

Auf dem Weg zur Quelle

Überlegungen zum „Geistlichen Lernen“ im Vikariat

Abschlussarbeit zum CAS Ausbildungspfarrer CAS 2017
Eingereicht bei: Manuela Liechti-Genge

vorgelegt von:
Lars Syring
Oberdorf 5
9055 Bühler AR

Bühler, 16. Februar 2017

Inhalt

1. Zur Methode	3
2. Vorbemerkung	3
3. Woher ich komme - Ostwestfälische Wurzeln	4
4. Schlüsselerlebnisse im Schöninggrund - oder: Der Bauer und die Konfirmation	6
5. Geistliches Lernen - Vom Theologen zum Geistlichen	8
5.1. G. Bunge: „Geistliche Vaterschaft“ - Kein Modell für VikariatsleiterInnen	8
5.2. M. Josuttis: Spirituelle Gymnastik - oder: Wie lerne ich segnen?	9
5.3. Thesen zur Lernbeziehung zwischen VikarIn und Vikariatsleiter	11
6. Geistliches Lernen - Viele Wege	11
6.1. Manfred Josuttis: Konkrete Praxis	11
6.2. Neue Angebote in der Kirchengemeinde	12
6.3. Ralf Stolina und das Lebens-Gespräch mit Gott	13
6.4. Dietrich Bonhoeffer und das Predigerseminar Finkenwalde	14
6.4.1. Der äussere Rahmen des Predigerseminars	14
6.4.2. Konflikte und Gruppendynamik	15
6.4.3. Grundbausteine der Finkenwalder Frömmigkeitspraxis	16
6.4.4. Die Meditationszeit	16
Exkurs: Gott 9.0: Wenn sich der Glaube weiter entwickelt	18
6.5. Thesen zum geistlichen Lernen im Vikariat	21
7. Geistliches Lernen - drei Grundübungen	23
7.1. Sabine Bobert und der Mental Turning Point	23
7.2. Die Grundübungen	23
7.2.1. Das Wollen	24
7.2.2. Das Fühlen	24
7.2.3. Das Denken	24
8. Geistliches Lernen - Zwischenbilanz meiner Suche	25
9. Erfahrungen in der Praxis. Der erste Vikar, die erste Vikarin	26
9.1. Die „halbe Stunde täglich“	26
9.2. Die Ordination als Schwellenritual - Der Talar als Ummantelung	27
9.3. Mein Pfarrer-Sein	28
10. Literatur	29
11. Erklärung	31
12. Anhang	32
Die grosse Gebetsgebärde	33
Wie mein Glaube wurde, wie er ist. Ein Fragebogen	36
Die Schriftmeditation	38
Schweigen und Beten. Eine kurze Einführung ins Herzensgebet	40
Rückmeldungen des Vikars und der Vikarin	41

1. Zur Methode

Vorliegende Arbeit versteht sich als **narrative Wissenschaft**, wie sie zum Beispiel Joachim Scharfenberg in seiner „Einführung in die Pastoralpsychologie“ vorgestellt hat.

Ich erzähle von meinem eigenen Weg, den ich natürlich nicht als Bekenntnis einer schönen Seele ansehe. In seiner Art ist mein Weg jedoch in vielfacher Weise typisch für das Suchen eines evangelischen Theologen, der in seiner Arbeit herausgefordert wird, zu einem Geistlichen zu werden. Selbstverständlich ist mir bewusst, dass mein Weg *mein* Weg ist. Und dass jeder Menschen herausgefordert ist, seinen eigenen Weg zu finden und zu gehen.

Ich erzähle von meinen Suchbewegungen. Meine Spurensuche ist konsequenterweise sehr persönlich und ich mache mich damit angreifbar. Das ist mir bewusst. Und ich stelle mich diesem Risiko, denn eine wesentliche Erkenntnis auf meinem Weg ist genau diese: Eine Erkenntnis kann nicht getrennt werden von dem Kontext, in dem sie gewonnen wurde. Ich verstecke mich nicht hinter einer pseudowissenschaftlichen Objektivität, denn gerade in geistlicher Hinsicht zeigt sich: diese Objektivität gibt es nicht.¹

Ich erzähle also viel und zitiere wenig, verweise jedoch immer auf die Menschen, denen ich eine Erkenntnis verdanke und gebe in den Literaturangaben Hinweise für ein vertieftes Nachvollziehen.

Und damit ich nicht auch den vierten Absatz hintereinander mit „Ich erzähle“ beginne, zitiere ich Joachim Scharfenberg, dem ich die Methode verdanke: „Pastoralpsychologen sind dafür bekannt, dass sie lieber Geschichten erzählen als dass sie argumentieren. Sie greifen damit den relativen Wahrheitsgehalt des so reichlich diskreditierten pietistischen Zeugnis-Ablegens auf und verbinden dies mit den Elementen einer narrativen Theologie.“²

2. Vorbemerkung

Ich weiss, dass ich eine Erfahrung im Machtbereich des Heiligen nicht einfach machen oder herbeizwingen kann. Ich weiss aber auch, dass es dumm wäre, mich nicht trotzdem darauf vorzubereiten. Diese Arbeit beschreibt, was ich von meiner Seite aus tun kann. Dass Gott in seinem Handeln souverän bleibt, steht ausser Frage.

¹ Oder mit Scharfenberg, S. 165f gesagt: „Noch immer scheint es das Ziel aller akademischen Ausbildung zu sein, Menschen dazu zu erziehen, die eigene Subjektivität zu überwinden und sich den objektiven Denkgesetzen strenger Wissenschaftlichkeit zu fügen.“ Er geht einen anderen Weg und gibt schliesslich zu: "Ich meine ausserdem die Erfahrung gemacht zu haben, dass die Verweigerung von persönlichen Stellungnahmen und die totale Abstinenz in Lernbeziehungen den Lernenden um so stärker an seine narzisstischen Grössenphantasien über den Lehrer ausliefern. Ich habe es unter Schmerzen gelernt, mich auch selbst ein Stück weit zu zeigen und dadurch Teilidentifikationen zu ermöglichen, die offenbar zum Erwerb von eigener Erfahrung als die unerlässliche Voraussetzung anzusehen sind.“ Der daraus folgende Austausch muss unbedingt gleichberechtigt und partnerschaftlich sein und das Vertrauen in die eigenen Erfahrungen des Lernenden stärken und damit sowohl Identität als auch Kompetenz fördern.

² Scharfenberg, S. 169.

Ihren Sitz im Erleben hat meine Arbeit also *nach* der Erfahrung der Rechtfertigung. Sie beschreibt einen Ausschnitt aus dem Bereich, den die Alten „Heiligung“ genannt haben. Die Rechtfertigung ist nicht die Endstation, sondern die enge Pforte, durch die wir das Haus betreten, in dem das Fest stattfindet.³

3. Woher ich komme - Ostwestfälische Wurzeln

Ich wurde in Herford (D) geboren, nicht in Sünde, wie mir einige geschundene Seelen gelegentlich einreden wollten. Aufgewachsen bin ich in Ostwestfalen in einer typisch volkscirchlichen Familie als einziges Kind meiner Eltern. Beide waren nicht sonderlich kirchlich. Ich erinnere, dass mich mein Vater Heiligabend mit in die Kirche nach Enger nahm. Gleichwohl waren sie entsetzt, als ich als Teenager bei der Hochzeit meiner Cousine ein Buch im Gottesdienst auspackte und zu lesen beginnen wollte. „Das gehört sich nicht“, raunten sie mir zu.

Meine Grosseltern hatten einen deutlich stärkeren Kirchenbezug. Meine Oma, die mit uns im Haus wohnte, war eine fromme Frau, deren Mann kurz vor meiner Geburt gestorben war. Von ihr habe ich beten gelernt. Von ihr weiss ich auch, wie kostbar die Lieder aus dem Gesangbuch sind. Oft genug hörte ich sie singen, wenn ich abends nach Hause gekommen und auf dem Weg in mein Zimmer war. „In wieviel Not hat nicht der gnädige Gott über dir Flügel der Liebe gebreitet.“ (rg 242)

Die Eltern meiner Mutter wohnten in derselben Ortschaft. Sie waren deutlich pietistisch geprägt und gingen zur Gruppenstunde der Landeskirchlichen Gemeinschaft. Mein Opa sang mehr als ein halbes Jahrhundert im Kirchenchor und wäre früher fast in die Mission gegangen. Beide erzählten mir, als ich mit ihnen den Gottesdienst zu ihrer diamantenen Hochzeit vorbereitet habe, sie hätte in jungen Jahren Jesus hoch oben in den Tannenwipfeln gesehen. Und von da an sei alles gut gewesen.

Ich hatte meinen ersten Kontakt mit der Kirche im Religionsunterricht und dem anschliessenden Konfirmationsunterricht. Seit der 6. Klasse wusste ich, dass ich Pfarrer werden wollte. Mein Konfirmationspfarrer Wilfried Muthmann hat mich tief geprägt. Sein Name war Programm. Ich habe keinen zweiten Menschen getroffen, der mich immer wieder so ermutigt hat und der sich auf so vielen Ebenen für Frieden eingesetzt hat. Er hat mir unserer Kirchgemeinde Oldinghausen-Pödinghausen einen Spielraum gewährt, der einzigartig war. Und ich habe lange Jahre gedacht, dass das selbstverständlich für einen Pfarrer ist. Erst später ist mir aufgegangen, wie selten ein solcher Pfarrer anzutreffen ist. Ein Pfarrer, der sich selbst nicht in den Vordergrund drängt und der für andere da ist, der Türen öffnet, wo andere Türen schliessen.

Gleich nach der Konfirmation habe ich meine kirchliche Karriere im Helferkreis des Kindergottesdienstes begonnen. Es folgten zeitweise parallel verschiedene Bibel- und Jugendgruppen, zunächst als Teilnehmer dann mehr und mehr auch als Leiter. Nebenbei habe ich den Gemeindebrief unserer Kirchgemeinde redigiert und im Öffentlichkeitsreferat des Kirchenkreises Herford gearbeitet.

Dem Abitur schloss sich das Studium an der Kirchlichen Hochschule in Bethel (KiHo) an, ganz in der Nähe meines Wohnortes. Ich wollte den Kontakt zu meiner Kirchgemeinde nicht verlieren. Mir war es wichtig, das, was ich morgens an der KiHo

³ Zink, Geist, S. 161ff.

gelernt habe, abends in der Praxis zu testen. Das waren intensive Jahre. Früh packte mich die Begeisterung für die Pastoralpsychologie. Klaus Winkler, neben Dietrich Stollberg und Joachim Scharfenberg damals der führende deutsche Pastoralpsychologe, war unser Dozent, später auch Michael Klessmann.

Nach einem Praktikum in der Krankenhauseelsorge konnte ich die zweijährige Ausbildung in der Telefonseelsorge beginnen - eine Ausbildung von unschätzbarem Wert. Neben den konkreten Seelsorgesituationen ging es zunächst und vor allem um Selbsterfahrung. Winkler sprach vom „persönlichkeitsspezifischen Credo“, das zu fördern und zu entdecken sei. Das habe ich für mich durchbuchstabiert und dabei notwendige Enttäuschungen hinter mir gelassen: wie ist das mit meinen Allmachtsphantasien? Wohin mit meinen Verschwindensängsten? Wie ist das mit Lieben und Geliebtwerden? Wieso rede ich so von Gott, wie ich von ihm rede? In der Auseinandersetzung mit der Religionskritik und dem Narzissmus sind mir die lebensfördernden Kräfte des Glaubens neu aufgegangen.

Erst gegen Ende des Studiums ist mir durch Paul Tillich auch Martin Luther in den Blick gekommen. Tillichs Neuformulierung⁴ von Luthers Rechtfertigungslehre ist für mich nach wie vor von zentraler Bedeutung. Gott nimmt mich an, obwohl ich ihm nichts zu bieten habe, obwohl ich mich selbst so schlecht annehmen kann. Allein aus Gnade ruft mich Gott ins Leben. Und das einzige, was ich zu tun habe, ist darauf zu vertrauen. Das neue Leben in der Freiheit eines Christenmenschen war mir am Ende meines Studiums theoretisch klar: „Ich bin ein freier Herr über alle Dinge und niemand Untertan. Und ich bin ein dienstbarer Knecht aller Dinge und jedermann Untertan.“⁵

Was das in der Konsequenz heisst, und wie die Güter Gottes ins Fließen geraten, das habe ich erst sehr viel später gelernt. Denn „alle christliche Lehre, Werk und Leben, kurz, klar, im Übermass begriffen, ist in den zwei Stücken Glauben und Lieben, durch welche der Mensch zwischen Gott und seinem Nächsten gesetzt wird als ein Mittel, das da von oben empfängt und unten wieder ausgibt und gleichsam ein Gefäss oder Rohr wird, durch welches der Brunn göttlicher Güter ohne Unterlass fließen soll in andere Leute. Siehe, das sind dann recht gottförmige Menschen, welche von Gott empfangen alles, was er hat, in Christo, und wiederum sich auch, als wären sie der anderen Gott, mit Wohltaten erweisen.“⁶

Als ich 1998 mit den Vorbereitungen für das Examen begonnen hatte, hiess es plötzlich von Seiten des Landeskirchenamtes in Bielefeld, dass nicht alle Absolventen ins Vikariat übernommen werden könnten. Leider stellte sich heraus, dass ich zu denen gehörte, die nicht übernommen wurden, trotz Beurteilung nach dem Assessment: „Besonders zum Pfarrdienst empfohlen“. Die Welt brach über mir zusammen. Ich war sauer. Ich dachte, Gott und ich, wir hätten etwas abgemacht. Und nun das. Dann begann eine zweijährige Odyssee, die mich neben der Medizintechnik und der kirchlichen Jugendarbeit auch zur Redaktionsarbeit bei verschiedenen Zeitungen führte. Wenn schon nicht Pfarrer, dann eben Journalist! Es lief gut, die Arbeit in den Lokalredaktionen machte Spass. Es schien sich eine Perspektive abzuzeichnen. Doch der Wunsch, Pfarrer zu werden, war stärker. Deshalb versuchte ich, ein Vikariat in der Schweiz einzufädeln. Mein Professor Alfred Jäger, selbst Appenzeller, hatte mir geholfen. Und so kulminierte an einem Wochenende alles. Innerhalb weniger Stunden hatte ich drei Angebote: Zur *taz. die tageszeitung* nach Hamburg, als Volontär zum *Mindener Tagblatt* oder als Vikar ins Appenzellerland. Ich brauchte nicht lange zu überlegen.

⁴ Vgl. Tillichs Gedanken zum „Mut zum Sein“ in Tillich, S. 89ff.

⁵ Luther, Freiheit. S. 239.

⁶ Luther, WA 10, I/1. Zitiert nach Ebeling, 178f.

Das ist - in aller Kürze - die Ausgangslage, in der ich zum Vikariat in Waldstatt und im Schönengrund antrat. Im Laufe des Vikariats dämmerte mir, dass Gott wohl nur nicht gewollt hat, dass ich in Westfalen Pfarrer werde. Er schien nicht generell gegen das Pfarramt zu sein, wollte mich aber wohl an einem anderen Ort.

4. Schlüsselerlebnisse im Schönengrund - oder: Der Bauer und die Konfirmation

Nachdem ich im Herbst 2000 mein Vikariat im Appenzeller Hinterland angetreten hatte, habe ich schnell bemerkt, dass mir meine universitäre Ausbildung nur einen Bruchteil dessen an die Hand gegeben hat, was ich im Pfarrberuf brauchen würde. Ich war Theologe, Akademiker mit verschiedenen Begabungen. Aber ich war kein Geistlicher. Und das war die Rollenerwartung, die an mich (in der reformierten Kirche!) herangetragen wurde. Dass ich auch noch etwas anderes konnte und wollte, das war zwar interessant. Aber wesentlich war, ob ich beten und segnen konnte. Ob ich den Gottesdienst feiern oder nur über die Bühne bringen wollte.

Zwei Erlebnisse haben mich tief geprägt. Zum einen war da ein Gottesdienst im Schönengrund. Ich hatte mich intensiv besonders auf die Predigt vorbereitet. Beim Verabschieden an der Kirchentür sagte mir ein alter Bauer: „Herr Syring, was Sie da in der Predigt gesagt haben, das ist schon recht. Aber ich komme nur wegen des Segens.“

Nachdem ich meine erste Kränkung geklärt hatte, konnte ich mich auf das einlassen, was mir der Bauer sagen wollte. Für ihn war es eine tiefe Erfahrung, dass er sich zwar um sein Vieh nach bestem Wissen und Gewissen kümmern kann, dass aber Wachstum und Gedeihen nur sehr begrenzt in seiner Hand liegen. Er kann wohl beste Voraussetzungen schaffen, aber, das wusste er, das allein reicht nicht aus. Deshalb war ihm der Segen so wichtig, deshalb sagen die Bauern, wenn sie einen anderen Bauern besuchen beim Tritt über die Schwelle: „Glück im Stall!“

Der Segen im Allgemeinen und im Besonderen im Gottesdienst war mir bisher nicht sonderlich aufgefallen. Er gehörte als Abschluss des Gottesdienstes einfach mit dazu. Das war eigentlich alles. Was Segen und Segnen sonst noch bedeuten könnte, das war mir bisher nicht als Frage aufgetaucht. Der Bauer hatte mich jedoch auf eine Spur gesetzt.

Dann kam die Konfirmation im Schönengrund. Ich hatte mit den KonfirmandInnen lange über verschiedene Segensgesten gesprochen, niederknien, wie ich es bei meiner Konfirmation getan hatte, wollten sie auf keinen Fall. Wir hatten uns dann irgendwann auf eine Form geeinigt, bei der wir uns zu zweit gegenüber standen und ich meine rechte Hand in etwa 10 cm Abstand über ihren Kopf gehalten habe.

Während der Gottesdienst zur Konfirmation die üblichen Stresspunkte hatte, konzentrierte sich vieles im Moment des Segnens. Die Jugendlichen kamen einzeln nach vorne und ich hatte während des Segnens sehr deutlich das körperliche Gefühl, dass jetzt etwas passiert, das nicht in meiner Hand liegt. Irgendetwas, das weit über mich hinaus geht, realisierte sich dort. Ich selbst war bestenfalls noch Handlanger, mehr nicht. Ich war überwältigt.

Die Erfahrung, die ich bei der Konfirmation im Schönengrund gemacht habe, hat eine intensive Suchbewegung bei mir ausgelöst. Ich wollte mehr wissen. Wollte verstehen, was da mit mir und durch mich geschehen ist. Welche Kraft da von mir Besitz er-

griffen hatte. In wessen Dienst ich da genommen wurde. Diese Suche führte mich zunächst zu meinen Vikariatseltern, Johannes Stäubli und Barbara Stehle-Stäubli, die mich schon zu Beginn meines Vikariats auf meine religiöse Praxis angesprochen hatten. Wir waren schnell wieder bei Manfred Josuttis und dem Führer in den Bereich des Heiligen.

Ich bin meinen Vikariatseltern unendlich dankbar. Sie haben vieles in mir in Bewegung setzen können. Doch diese Führer konnten sie für mich nicht werden; wohl aber wesentliche Wegweiser! Ihnen ist es ja zuallerst zu verdanken, dass ich überhaupt mit diesem Machtbereich in Kontakt kommen konnte. Eine eigene Praxis jedoch, von der ich hätte lernen, die ich hätte erproben können, hatten sie nicht.

Also Josuttis. Er beschreibt den Glauben als eine Kraft Gottes (Röm 1, 16), als die Macht des Evangeliums, die sich realisieren will. Luthers evangelischer Austausch klingt bei Josuttis so: „Nicht nur Gedanken werden getauscht, nicht nur Gefühle geraten in Fluss, wirksam wird jetzt eine transempirische Macht, die zwei spürbare Bewegungen auslöst“⁷, einen Abfluss und einen Einfluss. Denn „die Kraft des Segens wird Wirklichkeit in einer Handlung, die alle Dimensionen menschlichen Daseins umfasst. Der Leib muss zum Kanal einer Lebenskraft werden, die durch ihn hindurchströmt. [...] Zum Handwerk des Segnens gehört nicht zuletzt die Einstellung jener Hände, durch die die Kraft des Segens zum Nächsten hinfließen soll.“⁸

Die neue Gedankenwelt, die mir Manfred Josuttis da eröffnete, faszinierte mich. Ich konnte aber erst nach und nach darin eintauchen, denn ich war damals in meinem Denken noch zu sehr in der Pastoralpsychologie verhaftet. Und weder bei Klaus Winkler noch bei Michael Klessmann hatte ich Äusserungen zu einer geistlichen Praxis gefunden oder gehört. Und auch Dietrich Stollberg hielt sich damals noch sehr zurück. Was Klaus Winkler mit dem persönlichkeitspezifischen Credo⁹ beschrieben hatte, hatte mehr mit glaubenstypischen Inhalten und Verhaltensweisen zu tun als mit individuell-gestalteter geistlicher Praxis. Ihm ging es um eine Realitätsbewältigung, in der der christliche Glaube nicht auf frühkindlichen Ebenen stecken bleibt - oder darauf zurück fällt. Die Ambivalenzen des Lebens gilt es - so Winkler - nicht einseitig aufzulösen. Das Ergriffenwerden von einer anderen Macht war in seinem Konzept nicht vorgesehen.

Erst Jahre später habe ich entdeckt, dass vor allem Joachim Scharfenberg in seinem letzten grösseren Werk, der 1985 erschienenen „Einführung in die Pastoralpsychologie“ (die folgenden Seitenzahlen beziehen sich auf dieses Buch), mehrfach die Bedeutung der Meditation betont. Ich hatte mir das Buch schon während meines Studiums gekauft und gelesen - mit Ausnahme der Seiten über Meditation. Die hatte ich bezeichnenderweise übersprungen!

Joachim Scharfenberg, der wie Klaus Winkler bei Otto Haendler promoviert hatte, beschreibt die Meditationspraxis seines Doktorvaters, die er aus eigener Anschauung kannte und offenbar auch weiterhin praktizierte (111). Für ihn ist die Meditation eine „Erziehung zur Sprachfähigkeit“ (110) und „man sollte sich klarmachen, dass das Geheimnis der Meditation tatsächlich die ständige Übung ist!“ (111) Für Scharfenberg ist Meditation „zunächst nichts weiter als ein methodischer Weg zu gezielter Selbstwahrnehmung“ (164). Sie leitet „zu ganzheitlicher Erfassung von innerer Wirklichkeit“ (165) an, aber auch zur „ganzheitlichen Aufnahme und Respektierung von Transzendenz. In der Einheit von 'Fühlung und Distanz' ermöglicht Meditation den Aufbau

⁷ Josuttis, Einführung, S. 133.

⁸ Josuttis, Segenskräfte, S. 108.

⁹ Vgl. Winkler, Seelsorge und Ders., Kinder.

innerer Struktur auf dem Weg über eine bewusstseinsfähige religiöse Erfahrung“ (165) und es kann ein „Hauch davon spürbar“ werden, „dass es auch einen fundamentalen 'Gleichklang' zwischen mir und der 'Wolke der Zeugen' gibt.“ (166) „Im Austausch von meditativ gewonnener religiöser Erfahrung zeigt sich nämlich sehr rasch, dass es hier kein 'Richtig' oder 'Falsch' gibt, sondern nur das Je-Meinige und das Je-Deinige.“ (166) Scharfenberg fordert deshalb eine „antihierarchische Struktur“ (166) im Austausch.

Wie kann so ein Lernprozess aussehen?

5. Geistliches Lernen - Vom Theologen zum Geistlichen

5.1. Gabriel Bunge: „Geistliche Vaterschaft“ - Kein Modell für VikariatsleiterInnen

In der Nachbargemeinde in Urnäsch traf ich während meines Vikariats auf den dortigen Pfarrer Markus Grieder. Er selbst hat eine jahrzehntelange eigene Meditationspraxis und war gerne bereit, mich in die Grundvollzüge einzuführen. Seine Taizégebete am Freitagabend besuchte ich von da an regelmässig. Und so nahm er meine Frau und mich zum ersten Mal mit nach Taizé. Ziemlich schnell wurde mir klar, dass ein mühsamer aber auch sehr interessanter Weg vor mir lag. Den Schritt zu einer konsequenten Praxis konnte ich damals noch nicht gehen. Ein Meditationsbänkchen hatte ich mir aber bald besorgt. Und Markus hat immer noch ein offenes Ohr für meine Fragen. Bei ihm habe ich einen Vorgeschmack für das bekommen, was geistliche Vaterschaft meinen könnte.

So verdanke ich Markus Grieder den Hinweis auf Gabriel Bunge, einen Eremiten, der sich im Tessin intensiv mit den Schriften eines der wichtigsten Wüstenväter beschäftigt, mit Evagrius Ponticus. Bunge untersuchte auch Evagrius' Gedanken zur geistlichen Vaterschaft. Ich finde diesen Ausdruck besonders schön, weil er für mich in der alten Wendung vom Vikariatsvater oder der Vikariatsmutter mitschwingt. Ich selbst habe, wie oben bereits erwähnt, meine eigenen Vikariatsleitenden als Vikariatseltern erlebt und die Tiefe der Beziehung, die bis heute trägt, schätzen gelernt. Sie waren und sind mir Eltern in einem geistlichen Sinne, wir sind aneinander gewiesen. Freilich auch mit allen Spannungen, die dazu gehören, wenn die Kinder erwachsen werden wollen.

Für Bunge¹⁰ ist der Sinn geistlicher Vaterschaft natürlich mehr als Vikariatsleitende zu leisten vermögen. Schon allein das Setting verhindert eine derartige Beziehungstiefe. Solange ich als Vikariatsleiter das entscheidende Kreuz zur Prüfungszulassung setzen muss, scheidet eine geistliche Vaterschaft genauso wie eine geistliche Begleitung aus. Dass diese Dimension für viele (sicherlich trotzdem) gute Vikariatsleitende auch ohne eigene Relevanz bleibt, ist eine weitere Frage. Ohnehin wählen VikarInnen nach meinem derzeitigen Wissen ihre VikariatsleiterInnen nach anderen Kriterien aus, z.B. dem Ort oder dem Arbeitsschwerpunkt der Kirchgemeinde. Aber gerade im Hinblick auf die aktuelle Diskussion rund um die sogenannten „Geistliche Begleitung“¹¹ scheint hier eine zusätzliche Dimension auf, die in der Vikariatsbeziehung fruchtbar gemacht werden könnte. Denn auch wenn eine tiefere Seelsorgebeziehung zwischen Vikariatsleiter und

¹⁰ Bunge. Die folgenden Seitenzahlen beziehen sich auf dieses Buch.

¹¹ Vgl die Diskussion rund um den Artikel Stollberg, Zwischenruf, und die Repliken von R. Stolina und anderen in PTh 99, 2010, Heft 7. Die dort geführte Diskussion legt deutlich offen, dass die deutschsprachige Pastoralpsychologie allzu lange die Frage der religiösen Entwicklung und die Thematisierung von Glaubenserfahrungen in ihren Publikationen ausgespart hat. Das ‚spezifisch Christliche‘ ist selten deutlich geworden.

VikarIn nicht möglich ist, kommen seelsorgerliche Themen ja doch immer wieder mal zur Sprache. Gleiches gilt für geistliche Themen.

Für Bunge ist der „Sinn wahrer - und daher auch ‚geistlicher‘ - Vaterschaft eben nicht Abhängigkeit [...], weder des Sohnes vom Vater noch umgekehrt. Sinn wahrer Vaterschaft ist vielmehr Lebensspendung, sie bedeutet, einem anderen Raum zu eigenem, freien Sein gewähren. Sinn geistlicher ‚Sohnschaft‘, denn ohne diese kann ‚geistliche Vaterschaft‘ gar nicht bestehen, ist freie Annahme dieses eigenen Seins als eines Verwiesenseins. ‚Vater‘ und ‚Sohn‘ sind, unabhängig vom natürlichen Geschlecht und Alter der Betreffenden, im geistlichen Raum Metaphern, die eine personale Beziehung zum Ausdruck bringen. Daher kennt die Tradition nicht nur geistliche ‚Väter‘, sondern auch geistliche ‚Mütter‘.“ (4)

Für ihn geht es um „die Erfahrung der *Überschreitung* der eigenen Individualität in der *Begegnung* mit einem Du, das den uralten Namen ‚Vater‘ trägt, weil dieser andere in dieser Überschreitung zum ‚erzeuger‘ eigenen Personseins wird. Im absoluten Sinn ereignet sich diese Erfahrung des Personwerdens einzig in der Begegnung mit dem Du Gottes, den wir Dank des Sohnes im Heiligen Geist daher auch *Abba*, *Vater* nennen dürfen.“ (4) Geistliche Vaterschaft ist das irdische Mittel, durch das die himmlische Vaterschaft Gottes erfahren wird. Und geistliche Vaterschaft hat ihre Rolle erfüllt, wenn der geistliche Sohn „zu wahrer, personaler Gotteserfahrung durchgedrungen ist.“ (5) Das ist natürlich im Rahmen des Vikariats nur schwer zu leisten. Das ist mir klar. Wichtig ist mir aber, dass diese Erfahrung durchaus vorstellbar ist und nicht von vornherein ausgeschlossen wird. („Weil, so schliesst er messerscharf, nicht sein kann, was nicht sein darf“¹², dichtete Morgenstern in seinen Galgenliedern.)

Geistliche Väter sind geistbegabt, „wegen des Heiligen Geistes, der in ihnen wohnt“ (5). Diese Vaterschaft ist Gnade, unverfügbar und an kein Amt gebunden. (6)

Der Weg geistlicher Vaterschaft vollzieht sich als Arkanum: „*Den Wohlgeruch deiner asketischen Mühen versiegle mit Schweigen.*“ (94) Gleiches gilt auch von allem, „was uns in unserer Zelle seitens der heiligen Engel oder der Dämonen widerfährt“ (94). Nichts als eitel Ruhmsucht ist es, hier leichtfertig ‚Offenbarungen‘ zu machen. „Daher weigert sich Evagrios auch, bestimmte dämonische Versuchungen [...] publik zu machen. Der Grund dafür ist einfach: Diese Dinge würden entweder Anstoss erregen oder Anfänger mutlos machen und abschrecken.“ (94)

„Die Arkana der Offenbarung sind hier prinzipiell jedem Getauften *im Glauben* zugänglich. ‚Mystik‘ ist denn auch nichts anderes als demütige, verschwiegene *Verinnerlichung der Theologie* auf dem mühevollen Weg der *Praktike*. Christliche Gnosis¹³ ist somit letztlich Ausdruck der *Ehrfurcht* vor Gott und dem Nächsten.“ (95)

Im Rahmen eines mystagogischen Konzeptes stellt Bunge den geistlichen Weg mit der Geschichte des Auszugs aus Ägypten dar. Die Weg, der mit der geistlichen Beziehung verbunden ist, führt ins verheissene Land, in die wunderbare Freiheit der Kinder Gottes.

5.2. Manfred Josuttis: Spirituelle Gymnastik - oder: Wie lerne ich segnen?

Manfred Josuttis hat in der zweiten Hälfte der 1990er Jahre seine Pastoraltheologie noch einmal neu gefasst. Waren PfarrerInnen für ihn bis dato einfach anders¹⁴, beschrieb er

¹² Morgenstern, S. 125.

¹³ Bunge meint hier die ursprüngliche Wortbedeutung, nicht die Häresie!

¹⁴ Vgl. Josuttis, Pfarrer.

sie fortan aus phänomenologischer Perspektive als FührerInnen¹⁵ in die verbotene und verborgene Zone des Heiligen.

Ich habe alles verschlungen, was ich von Manfred Josuttis in die Finger bekommen konnte. Er beschrieb wortmächtig, zu welchen Ergebnissen und Erfahrungen spirituelle Gymnastik führt. Wie diese Praxis konkret Gestalt gewinnen kann - darüber schwieg er. Wie ich später gelernt habe, aus gutem Grund¹⁶.

Vom Theologen zum Geistlichen, vom Akademiker zum Handwerker, das ist der Weg, den Manfred Josuttis vorsieht. In seinem Buch „Segenskräfte. Potentiale einer energetischen Seelsorge“ (die folgenden Seitenzahlen beziehen sich auf dieses Buch), das 2000 erschienen ist, beschreibt er die Konversionen, die - jenseits aller Charismen - aus einem Theologen einen Geistlichen machen.

Josuttis benennt die nötigen Voraussetzungen: „Der Leib muss zum Kanal einer Lebenskraft werden, die durch ihn hindurch strömt. Die Seele muss sich auf dieses Geschehen dergestalt konzentrieren, dass Störfaktoren weitgehend ausgeschaltet werden. Durch den Geist muss die Gegenwart der göttlichen Macht Ereignis werden.“ (108) Die Arbeit im Machtbereich des Heiligen „verlangt in jedem Fall die Präsenz einer Person, die von sich selbst entleert, vom Geist Gottes erfüllt, für den anderen geöffnet ist.“ (109) Die nötige Konversion wird mindestens zwei Dimensionen betreffen: „In wissenschaftlicher Hinsicht müssen dabei psychologische durch religiöse Handlungsmuster ersetzt werden. Und in persönlicher Hinsicht müssen Seelsorger/innen selbst die Veränderungskraft und die Tragfähigkeit jener Wirklichkeit einigermaßen erfahren haben, die im Handlungsrepertoire einer energetischen Seelsorge zur Welt kommen soll.“ (109) Denn „das zentrale Wirkungsfeld der Wirklichkeit des Heiligen bildet nicht die Theologie, sondern jene Praxis, die gegenwärtig gern Spiritualität genannt wird. Theologische Existenz, die ihren Gegenstand nicht nur subjektiv bedenken, sondern die dessen objektive Macht und Realität auch erfahren will, wird in der Struktur einer Frömmigkeitspraxis gelebt. Theologen können Geistliche werden, wenn sie sich der Wirkungsmacht des göttlichen Geistes methodisch auszusetzen lernen.“ (110) Das Problem für ein entsprechendes religiöses Ausbildungsmodell lässt sich zugespitzt deshalb so formulieren: „Ohne die Fremderfahrung (des Göttlichen) ist eine zureichende Selbststrukturierung nicht möglich.“ (110) „Die Veränderungsprozesse, die zur Bildung geistlicher Vollmacht führen, werden nicht durch interne Einsichten, sondern durch externe Einwirkungen ausgelöst. In der Frömmigkeitspraxis wird das theologische Subjekt zum Objekt einer Macht, die den Betroffenen bis in die Tiefen seiner Leiblichkeit ergreift und beeinflusst.“ (113) In solcher Frömmigkeitspraxis geht es folglich darum, zu lernen, sich dieser Macht auszusetzen, sich zu öffnen, bereit zu werden, in Resonanz zu treten, berührt, durchströmt zu werden.

„Deshalb besteht religiöses Training zu einem Grossteil aus Leibesübungen. Man muss sitzen, stehen, atmen, sehen lernen. Zum geistlichen Leben gehört, dass der Leib immer wieder von negativen Kräften gereinigt und mit der heilvollen Kraft des Evangeliums gefüllt wird. Die spirituelle Gymnastik zielt auf Energiegewinn.“ (113)

¹⁵ Josuttis weiss natürlich um den Beigeschmack, den das Wort ‚Führer‘ gerade im Deutschen Kontext hat. Er provoziert. Es geht ihm nicht um Starkult oder Machtmissbrauch oder narzisstische Grössenphantasien. Ihm ist schlicht und einfach bewusst, dass es auch im religiösen Kontext Menschen gibt, die mehr erfahren haben als andere - und die auch mehr können als andere. Und Josuttis weiss aus eigener Erfahrung, dass es für jemanden, der sich auf diesen Weg machen möchte, einfacher ist, wenn er sich jemandem anvertrauen kann, der den Weg kennt. Wenn Josuttis Führer meint, klingt eher der Bergführer mit, der zum Berg der Verklärung hinauf führt, als der Diktator.

¹⁶ Josuttis, Gast, S. 36ff.

5.3. Thesen zur Lernbeziehung zwischen VikarIn und Vikariatsleiter

- Die Beziehung ist die eines Aufeinander-verwiesen-seins. Das impliziert auch Stolpersteine und bedeutet ein behutsames Mitgehen auf dem Weg.
- Der Weg soll in die Freiheit führen. Das schliesst jedoch nicht aus, dass der Vikar, die Vikarin sich trotzdem auch auf Wegvorschläge einlassen sollte, die vom Vikariatsleiter gemacht werden, gerade auch im Hinblick auf geistliche Disziplin. Der Vikariatsleiter wird darauf zu achten haben, dass seine Vorschläge einen Raum eröffnen - nicht abschliessen.
- Es geht um die Verinnerlichung der bisher gelernten Theologie. Um einen Weg vom Kopf ins Herz.
- Der Vikariatsleiter begleitet den Weg vom Theologen zum Geistlichen. Das setzt bei ihm eine eigene geistliche Praxis, in welcher Form auch immer, voraus. Wenn er schon nicht geistlicher Vater oder Führer sein kann, sollte er wenigstens ein guter Wegweiser sein. Ein Wegweiser muss den Weg nur weisen, nicht selbst gehen!
- Idealerweise kann der Vikariatsleitende den Vikar, die Vikarin dazu anleiten, dass sie lernen, sich der Wirkungsmacht des göttlichen Geistes methodisch auszusetzen. Im Minimum im gottesdienstlichen Geschehen!
- Die Veränderungsprozesse, die auf dem Weg zur Bildung geistlicher Vollmacht entstehen, werden nicht durch interne Einsichten, sondern durch externe Einwirkungen ausgelöst. Dazu braucht es bei den ersten Schritten, die im Vikariat allenfalls möglich sind, behutsame Begleitung.
- Lernen geschieht auch durch Teilidentifikation. So werden eigene Erfahrungen möglich. Der darauf folgende Austausch muss unbedingt gleichberechtigt und partnerschaftlich sein und das Vertrauen in die eigenen Erfahrungen des Lernenden stärken und damit sowohl Identität als auch Kompetenz fördern.¹⁷ Möglich wäre zum Beispiel ein gegenseitiges Erzählen der eigenen Glaubensgeschichte oder das Vorstellen des eigenen Glaubenspanoramas.
- Im Rahmen des Arkanums wird sich der Vikariatsleiter nur soweit öffnen, wie es für den Lernenden hilfreich ist. Erst auf Nachfrage wird er weiteres von sich preisgeben. Auch hier: Es geht nicht um das Bekenntnis einer schönen Seele!

6. Geistliches Lernen - Viele Wege

6.1. Manfred Josuttis: Konkrete Praxis

Noch in den ersten Amtsjahren habe ich Manfred Josuttis dann persönlich für eine Weiterbildung unseres Pfarrkonvents gewinnen können. Wir trafen uns in Basel und neben den üblichen Vorträgen und Diskussionen liess er sich dann tatsächlich in die Karten schauen und zeigte uns bereitwillig seine Morgenübung, die er täglich direkt nach dem Aufstehen macht. Sie wurde mir von da an ein treuer Begleiter, jahrelang habe ich diese Übung mit grossem Gewinn gemacht, leider bin ich nach der Geburt unserer Kinder aus dem Rhythmus gekommen. Inzwischen habe ich den Faden wieder aufgenommen.

Josuttis verabschiedete sich aus Basel mit der Einladung, ihn und seine Seminare doch einmal etwas intensiver zu besuchen. Meine Frau und ich mussten nicht lange überlegen und haben uns kurzentschlossen für den nächsten Kurs im Kloster Germerode (D) angemeldet. Dort führte er uns an sieben Wochenenden intensiv in seine Grundübungen

¹⁷ Ein erster Einstieg kann der Anfragebogen im Anhang sein.

ein. Jede Form der Verschriftlichung lehnte er ab, das alles sei Wissen, das nur mündlich vom Lehrer zum Schüler weitergegeben werden könne und dürfe. Ein Wissen, das er aus der akademischen Diskussion heraus halten wollte. Ein Wissen, das er, so drückte er sich aus, von einem Menschen gelernt habe, von dem er nicht wisse, ob dieser jemals eine Kirche von innen gesehen habe. Erst in seinem Buch zum 80. Geburtstag „Ich bin ein Gast auf Erden“ gibt er weitere Informationen und Hintergründe schriftlich preis. Mündlich war er jederzeit gerne bereit, weitere Auskünfte zu geben. „Sie können gerne nachfragen, wenn Sie etwas nicht verstanden haben. Aber ich diskutiere nicht darüber“, sagte er. Er wusste, warum.

Die Wochenenden wurden im Kloster gerahmt durch die liturgischen Tagzeitengebete. Da habe ich einen kleinen Geschmack bekommen, wie schön es ist, im Chor einer alten Kirche gemeinsam mehrstimmig zu singen. In unserem Vikariatskurs hatten wir das auch manchmal ausprobiert, waren dabei aber nicht sehr erfolgreich. Und diese Tagzeitengebete haben mich auch inspiriert, sie in Bühler zu integrieren.

Mit einem ganzen Strauss ungewohnter und neuer Übungen kamen meine Frau und ich jeweils von den Wochenendseminaren nach Hause und übten fleissig weiter. Bekommen hatten wir: Eine Morgenübung und eine für den Tagesabschluss. Energetische Resonanzübungen zu den Tagzeitengebeten (alle drei Stunden), vier Energieflussübungen und eine Form des Herzensgebetes, die die Chakren reinigt und neu füllt. Dazu eine Taufvergegenwärtigung und einen Schutzmantel. Ich muss zugeben, dass ich etwas völlig anderes erwartet hatte. Zum ersten Wochenende war ich noch mit meinem Meditationsbänkchen angereist - ich habe es nicht gebraucht. Nach einer anfänglichen Überraschung und auch einer gehörigen Portion Skepsis habe ich mich gerne auf die Übungen eingelassen, in dem Vertrauen, dass Manfred Josuttis weiss, was er tut.

Ich habe bemerkt, wie sich durch diese Übungen mein Energiehaushalt spürbar verändert hat. Und nach den Rückmeldungen aus der Kirchgemeinde zu schliessen auch meine pfarramtliche Praxis. Eine Frau aus der Kirchgemeinde fragte mich einmal, woher ich „diese Power“ habe. In einem selbst entwickelten Glaubenskurs („Glauben praktisch“) habe ich versucht, Antwort zu geben. Und beim Segnen gerät nun tatsächlich etwas in Bewegung.

6.2. Neue Angebote in der Kirchgemeinde

In der Folge kamen weitere neue Angebote in der Kirchgemeinde dazu.

Ein **Abendgebet**, ähnlich wie es Markus Grieder in Urnäsch feiert, hatte ich mit meiner Frau ausgetüftelt und schon wenige Wochen nach Amtsantritt in Bühler eingeführt. Im Zentrum steht eine zehnminütige Stille. Der Rahmen ist streng liturgisch: Eröffnung, Lied, Jes 43, 1-5, Lied, Psalmgebet im Wechsel, Stille, Zwischenmusik, lectio continua, Lied, Unser Vater, Lied, Segen (im Energiekreis). Seit jetzt bald 16 Jahren ist es noch nie ausgefallen. Wenn ich verhindert bin, übernimmt jemand aus der Gemeinde die Leitung. So klar der Rahmen ist, so unterschiedlich füllen meine "VertreterInnen" dieses Gebet auf ihre Weise und im Rahmen ihrer Möglichkeiten. Und selbstverständlich gehe ich auch zu Abendgebeten, wenn ich Urlaub habe und in Bühler bin. Vor allem während meines Studienurlaubs waren mir die Freitagabendgebete ein sicherer Ankerplatz. Manches Mal sitzen wir hinterher noch bei einer Pizza oder einem Glace zusammen, vielleicht einer etwas subtilen Form der Eucharistie.

2005 kamen **Morgengebete** hinzu, am Dienstag (und später auch für zwei Jahre am Mittwoch) und am Donnerstag, donnerstags mit Abendmahl, die ganz ähnlich aufgebaut sind wie das Abendgebet. Auch hier: Wenn ich nicht da bin, übernehmen Mitbetende

aus der Gruppe. Sie setzen mit grosser Liebe das Abendmahl ein. Wer mich vertreten möchte, wird von mir in die Praxis eingeführt. Das ist einer meiner Beiträge zur Schulung des Priestertums aller Gläubigen.

Sind das nicht ein bisschen viel Tagzeitengebete? Diese Frage ist berechtigt. Und ich habe stets betont, dass ich die Angebote für mich mache, weil ich sie brauche. Und wer mitmachen möchte, ist herzlich eingeladen und stets willkommen. Mit meiner Kirchenvorsteherschaft habe ich von Anfang an abgemacht, dass ich pro Arbeitstag eine halbe Stunde (Arbeits-)Zeit habe zur Pflege meiner persönlichen Frömmigkeit. Und an dieser Zeit möchte ich die Gemeinde teilnehmen lassen - wenn sie mag.

Monatliche Treffen zur **Meditation des Herzensgebetes** folgten 2006, klassisch auf dem Bänkchen im Rechteck sitzend, ganz ähnlich wie es die Gemeinschaft via cordis im Flüeli Ranft lehrt. Vom dortigen Leiter Franz-Xaver Jans bin ich ins Herzensgebet in seiner Sitzvariante eingeführt worden.

In der Osternacht 2006 haben wir zum ersten Mal zu einer **Segnungsfeier** eingeladen, die wir seitdem regelmässig, inzwischen zwei Mal pro Jahr, anbieten. Dazu habe ich ein Team von Freiwilligen, die gerne mithelfen, salben, berühren und sich berühren lassen.

Die monatlichen **Taizéfeiern** werden von einem Team vorbereitet, das auch regelmässig nach Taizé fährt und dort direkt an der Quelle wieder auftankt.

Und seit 2014 laden wir wöchentlich zur **Meditativen Körperarbeit** ein. Für dieses Angebot konnten wir einen Yoga-Lehrer gewinnen, der aus der Schule von Selvarajan Yesudian kommt, einem indischen Christen, der Christentum und Yoga in seiner Praxis zusammen gebracht hat.

Leider haben wir zur Zeit keine Gruppe, die sich intensiver mit der Bibel beschäftigt - mal von der Bibelstunde im Altersheim abgesehen.

Mit diesen Angeboten haben wir in Bühler unser Feld gut bestellt. Unsere VikarInnen können es beackern und eigene Erfahrungen machen. Bei der Vielzahl der Angebote können sie auswählen, ausprobieren, gucken, was ihnen entspricht.

6.3. Ralf Stolina und das Lebens-Gespräch mit Gott

Noch während des Kursjahres bei Manfred Josuttis hatte ich mich zur **Langzeitweiterbildung „Spirituelln“** bei a+w in Zürich angemeldet. „Dem Unaussprechlichen Raum geben“, war der Kurs unternitelt, den ich bis zur Masterstufe absolviert habe. Im Rahmen der Ausbildung haben wir zum einen die praktische Meditationsausbildung im Herzensgebet vertieft, zum anderen wurden wir auch in die Geschichte der Mystik eingeführt und mit verschiedenen Mystikkonzepten vertraut gemacht. Eine halbe Stunde täglicher Übungszeit gehört zur Grundverpflichtung.

Neben den vielen Dozentinnen und Dozenten, die uns während der Ausbildung besucht haben, ist mir vor allem Ralf Stolina wichtig geworden. Von ihm habe ich gelernt, wie sich das „Lebensgespräch mit Gott“ konkretisiert. War ich während des Studiums vor allem damit beschäftigt, *über* Gott zu reden, verschob sich der Fokus in meiner Pfarramtspraxis und auf meinem geistlichen Weg mehr und mehr zum Gespräch *mit* Gott. Stolina schreibt: „Alles Wissen von Gott und Erkennen Gottes ist ein Gewahrwerden im Lebensverhältnis mit Gott und muss, entgegen einer davon absehenden und ab-

strahierenden Feststellung, transparent bleiben für die Begegnung mit Gott, aus ihr heraus erfolgen und in sie hinein führen“¹⁸, schreibt Ralf Stolina. Und er fordert auf zu einem Lebensgespräch mit Gott, geführt im heilvollen Abstand. Es ist die „kostbare Grunderfahrung des jüdisch-christlichen Glaubens, dass wir Menschen und die gesamte Schöpfung mit Gott eine Geschichte haben, und jeder Mensch berufen ist zu seiner individuellen, einmaligen Lebensgeschichte, seinem Lebens-Gespräch mit dem lebendigen Gott.“¹⁹ Ihm verdanke ich die Grundlage für meine Anleitung zur Schriftmeditation, die ich im Anhang beilege.

In der Übung des Herzensgebets habe ich von verschiedenen LehrerInnen auch das ‚Gott atmen‘ der Ostkirche kennen und lieben gelernt. In der mantrischen Anrufung Gottes entsteht eine innige Nähe, die die Gedanken klärt und in Kontakt mit höheren Bewusstseinsstufen²⁰ führt. Im Beten ohne Unterlass, wie Paulus es 1Thess 5, 17 empfiehlt, liegt ein grosser Segen.

6.4. Dietrich Bonhoeffer und das Predigerseminar Finkenwalde

In meiner Masterarbeit²¹ habe ich den Ansatz, den ich in dieser Arbeit auf mein eigenes Leben anwende, auf Dietrich Bonhoeffer angewendet. Entlang seines Lebenslaufs habe ich heraus gearbeitet, wie er sich der Einübung des Glaubens und einer Frömmigkeitspraxis stellt und welche Entwicklungen sich aufzeigen lassen. Ich habe gezeigt, dass Bonhoeffer selbst mystische Erfahrungen gesammelt haben muss (auch wenn er sich selbst niemals als Mystiker bezeichnet hätte) und sowohl die Seminaristen als auch seine Verlobte Maria von Wedemeyer darauf vorbereiten wollte.

In unserem Zusammenhang verweise ich etwas ausführlicher auf die Erfahrungen, die er und seine Vikare im Predigerseminar gemacht haben. Bonhoeffer hatte während des Hitlerregimes im Auftrag der Bekennenden Kirche ein Predigerseminar in Finkenwalde aufgebaut und nach dessen Schliessung im Untergrund illegal an unterschiedlichen Orten weiter betrieben.

Die Kandidaten, die zu Bonhoeffer ins Predigerseminar kamen, lernten auf (mindestens) drei Ebenen. Zum einen durch den ebenso straffen wie durchorganisierten Tagesablauf. Zum zweiten durch die Diskussionen in den Lehrveranstaltungen. Und zum dritten - und das geschah ohne ausdrückliche vorherige Planung - durch die politische Bewusstseinsbildung a) im Besonderen im Rahmen der Bekennenden Kirche und b) im Allgemeinen im gesamtpolitischen Umfeld des Dritten Reiches.

6.4.1. Der äussere Rahmen des Predigerseminars

Sowohl die Arbeit als auch das Leben im Predigerseminar verstand Bonhoeffer auch in seiner äusseren Form als „Einübung in den Glauben“²².

So folgten die Tage einer klaren Struktur:

¹⁸ Stolina: Niemand, S. 175

¹⁹ Stolina, Lebens-Gespräch, S. 290f.

²⁰ Dazu später bei „7. Geistliches Lernen - drei Grundübungen“ mehr.

²¹ Syring, Vertrauen. Vgl. Syring, Gemeinsam.

²² Zimmermann, Bruder, S. 64.

6.55 Uhr	Aufstehen
7.30 Uhr	Andacht, Dauer etwa 30 Minuten; Aufräumen, danach Frühstück
8.30 Uhr	Meditationszeit
9.00 Uhr	Übersetzung des griechischen Neuen Testaments
9.30-12.30 Uhr	Vorlesungen, Übungen
12.30 Uhr	Singen (Leitung: E. Bethge)
13.00 Uhr	Mittagessen; danach Freizeit
15.30 Uhr	Nachmittagskaffee; danach eigenes Arbeiten
18.00 Uhr	gelegentlich Behandlung von Bibelstellen
19.00 Uhr	Abendessen; danach Ablauf je nach Planung
21.45 Uhr	Abendandacht, Dauer 30 Minuten
22.15-22.30 Uhr	Stille Zeit (Schweigen)

Die Tage waren umrahmt von einem gemeinsamen Schweigen. In der Zeit vor der Morgen- und nach der Abendandacht sollte nicht gesprochen werden. Die Abend- und Morgenandachten wurden liturgisch gestaltet, Kurzpredigten gab es genauso wenig wie Zeit, das in großer Menge Gehörte zu bedenken.

Darüber hinaus mussten die Vikare im Haus mitarbeiten.

Bonhoeffer selbst konnte die Regeln, die den äusseren Rahmen betrafen, zu gegebener Zeit brechen und spontan mit den Seminaristen an die Ostsee fahren. Denn die Regeln waren kein Selbstzweck. Genauso wenig wie die Übung: „Übung ist kein Muss, sondern Hilfe zur eigenen Befreiung. Gott braucht Raum, um bei uns wohnen zu können. Wer selbst überfüllt ist im inneren und im äußeren Leben, der wird Gott keinen Raum bereitstellen können.“²³

6.4.2. Konflikte und Gruppendynamik

Die strenge Ordnung des Tages und der Lebensführung hatte noch einen anderen Grund: Bonhoeffer kannte das Leben als Student und wusste um die Schwierigkeiten der jungen Männer, sich nun in eine Gemeinschaft einzufügen. Der strikte - von manchen als zu streng empfundene - Anspruch diente auch der Minimierung der Reibungsfelder in einem Vikariatskurs. Wichtig und für die Vikariatskurse heute überaus bedenkenswert finde die einzige Regel, die in Finkenwalde unbedingte Geltung hatte: Über einen Mitkandidaten durfte nicht in dessen Abwesenheit gesprochen werden. Und wenn es doch geschah, musste es ihm hinterher gesagt werden.²⁴

Ich halte das für eine ausgesprochen praktikable Lösung, die mich an Luther und seine Auslegung des achten Gebots im kleinen Katechismus erinnert: „sondern [wir] sollen ihn [den Nächsten] entschuldigen, Gutes von ihm reden und alles zum besten kehren.“²⁵ Wenn ich über den anderen nichts Gutes sagen kann, ist es besser zu schweigen. Und mir zu überlegen, was mich am anderen stört. Und ob das nicht doch viel mehr mit mir zu tun hat, als mit ihm oder ihr. „Die Sünde der Empfindlichkeit, die in der Gemeinschaft so rasch aufblüht, zeigt immer wieder, wieviel falsche Ehrsucht und das heisst doch, wieviel Unglaube noch in der Gemeinschaft lebt.“²⁶

Frère Roger schreibt in der Regel von Taizé von ähnlichen schmerzhaften Erfahrungen. Er fordert seine Brüder deshalb auf: „Sei jederzeit bereit, zu vergeben. Ver-

²³ So Bonhoeffer, zitiert nach Zimmermann, Bruder, S. 71.

²⁴ Vgl. DBW 5, S. 78 und DB, S. 491.

²⁵ Luther, Katechismus, S. 4f.

²⁶ DBW 5, S. 81.

giss nicht, dass sich Liebe auch in gegenseitiger Rücksichtnahme zeigt. Keine süßliche Weichheit, aber auch keine groben Worte. Bedenke, welchen Schmerz du Christus zufügst, wenn du in gereiztem Ton redest. Lass dich nicht von Antipathien bestimmen. [...] Meide die kleinlichen Streitigkeiten unter Brüdern; nichts entzweit so sehr, wie dauernde Diskussionen um alles oder nichts. Gegebenenfalls musst du sie abbrechen können. Weigere dich, Andeutungen über den einen oder anderen Bruder anzuhören.“²⁷

Das ist für mich eine wünschenswerte Grundhaltung im Pfarramt.

6.4.3. Grundbausteine der Finkenwalder Frömmigkeitspraxis

Zu den wesentlichen Grundbausteinen der Finkenwalder »Übung des Glaubens« gehörten:

- Andachten morgens, mittags und abends mit intensivem Bibellesen (Pflege des Psalters) und gemeinsamem Gesang (Pflege des Kirchenliedes).
- Feste Zeiten des Schweigens.
- Die für alle verbindliche tägliche persönliche Meditation eines Bibeltextes als Gottes Wort für mich heute. Gelegentlich auch in der Gruppe.
- Gebet und Fürbitte.
- Seelsorge/Beichte nutzen und gewähren.
- Monatliches Abendmahl.
- Verbindliches gemeinsames Leben in der Bruderschaft; getragen vom Bruderhaus; auch über die Zeit des Seminars hinaus.

Mit seinem Buch „Gemeinsames Leben“ und der Finkenwalder Praxis hat Bonhoeffer für den evangelischen Raum den Aspekt der Übung wieder entdeckt. Einige Jahre später, am Tag nach dem gescheiterten Attentat auf Hitler vom 20. Juli 1944, im Gefängnis sitzend, formuliert Bonhoeffer selbst ein Resümee seiner Finkenwalder Zeit. Er schreibt an Bethge: „Ich dachte, ich könnte Glauben lernen, indem ich selbst so etwas wie ein heiliges Leben zu führen versuchte. Als das Ende dieses Weges schrieb ich wohl die >Nachfolge<. Heute sehe ich die Gefahren dieses Buches, zu dem ich allerdings nach wie vor stehe, deutlich.“²⁸ Die Gefahr, von der er hier spricht, ist die Verwechslung von Vorletztem mit Letztem. Und so kann es in einem Vikariat nicht darum gehen, die Pfarramt-sanwärterInnen zu Heiligen zu machen - wer wollte das auch tun? Sondern darum, ihnen die Chance zu geben, sich derart vorzubereiten, dass sie sich selbst von Gott berühren lassen können. Dass sie einsteigen in das Lebens-Gespräch mit Gott.

Dass das nicht einfach ist, zeigen die Schwierigkeiten, die Bonhoeffer Vikare mit der Meditationszeit hatten.

6.4.4. Die Meditationszeit

Interessant ist die Diskussion rund um die Meditationszeit, da einige der Seminaristen nicht recht wussten, was sie während der halben Stunde tun sollten. Und auch, weil sich in der Auseinandersetzung mit der Aussenwelt das ganze Dilemma der evangelischen Theologie zeigt: wir begegnen Karl Barth, der sofort klösterliches Pathos witterte. Doch Bonhoeffer liess sich nicht beirren. Er hatte ja vor Augen, in welchem Zustand die Vikare zu ihm kamen. Er schreibt: „Man macht sich ja gar kein Bild davon, wie leer, ja völlig ausgebrannt die meisten der Brüder ins Seminar kommen. [...] Die Fragen, die heute im Ernst von jungen Theologen an uns gestellt werden, heißen: Wie lerne ich beten? Wie

²⁷ Frère Roger, S. 34f.

²⁸ DBW 8, S. 542.

lerne ich die Schrift lesen? Entweder wir können ihnen da helfen, oder wir helfen ihnen überhaupt nicht.“²⁹

Die vorliegenden Erinnerungen der Vikare berichten von den Mühen, die ihnen die Schriftmeditation bereitete. Sie hatten die Aufgabe, während einer Woche täglich 30 Minuten lang denselben relativ kurzen Bibeltext im Luther-Deutsch zu meditieren. Ohne Hilfsmittel. Ohne konkrete Aufgabenstellung. Diese Verse sollten von jeder Zweckbestimmung wie etwa Predigtvorbereitung oder ihrer Stellung im Kirchenjahr frei sein.

Die jungen Männer hatten mit dieser Aufgabe ihre liebe Mühe. Und die Ordnung zerbrach sofort, als Bonhoeffer für einen zweiwöchigen Besuch nach Berlin gerufen worden war. Als er wieder zurück kam, wollte Bonhoeffer die Schwierigkeiten durch wöchentliche Meditationen in der Gruppe ausräumen, damit man voneinander lernen konnte. Doch die Ergebnisse waren nicht befriedigend.

Zwar gab Bonhoeffer den Kandidaten Gelegenheit, ihren Unmut zu äussern. Er liess jedoch keinen Zweifel daran, dass er an der Meditation festhalten und sich auch keinem Mehrheitsentscheid beugen werde. Neben dem Widerstand aus dem inneren Kreis des Predigerseminars gab es auch Kritik von Aussen³⁰. Bethge berichtet vom Spott aus anderen Seminaren, „in Zingst meditiere man schon beim Zähneputzen, und man zwingt hier den Kandidaten eine unevangelische Gesetzlichkeit auf.“³¹ Und auch Karl Barth witterte in einem persönlichen Brief an Bonhoeffer einen „schwer zu definierenden Geruch eines klösterlichen Eros und Pathos“³², räumte dann aber ein, dass es „allerdings eine gegenüber den bisherigen Erfahrungen auf diesem Feld neue Möglichkeit darstellen würde, für das ich aber vorläufig noch nicht das positive Sensorium und auch noch keine Verwendung habe.“³³ Ihm gefiel „schon die grundsätzliche Unterscheidung zwischen theologischer Arbeit und erbaulicher Betrachtung“³⁴ nicht.

Was war das Problem der Vikare? Sie waren überfordert. Wolf-Dieter Zimmermann beschreibt den Kern des Problems: „Bisher hatten wir die Bibel vorwiegend als das [...] ‚Buch für andere‘ gebraucht. Jetzt aber sollte es ‚das Wort für uns‘ werden.“³⁵ Die jungen Männer suchten: „doch fanden wir - zuerst jedenfalls - meist nur Leere in uns und im Text, wo uns Erkenntnisse und Antworten verheissen worden waren.“³⁶

Dazu kam, wie bei allen, die mit der Meditation beginnen, das Problem mit den umherschweifenden Gedanken. Bonhoeffer empfahl deshalb, „alles, was einem durch den Kopf geht, wieder ein[zu]fangen und zu Gott [zu] tragen, mit dem Satz ‚Gott ich danke dir dafür, dass...‘.“³⁷ Neben einer grundsätzlichen Einübung in die Dankbarkeit hatte dieser Vorschlag eine weitere wichtige Komponenten: Der Einzelne konnte so seine Gedanken und Gefühle, kurz: sein ganzes Erleben in der Meditation mit Gott verbinden und ihm anvertrauen.

So blieb die Meditationszeit trotz aller Widerstände nicht wirkungslos. Zimmermann beschreibt, wie sich für ihn die Beziehung zur Bibel verändert hat: „Sie bekam plötzlich eine eigene Qualität, einen eigenen Stellenwert; sie ließ sich nun nicht mehr beliebig

²⁹ DBW 14, S. 236f.

³⁰ Robert-Stützel, Pastoraltheologie, S. 112: „Das Predigerseminar wurde schon zur Zeit seines Bestehens zum Mythos und blieb weitgehend missverstanden.“

³¹ DB, S. 530.

³² DBW 14, S. 253.

³³ DBW 14, S. 253.

³⁴ DBW 14, S. 252.

³⁵ Zimmermann, Bruder, S.67.

³⁶ Zimmermann, Begegnungen, S. 80.

³⁷ Zimmermann, Bruder, S.67: „So wurde das Eigene entmachtet und Gott unterstellt.“

aufteilen in verschiedene Quellen und Entstehungsphasen. Sie wurde zu einer Größe mit eigenem Gewicht uns gegenüber.“³⁸

Übrigens: Bonhoeffer lehnte eine Morgengymnastik ab, da jeder Morgen Gott und nicht dem Körper geweiht sei. Leibesübungen seien nicht nötig, beten können sei viel besser.

Exkurs: Gott 9.0: Wenn sich der Glaube weiter entwickelt

Für den Magnet, die Zeitschrift unserer Landeskirche, habe ich das Projekt Gott 9.0 vorgestellt.³⁹ Es kann auch im Vikariat wichtige Impulse und Anknüpfungsmöglichkeiten geben. Deshalb füge ich den Text hier im Original ein.

Eine Anmerkung ist mir noch wichtig: Mir gefällt das Bild der Babuschka besser als die Rede von den Stufen. Stufen klingt mir zu sehr nach Fortschritt. Nach Fortschrittsoptimismus. Das Denken birgt das Missverständnis, als würde es um Leistung gehen. Worum es mir geht, wird vielleicht bei der Babuschka deutlicher. Sie weitet sich. Jede Schicht umschliesst die kleinere. Die kleinere ist aber immer noch da, wirkt, ist aber nicht mehr im Vordergrund.

Ich setzte den Fuss in die Luft

Der Weg zum „Neuen Glauben“

War früher alles besser? Naja. Es war sicher anders. Das heisst aber noch nicht besser. Vor 500 Jahren, als die Menschen im Land Appenzell in die Eidgenossenschaft aufgenommen wurden, waren sie zumindest noch eines Glaubens. Oder besser: waren sie *vielleicht* noch eines Glaubens. Wer weiss schon, was den Menschen damals wirklich wichtig war und was sie nachts warm gehalten hat. Jedenfalls waren alle Menschen auf dem Papier katholisch. Das änderte sich schon bald. Neue Ideen und neue Gedanken fanden den Weg und kletterten die Hügel empor. Die Reformation stand vor der Tür und wurde im Appenzellerland immer beliebter. Und plötzlich gab es den „Neuen Glauben“, den der Reformierten.

Vielfältige Gründe haben damals dazu geführt, dass die reformierte Sicht der Dinge interessant wurde. Nicht zuletzt ging es um Geld und Macht. Und beides vereinigte sich damals in der Person des Abtes von St.Gallen. Blitzartig waren die Menschen in den äusseren Rhoden bereit, ihren bisherigen Glauben hinter sich zu lassen und einen neuen Weg unter die Füsse zu nehmen. Einen Weg, auf dem sie nicht nur vom Abt unabhängiger werden konnten und der ihnen selbst mehr Gestaltungsspielraum liess. Das schien verlockend.

Spirituell wachsen

Dass sich der Glaube verändert, ist keine grundlegend neue Erkenntnis. Marion Küstenmacher, Tilmann Haberer und Werner Tiki Küstenmacher haben 2010 ein Buch vorgelegt, das sich mit den Veränderungsprozessen unseres

³⁸ Zimmermann, Bruder, S.67. Vgl. auch Schönherr, S.29: „Man soll nicht glauben, wie ein solcher Text zu sprechen beginnt. [...] Man liest zu wenig mit Gebet und zu wenig in direkter Beziehung auf sich selber. Man muss Ernst machen mit dem pro me jeder Bibelstelle, mit dem real gegenwärtigen Christus.“

³⁹ Syring, Fuss.

Glaubens und unseres Bewusstseins beschäftigt. Das Buch heisst „Gott 9.0. Wohin unsere Gesellschaft spirituell wachsen wird.“ Sie stellen die These auf, dass unser Glaube Veränderungsprozessen unterworfen ist, die bei allen Menschen ähnlich verlaufen. Dabei laufen zwei Stränge parallel. Zum einen ist die ganze Menschheit auf dem Weg und erklimmt Stufe um Stufe. Und zum anderen verlaufen diese Prozesse auch in jedem einzelnen Menschenleben. Das heisst: Es gibt eine Entwicklung von den ersten Homo Sapiens hin zu uns, die wir jetzt im 21. Jahrhundert leben. Wir haben als Menschheit Erfahrungen gesammelt und Entdeckungen gemacht, hinter die wir nicht mehr zurück können. Und dieselben Schritte vollziehen sich auch auf dem Weg vom Säugling zum Erwachsenen. Und es gibt noch eine dritte Systematik, das Abwechseln von „Ich“- und „Wir“-Stufen. Mal ist das Aufgehobensein in einer Gruppe wichtig. Mal steht die Individuelle Entfaltung im Vordergrund.

Jede neue Bewusstseinsstufe ist ein Update der Vorigen. Jede neue Stufe kann das, was die alte schon konnte und fügt noch etwas Neues hinzu. Dahinter steckt die Erfahrung, dass das, was uns einmal plausibel erschienen ist, uns nicht immer plausibel bleiben muss. Wir machen neue Erfahrungen, erschliessen neues Wissen. Und all das integrieren wir in unseren Erfahrungsschatz. Dabei ist es manchmal nötig, den Ballast, der sich nicht bewährt hat, über Bord zu werfen. So entsteht Raum für neues Denken und für neue Möglichkeiten. Denn „es kommt fast für jeden Menschen der Augenblick, wo die überkommene und angelernte Religion von ihm abfällt wie der Mörtel von der Wand. Erziehung, Haus und Familie, religiöses Milieu, alles kann nichts helfen, es muss so kommen, damit der Mensch er selbst wird.“ (Albert Schweitzer)

Auf dem Glaubensweg beginnen wir in der Sprache des Buches bei Gott 1.0 und gehen auf der nach oben offenen Skala Schritt für Schritt weiter. Dabei nehmen wir alles mit, was auf den Stufen vorher war. Es bleibt in uns, verliert aber seine Dringlichkeit. Und es ist auch möglich, durch (Natur-)Katastrophen wieder auf eine bereits hinter sich liegende Stufe zurück zu purzeln.

Zur Wahrnehmung der Zeiten des Umbruch

Bisher, so die These, zeichnet sich als vorerst höchste Stufe Gott 9.0 erst unklar am Horizont ab. Und danach wird es weiter gehen. Das Modell skizziert einen Weg, der Möglichkeiten zur Entwicklung aufzeigt. Es geht nicht um ein Schubladendenken und es ist auch kein Futter für geistigen Hochmut („Ich bin schon bei Gott 5.0 und du bist noch bei 3.0“). Gott 9.0 fasziniert mich, weil es mir eine Wahrnehmungshilfe an die Hand gibt für die Krisen und Umbruchzeiten meines eigenen Glaubensweges. Das Modell bietet mir eine Orientierungshilfe für meine aktuellen Fragen. Und es macht Mut, den Weg, der vor mir liegt, unter die Füße zu nehmen. Und nicht zuletzt ist es eine Hilfe, um besser zu verstehen, was mein Gegenüber sagt. Auf die unterschiedlichen Stufen Rücksicht zu nehmen, empfiehlt auch Paulus, wenn er im 1 Korinterbrief 3, 2 sagt: „Milch gab ich euch zu trinken, nicht feste Speise; denn die konntet ihr noch nicht vertragen. Ja, ihr könnt es noch immer nicht.“

Neben den vertikalen Stufen von 1.0 an aufwärts gibt es auch noch eine horizontale Unterteilung in Zustände. Wir sind religiös aufgeklärt dank der Stufen und spirituell erfahren dank der Zustände. Zu unterscheiden sind die

Zustände *Grobstofflich* („Achtsamkeit), *Feinstofflich* („Meditation“), *Formlos* („Kontemplation“) und *Nonduale Einheit* („Verklärung“). Diese Zustände sind in jeder der Stufen erreichbar. Und so wird plötzlich auch verstehbar, wie ein Mann wie Bernhard v. Clairvaux auf der einen Seite wunderschöne Liebesmystik schreiben konnte und auf der anderen Seite einer der schlimmsten Hetzer zum zweiten Kreuzzug war. Wie kommt es, dass jemand, der Jesus liebt, seine Feinde hasst? Offenbar war Bernhard im Bereich der Zustände weit gekommen. Im Bereich der Stufen aber noch ganz gefangen und Kind seiner Zeit.

Eine Tradition die sich aufzunehmen lohnt

Jeder Schritt von einer Stufe zur nächsten ist mit Zweifeln und Unsicherheiten verbunden. Wer weiss schon, ob der neu errungene Grund trägt? Ob sich das Neue bewährt? Oft genug werden wir lieb gewordene Gruppen und Zusammenhänge verlassen. Und sicher werden wir auch mal allein da stehen auf der Suche nach neuen Wegen und neuen WeggenossInnen. Doch hinter uns liegt schon ein Weg. Und wir haben Erfahrungen gemacht, die weiter tragen. Uns begleitet die Hoffnung, dass die Zukunft offen vor uns liegt.

Die Menschen, die vor uns auf den Hügeln des Appenzellerlandes gelebt haben, haben den Schritt zu ihrem Neuen Glauben gewagt. Sie waren mutig und sind ihren Weg gegangen. Das ist eine Tradition, die ich gerne aufnehmen möchte. Und ich vertraue darauf, dass wir dann Hilde Domins Erfahrung teilen können: «Ich setzte den Fuß in die Luft / und sie trug.»

Kurzdarstellung der einzelnen Stufen

Gott 1.0 (Beige): Instinkt und Überleben

Es geht um das nackte Überleben des Einzelnen. So sind wir, wenn wir geboren werden. Nahrung, Wärme und Sicherheit haben oberste Priorität. Die Alternative ist: Überleben oder Sterben - und ich will überleben.

Gott 2.0 (Purpur): Magier und Clan

Dann fingen Menschen an, sich in Clans und Stämmen zusammenzuschließen um das Überleben zu sichern. Die Bewegung geht vom Ich zum Wir. Der Ausschluss aus der Gruppe ist die größte Bedrohung. Die Welt hat magische Züge. Heilige Handlungen dienen dem Zusammenhalt.

In PURPUR gibt es gute und böse Geister, daher ist es wichtig, sich mit den guten zu verbünden.

Gott 3.0 (Rot): Krieger und Eroberungen

In dieser Stufe löst sich das Individuum aus der magischen Einbettung in die Gruppe oder Familie. Kinder kommen in die Trotzphase. Draufgängerisches Selbstbewusstsein und provozierende Ich-Stärke. Einzelne wagen kreative Aufbrüche. Ihr Freiheitsdrang hilft, sich aus starren Traditionen zu befreien. Bei Bedrohung reagiert ROT impulsiv mit körperlicher Gewalt.

ROT teilt die Welt ein in Starke und Schwache, daher ist es wichtig, zu den Starken zu gehören.

Gott 4.0 (Blau): König und heilige Ordnung

Blau setzt Grenzen. Es definiert Regeln und Gesetze, schafft Ordnung, fällt Urteile über richtig oder falsch. Die rote Impulsivität wird eingedämmt und kontrolliert durch Gehorsam, Schuld und Scham. Die großen monotheistischen

Weltreligionen entstehen und binden den Einzelnen in das große absolute Ganze ein. Es gibt ein erlösendes Jenseits.
In BLAU gibt es Heilige und auf ewig verdammte Sünder, darum sollte man Gutes tun.

Gott 5.0 (Orange): Unternehmergeist und Erfolg

Nach der Konzentration auf das Jenseits erforschen die Menschen auf der ORANGEN Bewusstseinsstufe das Diesseits. Aufklärung und Moderne schaffen einen neuen Menschentyp: den ich-bewussten und alles hinterfragenden mündigen Bürger. Moderne Staaten, das Finanzsystem und Industrien bilden sich. Niemand *muss* mehr an Gott glauben. Um die Weltdeutung kümmert sich die Wissenschaft.

ORANGE schafft Gewinner und Verlierer - ich strenge mich an, um zu den Gewinnern zu gehören.

Gott 6.0 (Grün): Gleichheit und Gemeinschaft

In den Weltkriegen stösst der Materialismus an seine Grenzen. Der Ruf nach mehr Wir-Gefühl und Menschlichkeit wird laut. Jetzt wird das Innere erforscht. Die Psychologie wird die neue GRÜNE Leitwissenschaft. Alle Menschen sind gleich, Minderheiten werden integriert. Mann und Frau sind gleichberechtigt. Die Erde darf nicht ausgebeutet werden. Entscheidungen müssen auf Konsens beruhen. Auch wenn in GRÜN alle Menschen gleich sind - es unterscheidet zwischen sensiblen und unsensiblen Menschen.

Gott 7.0 (Gelb): Geist und Gestaltungsraum

Der GRÜNE Traum von der Gleichheit hat Tücken: Die besonders Fleißigen und Pfiffigen fühlen sich eingeschränkt, weil sie immer Rücksicht nehmen sollen. Das führt zur Sehnsucht nach Selbstverantwortung. Wieder machen sich Einzelne auf und durchbrechen die bisherigen Tabus. Sie sind wendig, pfeifen auf materielle Symbole, vernetzen sich international und **verstehen als erste aller Bewusstseinsstufen die Entwicklung dieser Bewusstseinsstufen**. Das GELBE Bewusstsein hält Paradoxien aus.

Gott 8.0 (Türkis): Kooperation und Spiel, Vernetzung

Danach bricht eine neue Wir-Ära an. TÜRKIS handelt kooperativ wie GRÜN, lässt aber wie GELB Unterschiede und Gegensätze gelten. Für TÜRKIS ist die Welt ein elegant ausbalanciertes System ineinandergreifender Kräfte. Alles ist mit allem verknüpft, auch Gefühl und Wissen. TÜRKISE pflegen einen spielerisch-schlichten, minimalistischen Lebensstil.

Gott 9.0 (Koralle):

Bisher noch unbekannte nächste Stufe, der weitere folgen.

6.5. Thesen zum geistlichen Lernen im Vikariat

- Geistliches Lernen in einem reflektierten Sinne sollte weit vor dem Vikariat einsetzen. Ich würde mir wünschen, dass die bereits 1964 von Rudolf Bohren (!) eingeforderte Lehre von der Aszetik - selbstverständlich als Fach ohne Prüfungen ! - (wieder) eingeführt wird.⁴⁰ Bei diesem Fach geht es um die konkrete Übung und nicht um die Reflexion einer (nicht vorhandenen eigenen) Praxis.

⁴⁰ Bohren, S. 25f. Vgl. Zimmerling.

- Geistliches Lernen ist kein Selbstzweck. Es vertieft die Beziehung zu Gott, zu mir selbst und zu der Welt, die mich umgibt. Sie mündet in ein Lebens-Gespräch mit Gott.
- Das Buch „Gott 9.0“⁴¹ könnte eine gute begleitende Lektüre während des Vikariats sein, da es Entwicklungsmöglichkeiten aufzeigt und Gesprächshindernisse zwischen verschiedenen Stufen benennt.
- Eine halbe Stunde täglich üben ist die mindeste Anforderung!
- Beim geistlichen Lernen ist wie bei jedem Lernen mit Widerständen zu rechnen. Dabei spielt, das spiegelt die Erfahrung von W.-D. Zimmermann wider, der lange Atem eine grosse Rolle.
- Vikariatsleitende tun gut daran, gelegentlich gemeinsam mit dem Vikar, der Vikarin gemeinsam zu üben und Probleme zu besprechen.
- Ich halte es nicht für sinnvoll, der Schriftmeditation eine derart zentrale Rolle in der Frömmigkeitspraxis zu geben. Das soll nicht die Bedeutung der Bibel verringern, aber die Möglichkeit einer persönlichkeitspezifischen Frömmigkeitspraxis eröffnen. Wichtig ist aber, auf eine Gefahr hinzuweisen. Um zu neuen Erfahrungen zu gelangen, müssen Durststrecken durchgehalten werden, die mystische Tradition spricht sogar von Nachterfahrungen. Wer immer nur nach Sensationen sucht und die Methode wechselt, sobald es weh tut, wird keine tiefen Erfahrungen sammeln.
- Durch religiöses Lernen wird eine Konversionsbewegung ausgelöst. Nicht jeder wird auf dem Weg zum Geistlichen wie Paulus vor Damaskus vom Pferd fallen. Die Veränderung kann sich auch schleichend einstellen, wird im Rückblick aber deutlich sein. Sie wird im Vikariat vermutlich keinen Abschluss finden.
- In der Konsequenz wird religiöses Lernen zum Widerstand führen, wie Dorothee Sölle⁴² es beschrieben hat.
- Für die Vikariatskurse wünsche ich mir eine klare Struktur. Sie wäre mit Hilfe des Gesangbuches und den vier Tagzeitengebeten ohne weiteres realisierbar⁴³. Das würde zum einen einen spezifisch reformierten Zugang zur Spiritualität (Psalmen und Gemeindegesang, Schriftbezug) pflegen, zum anderen die VikarInnen mit dem Gesangbuch und liturgischer Kompetenz vertraut machen. Mir leuchtet ein, wie wichtig auch das gemeinsame Singen⁴⁴ und Feiern ist. Meine eigenen Erfahrungen mit den Tagzeitengebeten im Kloster Germerode mit Manfred Josuttis wurden im Film⁴⁵ über einen Vikariatskurs in Ostdeutschland bestätigt. Das gemeinsame Singen und Feiern bildet im Rahmen der Kurse ein niederschwelliges religiöses Erfahrungsfeld und birgt eine enorme Kraft. So könnte der Vikariatskurs auch stärker noch zu einer *Gemeinde auf Zeit* werden.
Darüber hinaus wäre auch das Schweigen am Morgen und am Abend überaus wünschenswert. Ich vermute allerdings, dass das nicht durchsetzbar ist.
- Im Vikariat durchlaufen die Teilnehmenden ihre zweite Pubertät. Deshalb scheint mir die vertiefte Arbeit an Gruppendynamik und Selbstwahrnehmung ebenfalls wünschenswert, da vergleichbare Gruppenprozesse sich in unterschiedlichen Bereichen der Pfarramtsarbeit wiederholen werden. Vielleicht müsste auch die Bonhoeffersche Regel thematisiert werden. Dass die VikarInnen zwischen der Spiritualitätswoche bei den Don Camillos und der Seelsorgeweche wählen müssen, halte ich für einen Irrtum.
- Verschärfend kommen heute die *social media* hinzu, die dazu führen, dass VikarInnen Schwierigkeiten haben, zu erkennen, wo sie gerade sind. In den Kurswochen sind sie mit der Gemeindegarbeit beschäftigt und umgekehrt. Da steht ein verantwortlicher

⁴¹ Vgl. Küstenmacher.

⁴² Vgl. Sölle, *Geschrei*. Vgl. Syring, *Mystik*.

⁴³ Stollberg, *Kunst*, S. 180f, zielt in dieselbe Richtung. Er verweist auf seine positiven Erfahrungen bei den Anglikanern.

⁴⁴ Zur vereinigenden und grenzüberschreitenden Funktion des Singens vgl. Josuttis, *Weg*, S. 173-204.

⁴⁵ „Pfarrer werden“ vom Predigerseminar in Wittenberg.

Umgang mit der Technik noch in den Kinderschuhen. Über *What's App* verlaufen die Diskussionen offenbar bis in den Schlaf hinein.

- Ich war überrascht, wie wenig psychologisches Grundwissen meine Vikarin / mein Vikar mitgebracht haben. Dass heute auch eine Ausweitung der tiefenpsychologischen Ansätze hin zu transpersonalen Dimensionen notwendig ist, sollte deutlich sein. Lohnenswert ist der Ansatz von Roberto Assagioli⁴⁶, der neben einem Unbewussten auch von einem Überbewussten spricht. Gerade im Blick auf dieses höhere Selbst besteht seitens der Theologie ein Nachholbedarf.

7. Geistliches Lernen - Drei Grundübungen

7.1. Sabine Bobert und der Mental Turning Point

Meine eigene geistliche Praxis hat einen neuen Schub bekommen, als ich Sabine Bobert kennen gelernt habe. Sie ist Professorin für Praktische Theologie an der Uni in Kiel, sitzt also auf dem Lehrstuhl, auf dem auch Joachim Scharfenberg gesessen hat.

Sie hat sich ebenfalls intensiv mit Dietrich Bonhoeffer und Manfred Josuttis beschäftigt, und so entstand unser Kontakt. Bei einem Reitunfall (!) hatte sie ein Erlebnis grosser Klarheit. Die auf den Unfall folgende Therapie, die zunächst keine grosse Linderung brachte, führte sie in Kontakt mit dem taoistischen Yoga nach Meister Mantak Chia. Und dort begann sie, wie sie selbst gerne erzählt, nach und nach überhaupt zu verstehen, was das Christentum eigentlich sei: Ein Weg zur Bewusstseins-klärung und zur Vereinigung mit Gott.

Bis zu ihrem Unfall war ihr wissenschaftlicher Gesprächspartner die Psychoanalyse⁴⁷. Danach verlagerte sich ihr Interesse auf die frühen Kirchenväter, die christliche Mystik, MBSR (Mindfulness-Based Stress Resduction nach J. Kabat Zinn) und die Gehirn- und Meditationsforschung⁴⁸. Sie beackert das Feld der religiös alternativ Suchenden bis hin zur Esoterik. In diesem Spannungsfeld hat sie unter dem Kürzel *MTP - Mental Turning Point*, ein eigenes Angebot entwickelt, das mit zunächst drei einfachen Grundübungen in die Meditationspraxis einführt. Danach können in Aufbauseminaren weitere Übungen erlernt werden.

Mich haben die Übungen voll und ganz überzeugt und ich nehme sie als freiwilligen (!) Baustein für die Vikariate in Bühler auf, damit die VikarInnen überhaupt eine Idee davon bekommen können, wohin uns unser Weg führen könnte.⁴⁹ Ich hatte mich mit viel zu wenig zufrieden gegeben. Bei uns in Bühler ist Sabine Bobert regelmässig mit ihren Seminaren zu Gast ist. Wir haben auch eine Gruppe, die sich gemeinsam zum Üben trifft.

7.2. Die Grundübungen⁵⁰

Die drei Grundübungen sind schnell erklärt⁵¹. Eine Übung zur Stärkung der Willenskraft, eine zur Steuerung der Gefühle und eine zur Klärung des Bewusstseins. Durch die inten-

⁴⁶ Vgl. Assagioli.

⁴⁷ Vgl. Bobert-Stützel: Frömmigkeitstheorie.

⁴⁸ Aus diesem Perspektivwechsel entstand 2010 ihr Buch „Jesus-Gebet und neue Mystik“, in dem sie die Grundlagen einer christlichen Mystagogik benennt.

⁴⁹ Andeutungen davon sind zu finden in Markides und Zink, Gotteswahrnehmung.

⁵⁰ Vgl. ihr sehr konkretes und praxisnahes Buch „Mystik und Coaching“.

⁵¹ Hier deute ich die Übungen nur an. Ausführlicher sind sie in „Mystik und Coaching“ dargestellt. In diesem Buch skizziert Sabine Bobert den mystischen Weg, bespricht Hindernisse und steht mit Rat und Tat zur Seite. Sie lässt viele Menschen, die mit ihren Übungen unterwegs sind, zu Wort kommen.

sität, mit der geübt wird, steuert der Übende selbst, wie weit er gehen will. Bei einer halben Stunde täglich sind gute Coaching-Effekte zu erzielen. Wer mehr will und Richtung Mystik geht, übt mehr, immerwährend. Es gilt die spirituelle Grundregel: Das, worauf Du Dich konzentriest, wird stärker!

7.2.1. Das Wollen

Aufgabe: Denke Dir eine Minihandlung aus, die Du jeweils zur vollen Stunde ausführst. Z.B. am Ohrläppchen ziehen oder mit dem Fuss auf tippen. Der Korridor der Gnade beträgt 15 Minuten. D.h. zwischen viertel vor und viertel nach (der vollen Stunde) gilt als geschafft!

Die Übung gibt schnell Aufschluss, zu welchen Zeiten Du bei Dir warst und zu welchen nicht. Wer mehr Macht über Dich hatte als Du selbst. Sie wird Dir eine Antwort darauf geben, warum Du so selten dazu kommst, das zu tun, was Du tun willst. Bei all dem geht es auch darum, einen liebevollen Umgang mit sich selbst zu lernen, auch mit dem eigenen Scheitern.

7.2.2. Das Fühlen

Aufgabe: Begib Dich in eine bequeme Haltung. Erinnerung einen Ort, an dem es Dir ganz wohl war, an dem alles gepasst hat. Versuche dann, diese Szene wieder vor deinem inneren Auge aufleben zu lassen. Gestalte die Szene aus. Und dann - und das ist der entscheidene Schritt - versuche über die Bilder wieder an das Gefühl zu kommen! Intensiviere und kultiviere das Gefühl.

Diese Übung hilft, die eigenen Gefühle bewusster wahr zu nehmen. In der Konsequenz können sie dann auch beeinflusst und gesteuert werden. In konkreten Situationen reicht eine Erinnerung an dieses Bild und schon ist das Gefühl da und es breiten sich Liebe, Ruhe und Frieden aus.

7.2.3. Das Denken

Aufgabe: So wie ein Ohrwurm soll sich ein Gebetswort in dir einnisten. Es geht um das sich immer wiederholende mantrische Beten, das Jesus-Gebt der Ostkirche. In verschiedenen Worten kann es geübt werden, lieber früher als später sollte sich der Übende jedoch für ein Gebets-Wort entscheiden, damit es Wurzeln schlagen kann. Sabine Bobert empfiehlt „Jesus Christus“. Das Gebetswort kann - muss aber nicht - mit dem Atem gekoppelt werden.

Durch das mantrische Beten klärt sich unser Bewusstsein. „Die Meditation mit Mantren war von den Anfängen des Mönchtums an die Haupttechnik christlicher Mystiker zur Weiterentwicklung des alltäglichen Gedankenrasens hin zu tiefer mentaler Ruhe, die den menschlichen Geist schließlich zum Spiegel der Gegenwart Gottes macht.“⁵² Während die Versenkung in *Bilder* der Schlüssel zur autonomen Steuerung der eigenen *Gefühle* ist, ist die Arbeit mit *Mantren* der Schlüssel zur autonomen Steuerung der eigenen *Gedanken*. Ziel der frühen christlichen Mönche und der griechischen (orthodoxen) Mönche und Nonnen ist, die mentale Unruhe und Steuerungslosigkeit des Alltags hinter sich zu lassen und eine tiefe mentale Ruhe [...], Gelassenheit und Frieden zu erlangen. Das ‚Jenseits‘ zum alltäglichen Assoziationszwang ist nicht der Rausch oder Pathologie, sondern eine hochgradige Aufmerksamkeit [...] und ein Konzentrationsflow ohne Anstrengung“, schreibt Sabine Bobert.

⁵² Dieses und das folgende Zitat: Bobert, Postmoderne, S. 269.

8. Geistliches Lernen - Zwischenbilanz meiner Suche

„Wer heute nach religiöser Erfahrung sucht“, weiss Manfred Josuttis, „erlebt in den Großkirchen häufig eine Enttäuschung. Sozialwissenschaftliche Studien haben ein Grundmuster erhoben, wie eine Karriere in Richtung Esoterik verläuft. Zeitgenossen, vor allem aus der jüngeren Generation, die sich nach einer lebendigen Beziehung zum Heiligen sehnen, beginnen ihren Weg durchaus in den Ortsgemeinden oder den Akademien der großen Konfessionen. Aber dort wird über Gott bestenfalls geredet. Eine lebendige Begegnung mit dieser Realität ereignet sich nicht. Das ist schon anders in der zweiten Etappe, die sich oft anschließt, in den Psychogruppen der verschiedensten Art. Dort kommt es zu aufregenden Entdeckungen in der eigenen Psyche und auch zu animierenden Konstellationen im zwischenmenschlichen Raum. Aber am Ziel ihrer Suche sind diese Menschen noch nicht. Das finden sie erst in Gruppierungen von New Age und Esoterik, und zwar deswegen, weil sie dort eine methodische Anleitung zum Umgang mit transzendenten Mächten erhalten und weil sie auf diese Weise selber handlungsfähige Subjekte in der Begegnung mit dem Überweltlichen werden.“⁵³

Diese Zeilen kommen mir wie eine Zusammenfassung meines bisherigen religiösen Werdegangs vor. Die Erfahrungen, die ich in meiner Kirchgemeinde und in den verschiedenen Jugendgruppen machen konnte, liessen nur eine Konsequenz zu: Da muss es noch mehr geben. Aber damals existierten noch keine Angebote, die mich auf meinem Weg hätten weiter bringen können. Erst durch das Studium kam ich auf die Idee, eine Seelsorgeausbildung zu machen. Und auch da war bald klar: das ist gut, aber da muss noch mehr sein. In der Schweiz kann ich in tiefer Dankbarkeit meinen Weg unter die Füsse nehmen und lerne im geistlichen Feld mehr und mehr. Der Weg des Herzensgebets, den ich hier einschlagen konnte, hat in mir eine vorher nicht vorstellbare Veränderung ausgelöst. Natürlich mache ich jeden Tag einen neuen Anfang. Aber in der Tendenz ist die Veränderung überdeutlich.⁵⁴

Wenn ich mir vorstelle, ich würde heute dem Lars von vor 30 Jahren begegnen: er würde mir einen Vogel zeigen. Auch der Lars zu Beginn seines Vikariats hätte nicht viel mehr als ein Kopfschütteln für mich übrig. Ich hoffe, dass ich genügend Offenheit gelernt habe, andere Menschen - wenn sie es wünschen - auf ihrem Weg zu begleiten.

Mir ist wichtig, dass ich weiss, wo meine Quelle ist und wie ich dahin komme. Meine Quelle möchte ich durch regelmässige Besuche pflegen. Das führt mehr und mehr dazu, dass sie mein ganzes Leben durchströmt. Oder religiöser gesagt: Früher wollte ich beten, heute weiss ich, dass mein Leben Gebet ist.

Die Pflege meiner Quelle ist für mich eine grossartige Burn-Out-Prophylaxe⁵⁵. An der Quelle lerne ich zu unterscheiden, was wichtig ist und was nicht. Ich lerne, ganz bei dem zu sein, was ich tue. Auch deshalb habe ich noch immer kein Handy.

Ich möchte in Sprache fassen⁵⁶ können, was mich trägt, was meinen Glauben ausmacht, was Grund meines Vertrauens ist. Kurz: was mich nachts warm hält.

⁵³ Josuttis, Heiligung, S. 34.

⁵⁴ Ich kann bestätigen, was Assagioli, S. 30, schreibt: „Nun bringt die Erfahrung der überbewussten Realität die Angst zum Erlöschen. [...] Ein Mensch, dessen Bewusstsein erweitert ist, der am Leben teilnimmt und der ein Gefühl des Einsseins mit allen Wesen verspürt, kann nicht mehr kämpfen. Es wäre für ihn etwas Absurdes, es wäre, wie ein Ankämpfen gegen sich selbst!“

⁵⁵ Selbstredend: Hier ist Institutionskritik notwendig, wenn Kirchenleitungen Spiritualität empfehlen, um die Arbeitsverdichtung im Pfarramt (v)erträglicher zu machen. Das ist ein Misbrauch!

⁵⁶ Vgl. Syring, Wärmt.

Neben meinem persönlichkeitspezifischen Credo, wie Klaus Winkler es beschrieben hat, möchte ich auch meine persönlichkeitspezifische Frömmigkeitspraxis gestalten.

Mein Weg hat mich zu Erfahrungen geführt, die über oberflächliche Erlebnisse hinaus führen. Meine Erfahrungen kann ich demnächst in den Kursen in „Liturgischer Präsenz“ mit Thomas Kabel weitergeben. Dort werde ich im Auftrag von a+w als Co-Leiter ausgebildet.

9. Erfahrungen in der Praxis. Der erste Vikar, die erste Vikarin

Als sich 2014 abzeichnete, dass mit AA ein Vikar aus Westfalen (D) sein Auslandsvikariat bei uns in Bühler machen wollte, habe ich überlegt, wie ich ihm in seinem letzten halben Jahr hilfreich sein könnte.

AA hat sich gerne auf unsere Angebote eingelassen und selbst Verantwortung übernommen. In einem reformierten Kontext haben wir mit wöchentlichen Abendmahlsfeiern am Donnerstagmorgen ein ideales Übungsfeld. Für ihn war die Bibel eine feste Bezugsgrösse, die er sich unter anderem auch durch die Losungen regelmässig einverleibte. Er ist kirchlich sozialisiert und hatte vor seinem Vikariat in etlichen Gruppen und Gremien bis hin zu Presbyterium und Synode mitgearbeitet. Einige Jahre lang war er ehrenamtliches Mitglied der Kirchenleitung der Evangelischen Kirche von Westfalen. Als er zu uns kam, hatte er schon zwei Jahre Vikariat in Deutschland hinter sich. Mit ihm habe ich vor allem an Feinheiten gearbeitet, z.B. was liturgische Gesten angeht. Vieles andere brachte er schon mit. Auf die von mir vorgeschlagene „halbe Stunde täglich“ hat er sich nicht einlassen können.⁵⁷

Als erste „richtige“ und vollständige Vikarin kam BB 2015 zu uns. Sie stand an einem völlig anderen Ort, war in kirchlichen Kreisen nach der Konfirmation selbst nicht aktiv. Erst als Journalistin hat sie nach dem Studium wieder engeren Kontakt mit Kirche bekommen.

9.1. Die „halbe Stunde täglich“

Mit BB habe ich von Anfang an vereinbart, dass sie sich während des Vikariats jeden Tag eine halbe Stunde Zeit nimmt. Wie sie die Zeit füllen würde, war ihr selbst überlassen. Sie konnte auszuprobieren, was immer sie wollte, auch innerhalb der Angebote unserer Kirchgemeinde. Um sie nicht zu überfordern habe ich ihr einige Vorschläge gemacht (Schriftmeditation⁵⁸, Herzensgebet⁵⁹, Jogging, Wandern, die grosse Gebetsbärde⁶⁰ ...) und regelmässig nachgefragt, wie es läuft. Auch die drei Grundübungen habe

⁵⁷ Bei ihm zeigte sich (vielleicht noch vorläufig), was Teresa von Avila beschreibt: Nicht jeder Mensch hat eine kontemplative Veranlagung. Vgl. Teresa, S. 171.

⁵⁸ Im Anhang habe ich eine Anleitung beigelegt.

⁵⁹ Vgl. Anleitung im Anhang.

⁶⁰ Im Anhang habe ich eine Beschreibung beigelegt.

ich ihr angeboten. Das war für mich ein erstes Antippen, damit sie ihre eigene persönlichkeitspezifische Frömmigkeitspraxis entwickeln kann.

Anfangs hatte ich den Eindruck, dass sie gar nicht wirklich verstehen konnte, was ich da von ihr wollte. Das hat mich sehr an Bonhoeffers Erfahrungen mit seinen Vikaren erinnert, denen es ähnlich erging. Erst nach und nach bekam BB einen Eindruck, wie ich es gemeint haben könnte. Da sie häufiger bei uns Mittag gegessen hat, hat sie schnell bemerkt, dass ich mir meine halbe Stunde vor dem Mittagessen fest eingeplant habe und dann auch Diskussionen abgebrochen habe mit den Worten: „So, jetzt wird es Zeit für mich. Ich gehe jetzt meditieren. Wir können das nach dem Mittagessen weiter besprechen.“

Für mich waren für diese Interventionen mehrere Punkte ausschlaggebend. Zum einen wollte ich meine Quelle schützen und sie nicht der Beliebigkeit aussetzen. Ich wollte mein Meditieren nicht von der täglichen Befindlichkeit oder Stimmung abhängig machen. Im Laufe der Zeit habe ich den Satz der Benediktsregel schätzen gelernt: „Halte die Ordnung und die Ordnung hält dich.“ Zum anderen wollte ich BB zeigen, dass alles irgendwo seine Grenze hat, auch das Suhlen in der eigenen Befindlichkeit. Es ist ja eine Frage der Prioritäten und der Grenzen, die ich zu ziehen bereit bin oder ziehen muss. Wovon oder von wem will ich mich gefangen nehmen lassen? Ich bin selbst verantwortlich für meinen Umgang mit meiner Zeit. Und ich entscheide, wie ich meine Zeit einsetzen will. Das ist in einem zeitlich so unstrukturierten Berufsfeld wie dem Pfarramt eine wesentliche Kompetenz, die eingeübt werden will. Offenbar hat ihr meine Intervention Eindruck gemacht, sie sprach mich mehrfach darauf an. Im letzten Drittel des Vikariats wusste BB dann sehr genau, warum ich so viel Wert auf meine Zeit an der Quelle lege.

Um ihr einen Einstieg in den Bereich Frömmigkeitspraxis zu ermöglichen und ihren Horizont zu weiten, habe ich sie kurz nach dem Start des Vikariats mit unserem Team nach Taizé mitgenommen. Auf dem Hinweg haben wir einen Abstecher zu den Don Camillos in Montmirail gemacht. Und als Abschluss des Vikariats haben wir mit unserer Jugendgruppe auch die Don Camillos im Stadtkloster Segen⁶¹ in Berlin besucht.

BB hat sich mutig den „geistlichen Aufgaben“ gestellt und sofort gesalbt und gesegnet und nach und nach auch ausprobiert, wie sie ihre Quelle bewirtschaften kann. Sie hat bei einem Seminar mit Sabine Bobert teilgenommen.

9.2. Die Ordination als Schwellenritual - Der Talar als Ummantelung

In meinem eigenen Vikariat hatten meine Vikariatseltern mit mir abgemacht, dass ich meine Gottesdienste zunächst im Strassenanzug feiere und dann zur Ordination von ihnen meinen Talar⁶² geschenkt bekommen würde. Nicht nur deshalb war meine Ordination für mich ein sehr spezieller Moment. (Interessanterweise war die Probe am Samstag vorher sehr viel intensiver als der öffentliche Gottesdienst.) Ich hatte auch das Glück, dass mein Vikariatsvater damals Präsident der Landeskirche beider Appenzell war. So konnte Hannes mich ordinieren. Gemeinsam mit seiner Frau Barbara haben wir dann eine „reformierte Version der Priesterweihe“ gefeiert, wie Markus Grieder damals hell erfreut anmerkte. Wir hatten alle drei eine weisse Tunika an!

Für BB war lange nicht klar, ob sie überhaupt einen Talar möchte. So trug sie

⁶¹ Vgl. Syring, Don Camillo.

⁶² Vgl. Syring, Talar.

selbstverständlich ihre Strassenkleidung bei den Gottesdiensten. Knapp zwei Monate vor ihrer Ordination war sie dann soweit. Sie wollte einen Talar. Einen schwarzen. Die Damen aus der Paramentenwerkstatt im Kloster Fahr haben sich alle Mühe gegeben, rechtzeitig zur Ordination den Talar fertig zu bekommen. So konnten wir BB dann an ihrer Ordination neu einkleiden (Eph 4, 24; Röm 13, 14). „Liturgische Kleidung ist ein Zeichen erfolgter Initiation. Sie hat mit Berührung und energetischem Austausch zu tun (vgl. u.v.a. Mt 9, 20)“⁶³, erinnert Dietrich Stollberg. Und ich kam mir ein ganz kleines bisschen vor wie Elia, der seinen Mantel über Elisa wirft (1Kön 19, 19).

Gemeinsam mit unserem aktuellen Kirchenratspräsidenten, der die Ordination vorgenommen hat, hatten wir vereinbart, dass ich BB im Anschluss an seinen Handschlag (mehr an liturgischer Geste wollte er nicht) salbe und segne. Das war für uns sehr stimmig. Und so konnten wir BBs Ordination als Schwellenritual feiern auf dem Weg von der Theologin zur Geistlichen.

9.3. Mein Pfarrer-Sein

In den Gesprächen mit AA und BB ist mir mehr und mehr mein eigenes Verständnis meines Pfarrer-Seins deutlich geworden. Am ehesten kann ich es mit Paulus sagen (2Kor 1, 24): „Es ist ja nicht so, dass wir Herr sein wollen über euren Glauben, nein, Mitarbeiter an eurer Freude sind wir; im Glauben steht ihr ja fest.“ Oder wie es die Gute Nachricht überträgt: „Meine Aufgabe ist es doch, zu eurer Freude beizutragen.“

Meine Frau sagt gelegentlich über meine Pfarramtsarbeit: „Lars, du lädst die Leute ein, mit dir zu spielen. Und sie wissen: wenn sie mit dir spielen, können sie nicht verlieren.“ Das, finde ich, hat sie sehr schön gesagt. Und mir liegt viel daran, dass die Menschen, die sich in ihrer Freizeit in unserer Kirchgemeinde engagieren und mit am Reich Gottes bauen, das Gefühl eines sinnvollen Tuns haben. Eines Tuns, das Freude macht. Und das liegt unter anderem auch daran, was ich als Pfarrer ausstrahle. Ich darf die Menschen, die mir begegnen nicht überfordern. Stress haben sie schon genug.

„Meine Aufgabe ist es doch, zu eurer Freude beizutragen.“ Freude entsteht dort, wo ich meine eigene Berufung finden und leben kann. Wenn ich das Gefühl habe, dass ich am richtigen Ort das Richtige tue. Wenn ich das als Pfarrer für mich so leben kann, dann steckt das an und strahlt aus.⁶⁴

⁶³ Stollberg, Kunst, S. 235.

⁶⁴ Und das hat konkrete Konsequenzen für die MitarbeiterInnenpflege. Ich kann Potentiale entdecken und gezielt fördern, motivieren und anerkennen, Möglichkeiten der Mitarbeit vorschlagen und Verantwortlichkeiten regeln. Vgl. Petry.

10. Literatur

Die hier verwendeten Abkürzungen sind entnommen:

Theologische Realenzyklopädie. Abkürzungsverzeichnis. Zusammengestellt von S. Schwertner. 2. Aufl., Berlin 1994.

Die in den Fußnoten verwendeten Kurztitel stehen in eckigen Klammern [] oder sind durch Unterstreichungen kenntlich gemacht. Wurde von einem Autor nur ein Titel verwendet, findet sich in den Fußnoten lediglich der Name des Autors und die Seitenangabe.

Assagioli, Roberto: Psychosynthese und transpersonale Entwicklung. Rümlang/Zürich ²2008.

Bohren, Rudolf [Hg.]: Einführung in das Studium der evangelischen Theologie. München 1964.

Bonhoeffer, Dietrich: Dietrich Bonhoeffer Werke. Herausgegeben von Eberhard Bethge, Ernst Feil u.a., München u.a., 1986ff.. 16 Bände und ein Erweiterungsband. [DBW]

Im Besonderen:

Bd. 5: Gemeinsames Leben / Das Gebetsbuch der Bibel, ²2002.

Bd. 8: Widerstand und Ergebung, 1998.

Bd. 14: Illegale Theologenausbildung: Finkenwalde 1935-1937, 1996.

Und:

Von Bismark, Ruth-Alice: Brautbriefe Zelle 92: Dietrich Bonhoeffer, Maria von Wedemeyer, 1943-1945. München 1992. [BB]

Bethge, Eberhard: Dietrich Bonhoeffer. Theologe, Christ, Zeitgenosse. Eine Biographie. Gütersloh ⁸2004. [DB]

Bobert-Stützel, Sabine: Dietrich Bonhoeffers Pastoraltheologie. Gütersloh 1995.

Dies.: Frömmigkeit und Symbolspiel. Ein pastoralpsychologischer Beitrag zu einer evangelischen Frömmigkeitstheorie. Göttingen 2000.

Bobert, Sabine: Jesusgebet und neue Mystik. Grundlagen einer christlichen Mystagogik. Kiel 2010.

Dies.: Seelsorge in der Postmoderne. Mentales Coaching, Heilung und Mystagogie. In: WzM 63, 2011, S. 258-272.

Dies.: Mystik und Coaching mit MTP - Mental Turning Point. Kiel 2011.

Bunge, Gabriel: Geistliche Vaterschaft. Eremos Bd. 1. Berlin 2010.

Ebeling, Gerhard: Luther. Einführung in sein Denken. Tübingen ⁵2006.

Enterlein, Hilde und Schönherr, Albrecht: Laß es uns trotzdem miteinander versuchen. Brautbriefe aus der Zeit des Kirchenkampfes 1935-1936. Gütersloh 1997.

Frère Roger: Die Quellen von Taizé. Regeln und Briefe. Freiburg ¹³1981.

Josuttis, Manfred: Der Pfarrer ist anders. Aspekte einer zeitgenössischen Pastoraltheologie. München 1991.

Ders.: Der Weg in das Leben. Eine Einführung in den Gottesdienst auf verhaltenswissenschaftlicher Grundlage. Gütersloh 1991.

Ders.: Die Einführung in das Leben. Pastoraltheologie zwischen Phänomenologie und Spiritualität. Gütersloh 1996.

Ders.: Segenskräfte. Potentiale einer energetischen Seelsorge. Gütersloh 2000.

Ders.: Religion als Handwerk. Zur Handlungslogik spiritueller Methoden. Gütersloh 2002.

Ders.: Heiligung des Lebens. Zur Wirkungslogik religiöser Erfahrung. Gütersloh 2004.

Ders.: Ich bin ein Gast auf Erden. Eine pastorale Lebensgeschichte. Gütersloh 2016.

Küstenmacher, Marion, Haberer, Tilmann, Küstenmacher, Werner Tiki: Gott 9.0. Wohin unsere Gesellschaft spirituell wachsen wird. Gütersloh 2010.

Luther, Martin: Werke: Kritische Gesamtausgabe (Weimarer Ausgabe), Weimar 1883ff [WA].

Ders.: Der kleine Katechismus, 1529. In: Ders.: WA 30/1, S. 239f. Weimar 1910. Zitiert nach: Der Kleine Katechismus Doktor Martin Luthers. Gütersloh ²⁷1996.

Ders.: Von der Freiheit eines Christenmenschen. In: Ders.: WA 7, S. 20-38. Zitiert nach: Ders.: Ausgewählte Schriften: Bd. 1. Hrsg. v. Bornkamm, Karin und Ebeling, Gerhard. Frankfurt 1982.

Markides, Kyriacos C.: Der Berg des Schweigens. Begegnung mit einem christlichen Meister. Grafing 2015.

Morgenstern, Christian: Sämtliche Galgenlieder. München 1992.

Petry, Bernhard: Wie wir uns denken, so schallt es heraus. Pastorale Selbstbilder und die Zusammenarbeit mit Ehrenamtlichen. In: PTh 91, 2002, S. 95-105.

Scharfenberg, Joachim: Einführung in die Pastoralpsychologie. Göttingen ²1990.

Sölle, Dorothee: Gesammelte Werke. Hrsg.v. Balz-Otto, Ursula und Steffensky, Fulbert. Stuttgart 2006ff.

Bd. 2: Und ist noch nicht erschienen, was wir sein werden. 2006. Darin: Die Hinreise. Zur religiösen Erfahrung. Texte und Überlegungen. S. 7-129.

Bd. 6: Du stilles Geschrei. Wege der Mystik. 2007.

Stolina, Ralf: Niemand hat Gott je gesehen. Traktat über negative Theologie. Berlin 2000.

Ders.: Lebens-Gespräch mit Gott. Zur theologischen Grundlegung geistlicher Begleitung. In: PTh 99, 2010, S. 288-305.

Stollberg, Dietrich: Religion als Kunst. Nachdenken über praktische Theologie und Ästhetik. Leipzig 2014.

Ders.: Was ist die theologische Basis geistlicher Begleitung? Ein kritischer Zwischenruf. In: PTh 99/2010. S. 39-57.

Syring, Lars: Don Camillo in Berlin. Schweizer Reformierte leisten Aufbauarbeit Nord. Reformierte Presse Nr. 35, 2009. Ausgabe vom 28.8.2009, S. 6-8.

Ders.: Gemeinsam leben. Ein Selbstgespräch im Rahmen des Moduls MAS 5, SpiritualIn. Bühler 2010. Unveröffentlicht. Auf Wunsch sende ich es gerne zu.

Ders.: Ich setzte den Fuss in die Luft. Der Weg zum „Neuen Glauben“. In: Magnet. Kirchenblatt für die Evangelisch-reformierten Kirchgemeinden beider Appenzell, 95. Jahrgang, Nr.4, April 2013, S. 8-10.

Ders.: Mystik und Widerstand und ich. Selbstgespräche eines Landpfarrers. Teil 2. In: Magnet. Kirchenblatt für die Evangelisch-reformierten Kirchgemeinden beider Appenzell, 95. Jahrgang, Nr.3, März 2008, S. 4-5.

Ders.: Pfarrer ohne Talar. Kolumne „Zum Sonntag“ im Anzeigebblatt für die Gemeinden Bühler und Gais. Ausgabe vom 26.8.2016.

Ders.: Vertrauen einüben und Widerstand leisten. Dietrich Bonhoeffer und die »Übung des Glaubens«. Abschlussarbeit MAS Spiritualität. Bühler 2010. Unveröffentlicht. Auf Wunsch sende ich es gerne zu.

Ders.: Warum lesen wir die Bibel wie ein Telefonbuch und nicht wie ein Gedicht? Wie man vom dem redet, was einen wärmt in der Nacht. In: Reformierte Presse vom 24.5.2013, S. 6-7.

Teresa von Avila: Weg der Vollkommenheit. Gesammelte Werke Band 2. Freiburg u.a. 2003.

Tillich, Paul: Der Mut zum Sein. Berlin 1991.

Winkler, Klaus: Seelsorge. Berlin u.a. 1997.

Ders.: Werden wie die Kinder? Christlicher Glaube und Regression. Mainz 1992.

Zimmerling, Peter: Plädoyer für eine neue Einheit von Theologie und Spiritualität. In: PTh 97, 2008, S. 130ff.

Zimmermann, Wolf-Dieter: Begegnungen mit Dietrich Bonhoeffer. Ein Almanach. München 1964.

Ders.: Wir nannten ihn Bruder Bonhoeffer. Einblicke in ein hoffnungsvolles Leben. Berlin ³2004.

Zink, Jörg: Gotteswahrnehmung. Wege religiöser Erfahrung. Gütersloh 2009.

Ders.: Vom Geist des frühen Christentums. Den Ursprung wissen - das Ziel nicht verfehlen. Freiburg 2011.

Bibeltexte zitiere ich nach der Zürcher Bibel 2007.

Film:

Wright, Chris und Kolbe, Stefan: Pfarrer werden. Ein Film. MDR 2014.

11. Erklärung

Ich erkläre hiermit, dass ich diese Arbeit selbständig konzipiert und ausgeführt sowie keine anderen als die angegebenen Quellen benutzt habe. Alle Stellen, die wörtlich oder sinngemäss aus Quellen entnommen wurden, habe ich als solche gekennzeichnet. Die Mitwirkung Dritter an der Konzeption, Durchführung und Schriftfassung der Arbeit habe ich in vollem Umfang offen gelegt. Mir ist bekannt, dass andernfalls der Senat gemäss Artikel 21 Abs. 1 Bst. r des Status der Universität Bern vom 7. Juni 2011 zum Entzug des aufgrund dieser Arbeiten verliehenen Abschlusses berechtigt ist.

Lars Synge

12. Anhang

Beten mit Leib und Seele in 18 Schritten

Die große Gebetsgebärde

von Lars Syring (Text und Fotos)

Die Gebärde ist die Sprache unseres Körpers. Und es ist ein Irrtum, dass nur unser Inneres das Äussere prägt. Mindestens genauso sehr prägt auch das Äussere unser Inneres. Warum also nicht ein Körpergebet versuchen, mit einer bewussten Einstellung und Ausrichtung unseres Leibes zum Gebet? Also Beten mit Leib und Seele?

Das Entscheidende an der „Großen Gebetsgebärde“, die Franz-Xaver Jans-Scheidegger entwickelt hat, ist die Abfolge von ineinander übergehenden Gebärden. Lassen Sie sich viel Zeit für die Bewegungen von der einen Haltung zur anderen. Ganz langsam, schön fließend. Richten Sie sich nach Osten aus. Und geben Sie Ihrem Atem ein Gebet mit. Z.B.: Beim Einatmen: Jesus. Beim Ausatmen: Christus. Oder: Beim Einatmen: Du in mir. Beim Ausatmen: Ich in Dir.



1. Stehen Sie aufrecht. Sammeln Sie sich. Bereiten Sie sich auf das Gebet vor. Lassen Sie Ihre Arme am Körper hinunter baumeln. Achten Sie auf die Spannung zwischen Ihren Händen und Ihren Füßen.



4. Jetzt die Arme weiter nach oben, bis sich die Handflächen über dem Kopf berühren.



2. Heben Sie die Arme bis zur Waagerechten.



5. Senken Sie Ihre aneinander gelegten Hände bis kurz über dem Kopf.



3. Drehen Sie die Handflächen nach oben.



6. Senken Sie Ihre aneinander gelegten Hände nach vorne bis auf Augenhöhe. Bewegen Sie nun die Hände langsam auseinander; so lange, wie Sie eine Spannung zwischen den Handflächen spüren.



7. Führen Sie Ihre Handflächen wieder aneinander und senken Sie sie ab bis auf Höhe des Mundes.
Die Daumen berühren den Kehlkopf, die Zeigefinger die Lippen



11. Richten Sie sich wieder auf. Legen Sie Ihre Hände ineinander.



8. Dann weiter hinter bis zum Herz.



12. Beugen Sie sich nach vorne. Beginnen Sie mit dem Kopf.



9. Öffnen Sie Ihre Hände vor ihrem Bauch. Die Spitzen der Kleinen- und der Ringfinger berühren sich.



13. Dann Wirbel für Wirbel hinunter. Bis Sie mit den ineinander gelegten Händen den Boden berühren.



10. Geben Sie in Ihren Knien etwas nach. Die Kuppen der Mittelfinger berühren sich.



14. Richten Sie sich wieder auf. Nehmen sie die Haltung 9 ein.



15. Bewegen Sie Ihre Hände horizontal auseinander, bis zur Kreuzesform.



16. Kehren Sie mit Ihren Händen zurück zur Haltung 9.



17. Führen Sie Ihre Hände auf Höhe des Herzens aneinander.



18. Gehen Sie zurück in die Ausgangsposition. Verweilen Sie noch einen Moment.

Literatur:

Franz-Xaver Jans-Scheidegger: Das Tor zur Rückseite des Herzens. Schriften zur Kontemplation 9. ISBN 3-87868-493-2.

Beitrag zum MAGNET September 2006.
Überarbeitet Januar 2011

Wie mein Glauben wurde, wie er ist

Ein Fragebogen

Nimm dir Zeit. Erwinnere dich an die Spuren, die Gott in deinem Leben hinterlassen hat. Wenn du möchtest, kannst du dir Notizen machen. Du machst das nur für dich. Im anschließenden Zweiergespräch bestimmst du selbst, was du mitteilst.

- Was hast du mit deinem Glauben erlebt? Welche Glaubensgeschichten und Erfahrungen fallen dir spontan ein?
- Und welche beim zweiten Nachdenken?

Geh in Gedanken durch dein Leben. Ganz zurück, so weit wie es geht.

- Wie hast du dir als Kind Gott vorgestellt? Was ist deine früheste Erinnerung?
- Von wem hast du beten gelernt?
- Kannst du dich an dein erstes Gebet erinnern?
- Hast du Angst im Dunkeln?
- Verbindest du Gerüche oder Farben oder Landschaften mit deinem Glauben?
- Welche Figur aus der Bibel oder der Kirchengeschichte hat dich als Kind am meisten beeindruckt? Und welche später?
Was hat dich so fasziniert?
- Hast du eine Lieblingsgeschichte in der Bibel?
Warum ausgerechnet diese?
- Gibt es Personen, die dir geholfen haben, im Glauben zu wachsen?
Wie haben sie das gemacht?
- Ist dir der Glaube wichtig?
- Möchtest du kirchlich heiraten? Warum / warum nicht?
- Was hat dich verletzt? Hast du Glaubenswunden?
- Wissen die Menschen, die dir am nächsten stehen, was dich am Leben hält?
- Brauchst du für deinen Glauben die Kirche?
Das Gebäude, die Organisation oder die Gemeinschaft der Glaubenden?
- Wie lebst du mit den Unsicherheiten des Lebens? Lässt du Zweifel zu? Oder weißt du schon alles?
- Was machst du mit deinem Geld?
- Ist dir am Glauben etwas besonders wichtig?
- Was ist wichtiger: Vertrauen oder wissen?
- Wie gestaltest du deine Beziehung zu Gott? Was kannst du empfehlen?
- Irritiert dich das Glaubensleben anderer?
- Sind Abschiede endgültig?

Jetzt etwas zum Malen. Bitte dreh das Blatt um.

Wie ist deine Beziehung zu Gott?

Zeichne zwei Figuren, von denen die eine Gott, die andere dich darstellt. Jede Figur soll aus einer Linie bestehen, die beliebig verläuft, aber zu ihrem Ausgangspunkt zurückführt.

So kannst du dein Verhältnis zu Gott durch die Form, die Größe und den Abstand beider Figuren zueinander abbilden

Wenn du dein Bild fertig hast, sieh es dir in Ruhe an. Versuche, in einem Satz zu sagen, was du ausdrücken wolltest. Schreibe diesen Satz auf.

Mein Satz:

Die Schriftmeditation

Christlicher Glaube lebt in Beziehung. Er ist ausgerichtet auf das Du Gottes. Christenmenschen glauben einen Gott, zu dem sie in Kontakt treten können. Im Lebensgespräch mit ihm eröffnet er Erfahrungen.

Die Bibel ist voll von solchen Lebenserfahrungen. Sehr unterschiedliche Menschen haben zu sehr unterschiedlichen Zeiten festgehalten, was sie bewegt hat. So konnten ihre Erfahrungen weitergegeben werden und den LeserInnen neue, je eigene Erfahrungen mit Gott eröffnen.

Wer seinen Blick nur auf die historischen Fakten lenkt, wird diesen Erfahrungen von Lebensmut nicht gerecht. Die Bibel ist keine historische Reportage.

Origenes (185 - 254) meinte, wer sein Interesse auf die historischen Details konzentriert, sei wie jemand, der dauernd an einer Nusschale herum knabbert und sich nicht für den Kern der Nuss, das Nahrhafte, interessiert.

Die Schriftmeditation nimmt den Leser, die Leserin durch das Bibellesen in das Gespräch mit Gott hinein. Schriftmeditation heißt: die Bibel betend lesen. Wer die Bibel so liest, bittet, dass Gott durch den Bibeltext zu ihm/ihr spricht. Die Schriftmeditation hilft den LeserInnen, den Schatz im Acker (Mt 13, 44) einer Bibelstelle zu heben, sehr konkret im Hier und Heute.

Wer die Bibel betend liest, dem wird sie zum Wort Gottes.

Martin Luther beschreibt, was Meditation heißt:

„Meditieren, das ist: nicht allein im Herzen, sondern auch äußerlich die mündliche Rede und im Buch geschriebenen Worte immer treiben und reiben, lesen und wiederlesen, mit fleißigem Aufmerken und Nachdenken, was der Heilige Geist damit meint. Und hüte dich, dass du nicht überdrüssig werdest oder denkest, du habest es ein Mal oder zwei genug gelesen, gehört und gesagt und verstehst alles bis auf den Grund [...] Denn Gott will dir seinen Geist nicht geben ohne das äußerliche Wort.“ (in der Vorrede der Wittenberger Ausgabe seiner Deutschen Schriften, 1539)

Und Dietrich Bonhoeffer beschreibt Auswirkungen:

„Wie das Wort eines lieben Menschen dir den ganzen Tag nachgeht, so soll das Wort der Schrift unaufhörlich in dir nachklingen und an dir arbeiten. Wie du das Wort eines lieben Menschen nicht zergliederst, sondern es hinnimmst, wie es dir gesagt ist, so nimm das Wort der Schrift hin und bewege es in deinem Herzen wie Maria tat. Das ist alles. Das ist Meditation.“ (in seiner Anleitung zur Schriftmeditation)

Die Schriftmeditation praktisch

Bevor die Schriftmeditation beginnt, solltest du schon wissen, welchen Text du dir heute vornehmen möchtest. Anregungen dafür geben verschiedene Bibellesepläne. Im Lösungsbüchlein der Herrnhuter Brüdergemeinde steht für jeden Tag ein Bibellesevorschlag von etwa zwölf Versen. Natürlich kannst du einen Text auch eine ganze Woche lang meditieren.

- Nimm dir Zeit. Zwischen 30 und 60 Minuten
- Suche dir einen Platz, an dem du dich wohl fühlst. Sitze möglichst aufrecht.
- Sammle dich. Atme tief durch. Leg zur Seite, was dich noch beschäftigt.
- Beginne die Schriftmeditation mit einem Gebet. Gott möge dir den Schatz im Acker dieses Bibeltextes erschließen.
- Lies den Text langsam. Stelle dir vor, was im Text erzählt wird. Nutze deine Phantasie. Werden die Szenen lebendig? Bekommen die Personen ein Gesicht?
- Versuche, nicht abzuschweifen. Es ist für die Meditation unerheblich, welche Texte vor oder nach deinem Abschnitt stehen. Fange nicht an, in der Bibel zu blättern.
- Wiederkäue den Text. Lies den Abschnitt wieder und wieder. Was berührt dich? Was spricht dich an? Urteile nicht! Nimm wahr, was der Text in dir auslöst (Gib auch schmerzlichen Gefühlen / Erinnerungen Raum).
- Bleibe solange bei dem, was dich persönlich anspricht und bewegt, bis es sich erschöpft.
- Bete zum Abschluss deiner Meditation. Danke Gott für alles, was er dir (vielleicht auch nicht) gezeigt hat. Bringe in dein Gespräch mit Gott ein, was dich bewegt, berührt, beschäftigt hat.
- Sammle zusammen, was du geerntet hast. Notiere deine Erleuchtungen in kurzen knappen Sätzen. Ein „Geistiges Tagebuch“ nimmt deine Sätze gerne auf.
- Wiederhole die Betrachtung des Textes später noch einmal. Geh von den Entdeckungen aus, die du schon gemacht hast. Sie können sich vertiefen, verändern, zu neuen führen.

Bedenke:

Dein Gesprächspartner ist Gott selbst. Lies die Bibel im Vertrauen, dass er mit dir auf dem Weg ist. Alles, was dir die Meditation bringt, ist sein Geschenk. Du kannst nichts erzwingen. Und: Wenn du dich erst im Nachhinein entscheiden willst, ob du eventuell umsetzen möchtest, was du vielleicht entdeckst, verbaust du dir den Zugang zu einem tieferen Ergriffenwerden vom Wort Gottes.

Schweigen und Beten

Eine kurze Einführung ins Herzensgebet



- + Sitze still und aufrecht.
- + Lege Deine Hände in den Schooss oder auf die Oberschenkel.
- + Schliesse Deine Augen.

- + Um Deinen Geist zu beruhigen wiederhole in Deinem Inneren still ein Wort oder einen Satz. Das ist Dein Herzenswort, Dein Mantra. Verteile es auf Deinen Atemstrom. Bewährt haben sich:

<u>Beim Einatmen</u>	<u>Beim Ausatmen</u>
<i>Christus</i>	<i>Jesus</i>
<i>Der Herr ist mein Hirte</i>	<i>Mir wird nichts mangeln</i>
<i>Du in mir</i>	<i>Ich in Dir</i>
<i>Herr Jesus Christus</i>	<i>Erbarme Dich meiner</i>
<i>Ru-</i>	<i>he</i>
<i>Frie-</i>	<i>den</i>
<i>Lie-</i>	<i>be</i>

- + Wähle Dir ein Mantra aus und bleibe dabei.
- + Wiederhole es kontinuierlich ohne Hast. Immer wieder. Und immer wieder. Lass es tief in Dich hinein sinken.
- + Erwarte nichts.

- + Wenn Deine Gedanken wandern (was völlig normal ist) oder Du abgelenkt bist (Du wirst es sein), bring Deine Aufmerksamkeit freundlich zurück zu Deinem Mantra. Es ist der Anker, an dem Du Dich festhalten kannst. Es verbindet Dich mit Deinem Grund.

- + Wenn Deine Gedanken bei Menschen hängen bleiben, beziehe sie ein in Dein Gebet: „Herr Jesus Christus - erbarme Dich über Olli.“

- + Und wenn die Meditation zu Ende ist:
Bewerte nicht, was geschehen ist. Die Meditation war weder gut noch schlecht. Du hast meditiert. Und jedes mal, wenn Du Dein Mantra wiederholst, bist Du ein Stück weiter auf Deinem Weg.

Auf dem Weg zu Quelle

Ein Fragebogen zur CAS Arbeit "Ausbildungspfarrer"

Mich interessiert, wie unser christlicher Glaube eine Gestalt finden kann. Die folgenden Fragen kreisen um den Themenkomplex: Wie lebst Du Deinen Glauben? Welche Ausdrucksformen hast Du für Dein Vertrauen? Welche Übungspraxis hast Du?

Bitte antworte möglichst konkret. Selbstverständlich werden Deine Angaben vertraulich behandelt.

Also:

Alter: () 20-29 () 30-39 (X) 40-49 () 50-65 () älter
(X) Mann () Frau () ?

1. Welche geistige / spirituelle Praxis hattest Du vor Deinem Studium? Wie hat sie sich konkretisiert? Vom wem hast Du gelernt?
Regelmäßiger Besuch des Sonntagsgottesdienstes, auch aktive Teilnahme als Lektor. Vorbild und Ansprechpartner war mein Konfirmationspfarrer
2. Hat sich Deine Praxis während des Studiums verändert? Was ist hinzu gekommen? Was hast Du nicht weiter verfolgt? Vom wem hast Du gelernt?
Im Studium selbst sind keine besonderen spirituellen Praktiken hinzugekommen. Im Rückblick betrachtet waren die von den Studierenden gestalteten Andachten und Gottesdienste in der „Schweizer Kapelle“ der damaligen KiHo Bethel eindrucksvoll. Die Bedeutung von Prof. Ruhbach, damals eher als aus derzeit gefallen, hat sich mir erst im Nahhinein erschlossen.
3. Wie sieht Deine heutige Praxis aus? Wo ist Deine Quelle? Und wie kommst Du dahin? Wo kannst du auftanken?
Die „Quelle“ ist für mich die Auseinandersetzung mit dem Wort Gottes für den gemeindlichen Dienst, d.h. in den Gottesdiensten und den zahlreichen Kasualien. In den Beerdigungsgottesdiensten sind für mich bewusst feststehende Lesungen und Gebete („Ich bin gewiss, dass weder Tod noch Leben, weder ...“) Stärkungen, die ich nicht nur anderen sondern auch ganz bewusst mir selbst zuspreche. Auch die Abendmahlsfeiern sind in ihrer Versammlung ein Ort der Stärkung in der Gegenwart Christi, sie sollten eigentlich häufiger als nur monatlich sein.
4. Welche Erfahrungen hast Du auf Deinem Weg zur Quelle gesammelt?
Das iterative Element ist etwas enorm Entlastendes und ist so etwas wie eine spirituelle Heimat, die ich aber auch in vielen alten Liedern und Chorälen finde.
5. Hast Du jemanden, der Dich in diesen (Glaubens-)Fragen begleitet? Wie hast Du ihn/ sie gefunden?
Mit einem Studienfreund aus Bethel, der jetzt Pfarrer in der EKKW ist, tausche ich mich ab und an aus.
6. Hilft Dir Deine Praxis zur Stressreduktion und gegen Burnout?
Ja. Es gibt aber noch andere Praktiken dazu: Sport, gutes Ausschlafen, Gelassenheit, dass alles nur Wirken im Vorletzten ist; bewusste Pflege der Kollegialität im Kreis der Pfarrkonvente und Konferenzen, regelmäßige Fortbildungen im Pastorkolleg.

7. *Sofern Du in Bühler warst: Was hast Du bei uns in Bühler in diesem Bereich erproben können? Was hat sich für Dich bewährt? Was nicht?
Die Morgengebete, die Zeiten des Schweigens waren eindrucksvoll. Sie lassen sich aber wohl nur noch unter den Bedingungen eines Schweizer Landpfarramtes realisieren. In meinem Arbeitsalltag ist es wichtiger dieses nicht in gesonderten Formen und in gesonderten Zeiten zu machen, sondern in den anderen dienstlichen Vollzügen zu integrieren.*
8. *Sofern du in Bühler warst: Was nimmst Du mit aus dieser Zeit?
U.a. die besondere Form der Segenshaltung im kleinen Kreis („die rechte Hand gibt, die linke Hand nimmt“)*

Vielen Dank, dass Du Dir Zeit genommen hast.

Bei Fragen:
Lars Syring
Oberdorf 5
9055 Bühler AR
Tel 071 793 17 63

Bitte mail Deine Antworten zurück an:
lars.syring@gmx.ch

Auf dem Weg zu Quelle

Ein Fragebogen zur CAS Arbeit "Ausbildungspfarrer"

Mich interessiert, wie unser christlicher Glaube eine Gestalt finden kann. Die folgenden Fragen kreisen um den Themenkomplex: Wie lebst Du Deinen Glauben? Welche Ausdrucksformen hast Du für Dein Vertrauen? Welche Übungspraxis hast Du?

Bitte antworte möglichst konkret. Selbstverständlich werden Deine Angaben vertraulich behandelt.

Also:

Alter: () 20-29 (x) 30-39 () 40-49 () 50-65 () älter
() Mann (x) Frau () ?

1. Welche geistige / spirituelle Praxis hattest Du vor Deinem Studium? Wie hat sie sich konkretisiert? Vom wem hast Du gelernt?

Schon früh hatte ich zumindest das Verlangen nach solchen Kraftquellen. Gelernt hab eich von meiner Tante. Sie hat mich mit Reiki und Tai-Chi vertraut gemacht. Dann von meiner Mutter und Vater, die in der Musik und auch in schönen Gottesdiensten oder gemeinsamen harmonischen Abenden dieses Gefühl der Harmonie vermittelten.

2. Hat sich Deine Praxis während des Studiums verändert? Was ist hinzu gekommen? Was hast Du nicht weiter verfolgt? Vom wem hast Du gelernt?

In spiritueller Hinsicht habe ich während des Studiums nicht viel gelernt. Das war grösstenteils kopflastig ausgelegt und Spiritualität wurde eher belächelt. Ich bin bei den Kraftquellen geblieben, die ich von zuhause kannte: In der Natur, Sport, gutes Essen und angenehme Gespräche.

3. Wie sieht Deine heutige Praxis aus? Wo ist Deine Quelle? Und wie kommst Du dahin? Wo kannst du auftanken?

Yoga gibt mir sehr viel Energie. Taize-Andachten und Sport. Meine Quelle, ja das ist glaube ich das Gefühl, wenn ich harmonisch mit mir bin. Das geschieht bei den oben genannten Aktivitäten.

4. Welche Erfahrungen hast Du auf Deinem Weg zur Quelle gesammelt?

Dass man zunächst einmal akzeptieren muss, dass man diese Quelle braucht. Und dann sich beobachtet, wann geht die Energie, wann kommt sie. Man versucht ein Gefühl für sich selbst und seine Bedürfnisse zu entwickeln. Mal geht das besser, mal schlechter. Im Grunde versucht man sich kennen zu lernen und zu sich zu stehen.

5. Hast Du jemanden, der Dich in diesen (Glaubens-)Fragen begleitet? Wie hast Du ihn/ sie gefunden?

Unterstützt in diesem Bedürfnis hat mich mein VL Lars Syring. Er war einer derjenigen, die mir ganz klar gesagt haben, dass es „normal“ sei, diesen Wunsch nach der Quelle, dem Auftankerlebnis zu haben. Und das solches auch in Verbindung mit diesem völlig rationalisierten westeuropäischen Christentum vereinbar ist.

6. Hilft Dir Deine Praxis zur Stressreduktion und gegen Burnout?

Unbedingt. Ich müsste noch mehr auf mich achtgeben. Manchmal ist es mir immer

noch peinlich zu sagen, dass ich so etwas brauche. Gilt es doch heute als chic immer ausgebrannt zu sein.

7. *Sofern Du in Bühler warst: Was hast Du bei uns in Bühler in diesem Bereich erproben können? Was hat sich für Dich bewährt? Was nicht?
Sehr bewährt hat sich für mich, dass hier mal diese Quelle überhaupt eine Berechtigung hatte. Bewährt haben sich für mich die Taize-Gottesdienste insbesondere und die spirituelle Körperübung. Auch die Arten auf die hier kommuniziert wird, empfand ich als ausgesprochen konstruktiv.*
8. *Sofern du in Bühler warst: Was nimmst Du mit aus dieser Zeit?
Dass geistliche Reife einen Wert hat. Dass man empfindsam sein darf und das ein Plus ist. Dass das Auftanken legitim ist und einem im Pfarralltag mit den ganzen verstrickten Beziehungen helfen kann, bei sich zu bleiben. Im Grunde ist es eine Investition in die eigene geistige Gesundheit.*

Vielen Dank, dass Du Dir Zeit genommen hast.

Bei Fragen:
Lars Syring
Oberdorf 5
9055 Bühler AR
Tel 071 793 17 63

Bitte mail Deine Antworten zurück an:
lars.syring@gmx.ch