Kor 5, 9).

II. Dialektisches Grundverhältnis zur Welt

Die hier von Paulus in seiner Zeit erlebte Beziehung zum Geschaffenen umschreibt Teilhard de Chardin als leidenschaftliche Unbeteiligtheit. „... Alles ist mir alles, und alles ist mir nichts; alles ist mir Gott und alles ist mir Staub"[1]. Weder weltfremde Spekulation oder Resignation, noch Naivität, sondern die Summe eines intensiv gelebten Lebens steht hinter dieser dialektischen Redeweise. Wenigstens grundsätzlich bleibt er bei dem schwer zu definierenden Ineinander von Solidarität und Distanz, von leidenschaftlichem Sicheinlassen auf das Geschaffene und gleichzeitigem Transzendieren desselben. Gerade darin aber, so wird heute etwas vereinfachend eingewandt, wurzle die derzeitige Krise des Christentums, weil ein solches „J-ein" zur Welt nicht mehr unterzubringen sei in unserer Lebenserfahrung[2].

Statt auf begriffliche Erörterungen einzugehen, was denn bei Kritikern wie traditionellen Verfechtern des Weltbezugs mit den Worten Dialektik, Transzendenz und Immanenz genauerhin gemeint sei, befragen wir gleichsam als Gegenprobe die eingangs erwähnte alltägliche Not des heutigen Menschen. Warum gibt es diese grundsätzliche Sisyphussituation? Warum lautet die Antwort unserer Freunde auf die Frage, wie es ihnen ergehe, „wir überleben" – Folge der Hektik, des täglichen Ärgers und des unter der Decke schwelenden Sich-überfordert-Fühlens?

---

[1] Teilhard de Chardin, *Der göttliche Bereich*, Freiburg, Olten 1962, 138.
[2] H. J. Schultz, *Jenseits des Weihrauchs*, Olten 1966, 48, u. a.

Wir sind gewiß im Vergleich zur Zeit der Leibeigenschaft und Inquisition gesellschaftlich Befreite, haben viele, wenn nicht alle Freiheiten erreicht, um die Generationen vor uns gekämpft haben. Und doch wirken wir unfrei, verkrampft, ungelassen, eingezwängt in ein Netz von Notwendigkeiten einer emanzipierten Wettbewerbsgesellschaft. Zwar ist die weltengagierte Solidarität im Wachsen begriffen; immer mehr wird uns bewußt, wie sehr einer vom anderen lebt und sich durch den anderen entfaltet. Das gilt im weitesten Sinn vom Verhältnis des Christen zur Welt. Aber gilt nicht zugleich auch das dialektische Gegenteil? Wo Leben ist, wird immer irgendwie getötet, immer lebt einer auch auf Kosten des anderen; wo einer sein Glück sucht, macht er andere leiden, wo man liebt und geliebt wird und sich so engagiert, bringt die Liebe Leid oder erweist sich nach dem Lebensgefühl vieler gar als eine „Falschmeldung der Natur" (Françoise Sagan). Offenbar übersteigt das Humane am Humanismus die Kräfte des Menschen (Schillebeeckx). Offensichtlich hält dieser das Staubsein, die erfahrene Nichtigkeit des Geschaffenen nur aus, wenn er die Erde liebt und genießt, aber sich nicht in ihr begrenzt, wie dies nach Teilhard der Heide tut[3].

Auch der Christ liebt die Erde, auch er will gesund, erfolgreich und glücklich sein und in der Barbarei einer Profitgesellschaft nicht verlernen, sich der Erdengüter zu erfreuen. Aber er kann dies nur, indem er sich läßt. Für ihn ist die eine Liebe keine Falschmeldung der Natur, weil er ihr Staubsein immer schon transzendiert: „Insofern das Glück dieser Welt eine gewisse Unendlichkeit erschauen läßt, ist es nicht Trug der Sinne, Fata Morgana, Schleier der Maya, sondern Offenbarung der tiefsten Wirklichkeit" („alles ist mir Gott" [Teilhard]), weil diese mit keiner weltlichen Situation völlig identisch ist („alles ist mir Staub"), sondern zugleich immanent und transzendent[4]. Der gelebte Weltbezug, letztlich nichts anderes als Teilnahme am Tod- und Auferstehungsmysterium Jesu, ist wenigstens dem Erleben nach ein anderer in der Phase des Don Juan als im Engagement des Liebenden. Voneinander wiederum unterscheiden sich die Weltzuwendung, solange diese Liebe noch eine Projektion zu nennen ist (du bist ich) oder Teilnahme am universalen Eros, in welcher der an menschliche Liebe Glaubende seine Welt fasziniert bejaht, weil sie schön ist, wiederum anders, wenn er ihre Nichtigkeit, ihr Staubsein wahrnimmt und wie durch einen Tod hindurch lernt, sie weiter zu bejahen, so wie sie ist, in ihrer „grandeur et misère" (Pascal). Diese Reifestufen liebenden Aussich-Heraustretens lösen sich einander ab und durchdringen sich gegenseitig, da in allem auch die gegenläufige Tendenz des sündigen Sich-Ver-

---

[3] Teilhard, a. a. O. 136.

[4] Strasser, *Das Gemüt,* Freiburg 1956, 260/261.

schließens zu spüren ist. Deshalb kann jede Schematisierung im Grundverhältnis zur Welt (Dialektik oder Aufstieg in Stufen usw.) nur den Wert einer Verstehenshilfe beanspruchen. Hinwendung wie Abwendung, bzw. Transzendieren des Welthaften (alles ist mir alles, alles ist mir nichts) bilden also keinen Widerspruch, genauso wenig wie Handeln und Beten, actio und contemplatio, sondern eines geschieht für das andere, ja im anderen, weil der Christ sich in beiden öffnet für das einzig Notwendige, in dem alle Gegensätze, Konflikte und Konkurrenzsituationen ihre lösende Mitte haben. Dieses „Eine" suchen heißt bereits es finden und ihm meditativ wie aktiv innewohnen, angetrieben werden zu weiterer ruheloser Suche[5].

Warum dann aber das weithin spürbare Unbehagen und der Vorwurf eines gestörten Verhältnisses zur Welt? Mir scheint, weil die Weise engagierter Hinwendung zu ihr und die mögliche Transzendierung in ihr (man beachte: *in* ihr!) verschiedene Phasen kennt, die nicht einfachhin ignoriert und übersprungen werden können; weil es nicht ohne weiteres einsichtig ist, wenn – gelegen oder ungelegen – verkündet werden muß, das zuweilen unumgängliche Nein sei das tiefere Ja. Doch was hilft weiter, um die Not eines nun einmal weithin ungelassenen und hektischen Alltags zu meistern? Eine zu wenig wahrgenommene Chance heißt: Mehr Meditation! Doch wie oft schon kam auf solchen Rat hin die Antwort, ich habe eine Familie, einen Beruf, der mich voll in Anspruch nimmt. Da wird es schwierig, sich auch nur für kurze Zeit zurückzuziehen; selbst Alleinstehende meinten schon, „ich bin kaum am Tag zehn Minuten allein, immer mit Menschen zusammen, die für derlei berechtigte Ratschläge einfach nichts übrig haben".

Das zu lebende Leben ist die Schule engagierter Gelassenheit. Es gibt auch so etwas wie „horizontale Meditation". Was das ist, möge folgender Gesprächsauszug zeigen[6]: Was reden Sie da von Gelassenheit, meinte eine halbgelähmte Frau, von Hoffnung, das sind Worte ... die alte Leier kennt man bis zum Überdruß, und Gott ist auch nur ein Wort, gesund will ich sein, lieben und Kinder haben und weiß doch, daß es das alles nicht gibt für mich ... Sie beschimpft mich und flüchtet doch immer wieder zu mir, verlangt von mir, was ich eigentlich nicht geben kann: das Sich-Lassen. Was bleibt mir zu tun? Wie sie ahnen lassen, daß es ein Drittes gibt, das mehr ist als Wohl oder Wehe, das beides einschließt und in der Waage hält, so daß keins mehr ins Gewicht fällt, keins mehr zu spüren ist als das, was früher zu sein schien, sondern ein Neues, dessen Wesen das Schwe-

---

[5] Teilhard, a. a. O. 138.

[6] Folgende Zeilen sind eine gekürzte z. Teil freie Wiedergabe eines Gesprächs aus L. Rinser, *Septembertag*, Frankfurt 1964, 56.

bende ist, sacra indifferentia, Altersweisheit, nicht mittelbar dem, der es nicht schon aus sich selbst weiß, Heiterkeit dessen, der immer aufbricht und im Aufbruch schon ankommt, auf fremden Schwellen zu Hause ist ... der im Geben alles zurück erhält, der Leben und Tod nicht mehr unterscheidet ... Ich werde ihr wieder diesen Trost zu sagen versuchen, und sie wird wieder böse antworten und um ein neues Wort bitten, um zu erfahren, daß sie jemand annimmt und sich engagiert. So spielen wir weiter, kapitulieren dutzendmal eine vor der anderen und kommen doch Schrittchen für Schrittchen voran, und im Geheimen begibt sich viel. Wir brauchen es gar nicht zu wissen. Und eines Tages vielleicht werde ich es können: schweigend das Tor auftun, durch das der große, echte Trost eintritt, der nicht von mir kommt, den sie begreift.

Wer würde diese Erfahrung, wenigstens in Anfängen nicht bestätigen können: im Geben empfangen wir, im Lassen erhalten wir uns zurück, und so wächst, still und unbemerkt, eine engagierte Gelassenheit, Gnade, die nicht aus unseren Möglichkeiten erwächst und doch unser Ja verlangt. Wird sie in unserem unpersönlichen Zusammenleben oft geschenkt? Man könnte daran zweifeln. Der wirkliche Dialog, der die Last des anderen mitträgt und über äußere Lebensfragen hinausführt, fehlt weithin. Denn solches Engagement am Mitmenschen setzt vorurteilsloses Offensein für die Welt des anderen, die Kunst des Zuhörens voraus. Was ist da zu tun?

III. Sich selbst lösen von der Unrast

Damit ist jene Einübung in die Meditation gemeint, die uns öffnet und wieder hineinruhen läßt ins Ursprüngliche und Endgültige. Ich muß mich immer wieder zurücknehmen, gerade wenn ich meine, ich habe keine Zeit; ich muß jene Fehlhaltung – selber alles planen und leisten zu wollen –, die sich immer wieder einstellt, fallen lassen. Das, worauf es ankommt, wird mir geschenkt, nicht im Nichtstun, wohl aber in jenem schöpferischen Sich-lassen, das nur scheinbar rein passives Geschehenlassen ist. Solche Gelassenheit ist Bedingung und Frucht der Meditation zugleich, die aber in einer säkularisierten und technisierten Welt oft andere Formen entwickelt, als sie aus der geistlichen Überlieferung bekannt sind[7].

Warum sich nicht etwa des autogenen Trainings auf unsere Art bedienen? Es hat den Sinn, sich innerlich zu lösen und Vorsätze – Gedanken

---

[7] „In einer säkularisierten Welt können und müssen vielleicht psychologische und psychohygienische Funktionen und Einübungen, die früher mit dem Privatgebet verbunden waren, auf andere Weise außerhalb des Gebetes eingeübt und auch institutionalisiert werden, z. B. Planung der eigenen Arbeit, im theologischen Studium, in der Verarbeitung psychischer Probleme, im Abbau von Aggressionen, in Gruppendynamik usw." (K. Rahner, *Thesen zum Thema: Glaube und Gebet,* in: Geist und Leben 42 [1969] 181).

sind Kräfte – in die Tiefe wirken zu lassen. Man setzt sich ganz locker hin, den Rücken gerade, man sagt sich wiederholt: meine Hände und Füße werden bleischwer; nach einiger Zeit, meine Hände und Füße werden warm, mein Rücken, besonders meine Schultern sind ganz gelöst. Mein Herz schlägt ruhig und fest, denn ich ruhe in Ihm, Er ist mein Hirt, nichts wird mir mangeln ... ich fürchte kein Unheil, Er ist bei mir. Meine Lungen atmen ganz tief und ruhig aus, es atmet von selber ein. Mein Leben kommt ja nicht aus mir, es empfängt sich aus Ihm, in Ihm lebe ich, bewege ich mich, ruhe ich, bin ich. Alle Ablenkungen, Gedanken, Absichten und Vorstellungen lasse ich ebenso beiseite ... Doch da ist eine Sorge, die schreibe ich auf, ja da bedroht mich etwas wirklich; habe ich es hingeschrieben, so kommt es geordnet in mein Unterbewußtsein und kann nicht als Mißstimmung und Unruhe sich auf Dinge legen, die damit gar nichts zu tun haben. Indem ich mich bewußt konfrontiere mit dem wirklichen Grund der Unrast, mit der Verlustangst, löst sich manche Hektik. Wenn der Herr uns im Indikativ die Verheißung zusagt, ihr seid das Licht der Welt, warum sich nicht in solch gesammelten Augenblicken geradezu suggestiv die Hoffnung zusprechen: Wie das Fenster Durchlaß ist für Licht und Wärme der Sonne, so werde ich offen für seine Helle, die mein Dunkel vertreibt. Von nun an werde ich beherrschter, gelassener und besser gelaunt für andere da sein. In dem Maße empfange ich Sein Licht, Sein Erbarmen, als ich es weitergebe an andere. Das sage ich mir am Morgen, vor dem Mittagessen, wenn möglich, und am Abend in die Seele, in die Tiefe.

Gewiß, das dumpfe Gefühl des Überfordert- und Gejagtseins von Terminen und was sonst noch wird weiterhin bleiben. Wir mögen sogar den Eindruck haben, mit unserem Leben wie zwischen zwei Mühlsteine geraten zu sein. Aber alle Daseinsnot ist ein Ruf, der in die Ausdrücklichkeit drängt: Gib, Herr, die Kraft, mich zu lassen, mein Leben und alles darin anzunehmen, was ich nicht ändern kann. Gib den Mut, mich zu engagieren, um die Dinge zu ändern, die ich in Deinem Sinne ändern soll. Gib die Klugheit, zu unterscheiden, wann die Zeit da ist zum Wirken und zum Sichlösen und Zurücknehmen, damit ich mein Dasein in beidem annehme, wie die rechte und linke Hand, deren ich mich beider bediene.

Mitten in aller Mühsal und Bedrängnis des Tages wächst so beim Gläubigen jene „Art von höherer Indifferenz (leidenschaftlicher Indifferenz), die dadurch zustande kommt, daß er sich in allem fest mit dem verbindet, was über allem ist. Daraus erwächst jene ‚Hingabe' und jene ‚ständige Kommunion' mit dem ‚göttlichen Wollen', die das denkbar aktivste Leben stützt und trägt und in dem wirren Netz der Ereignisse, in das er einbezogen ist, seine innere Einheit gewährleistet"[8].

[8] H. de Lubac, *Teilhard de Chardins innere Welt*, Freiburg 1969, 41.