

**Zeitschrift:** Mariastein : Monatsblätter zur Vertiefung der Beziehungen zwischen Pilgern und Heiligtum  
**Herausgeber:** Benediktiner von Mariastein  
**Band:** 58 (1981)  
**Heft:** 3

**Artikel:** Unruhig ist unser Herz.... IX  
**Autor:** Bütler, Anselm  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1030862>

### **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:** 13.01.2026

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

## Unruhig ist unser Herz . . . IX

P. Anselm Bütler

tisch» umschreiben kann. Der charismatische Impuls hat es anscheinend leichter, sich in der Kirche zu integrieren . . . Die meditative Bewegung . . . wird aber von der Amts- und Theologenkirche immer noch zu wenig beachtet. Das lässt sich schon an der Tatsache ermessen, dass die zum grossen Teil von C. G. Jung beeinflussten psychologischen Bemühungen um Meditation kaum einen Einfluss auf die zentrale christliche Meditation gehabt haben . . . Dafür aber wächst im ausserkirchlichen Bereich dasjenige, was damit gemeint ist, also die methodische Suche nach Tiefenerfahrung . . . Für das Christentum sollte diese Entwicklung ein Zeichen dafür sein, dass der Mensch von heute Erfahrung auch im religiösen Bereich sucht; dass aber das augenblickliche Christentum seine Erwartungen nicht voll erfüllt. Ein Christentum, das an dieser Sachlage vorbeisähe, würde sich aufs Abstellgleis begeben» (J. Sudbrack).

Es ist überflüssig, diese ernste Aussage eines Fachmannes für Fragen religiöser Erfahrung besonders zu kommentieren. Sie zeigt den Ernst der Lage dringend auf. Hingegen ist nicht immer ganz klar, was unter religiöser Erfahrung letztlich verstanden wird, um was es in der religiösen Erfahrung im tiefsten geht, was da eigentlich erfahren wird? Dieser Artikel will versuchen, auf diese Frage eine klärende Antwort zu geben.

### 1. Allgemeines zur Erfahrung

Wir alle kennen das Sprichwort: «Gebrannte Kinder fürchten das Feuer». Was steckt eigentlich hinter diesem Sprichwort? Es geht um die Tatsache einer Wirklichkeitserfahrung. Die Eltern können das Kind warnen und mahnen, heisse Gegenstände nicht zu berühren, die heisse Kochplatte, das heisse Bügeleisen usw. Wir können dem Kind die Folgen schildern: das brennt, bereitet Schmerzen, tut weh. Das Kind hört das alles, aber es kann sich eigentlich nichts darunter vorstellen. Und nun wird es von der Neugierde gestochen, es berührt bewusst das heisse Bügeleisen. Und nun kommt der Schrei: «Au, das tut weh!» Das Kind hat eine Erfahrung gemacht, die ihm für das Leben hilfreich sein wird.

### *Was ist religiöse Erfahrung?*

«Seit geraumer Zeit ertönt der Ruf nach Erfahrung auch innerhalb der christlichen Kirchen so laut, dass er nicht mehr überhört werden darf. Am deutlichsten wird er in zwei Bewegungen vernehmbar, die man als «meditativ» und «charisma-

Auch in anderen Zusammenhängen spricht man im Alltag von der Erfahrung. Bekannt ist das Streitgespräch zwischen Vater und Sohn. Der Vater gibt Belehrung und beruft sich auf Erfahrung: «Ich weiss, was das Richtige ist, ich habe da meine Erfahrungen gemacht!» Und der Sohn: Er hört skeptisch zu, glaubt nicht und sagt schliesslich: «Das glaube ich nicht, da will ich einmal selber erfahren, ob das stimmt.» — Ein anderes Beispiel: Man spricht von einem erfahrenen Autofahrer, Piloten usw. Was steckt da dahinter? Sicher mehr als rein theoretisches Wissen. Es kann einer die beste theoretische Autofahrprüfung ablegen, aber im Verkehr ist er total hilflos, eben unerfahren. Oder beim Piloten: Wir sprechen von einem erfahrenen Piloten und meinen damit jemanden, der sein Handwerk, das Fliegen, versteht. Wir meinen damit nicht nur, dass er die nötigen Dinge weiss, sondern dass er aufgrund von vielen Flügen sich im richtigen Verhalten auskennt.

Bei all diesen Beispielen ist immer etwas Gemeinsames mitausgesagt: Verstandesmässiges Wissen allein genügt nicht. Es wird ein Unterschied gemacht zwischen «Hörensagen» und «Dabeisein». Auf diesen Unterschied weist schon die ursprüngliche Bedeutung des Wortes «Erfahrung» hin. «Erfahren» hat etwas zu tun mit «Fahren», durch das Land reisen. Ein «er-fahrer», gereister Mensch ist jemand, der das Land, die Völker, die Erde nicht nur vom Hörensagen her kennt, sondern selber an den jeweiligen Orten, bei den jeweiligen Völkern war, eben «dabei war». — Das Fremdwort, das wir für einen erfahrenen Menschen verwenden, weist uns noch auf einen andern Aspekt hin. Wir nennen einen erfahrenen Menschen «Experten». Der Experte in diesem Sinn ist einer, der durch Versuch, Probe, Irrtum, Bekräftigung Einsichten gleichsam am eigenen Leib gesammelt hat.

Wenn wir all das zusammenfassen, können wir sagen: Bei Erfahrung geht es um eine Erkenntnis ganz besonderer Art. Nicht nur der Verstand ist da angesprochen, sondern der ganze Mensch, besonders auch das Gefühl. In dieser ganzmenschlichen Erkenntnis geht mir ein Aspekt der Wirk-

lichkeit auf, ich erfasse eine Wirklichkeit gleichsam intuitiv, und zwar so, dass ich mich davon betroffen, angesprochen, angerufen fühle.

Eine solche Art Erkenntnis wird oft auch Erlebnis genannt. Der Klarheit halber wird es nützlich sein, das Verhältnis von Erlebnis und Erfahrung wenigstens kurz darzulegen. Sicher mussten Sie in Ihrer Schulzeit einmal einen Aufsatz schreiben mit dem Titel: «Ich hatte ein Erlebnis.» Ich erinnere mich noch, wie ich zu diesem Titel das Erlebnis eines unheimlichen Gewitters in den Bergen schilderte. Ein anderer schilderte einen schönen Sonnenuntergang, der ihn innerlich packte und zutiefst bewegte. Das Typische des Erlebnisses besteht in zwei Merkmalen: es ist einmalig, punktuell, und es packt uns gefühlsmässig viel tiefer als die Erfahrung. Erlebnisse reissen mit, erschüttern, begeistern, drücken nieder. Aber ihre Wirkung geht normalerweise rasch vorüber. Der Mensch verhält sich Erlebnissen gegenüber viel passiver. Sie überkommen ihn. Allerdings setzen sie eine gewisse innere Ansprechbarkeit voraus. Ein Gedicht, das wir in der Primarschule lernen mussten, bringt diese innere Bereitschaft als Voraussetzung für das Erlebnis deutlich zur Sprache. Dieses Gedicht handelte von zwei Wanderern, die einen Ausflug machten. Als sie heimkamen, wurden sie gefragt, was sie auf der Wanderung erlebt hätten. Der eine antwortete apathisch: Nichts besonderes: Wiesen, Bäume, Felder, Blumen, Berge, Himmel, es sei nicht wert gewesen, diese Wanderung zu unternehmen. Der andere erzählte mit strahlenden Augen und begeisterter Stimme: Oh, das war herrlich: diese Wiesen und Bäume, Felder und Blumen, Berge und der Himmel, einfach phantastisch und unbeschreiblich. Der eine war innerlich offen für ein Naturerlebnis, der andere nicht.

Wichtig ist, das Verhältnis zwischen Erlebnis und Erfahrung zu beachten. Es gibt zwar Erlebnisse, die zu keiner Erfahrung führen. Aber es gibt keine Erfahrung ohne Erlebnisse. Die Erlebnismomente bei Erfahrungen werden allerdings oft nicht ausdrücklich bewusst. Subjektive Zustände wie Glücklichkeit, Wohlbefinden, Angst, Unsicherheit sind entscheidende Motive für menschliches

Handeln, für die harmonische Entfaltung der individuellen Anlagen, für die Erfahrung menschlicher Belastbarkeit usw. Lebenserfahrung unterscheidet sich von der blossen Wissenshäufung nicht zuletzt dadurch, dass die durch Erlebnisse geweckten Gefühle in die Wissensaneignung eingehen.

## 2. *Die religiöse Erfahrung*

Was über Erfahrung und Erlebnis im allgemeinen soeben gesagt wurde, gilt nun auch für die Gotteserfahrung. Knüpfen wir bei der soeben gemachten Aussage an: Keine Erfahrung ohne Erlebnis. Auf die religiöse Erfahrung angewendet heisst das dann: es gibt keine religiöse Erfahrung ohne ein religiöses Erlebnis. Auf den ersten Blick scheint dies eine unhaltbare Aussage. Gibt es nicht immer wieder Menschen, die bekennen, dass sie durch rein weltliche Erlebnisse zur Erfahrung Gottes kommen: erhebende Naturerlebnisse, beglückende Begegnungen mit Menschen, beglückende Erfolge im Beruf usw.? Gerade solche Aussagen weisen auf etwas Wichtiges des sogenannten «Weltlichen» hin: es gibt überhaupt nichts rein Weltliches, weil Gott in jeder Wirklichkeit als letzter tragender Grund vorgegeben ist. Das heisst dann für die weltlichen Erlebnisse: sie alle haben eine religiöse Dimension, sie tragen in sich immer schon Spuren, Hinweise, Öffnungen auf Gott hin. Diese religiöse Dimension jedes Erlebnisses zeigt sich darin, dass jedes Erlebnis einen Ausschnitt der Wirklichkeit als Symbol des Ganzen darstellt und in mir dementsprechend eine unbeschränkte Zustimmung weckt. Im Augenblick des Erlebnisses existiert für mich nichts anderes als gerade der betreffende Ausschnitt der Wirklichkeit, so dass es nichts gibt, das meine Zustimmung einschränken könnte. Das kann jeder bei sich selbst beobachten, wenn er sich an Momente des Glücklichsseins oder des Ergriffenseins von der Natur oder an Momente des Verliebtseins erinnert. Allerdings wird solche Absolutsetzung eines Ausschnittes der Wirklichkeit nur bei intensiven Erlebnissen bewusst. Im gewöhnlichen Alltag wechselt die Aufmerksamkeit so schnell, dass die ganze Tiefe, reli-

giöse Dimension der Erlebnisse kaum zum Tragen kommt. Es ist daher eine wichtige Aufgabe, sich einzuüben in das Erfassen der Tiefenschicht der Erlebnisse: Sammlung, Fixierung der Aufmerksamkeit auf innere oder äussere Wahrnehmungen. Wir können sagen: es ist heute wieder ein besinnlicher, meditativer Lebensstil nötig, wenn wir zu wirklicher Gotteserfahrung kommen wollen. Im Alltag blitzen religiöse Erlebnisse, das heisst Erlebnisse mit ihrer religiösen Tiefendimension, nur für Augenblicke auf. Wer sich auf solche religiöse Erlebnisse einlässt, dem kann dann «Hören und Sehen» vergehen. Die Seligkeit reisst ihn fort in ungeahnte Tiefen und Weiten. Ein Schauer überläuft ihn. Die Mystiker aller Religionen haben dieses Erlebnis als blendendes Licht oder als undurchdringliches Dunkel beschrieben. Es scheint beides zugleich zu sein.

Solche religiöse Erlebnisse oder die religiöse Dimension der Alltagserlebnisse öffnet der Erfahrung den Horizont für das Göttliche. Was heisst das? Wenn wir die einzelnen Ereignisse unseres Lebens für sich selber beurteilen, dann sagen wir spontan: «Da habe ich Glück gehabt, da habe ich Pech gehabt.» Im Lichte der religiösen Dimension der Erlebnisse verstehe ich aber die einzelnen Ereignisse tiefer: in ihnen wird mir kund und bewusst, dass Gott in jedem Ereignis zugegen ist, dass im Tiefsten und Letzten nicht glückliche Umstände entscheidend sind, sondern dass die liebende Hand Gottes überall mit dabei ist.

Allerdings stellt sich hier das Problem der negativen Ereignisse und Erlebnisse, jene, bei denen ich vordergründig sage: Pech gehabt. Wie kann hier noch eine Gotteserfahrung gemacht werden? Hier steht der Mensch tatsächlich vor einer Wahl, einer Option. Ich muss mich entscheiden, ob ich trotz der negativen Ereignisse in meinem Leben mich dafür entscheide, dass letztlich in allem Gott lenkend und entscheidend mit dabei ist, oder ob mein Leben ein reines Würfelspiel ist. Vor solcher Entscheidung wird keiner bewahrt. Aber er kann sich verantwortungsvoll für eine gottbejahende Lebenseinstellung entscheiden. Denn in den positiven, beglückenden Ereignissen erfährt er, wenn

er immer wieder die religiöse Tiefendimension auf sich einwirken lässt, dass Gott wirklich da ist. Das heisst auf eine Formel gebracht: Ich erlebe eine Betroffenheit, mich von etwas erfüllt zu fühlen, das von anderswoher kommt und anderswohin führt und trotzdem in der Mitte meines Herzens, in der Mitte meines Lebens wirkt. Aufgrund solcher Erfahrung kann ich mich dann entscheiden, mein Leben auf Gott zu setzen. Denn ich weiss, dass mein Leben nach vorne hin offen ist, dass der Gott, der der innerste Kern beglückender Ereignisse ist, auch innerster Kern negativer Ereignisse ist und diese ins Beglückende wenden kann. Damit verbunden ist dann allerdings eine Haltung der Ehrfurcht vor dem unbegreiflich Göttlichen, ein Moment der Unterwerfung, der Anbetung. Aus dieser Haltung der Anbetung heraus fälle ich dann meinen Lebensentscheid: Trotz des Ineinander und Miteinander von positiven und negativen Ereignissen in meinem Leben entscheide ich mich aufgrund der Gotteserfahrung dafür, dass in meinem Leben Gott waltet.

Gotteserfahrung besagt also letztlich: Im Verlauf meines Lebens kann ich immer wieder Ereignisse erleben, die in ihrer Tiefe mir die leitende Gegenwart Gottes zeigen. Aufgrund solcher Gotteserlebnisse entscheide ich mich dafür, dass Gott im Ganzen meines Lebens leitend gegenwärtig ist. Solche Entscheidung ist dann schon Glaubenshaltung, wenn vielleicht auch noch in einem Anfangsstadium. Bei diesem Entscheid handelt es sich doch um eine Lebensorientierung, nach der sich dann auch mein Handeln ausrichtet. Und solche Lebensorientierung enthält eine Art Vertrauensvorschuss. Denn ich fälle sie ja trotz negativer Erfahrungen, die auch einen Entscheid gegen Gott rechtfertigen könnten. Ferner lege ich mich in der Bejahung Gottes auf eine Grundorientierung meines Lebens fest, die nicht von jeder negativen Erfahrung zerstört werden kann. Sie schliesst damit auch eine Haltung der Treue ein. Ich halte Gott, den ich in manchen beglückenden Ereignissen meines Lebens erfahren konnte, die Treue trotz anderer negativer Erlebnisse.

Hier stossen wir allerdings auf einen wichtigen

Faktor heutiger Glaubensschwierigkeiten. Wie viele junge Menschen erleben oft mehr Sinnloses als Sinnvolles in ihrem Leben und in der Welt. Das beginnt bei Familienkrisen, geht über Erfahrungen der Ablehnung durch Kameraden und Mitmenschen, sinnlose Arbeit in Betrieben bis zur ganzen Undurchsichtigkeit von Politik und öffentlichem Leben, wo oft nur noch Druck und Unterdrückung erfahren wird. Wie können solche Menschen noch für einen Gott optieren, den sie in ihrem Leben kaum als Beglückenden erfahren haben? Der Weg zur grundsätzlichen Bejahung Gottes führt heute unausweichlich über Gotteserlebnisse, über Ereignisse, die den Menschen beglücken und in denen sich die religiöse Tiefendimension offenbart. Dann braucht es auch glaubende Menschen, die solche Erlebnisse glaubwürdig religiös deuten und die Rechenschaft von ihrem Glaubensentscheid ablegen können: dass sie nicht an Gott glauben aufgrund der Tradition, aufgrund der Gewohnheit, aufgrund der Angst vor der Hölle, sondern weil sie in ihrem Leben erfahren haben, dass der Gott des Glückes ihr Leben leitet, dass das Leben nicht etwas «Verschissenes» ist, nicht Lotterie und Würfelspiel, sondern ein Geschenk Gottes, der das Leben leitet und zum guten Erfolg führen wird. Solches Zeugnis hat sowohl der einzelne Glaubende abzulegen wie auch die christliche Glaubensgemeinde. Und hier bekommt die Kleingruppe einen entscheidenden Wert, um zur Glaubenserfahrung zu führen: die Kleingruppe, die den einzelnen erfahren lässt, dass Leben beglückend sein kann, die Glückserlebnisse vermittelt und ihre religiöse Tiefendimension deutend eröffnet. In den nächsten Folgen dieser Artikelreihe sollen solche Formen der Gotteserfahrung ausführlich dargestellt werden.