

## Vom ökumenischen Potential gelebter Spiritualität<sup>1</sup>

von Peter Zimmerling

*zuerst veröffentlicht in: Hermann Schoenauer (Hg.), Spiritualität und innovative Unternehmensführung, Dynamisch Leben gestalten, Bd. 3, Stuttgart 2011, 31–42*

Die gelebte Spiritualität war schon immer das Feld, auf dem der ökumenische Austausch zwischen den Konfessionen am besten funktionierte. Zu allen Zeiten beeinflussten sich die Mitglieder der unterschiedlichen Konfessionen auf diesem Gebiet – häufig ohne selbst entsprechende Abhängigkeiten wahrzunehmen. Dabei fällt auf, dass offensichtlich gerade die Verschiedenheit der gelebten Spiritualität anziehend wirkt. Fremder Reichtum fasziniert, auch wenn er spiritueller Natur ist. Ihn möchte man selbst ausprobieren; an ihm möchte man selbst Anteil haben. Zeiten, in denen der offiziellen Ökumene der Wind ins Gesicht bläst, tun gut daran, das ökumenische Potential gelebter Spiritualität zu entdecken. Vielleicht kann in Zukunft über diesen Umweg die organisierte Ökumene neue Dynamik gewinnen.

Dazu kommt ein weiterer Grund, warum es lohnt, sich gerade heute mit dem Thema zu beschäftigen. Seit Jahren lässt sich in der deutschen Gesellschaft ein neues Interesse an Spiritualität erkennen, das u. a. durch Studentenunruhen und Erdölkrise Anfang der 1970er Jahre ausgelöst wurde.<sup>2</sup> Manche Beobachter der religiösen Szene sprechen von einer „Rückkehr der Religion“. Ohne dass bisher Einigkeit darüber besteht, in welchem Verhältnis die Wiederkehr der Religiosität zur gleichzeitig fortschreitenden Entkirchlichung und Säkularisierung steht, ist doch eines offensichtlich: Religion und Spiritualität haben an gesellschaftlichem Ansehen gewonnen. Viele Menschen sehnen sich nach spirituellen Erfahrungen. Allerdings erwartet ein Großteil von den traditionellen Kirchen keine Antworten mehr auf ihre Fragen. Die Amtskirchen erscheinen ihnen in Traditionen erstarrt und spirituell ausgedörrt. Angesichts dieser Situation tun die christlichen Kirchen gut daran, ihre eigenen spirituellen Quellen wiederzuentdecken und in das öffentliche Gespräch einzubringen. Schließlich führt der zunehmende gesellschaftliche Pluralismus dazu, dass die Grenzen zwischen den Konfessionen durchlässiger geworden sind als früher. Die Kirchenmitglieder werden, ob sie wollen oder nicht, durch die Medien oder die eigene Anschauung mit den Spiritualitätsformen der anderen Konfessionen konfrontiert. Angesichts dieser Situation ist es wichtig, zu fragen, welche fremden Formen der Spiritualität übernommen bzw. modifiziert und in die eigene Konfession integriert werden können.

<sup>1</sup> Eine Vorform der folgenden Überlegungen habe ich vorgetragen in: Zimmerling 2010a.

<sup>2</sup> Zur Frage nach dem neuen Interesse an Religiosität und Spiritualität vgl. hier und im Folgenden Sudbrack 1988; Küenzlen 1990; Thiede 1995; Burkhardt 1990.

Im Folgenden möchte ich nach einer kurzen Klärung des Begriffs „Spiritualität“ exemplarische Einblicke in evangelische, katholische und orthodoxe Spiritualität geben und Charakteristika der jeweiligen spirituellen Tradition herausarbeiten. Im Anschluss ist nach Konvergenzen, Möglichkeiten gegenseitiger Bereicherung und Entwicklungspotentialen zu fragen.

## 1. Der Begriff „Spiritualität“

Der Begriff „Spiritualität“ ist ein Containerbegriff. Wer ihn verwendet, muss sagen, was er darunter versteht. Ursprünglich stammt er aus der katholischen Ordenstheologie Frankreichs.<sup>3</sup> Sein Siegeszug im Raum der evangelischen Kirche begann mit der 5. Vollversammlung des Ökumenischen Rates der Kirchen in Nairobi 1975. Im Schlusskommuniqué hieß es: „Wir sehnen uns nach einer neuen Spiritualität, die unser Planen, Denken und Handeln durchdringt.“<sup>4</sup> Damit war der Boden bereitet für die Verknüpfung des bis dahin in der ökumenischen Bewegung vorherrschenden politischen Engagements mit dem Streben nach einer Erneuerung der Spiritualität. In der deutschen evangelischen Kirche wurde der Begriff durch die Ende der 1970er-Jahre erschienene EKD-Studie „Evangelische Spiritualität“ anerkannt.<sup>5</sup> Mit ihr vollzog die evangelische Kirche einen Paradigmenwechsel: Sie nahm das Problem der Spiritualität als eine für das Christsein in der modernen Welt wesentliche Fragestellung auf.

Ich selbst verstehe unter Spiritualität in Aufnahme von Überlegungen der EKD-Studie den gelebten Glauben, der äußere Gestalt gewinnt. Drei Aspekte – rechtfertigender Glauben, Frömmigkeitsübung und Lebensgestaltung – sind dabei untrennbar miteinander verbunden. Der Begriff „Spiritualität“ bietet gegenüber „Frömmigkeit“, „Religiosität“ und „Glaube“ verschiedene Vorteile: Er ist im Bereich der gesamten Ökumene verständlich; er verweist auf eine Vielzahl und Vielfalt von Spiritualitäten; er bringt das in der abendländischen Theologie lange ungenügend berücksichtigte Wirken des Geistes neu zu Bewusstsein; der Aspekt der Gestaltwerdung des Glaubens macht deutlich, dass die soziale Dimension zum Glauben untrennbar dazugehört.

<sup>3</sup> Vgl. Barth 1993, S. 10–12.

<sup>4</sup> Krüger/ Müller-Römheld 1976, S. 1, hier wird „spirituality“ noch mit „Frömmigkeit“ übersetzt; anders bereits S. 321–323, dem Bericht über den Workshop „Spiritualität“.

<sup>5</sup> Vgl. dazu EKD 1980, S. 54.

## 2. Die doppelte Bewegung evangelischer Spiritualität: Konzentration und Grenzüberschreitung

Ein Sprichwort sagt: „Jedes Fass riecht nach dem erste Guss.“ Gemeint ist: Das Fass wird diesen Geruch nie wieder los. Das gilt auch für die evangelische Spiritualität, die nachhaltig von den reformatorischen Erkenntnissen des 16. Jahrhunderts geprägt wurde. Reformatorische Spiritualität zeichnet sich durch eine doppelte, gegenläufige Bewegung aus. Einmal verläuft diese Bewegung in Richtung auf *Konzentration*, zum anderen in Richtung auf *Grenzüberschreitung*, wobei beide Bewegungen von Jesus Christus her begründet werden.

### 2.1 Eine vierfache Konzentrationsbewegung auf Jesus Christus<sup>6</sup>

Schon das *solus Christus* der reformatorischen Spiritualität<sup>7</sup> zeigt, dass sie in einem im Vergleich mit der übrigen Kirchen- und Theologiegeschichte außergewöhnlichen Maße auf Jesus Christus ausgerichtet ist. Das wird besonders an Martin Luther deutlich: Zeit seines Lebens geht es ihm in seiner Spiritualität zunächst und vor allem um die persönliche Gegenwart des auferstandenen Jesus von Nazareth. In ihm ist Gott dem Menschen unüberbietbar nahe gekommen. Die Freude über die in Jesus Christus erschienene Liebe Gottes wirft einen Glanz der Dankbarkeit über die Spiritualität, alles Ängstliche verschwindet. Dadurch kommt gegenüber dem Mittelalter eine ganz neue Wärme in das Verhältnis des Menschen zu Gott hinein.

Reformatorische Frömmigkeit ist zweitens Bibelfrömmigkeit. Luther gewinnt durch das Studium der Schrift sein neues Verständnis des Evangeliums. Daraus schließt er, dass die Bibel – unter Verzicht auf die kirchliche Tradition – genügt, um zu wissen, was Gott dem Menschen geben will und was er von ihm fordert. Jeder Mensch kann selbstständig aus der Bibel den Willen Gottes erfahren. Dadurch wird der Glaube des Einzelnen unabhängig von kirchlichen Vermittlungsinstanzen. Damit diese reformatorische Erkenntnis keine Theorie bleibt, übersetzt Luther die Bibel in die deutsche Sprache. Auch das *sola scriptura* muss christozentrisch interpretiert werden. Die Schrift besitzt ihr Zentrum im Versöhnungshandeln Jesu Christi. Darum Luthers hermeneutischer Grundsatz, die Bibel auf das hin auszulegen, „was Christum treibet“. Sie kann nur von Christus her ihrer eigenen Intention gemäß verstanden werden.

<sup>6</sup> Vgl. zum Folgenden Zimmerling 2010b, S. 52ff, dort auch Belege.

<sup>7</sup> Und natürlich auch der Theologie: Beides lässt sich im reformatorischen Denken nicht voneinander trennen.

Reformatorische Spiritualität ist drittens von der Konzentration auf die Rechtfertigung *sola gratia* geprägt. Die Reformation entzündet sich an Luthers Frage: „Wie bekomme ich einen gnädigen Gott?“ Als Mönch im Kloster vermag er in Gott zunächst nur einen tyrannischen Herrn zu sehen, der auch im Evangelium dem Menschen ein Gesetz auferlegt, das er unmöglich erfüllen kann. Durch das Studium der Bibel erkennt Luther, dass Gottes Gerechtigkeit nicht als dessen – unerfüllbare – Forderung an den Menschen zu verstehen ist, sondern Gottes aus freier Gnade gewährtes Geschenk ist. Auch diese Exklusivpartikel hat ihre inhaltliche Mitte in Jesus Christus. Die Versöhnung wird dem Menschen *sola gratia propter Christum* zuteil. Der Mensch kann sich durch gute Werke weder auf den Empfang der Gnade vorbereiten (*via antiqua*) noch dafür sorgen, dass er in ihr bleibt (*via moderna*). Christi Versöhnungshandeln nimmt in reformatorischer Spiritualität die Stelle der mittelalterlichen guten Werke ein.

Viertens ist reformatorische Spiritualität durch eine Konzentration auf den individuellen Glauben bestimmt. Allein im Glauben an die in Jesus Christus vollbrachte Versöhnung erlangt der Mensch das Heil. Das reformatorische Glaubensverständnis zeichnet sich durch einen vorher höchstens in der Mystik gekannten Gewissheits-, Intensitäts- und Subjektivitätsgrad aus. Auch hier spielt die Person Jesu eine entscheidende Rolle. Der Glaube hat es keineswegs nur mit dem Kerygma zu tun, hinter dem die Person Jesus Christi zurücktritt, wie es die Kerygma-Theologie Bultmanns von Luther her beweisen wollte. Eher lässt sich in der scholastischen Theologie und ihrer Gnadenlehre ein Zurücktreten der Person Jesu Christi beobachten. Christus ist hier nur die *causa* für den Habitus-Verleih, für den die Kirche zuständig ist. Der reformatorische Glaubensbegriff beinhaltet demgegenüber eine deutliche Vergegenwärtigung der Person Jesu Christi. Glauben wird inhaltlich gefasst als ein Sich-Halten an den gekreuzigten und auferstandenen Jesus Christus.

## 2.2 „Einander zum Christus werden“: Entdeckung von Familie, Beruf und Gesellschaft als Verwirklichungsfelder reformatorischer Spiritualität

Die grenzüberschreitende Bewegung reformatorischer Spiritualität zeigt sich an ihrer Entdeckung von Familie, Beruf und Gesellschaft als deren primäre Verwirklichungsfelder. Damit verlagerte sich das Zentrum der christlichen Frömmigkeit gegenüber dem Mittelalter vom abgegrenzten Bereich des Klosters in die Welt. Einen ersten Brennpunkt stellte die

Familie dar. Auf diese Weise entstand die Hauskirche.<sup>8</sup> Das Haus wurde zum primären Einübungs- und Verwirklichungsfeld des allgemeinen Priestertums. Für Hausvater und Hausfrau, nicht für Pfarrer und Konfirmandenunterricht, verfasste Luther den Kleinen Katechismus. Den zweiten Brennpunkt bildeten der weltliche Beruf und die Gesellschaft insgesamt. Auch sie wurden zum Bewährungsfeld des Glaubens. Die weltliche Arbeit bekam religiöse Orientierung. Nicht mehr Mönche und Nonnen hatten fortan einen „Beruf“, d.h. eine Berufung. Vielmehr konnte jeder Christ in seinem weltlichen „Beruf“ zur Ehre Gottes und zum Wohl der Mitmenschen wirken. Damit wurden in der Folgezeit ungeahnte schöpferische Kräfte im Menschen freigesetzt, die an der Entstehung des modernen Europa maßgeblichen Anteil hatten.

Voraussetzung der grenzüberschreitenden Bewegung reformatorischer Spiritualität war die Erkenntnis, dass Christus selbst mir im Nächsten begegnet: „Wo kannst du ihn aber finden denn in deinem Bruder?“<sup>9</sup> Der christliche Glaube wird konkret, wenn Menschen einander zum Christus werden. Von dieser reformatorischen Erkenntnis her wurde sowohl der Einsatz für das Wohl des Nächsten in der Familie als auch in der Gesellschaft zum Dienst für Christus, zum Gottesdienst.

### 3. Eucharistie und Exerzitien – spirituelles Kraftreservoir der katholischen Kirche

#### 3.1 Von der Eucharistie geprägte Spiritualität

Katholische Frömmigkeit ist Eucharistieförmigkeit. Spätestens seit dem Zweiten Vatikanischen Konzil ist die regelmäßige Kommunion für einen praktizierenden Katholiken selbstverständlich geworden. Dabei kommen zwei Dinge zusammen: Die Eucharistie vermittelt dem Gläubigen zugleich das Bewusstsein der Nähe Gottes in Jesus Christus und der Zugehörigkeit zur Kirche. Dies geschieht nicht primär auf gedanklichem Wege, sondern durch den Genuss von Brot (und Wein) als Leib und Blut Jesu Christi auf sinnenfällige Weise. Die Eucharistie wird so zum Fleisch gewordenen Evangelium. Wer in Brot und Wein Leib und Blut Jesu Christi zu sich nimmt, kommt in eine tiefere Verbindung mit ihm als allein durch das Hören des Evangeliums. Das eucharistische Geschehen lässt sich mithilfe der Tischgemeinschaft unter Menschen illustrieren: Das gemeinsame Essen und Trinken verbindet stärker als das bloße Miteinander-Reden. Die Erfahrung der Verbundenheit mit Gott

<sup>8</sup> Vgl. dazu Rosenstock 1928, S. 685ff.

<sup>9</sup> WA 15, 488, 30, zit. nach Althaus 1962, S. 274.

und seiner Kirche reicht in der katholischen Eucharistiefeyer tiefer als z. B. beim reformierten Abendmahl, in dem die eucharistischen Gaben lediglich als Zeichen von Leib und Blut Jesu Christi verstanden werden.

Als Gemeinschaftsmahl macht die Eucharistie den Feiernden deutlich, dass sie nicht allein sind, sondern in der Kirche mit anderen zusammen den Weg der Nachfolge gehen. Das wird durch den Friedensgruß sinnfällig. Weil Gott dem Menschen vergeben hat, wird auch er aufgefordert, dem Nächsten zu vergeben, um alles Trennende zum Bruder und zur Schwester auszuräumen.

Die Eucharistie ist kein einmaliger Akt, sondern wird regelmäßig – von vielen Katholiken täglich, mindestens jedoch wöchentlich – gefeiert. Damit kommt zum Ausdruck, dass jeder Christ ständig neu – bis an sein Lebensende – der Vergebung, der Kraft und der Hoffnung bedürftig ist. Die Eucharistie ist ein Mahl für unterwegs.

Indem die Kommunizierenden Leib und Blut Jesu Christi zu sich nehmen, erhalten sie Teil an seinem ewigen göttlichen Leben, sie bekommen Anteil an den Kräften der unsichtbaren Welt. Die orthodoxe Kirche spricht darum von der Eucharistie als „Unsterblichkeitsmedizin“.<sup>10</sup>

### 3.2 Einzelexerzitien als Hilfe zur Entwicklung einer persönlichen Spiritualität<sup>11</sup>

Die Einzelexerzitien, die auf den Gründer des Jesuitenordens Ignatius von Loyola (1491–1556) zurückgehen, sind das heimliche spirituelle Kraftreservoir der katholischen Kirche. Sie werden von vielen Priestern, Ordensleuten und engagierten Laien regelmäßig absolviert. Standen früher die „Vortragsexerzitien“ im Vordergrund, sind es seit der Mitte des 20. Jahrhunderts wieder die begleiteten Einzelexerzitien, in der jeder Exerzitant für sich persönlich spirituelle Erfahrungen machen kann. Dadurch soll eine Vertiefung des persönlichen Glaubens und eine Veränderung des Lebens zur größeren Ehre Gottes erreicht werden. Den Ignatianischen Exerzitien liegt das Werkbuch des Ignatius für Exerzitienbegleiter „Geistliche Übungen“ zugrunde.<sup>12</sup> In dem zwischen 1522–35 entstandenen Buch hat Ignatius persönliche spirituelle Erfahrungen und seine aufgrund geistlicher Begleitung gewonnenen Erkenntnisse zusammengefasst.

Die Exerzitien können von drei Tagen bis vier Wochen dauern. Bewährt hat sich ein Zeitraum von acht Tagen. Der Exerzitant verbringt die ganze Zeit in der Stille, ohne mit anderen zu

<sup>10</sup> Ignatius von Antiochien, An die Epheser 20, S. 2.

<sup>11</sup> Vgl. dazu im Einzelnen Zimmerling 2010b, S. 277–290.

<sup>12</sup> Viele Auflagen, u. a.: von Loyola 1999.

reden, betet bzw. meditiert täglich mehrere Stunden. Die Zeit zwischen den Gebets- und Meditationszeiten dienen der Erholung und dürfen nicht mit anderen Beschäftigungen gefüllt werden. Zu den Einzelexerzitien gehört ein ungefähr halb- bzw. dreiviertelstündiges Gespräch pro Tag, in dem der Exerzitant dem Begleiter Einblick in seine Erfahrungen gewährt. Das ermöglicht dem Exerzitienbegleiter, inhaltliche und methodische Hinweise für den nächsten Tag zu geben. Die Gruppe der anderen Exerzitanten bleibt – soweit vorhanden – im Hintergrund.

Eine Voraussetzung, um an Einzelexerzitien teilnehmen zu können, ist ein geregeltes persönliches spirituelles Leben, wozu Erfahrungen mit Gebet und Meditation gehören. Eine weitere Bedingung ist eine normale psychische Belastbarkeit. Den Einzelexerzitien geht ein Vorgespräch zwischen Exerzitant und Exerzitienbegleiter voraus, das der Klärung dient, ob zwischen ihnen ein Vertrauensverhältnis entstehen kann.

Eine Reihe von Gründen macht Exerzitien heute zu einer besonders hilfreichen spirituellen Übung. Angesichts zunehmender Individualisierung ist der Exerzitienbegleiter eine wichtige Hilfe zur Entwicklung der eigenen Spiritualität. Er weist einerseits Züge eines Seelsorgers, andererseits – mehr noch – die eines Coachs auf. Er soll sich nach dem Willen des Ignatius nicht als Wegweiser, sondern als Wegbegleiter verstehen. Ziel ist, „dass der Schöpfer und Herr sich selbst seiner [des Exerzitanten] Seele mitteilt“ (ExB 15). Damit ist zum einen dem modernen Bedürfnis nach persönlicher Freiheit Rechnung getragen, zum anderen entspricht das tägliche Gesprächsangebot des Exerzitienbegleiters der zunehmenden Sehnsucht nach persönlich-seelsorgerlicher Aussprache. Positiv ist auch, dass der Exerzitant während der Exerzitien ganzheitlich angesprochen wird. Einerseits soll er in den Meditationszeiten über sein bisheriges Leben nachdenken. Andererseits soll er biblische Texte imaginieren, also nicht bloß mit dem Verstand erfassen. Schließlich geht es darum, den Affekten, der Emotionalität und der Körperlichkeit Raum zu geben und ihnen nachzuspüren. Der Exerzitant soll auf diese Weise Zugang zu einer erfahrungsbezogenen Spiritualität finden. Auch das Ziel der Exerzitien, zur Verhaltensänderung anzuleiten, zeigt, dass es sich um spirituelle Übungen handelt, die den Menschen in seiner Ganzheit ansprechen wollen.

Die Exerzitien bieten wie die Eucharistie, aber auf ihre eigene Weise die Möglichkeit, sich den Glauben der Kirche persönlich zu eigen zu machen.

#### 4. Göttliche Liturgie und Jesusgebet. Die mystische Prägung orthodoxer Spiritualität

Orthodoxe Spiritualität ist hierzulande immer noch von einem Hauch des Fremden und Exotischen umgeben. Denn viele Jahrhunderte lang gab es nur wenig geistigen Austausch zwischen den orthodoxen und den westlichen Kirchen. Angesichts einer neuen Sehnsucht nach spirituellen Erfahrungen in der westlichen Kultur erregt heute vor allem die mystisch geprägte Spiritualität der Ostkirche die Neugier.

##### 4.1 Die Göttliche Liturgie

Die Orthodoxie ist überzeugt, dass es keine Gotteserfahrung außerhalb der Kirche gibt. Ein orthodoxer Christ erfährt Gott, indem er die Kirche aufsucht. Primärer Ort ist dabei die Göttliche Liturgie, die Feier des Gottesdienstes.<sup>13</sup> Das bedeutet zwar einerseits eine Beschränkung, gleichzeitig aber eine Demokratisierung mystischer Erfahrungen. Potentiell können nämlich alle Gottesdienstbesucher diese Erfahrungen machen. Es gibt eine Reihe bewegender Berichte aus der Zeit der Sowjetunion, die meist von jungen, atheistisch erzogenen Akademikern stammen.<sup>14</sup> Indem sie den orthodoxen Gottesdienst besuchten, erfuhren sie die Realität Gottes. Andere entdeckten in der gottesdienstlichen Gemeinschaft die Erfüllung ihrer Sehnsucht nach einem harmonischen gesellschaftlichen Miteinander. Wieder andere wurden von der Schönheit der Liturgie überwältigt und mit Kraft erfüllt, im hässlichen sozialistischen Alltag zu überleben.

Der herausragenden Bedeutung der Liturgie für die orthodoxe Spiritualität entspricht, dass die Einführung eines Kindes in den orthodoxen Glauben identisch ist mit der Einführung in seine gottesdienstlichen Vollzüge. Der durch den Gottesdienst ermöglichte Prozess der Gotteserfahrung dauert ein Leben lang an. Dabei ist die Wiederholung ein unverzichtbares Element. Der orthodoxe Gottesdienst ist in den vergangenen tausend Jahren mehr oder weniger unverändert geblieben. Die gleich bleibende Liturgie ermöglicht den Gläubigen, mit dem gottesdienstlichen Ablauf vertraut zu werden. Die mystische Erfahrung Gottes ist nach orthodoxem Verständnis ein Prozess des Hineinwachsens in den geistlichen Erfahrungsraum der Kirche.

---

<sup>13</sup> Felmy 1990, bes. S. 1–24.

<sup>14</sup> Vgl. dazu im Einzelnen: Zimmerling 1994.



In der Ostkirche wird das Kirchengebäude als Ganzes als Ort der Begegnung des unsichtbaren Gottes mit seiner Schöpfung verstanden.<sup>15</sup> Es zeigt durch seine Architektur und künstlerische Ausgestaltung, dass Gott sich dem Menschen in Jesus Christus liebend zugewendet hat. Auch in den Ikonen begegnet die Wirklichkeit der unsichtbaren Welt Gottes. Die Heiligen bezeugen durch ihre Anwesenheit im Gottesdienstraum, dass der Gläubige nicht allein ist. Das ganze gottesdienstliche Geschehen ist geprägt von einem mystisch-symbolischen Realismus. Darum bleibt die Erfahrung der himmlischen Welt im orthodoxen Gottesdienst nicht auf das Wort und den Vollzug der Sakramente beschränkt, sondern ereignet sich auch in Gestalt der Kunst: des Kirchenbaus, der Musik und der Ikonen. Die Feier der Liturgie und die Ausgestaltung des Kirchenraums bilden ein Gesamtkunstwerk, das das Personzentrum des Menschen, sein Herz, für Gott öffnen soll.

Darüber hinaus zeigt der leibhafte Vollzug des orthodoxen Gottesdienstes, dass er auf eine ganzheitliche Gottesbegegnung zielt. Immer wieder macht der orthodoxe Gläubige durch Bekreuzigen, Verbeugen und Niederknien deutlich, dass er mit seinem Leib in das gottesdienstliche Geschehen einbezogen ist. Es soll zu einer Begegnung zwischen Schöpfer und Geschöpf kommen, die die unterschiedlichen Dimensionen des Menschseins einschließt.

#### 4.2 Das sog. Jesusgebet

Mystische Zentralerfahrung der Orthodoxie ist die Schau des göttlichen Lichtes.<sup>16</sup> So wie den Jüngern Jesus Christus auf dem Berg Tabor in verklärtem Licht erschien (vgl. Mk 9), sehnen sich orthodoxe Christen danach, das göttliche Licht zu schauen. Da das alles überstrahlende Ziel des Glaubens in der Gottesschau liegt, kann Theologie für die Orthodoxie nie mehr sein als ein Mittel zur Begegnung mit Gott. Orthodoxe Theologen sind sich darin einig, dass Gott nicht durch logische Gedankenentwicklung zu erkennen ist, sondern allein auf dem Weg gelebter Spiritualität. Ein wichtiges Mittel ist dabei das Jesus- oder Herzensgebet.<sup>17</sup> Anders als im Abendland blieb in der ostkirchlichen Tradition die Kunst der immer währenden Meditation durchgängig erhalten. Sie kristallisierte sich mehr und mehr um die Übung des Jesusgebetes. Es lautet in seiner am meisten verbreiteten Form: „Herr Jesus Christus, erbarme dich meiner“ und geht auf die in den Evangelien überlieferten Stoßgebete zurück (Mt 15,22; 20,31). Dabei ist vor allem das Zöllnergebet aus Lk 18,13 das Vorbild des Herzensgebetes

---

<sup>15</sup> Heiler 1971, S. 190–192.

<sup>16</sup> Heiler 1971, S. 276–293.

<sup>17</sup> Jungclaussen 1999.

geworden. Während des ersten Teils des Gebets findet das Einatmen, während des zweiten Teils das Ausatmen statt. Als Methode des immer währenden Gebets wird das Jesusgebet erstmals bei den Athosmönchen in Nordgriechenland im 13./14. Jahrhundert erkennbar. Vor allem Gregor Palamas (1296–1359), Bischof von Thessaloniki und der wichtigste Vertreter des Hesychasmus, der ostkirchlichen Mystik, verteidigte die Praxis des Herzensgebets erfolgreich gegen seine Kritiker, die sich besonders an der psychosomatischen Prägung des Gebets störten. Verbreitet wurde die Praxis des Jesusgebets in der Ostkirche nicht zuletzt durch die sog. Philokalie, auf Griechisch 1782 in Venedig erschienen, der bald eine russische Übersetzung folgte.<sup>18</sup> Für die jüngere Zeit noch bedeutsamer wurden die Ende des 19. Jahrhunderts ursprünglich auf Russisch veröffentlichten „Aufrichtigen Erzählungen eines russischen Pilgers“. Sie sind der Bestseller des Jesusgebets und liegen heute in vielen Übersetzungen und Auflagen vor.<sup>19</sup> Vor allem durch die „Aufrichtigen Erzählungen“ hat das Jesusgebet auch in den westlichen Kirchen im vergangenen Jahrhundert eine zunehmende Anzahl von Freunden gefunden. Einer der wichtigsten Lehrer des Jesus-Gebetes im Westen ist Abt Emmanuel Jungclaussen aus der Benediktinerabtei Niederaltaich. Er hat in den vergangenen Jahrzehnten unzählige Meditationstage und Einkehrzeiten – auch für evangelische Teilnehmer und Teilnehmerinnen – angeboten, in denen er in die Meditation des Herzensgebets einführte.

## 5. Konvergenzen und ökumenische Entwicklungspotentiale

Evangelische, katholische und orthodoxe Spiritualität zeichnen sich durch je besondere Prägung und eigene Schwerpunkte aus. Meine These ist: Die einzelnen Traditionen gewinnen an Reichtum und Relevanz, wenn sie bereit sind, voneinander zu lernen. Außerdem ermöglicht der gegenseitige Austausch, falsche Einseitigkeiten zu überwinden. Die reformatorische Spiritualität mit ihrer Konzentration auf Jesus Christus, die Bibel, die Rechtfertigung und den Glauben stellt gegenüber der spätmittelalterlichen Frömmigkeit in mehrfacher Hinsicht einen qualitativen Fortschritt dar. Der Rechtfertigungsglauben schützt das eigene spirituelle Streben vor Überanstrengung. Es wird durch das Wissen, dass Gott dem Menschen seine Liebe ohne Vorleistung schenkt, heilsam begrenzt. Außerdem befreit evangelische Spiritualität die Spiritualität aus der Vereinnahmung durch religiöse Eliten. Sie

---

<sup>18</sup> Die Philokalie stellt eine Sammlung von Auszügen aus 38 asketischen griechischen Schriftstellern dar, die zumeist dem Hesychasmus zugerechnet werden.

<sup>19</sup> Jungclaussen 1974.

ist von Haus aus eine Spiritualität für jede und jeden. Voraussetzung der Demokratisierung der evangelischen Spiritualität sind zwei Erkenntnisse: einerseits die Freiheit des Gewissens und andererseits die Hochschätzung des Individuums. Die Freiheitsgeschichte des modernen Europa ist ohne diesen Vorgang nicht denkbar. Dazu kommt schließlich die Alltagsverträglichkeit reformatorischer Spiritualität, indem sie die Grenzen zwischen Sonntag und Alltag, zwischen heilig und profan relativiert. Als Christ weiß ich, dass ich in meiner ganz normalen Alltagstätigkeit meinem Nächsten und damit Gott selbst diene. Begrenzung, Demokratisierung und Alltagsverträglichkeit sind Aspekte christlicher Spiritualität, die auch für die katholische und die orthodoxe Tradition maßgeblich sein sollten.

Allerdings droht durch die Betonung der subjektiven Seite des Glaubens die unverzichtbare Bedeutung der christlichen Gemeinde für die evangelische Spiritualität aus dem Blick zu geraten. Außerdem trübt eine einseitige Ausrichtung auf das Handeln in der Welt in Diakonie und Sozialethik die Sicht für die notwendige „Selbstzwecklichkeit der Kirche“ (Dietrich Bonhoeffer) und damit für das Eigenrecht der Spiritualität. Beide Gefährdungen evangelischer Spiritualität können durch die anderen Akzentsetzungen der katholischen und der orthodoxen Frömmigkeit korrigiert werden.

Die Einzelexerziten des Ignatius stellen ein spirituelles Angebot dar, das es bis vor kurzem weder im evangelischen noch im orthodoxen Raum gab. Dadurch fehlte der evangelischen und der orthodoxen Tradition ein wichtiges – methodisch handhabbares – spirituelles Hilfsmittel. Die Vorurteile gegenüber dem „Vater der Gegenreformation“ auf Seiten evangelischer Christen sind immer noch groß. Häufig weiß man nichts davon, dass er ein herausragender geistlicher Lehrer war. Exerziten dienen der spirituellen Sammlung, der Konzentration auf das Wesentliche – ein wichtiges Gegengewicht zur protestantischen Überbetonung der aktiven auf Kosten der kontemplativen Seite der Frömmigkeit. Der traditionelle Gottesdienst scheint angesichts einer immer lauter und schneller werdenden Welt als Mittel zu dieser Sammlung nicht auszureichen. Indem der Exerzitant für einige Zeit bewusst die Alltagsarbeit unterbricht, entsteht ein Freiraum für die Entdeckung von Neuem. Es wächst der Mut zum Loslassen von Altem, zur Wahrnehmung neuer Möglichkeiten, zum Betreten unbekannter Wege. Dass die Exerziten eine stark bibelorientierte Komponente besitzen, erleichtert ihre Integration in evangelische Spiritualität.<sup>20</sup>

Auch von orthodoxer Spiritualität können hilfreiche Impulse für die Frömmigkeit der westlichen Kirchen ausgehen. Mystisch geprägte orthodoxe Theologie und Spiritualität wertet nicht den Intellekt als solchen ab, sondern einen einseitigen Intellektualismus. Sie zielt auf

---

<sup>20</sup> Mänderlein 1999; Johne 1986.

eine ganzheitliche Erfahrung Gottes, die neben dem Denken auch den Körper und das Gefühl einbezieht. Das Jesusgebet stellt in diesem Zusammenhang eine probate Form der orthodoxen Spiritualität dar, die inzwischen auch von evangelischen und katholischen Christen praktiziert wird. Viele Menschen unserer westlichen Kultur sind auf der Suche nach ganzheitlichem Leben. Dadurch, dass die Spiritualität weithin rational bzw. ethisch ausgerichtet ist, lässt sie viele Menschen mit ihren spirituellen Wünschen unbefriedigt. Sie wandern in neue religiöse Bewegungen ab, wo ihr Bedürfnis nach ganzheitlicher Frömmigkeit eher gestillt wird. Die Orthodoxie vermag die evangelische und katholische Tradition zu inspirieren, neben den rationalen und ethischen Aspekten der Spiritualität verstärkt deren übrige Dimensionen zu entdecken.

Christliche Spiritualität sollte in Zukunft an den Stellen weiterentwickelt werden, wo sie sich angesichts der Herausforderungen der Gegenwart als defizitär erweist. Dabei ist vor allem die Bedeutung von Emotionalität und Sinnlichkeit, aber auch die Frage nach einer Pluralisierung der Formen zu bedenken. Menschen wollen den Glauben heute nicht nur denken, sondern auch mit Leib und Seele erfahren.<sup>21</sup> Die fortschreitende Ausdifferenzierung der ästhetischen Milieus in unserer Gesellschaft lässt nicht länger zu, sämtliche Kirchenmitglieder oder gar alle Mitglieder der Gesellschaft auf einige wenige traditionelle Spiritualitätsformen der eigenen Konfession festzulegen. Eine Erweiterung der Formenvielfalt ist dringend geboten. Die unterschiedlichen Konfessionen tun angesichts dieser Situation gut daran, bei den anderen Konfessionen in die Schule zu gehen, um spirituelle Formen zu entdecken, die zur Bereicherung des eigenen spirituellen Profils beitragen. Dass darüber hinaus auch nichtchristliche religiöse Traditionen als Inspirationsquelle für neue spirituelle Formen fungieren können, hat die Entwicklung der christlichen Meditationsbewegung nach dem Zweiten Weltkrieg gezeigt.

---

<sup>21</sup> So auch Meyer-Blanck 1997, S. 133.

## Literaturverzeichnis

Althaus 1962: Paul Althaus, Die Theologie Martin Luthers, Gütersloh 1962

Barth 1993: Hans-Martin Barth, Spiritualität (Bensheimer Hefte 74, Ökumenische Studienhefte 2), Göttingen 1993

Burkhardt 1990: Helmut Burkhardt, Wiederkehr der Religiosität?, Gießen/Basel 1990

EKD 1980: Evangelische Spiritualität. Überlegungen und Anstöße zu einer Neuorientierung, vorgelegt von einer Arbeitsgruppe der Evangelischen Kirche in Deutschland, hg. von der Kirchenkanzlei im Auftrag des Rates der Evangelischen Kirche in Deutschland, Gütersloh<sup>2</sup>1980

Felmy 1990: Karl Christian Felmy, Die orthodoxe Theologie der Gegenwart. Eine Einführung, Darmstadt 1990

Heiler 1971: Friedrich Heiler, Die Ostkirchen, München 1971

Johne 1986: Karin Johne, Geistlicher Übungsweg für den Alltag. Ein Kursangebot, Berlin 1986

Jungclaussen 1974: Aufrichtige Erzählungen eines russischen Pilgers, hg. und eingeleitet von Emmanuel Jungclaussen, Freiburg u. a., 1974

Jungclaussen 1999: Emmanuel Jungclaussen, Unterweisung im Herzensgebet (Schriftenreihe des Patristischen Zentrums Koinonia – Oriens, Bd. 46), St. Ottilien 1999

Krüger/Müller-Römheld 1976: Harald Krüger/Walter Müller-Römheld (Hgg.), Bericht aus Nairobi 1975. Ergebnisse – Erlebnisse – Ereignisse. Offizieller Bericht der Fünften Vollversammlung des Ökumenischen Rates der Kirchen. 23. Nov. bis 10. Dez. 1975 in Nairobi/Kenia, Frankfurt a.M. <sup>2</sup>1976

Küenzlen 1990: Gottfried Küenzlen, Das Unbehagen an der Moderne. Der kulturelle und gesellschaftliche Hintergrund der New Age-Bewegung, in: Hansjörg Hemminger (Hg.), Die Rückkehr der Zauberer. New Age – Eine Kritik (Rororo-Sachbuch 8712), Reinbek bei Hamburg 1990, S. 187–222

von Loyola 1999: Ignatius von Loyola, Geistliche Übungen, aus dem Span. übertr., mit Erkl. von Adolf Haas, Freiburg/Basel/Wien 1999

Meyer-Blanck 1997: Michael Meyer-Blanck, Inszenierung des Evangeliums, Göttingen 1997

Münderlein 1999: Gerhard Münderlein (Hg.), Aufmerksame Wege. Erfahrungen evangelischer Christen mit den Exerzitien des Ignatius von Loyola, München 1999

Rosenstock 1928: Eugen Rosenstock, Luthers Volkstum und die Volksbildung, in: ders./Joseph Wittig, Das Alter der Kirche. Kapitel und Akten, Bd. 2, Berlin 1928

Sudbrack 1988: Josef Sudbrack, Neue Religiosität, Herausforderung für die Christen (Topos Taschenbücher 168), Mainz <sup>3</sup>1988

Thiede 1995: Werner Thiede, Esoterik – die postreligiöse Dauerwelle. Theologische Betrachtungen und Analysen (Reihe Apologetische Themen 6), Neukirchen-Vluyn 1995

Zimmerling 1994: Peter Zimmerling, Religiöse Renaissance. Begegnungen mit der russischen Orthodoxie, in: Evangelische Kommentare 27 (1994), S. 159f.

Zimmerling 2010a: Peter Zimmerling, Beieinander in die Schule gehen. Vom ökumenischen Potential gelebter Spiritualität, in: Herder-Korrespondenz Spezial 1/2010, S. 48–51

Zimmerling 2010b: Peter Zimmerling, Evangelische Spiritualität. Wurzeln und Zugänge, Göttingen <sup>2</sup>2010