

**Zeitschrift:** Mariastein : Monatsblätter zur Vertiefung der Beziehungen zwischen Pilgern und Heiligtum  
**Herausgeber:** Benediktiner von Mariastein  
**Band:** 57 (1980)  
**Heft:** 10

**Artikel:** Über die Mystik und das mystische Erleben  
**Autor:** Gessett, R.  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1030694>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 07.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Über die Mystik und das mystische Erleben

R. Gessert

Was ist eigentlich «Mystik», so werden sich viele fragen. Das Wort «Mystik» kommt vom Griechischen und bedeutet im religiösen Sinne: sich versenken, sich versenken in die Gottheit. Die Mystik ist keine Geheimreligion, wenn sie auch nur auf eine kleine Minderheit beschränkt bleibt; letzteres vornehmlich darum, weil sie vor allem auf dem Weg der Gnade zustande kommt. Sie ist ein Einswerden mit Gott, eine Erfahrung des Göttlichen, sei es in Gott, in Christus oder dem Heiligen Geist. Allerdings ist die Mystik nicht an eine bestimmte Religion gebunden. Sie kann also bei allen Menschen und Völkern stattfinden, die nach höchster Erkenntnis streben, seien dies nun Christen, Juden, Buddhisten etc.

Da ist jedoch gleich beizufügen, dass man das echte mystische Erlebnis, die «unio mystica», nicht herbeizwingen kann, selbst mit dem besten Willen und den höchsten Erkenntnissen nicht. Das übernatürliche Geschehen ereignet sich oder es ereignet sich nicht. Man kann höchstens die nötigen Voraussetzungen dafür schaffen, als da sind: äussere Ruhe, inneres Gesammeltsein und

vollständige Offenheit nach Oben. Wenn sich das mystische Erleben dann einstellt, ist es als Gnadenbeweis des Höchsten zu werten und sollte nur in grösster Demut hingenommen werden. Es ist eine der grössten Offenbarungen Gottes am Menschen. Im Fall, dass es sich aber in solchen Minuten oder gar Stunden des inneren Gesammeltseins nicht ereignet, so empfindet der ernsthaft strebende Mensch doch eine grosse seelische Beglückung, und zwar weil alle Seelenkräfte dann einmal zur Ruhe und zu innerem Frieden gekommen sind. Das Alltagsleben mit seinen Sorgen und Nöten wurde ausgeschaltet, um dem Wirken der himmlischen Mächte genügend Raum zu geben.

Auf alle Fälle ist die Mystik eine erfahrungsmässige Weise der Gotteserkenntnis. Der davon betroffene Mensch erlebt also Gott in seinem Innern, und dieses Erleben ist so gewaltig, dass es die Seele beinahe sprengt. Die meisten Menschen denken sich Gott ja als Person und suchen ihn als ein Gegenüber, obschon sie sich des hohen Gradunterschiedes deutlich bewusst sind. Der Mystiker indessen erlebt Gott als in seinem eigenen Innern gegenwärtig. Gott ist für ihn eine Realität, nicht nur eine ungestillte, ferne Sehnsucht und auch kein frommes Wunschdenken. Dieses Einssein mit Gott wird aber von ihm nicht jeden Tag und mit der gleichen Intensität erlebt, da der betreffende Mensch sonst unfehlbar krank würde. Seine Seele ist ja vorläufig noch mit dem Leib verbunden und muss mit ihm auf unserer Erde leben, sich demnach mit den diesseitigen Gegebenheiten auseinandersetzen. Aus diesem Grunde wird das mystische Erlebnis nur hie und da geschenkt, damit er es bewahre und damit es ihm in schweren Zeiten eine Stütze des Glaubens sein kann.

Es kommt nämlich auch vor, dass er zeitweilig in tiefe Finsternis verfällt, währenddem ihm eine mittlere Gemütslage kaum auf die Dauer vergönnt ist. Wenn er das Göttliche also nicht mehr in sich spürt, dann ist es schwarz in ihm, dann empfindet er eine so schmerzliche Gottferne, dass er Gott nur noch innigst bitten kann, doch

dieses Dunkel, diese Verlassenheit, von ihm zu nehmen. Aber obschon ER sich bitten lässt, naht er sich dem betreffenden Menschen nur dann wieder, wenn es ihm gefällt. Der erfahrene Mystiker weiss dies zwar ganz genau, doch trotzdem fühlt er sich in seiner tiefen Nacht dazu gedrängt, immer wieder um die Gnade der grösstmöglichen Gottesnähe zu bitten. Ohne Gott kann er nicht leben, d. h. ohne das Bewusstsein der göttlichen Gegenwart in ihm und um ihn. Die Vereinigung mit Gott ist für ihn eine absolute Notwendigkeit, ansonst er sich zutiefst unglücklich fühlt. Er verlangt nichts Materiell von ihm, aber er möchte die Verbundenheit, das Einssein mit ihm auf lebendige Art spüren, und gerade darum ersehnt er dies mit aller Kraft und aller Leidenschaft, deren er fähig ist. Es wäre jedoch falsch zu sagen, dass Mystiker lebensuntauglich sind, dass sie sich dem Lebenskampf nicht gewachsen zeigen, aber notwendigerweise sind sie mehr dem Göttlichen als dem Materiellen, mehr dem Unstofflichen als dem Stofflichen zugewandt.

Den eigenen Willen stellen sie meistens in den Hintergrund, denn eine Forderung der Mystik ist ja gerade das Aufgeben der eigenen Willensdurchsetzung, mit dem Ziel, die Führung ganz Gott zu überlassen. Wie schwer das ist, kann gewiss nur der ermessen, der dies selbst immer wieder versucht. Man muss danach tendieren, sich Gott vollständig hinzugeben, sein Leben in die Hände Gottes zu legen, sich ihm total anzuvertrauen. Dies glückt aber nicht allen Menschen, besonders jenen nicht, die mit starkem Eigenwillen ausgestattet sind. Trotzdem können sich auch die letzteren um die vollständige Hingabe bemühen, und wer weiss, vielleicht werden ihre diesbezüglichen Anstrengungen doch eines Tages von Erfolg gekrönt. Es ist jedoch sehr gut möglich, dass Gott ohne jedwede Vorbereitung in ein durchschnittliches Leben einbricht, was dann in den meisten Fällen zu einer umfassenden Lebenswende führt.

Eine besondere Gnadengabe Gottes sind Visionen und Ekstasen, die jedoch nicht unbedingt

notwendig sind, um Anteil am Mystischen zu haben. Immerhin werden all diese Erlebnisse als höchste Seligkeit gepriesen, die das Vorstellungsvermögen derer, die nie welche hatten, weit übersteigen. Visionen sind Einbrüche des Göttlichen in die Seele einer dazu vorbestimmten Person. Wenn sie echt sind, kommen sie unerwartet, und der davon betroffene Mensch weiss meistens ganz genau, dass sie von Gott stammen. Echte Visionen sind kurz, doch voller Intensität. Nicht selten sind sie auch von Auditionen oder Lichterscheinungen begleitet. Jedenfalls müssen sie darum in knappster Form stattfinden, weil sie von kleinen Erdenbürgern sonst gar nicht ertragen werden könnten. Visionen sind etwas so Gewaltiges, dass sie nicht nur ein gehobenes Gefühl vermitteln, nicht nur glücklich machen, sondern auch Bestürzung hervorrufen, Tränen verursachen, sehr starkes Herzklopfen bewirken und anderes mehr.

Ekstasen jedoch sind anderer Art. In erster Linie sind sie ein Über-sich-hinausgehoben-Werden. Der von der Ekstase ergriffene Mensch verlässt die gewöhnliche Ebene seines Daseins, er überschreitet die Grenzen des Hier und Jetzt, selbst ohne es bewusst zu wollen. Die Ekstasen sind von grossem Glücksgefühl begleitet, ja sie beinhalten geradezu diese Glückseligkeit. Einen andern Gehalt, eine andere Substanz haben sie nicht, währenddem Visionen einen je eigenen Inhalt besitzen, so wie dies bei Träumen üblich ist, wenn schon sie sich von letzteren stark unterscheiden. Beides, Visionen und Ekstasen, werden, wenn sie echt sind, nur wenigen Menschen zuteil, und selbst für diese sind sie in ihrem Ausmass und ihrer Bedeutung, in ihrer Beglückung und gleichzeitigem Erschrecken, kaum zu fassen.

Zum Schluss sei nochmals darauf hingewiesen, dass es dem Mystiker in erster Linie darum geht, Gott immer näher und näher zu kommen, sich von ihm führen zu lassen und sich ausserdem, je nach Möglichkeit, in seinen Dienst zu stellen. Damit vermag er der Menschheit besser zu dienen als mit allem Haschen nach äusserem Glanz, nach Macht und nichtiger Geselligkeit.



