Weg nach innen - Weg nach aussen

Autor(en): **Vollenwyder, Usch / Ruoss, Pia / Halder, Irmgard**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung**

Band (Jahr): **86 (2008)**

Heft 12

PDF erstellt am: **16.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-726163

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Weg nach innen – Weg nach aussen

Spiritualität ist die Sehnsucht nach der letzten Wahrheit, die Suche nach dem göttlichen Geheimnis. Sie ist eine Quelle der Kraft in schwierigen Zeiten. Spiritualität zeigt sich im achtsamen Umgang mit den Mitmenschen und der Schöpfung.

Von Usch Vollenwyder, mit Bildern von Anne Bürgisser

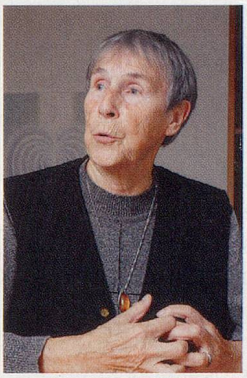
Gott hat viele Namen. Für Irmgard Halder ist er das letzte grosse Geheimnis, das sie berührt und erfüllt. Als Über-Vater glaubt sich Pia Ruoss von ihm beschützt und getragen. Hans-Peter Rütti ist überzeugt, dass alles Leben auf eine ewige Heimat zusteuert. «Gott finden im dritten Alter» hiess der Kurs im Lassalle-Haus Bad Schönbrunn, dem Zentrum für Spiritualität, Dialog und Verantwortung, an dem sich Irmgard Halder (72), Pia Ruoss (80) und Hans-Peter Rütti (67) kennenlernten und miteinander ins Gespräch kamen.

Der Kursleiter, Jesuitenpater Piet van Breemen, definierte Gott als bedingungslose Liebe. Er machte den Anwesenden Mut zum «Glaubenssprung», wie er diesen veränderten Blickwinkel nannte: weg vom richtenden Gott der Kindertage hin zu einem liebenden Gott, der seine Geschöpfe bedingungslos annimmt. «Ein solches Gottesbild gibt dem Leben einen neuen Schwung, eine neue Dimension.»

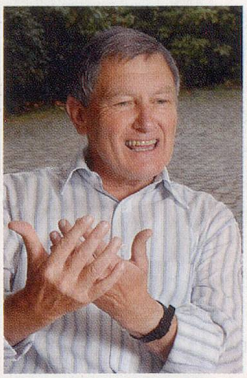
P. Ruoss: Ich habe meinen Vater schon früh verloren. Vielleicht wurde deshalb Gott für mich zu einer väterlichen Ansprechperson – Person in Anführungszeichen –, der ich alles anvertrauen konnte und bei der ich mich geborgen und von der ich mich beschützt fühlte. In Wellen kam und ging dieses Gefühl, manchmal war es ganz deutlich, manchmal nur verschwommen vorhanden. Heute ist Gott für mich ein Über-Vater – im positiven Sinn.

H.-P. Rütti: Als Kind hatte ich die Vorstellung von Gott dem Vater mit dem weissen Bart, der alles sieht und nie mehr vergisst. Später orientierte ich mich mehr an seinem Sohn, der als Erlöser auf die Welt gekommen und dadurch persönlich geworden ist. Christus als die tragende Sicherheit in meinem Leben – diesen Gedanken hat mir vor allem mein ehemaliger Religionslehrer an der Kantonsschule Solothurn vermittelt. Ich spüre zwar kaum etwas von seiner Gegenwart oder von einem persönlichen Anruf – wie andere Menschen manchmal erzählen. Am ehesten noch setze ich Gott mit ewiger Heimat und innerer Quelle gleich, auf die ich mich vorbereite und denen ich entgegengehe. Das sagt mir eine Art Urvertrauen zutiefst in mir.

Irmgard Halder: «Gott ist für mich ein grosses Geheimnis.»



Pia Ruoss: «Gott ist für mich ein Über-Vater – im positiven Sinn.»



Hans-Peter Rütti: «Ich setze Gott mit ewiger Heimat gleich.»

I. Halder: Als junge Frau befand ich mich in einer tiefen Lebenskrise. Ich war überzeugt: Wenn es einen Gott gäbe, dann müsste ich doch eine Beziehung mit ihm eingehen können. Aber ich schaffte es nicht. Eines Tages kam ich am Schaufenster einer Buchhandlung vorbei. Darin war ein Buch mit dem ungefähren Titel ausgestellt: «Unter euch steht der, den ihr nicht kennt.» Das gab mir sehr zu denken: Was, wenn es so wäre und Gott sich mitten unter uns befinden würde?

P. Ruoss: Ich zweifelte eigentlich nie an Gottes Gegenwart. Aber in meinem persönlichen Glauben war ich – und bin ich auch heute noch – immer wieder unsicher. Was soll ich glauben? Und wie? Wenn ich in der Bibel lese, denke ich manchmal: Ich kann doch machen, was ich will, in den Himmel komme ich nie. Da stehen so viele Anforderungen! Nach guten Gesprächen – früher auch in unserer ökumenischen Bibelgruppe – kann ich mich in meiner Überzeugung so sicher fühlen. Dann höre ich andere Argumente, und die Sicherheit ist wieder weg.

I. Halder: Es ist nicht einfach, sich von alten Gottesbildern und Religionsgesetzen zu trennen. Eigenverantwortung auch in dieser Beziehung war für mich ein wichtiger Schritt in meinem Erwachsenenleben. Ich musste meinen Weg und meine Identität neu finden, auch eine neue Art von Religiosität. Heute ist Gott für mich ein grosses Geheimnis, überall und in allem gegenwärtig.

P. Ruoss: Für meine Beziehung zu Gott brauche ich die Kirche und die Gemeinschaft mit anderen Menschen. Eine gute Predigt, Musik und meditative Momente können mir eine grosse innere Ruhe geben.

H.-P. Rütti: Mir ist die Kirche auch wichtig – ihrer weltumspannenden Tradition wegen. Wo mein Herz allerdings von der Tradition abweicht, folge ich meinem Herzen; ohne in einen inneren Zwiespalt zu geraten und ohne schlechtes Gewissen. Meine Spiritualität ist nicht an kirchliche Vorschriften gebunden.

Tatsächlich hat sich der Begriff Spiritualität – ursprünglich auf das Wort «spiritus», den Heiligen Geist der Bibel, bezogen – weitgehend von Institutionen und Glaubensgemeinschaften losgelöst. In einer repräsentativen Umfrage

Bildungshäuser

→ Lassalle-Haus, Zentrum für Spiritualität, Dialog und Verantwortung, Bad Schönbrunn, 6313 Edlibach, Telefon 041 757 14 14, Fax 041 757 14 13, Mail info@lassalle-haus.org, Internet www.lassalle-haus.org

→ Romero-Haus Luzern, Bildungszentrum, Kreuzbuchstrasse 44, 6006 Luzern, Telefon 041 375 72 72, Fax 041 375 72 75, Mail info@romerohaus.ch, Internet www.romerohaus.ch

→ Kloster Kappel, Seminarhotel und Bildungshaus, Kappelerhof 5, 8926 Kappel am Albis, Telefon 044 764 88 10, Fax 044 764 88 20, Mail info@klosterkappel.ch Internet www.klosterkappel.ch

→ Boldern, Evangelisches Tagungs- und Studienzentrum, Boldernstrasse 83, 8708 Männedorf, Telefon 044 921 71 11, Fax 044 921 71 10, Mail info@boldern.ch, Internet www.boldern.ch

→ Viele Klöster bieten Ferien und Auszeiten mit spiritueller Begleitung an. Informationen im Internet oder bei den Klöstern.

im Auftrag der Deutschschweizer Wochenzeitung «Reformierte Presse» im März dieses Jahres bezeichnete die Hälfte der befragten Protestanten die Natur als ihren persönlichen Ort der Spiritualität. Die Kirche dagegen war nur für vierzehn Prozent dieser Ort. Bei den Katholiken war der prozentuale Unterschied zwar nicht so gross, aber auch von ihnen wurde die Natur (34 Prozent) weit vor der Kirche (20 Prozent) als persönlicher Ort der Spiritualität angesehen.

Noch grösser waren die Gemeinsamkeiten zwischen den beiden Konfessionsgruppen bei der Beantwortung der Frage, was sie unter Spiritualität verstehen. Fast ein Drittel sagte dazu: «die eigene Mitte finden», und nur fünf Prozent verstanden darunter das «Geheimnis im Gottesdienst». Auch ältere Studien und Umfragen bestätigen: Die grosse Mehrheit aller Befragten ist überzeugt, dass der Glaube an eine letzte Wirklichkeit, an eine allumfassende, liebende Energie – im Christentum «Gott» – auch ausserhalb der Institution Kirche möglich ist.

Zu allen Zeiten und bis heute haben Menschen in allen Kulturen die Frage nach dem Sinn hinter der sichtbaren Welt gestellt, nach dem Anfang und Ende des Lebens, nach dem Kreislauf von Geburt und Tod. Spiritualität ist die Sehnsucht und die Suche nach diesem Letztgültigen, werde es nun Gott, Ursprung allen Lebens oder Grund des Seins genannt. Spirituelle Menschen sehen sich damit in Beziehung und richten ihr Leben darauf aus. Sie wissen sich in einem grösseren Zusammenhang aufgehoben und von einer alles durchwirkenden Kraft getragen.

Diese Kraft lässt sich manchmal erahnen und erspüren, man wird von ihr ergriffen und berührt: in Grenzsituationen des Lebens, bei der Geburt eines Kindes oder in der Nähe des Todes, bei Begegnungen mit anderen Menschen, mit Tieren oder in der Natur, in der Musik oder in der Literatur. Solche «heiligen Momente» lassen sich allerdings nicht erzwingen; sie sind Geschenk und Gnade. Wer sie erlebt hat, sehnt sich immer wieder nach diesem «Aufgehobensein» in einer umfassenden Wirklichkeit.

I. Halder: Ich spüre manchmal diese Berührung von etwas Grossem, zum Beispiel wenn ich Musik höre. Als junge Frau hatte ich ein Erlebnis, das ich heute als eine tiefe, alles verändernde religiöse Erfahrung bezeichnen würde. Ich arbeitete damals in einem Kinderheim und nahm mit anderen Angestellten an drei sogenannten Einkehrtagen unter spiritueller Leitung teil. Da fiel es mir wie Schuppen von den Augen: Ich spürte, wie alles zusammenhängt und seinen tiefen Sinn hat. Ich war innerlich so ergriffen und erfüllt! Auf dieses Erlebnis kann ich zurückgreifen, wenn es mir einmal nicht gut geht. Dann weiss ich: Dieses Licht gibt es tatsächlich.

H.-P. Rütti: Bei wichtigen Entscheidungen überlege ich hin und her, betrachte sie aus allen Blickwinkeln, und plötzlich – zack – weiss ich ganz genau, wie ich mich zu entscheiden habe, und es gibt keinen Zweifel mehr. Dass rückblickend alle diese Entscheidungen richtig waren und mein Leben in eine gute Richtung leiteten, das führe ich am ehesten auf eine Gegenwart Gottes – im Sinne eines Urvertrauens – zurück.

P. Ruoss: Ich fühlte mich Gott einmal während einer schweren Krankheit ganz nah, fast eins mit ihm. Wochenlang war ich dem Tod näher als dem Leben, ich hatte überhaupt keine Angst, alles war schön, leicht, und ich fühlte mich unglaublich beschwingt. Ich spürte, dass ich erwartet wurde. Und ich wäre sehr gern gestorben. Aber wahrscheinlich war es noch zu früh. Ich hatte hier wohl noch einige Aufgaben zu erledigen.

«Alt werden ist zuerst eine Gabe, aber ohne Zweifel auch eine Aufgabe», schreibt der Jesuit und Exerzitienleiter Piet van Breemen im Vorwort seines Büchleins «Alt werden als geistlicher Weg.» Der achtzigjährige Holländer ist überzeugt, dass jede Lebensphase besondere Aufgaben und Chancen hat – auch auf der spirituellen Ebene.

Zum Alter, gerade wenn die Kräfte abnehmen und vieles nicht mehr möglich ist, gehört zum Beispiel die Besinnung auf das Leben als eine Sendung mit einzigartiger Bedeutung: «Wenn ich mich gesandt weiss, sehe ich einen Sinn in meinem Leben.»

Weitere spirituelle Themen des Alters sind für Piet van Breemen auch alle Fragen um Schuld und Vergebung. Während seiner langjährigen Tätigkeit hat der Priester immer wieder erlebt, wie sehr unverarbeiteter Groll und Schuldgefühle sich selbst und anderen Menschen gegenüber den letzten Lebensabschnitt belasten können. «Nur wer sich davon befreit, kann unbeschwert und offenen Herzens in diese letzte Phase eintauchen.»

«Vertrauen» sei ein weiteres Thema, das für viele ältere Menschen eine spirituelle Heraus-

forderung bedeute. Sie hätten Angst vor der Zukunft, vor Krankheit, Schmerzen und vor dem Sterben. Piet van Breemen zitiert den US-amerikanischen Schriftsteller Mark Twain, der gesagt hat: Um so viele Dinge habe er sich Sorgen gemacht, und die wenigsten davon seien eingetroffen. Der Theologe ist sich gewiss: «Ich will mir nicht mit Sorgen um die Zukunft die Gegenwart verbauen.» Er lege seinen Weg in Gottes Hand. «Auch wenn es ein schwerer wird, glaube ich, dass Gott mit mir sein wird.»

Gerade in schwierigen Lebenssituationen können Spiritualität und Religiosität Quellen der Kraft sein. Aus diesen schöpfen Menschen, auch und gerade im Angesicht von Leiden, Sterben und Tod. Monika Renz, Musik- und Psychotherapeutin, arbeitet im Kantonsspital St. Gallen in der therapeutisch-spirituellen Sterbebegleitung als Leiterin der Psycho-Onkologie. Monika Renz analysierte in Gesprächen mit Schwerkranken und Sterbenden, die sich dazu noch äussern konnten, unterschiedliche spirituelle Erfahrungen. Sie teilte diese in fünf Kategorien ein:

Sterbende erleben eine grosse Einheits-Erfahrung, eine Auflösung nicht ins Bodenlose, sondern vielmehr in ein grosses Ganzes hinein. Andere erfahren sich von einem mächtigen Gegenüber als erkannt und beim Namen gerufen. Wieder andere fühlen sich geborgen in einem Gott, der sie trägt und behütet. Und schliesslich gibt es Sterbende, die den Weg ganz nach innen gehen und dort das Göttliche finden. Als eine weitere spirituelle Erfahrung nennt Monika Renz die Geist-Erfahrung: Sterbende spüren eine umfassende Gelassenheit, einen tiefen Frieden: «Alles ist gut.»

Monika Renz stellte fest, dass fast alle ihrer Patientinnen und Patienten diese spirituelle Öffnung in die eine oder andere Richtung erlebten, auch wenn sie in ihrem bisherigen Leben kein religiöses Interesse gezeigt oder solche Dimensionen ganz abgelehnt hatten. Denn nicht alle Menschen lassen sich von Spiritualität berühren oder interessieren sich dafür. Andere wenden sich überhaupt erst im Alter spirituellen Fragen zu.

H.-P. Rütti: Ich denke erst seit meiner Pensionierung über spirituelle Fragen nach. Früher hatte ich wenig Zeit, als Jurist in der Bundesverwaltung war ich voll ausgelastet. Ich las auch kaum etwas darüber. Interessiert hätten mich diese Fragen schon. Wenn ich manchmal gefragt

wurde, was ich nach meiner Pensionierung machen wolle, pflegte ich zu sagen: «Ich werde mich auf das Sterben vorbereiten.» Das stimmt. Das tue ich jetzt, indem ich mir die Zeit nehme, meine Reise nach innen anzutreten.

I. Halder: Ich habe mich immer mit Spiritualität auseinandergesetzt, doch sie hat sich verändert. Mein Herz hat sich im Laufe der Jahrzehnte aufgetan. Meine Sicht auf das Leben ist weiter, viel, viel weiter und auch grosszügiger und umfassender geworden. Vieles kann ich heute einfach so stehen lassen, auch andere Meinungen. Menschlichen Schwächen und Fehlern gegenüber bin ich nachsichtiger geworden. Sogar noch mehr: Ich bin überzeugt, dass Fehler zum Menschsein gehören. Der Gedanke «Ich darf auch etwas falsch machen» hat etwas unglaublich Befreiendes.

P. Ruoss: Zeitlebens standen bei mir die Menschen im Mittelpunkt. Als Personalchefin eines Betriebs in Winterthur und später als Direktorin des Spitals Rheinfelden habe ich viele Stunden für Gespräche aufgewendet, habe mitgeholfen bei der Suche nach Problemlösungen, habe von viel Leid zu Hause, aber auch im Spital gehört. Religiöse und spirituelle Fragen tauchten zwar immer wieder auf, aber meist hatte ich weder Zeit noch die Möglichkeit, ihnen nachzugehen. Aber auch der Alltag als Pensionierte nimmt mich gefangen.

I. Halder: Deshalb ist mir der Einstieg in den Tag so wichtig. Ich mache eine Morgenmeditation und konzentriere mich auf lichtvolle Bilder – dann überkommt mich meist eine enorme Ruhe. Manchmal halte ich am Abend einen dankbaren Rückblick auf den Tag oder höre Musik. Vor einigen Monaten verfolgte ich den «Zischtigsclub» am Schweizer Fernsehen zum Thema «Spiritualität». Alle Diskutierenden waren sich einig: Für seine Spiritualität muss man etwas tun, sie muss einem wichtig sein. Und ich dachte: Ja, es ist genau so. Meine Spiritualität muss ich pflegen und nähren. Sonst versickert mit der Zeit der Kontakt zum göttlichen Geheimnis.

P. Ruoss: Das finde ich einfach schwierig. Ich bin ein Bewegungsmensch. Ich habe zwar auch schon Meditationskurse gemacht – aber meine Gedanken springen immer wieder davon. Meist vergesse ich auch das Gebet, mit dem ich eigentlich den Tag anfangen möchte. Ich bewundere die alten Leute von früher, die stundenlang ihren Rosenkranz beten konnten.

H.-P. Rütti: Ich vertiefe mich jeweils am Morgen ins Jahreslesebuch von Henri Nouwen «Leben hier und jetzt». Dort finde ich Impulse für den Tag, ich denke darüber nach und meditiere. Heute stand zum Beispiel etwas über den Segen darin, den man für andere Menschen sein kann.

Spiritualität erschöpft sich nicht im Weg nach innen. Sie drückt sich aus im Umgang mit den Mitmenschen und mit der Umwelt. Achtsamkeit, Frieden, Gerechtigkeit und Bewahrung der Schöpfung sind Schlüsselworte auf diesem Weg nach draussen – im Ringen etwa um eine bessere Welt, die Lebensraum für alle bietet. Spiritualität geschieht vor allem im Alltag, im Hier und Jetzt.

H.-P. Rütti: Ich probiere, meine morgendlichen Gedankenanstösse in den Tag hinein mitzunehmen und sie vielleicht auch umzusetzen. Ich möchte so leben, dass ich meine Lebensposaune jeden Tag abgeben könnte.

I. Halder: Ich versuche, auch im Alltag mit diesem göttlichen Geheimnis in Verbindung zu bleiben und es nach aussen strahlen zu lassen. Ganz stark floss diese Haltung früher in meine Arbeit als Lehrerin ein. Ich versuchte immer zu meinen Schülerinnen und Schülern eine Beziehung zu schaffen, die von diesem guten Geist geprägt war.

P. Ruoss: Die Menschen bleiben bei mir im Mittelpunkt. Im Notfall würde ich eher einen kranken Mitmenschen besuchen als einen Gottesdienst. Manche sagen, das sei auch ein Gebet. Vielleicht ist es das ja. Das wäre schön.

Bücher zum Thema

➜ Für jeden Tag des Jahres ein kurzer Text: Das Jahreslesebuch von Anselm Grün enthält Leitgedanken für ein vertieftes, auf das Wesentliche gerichtetes Leben. Anselm Grün ist Benediktiner und Autor zahlreicher spiritueller Bücher.

Anselm Grün: «Mit Herz und allen Sinnen. Gute Gedanken für jeden Tag», Herder-Verlag, Freiburg 2007, 394 Seiten, CHF 27.–.

➜ Der menschliche Reifeprozess kennt keine Pensionierung. Er dauert an – bis zum Tod. Neue Fragen zum Sinn des Lebens brechen auf. Mit seinem Büchlein bietet der Jesuitenpater Piet van Breemen Wegweiser für eine Spiritualität des Alters.

Piet van Breemen: «Alt werden als geistlicher Weg. Ignatianische Impulse», Echter-Verlag, Würzburg 2006 (4. Auflage), 89 S., CHF 18.–.

➜ Monika Renz berichtet, was sie Tag für Tag im Zusammensein mit schwerkranken und sterbenden Menschen erlebt: Spiritualität im Brennpunkt existenziellen Leidens ist Gotteserfahrung, tröstlich und zukunftsweisend.

Monika Renz: «Grenzerfahrung Gott. Spirituelle Erfahrungen in Leid und Krankheit», Herder-Verlag, Freiburg 2006, 271 S., CHF 31.–.

Bestelltalon Seite 77.