

„Kontemplatives Beten“ bei Johannes vom Kreuz

Reinhard Körner OCD

Als sich gegen Ende des 12. Jahrhunderts namenlos gebliebene Kreuzfahrer und Palästinapilger im Karmelgebirge in Israel niederließen und zu einer Eremitenkommunität zusammenschlossen, machten sie das Leitwort „*in der Gegenwart Gottes leben*“ zum Grundanliegen ihrer Spiritualität. Sie ließen sich dabei, wie schon andere Mönchsgemeinschaften vor ihnen, vom Vorbild des biblischen Elija inspirieren. Das gleiche spirituelle Grundanliegen wollten später auch Teresa von Ávila (1515-1582) und Johannes vom Kreuz (1542-1591) verwirklichen, als sie im 16. Jahrhundert einen neuen Orden am alten Stamm des Karmel gründeten: den „Unbeschuhten Karmel“, den wir heute den Teresianischen Karmel nennen.

Im karmelitanischen Schrifttum dieser langen Jahrhunderte, bis hin zu Thérèse von Lisieux und dann zu Edith Stein, ist sehr oft vom *Beten* die Rede und sehr oft auch von *Kontemplation* und von *kontemplativem Leben*. Aber soweit ich es überblicken kann, fällt nie der Begriff „*kontemplatives Beten*“. Diese Wortkombination ist erst im Christentum unserer Zeit entstanden, im Laufe der vergangenen drei/vier Jahrzehnte.

Wenn wir also hier über das „kontemplative Beten“ bei Johannes vom Kreuz nachdenken wollen, müssen wir als erstes feststellen: Den Begriff „kontemplatives Beten“ kennt Johannes vom Kreuz nicht. Wahrscheinlich würde er dieses heute viel gebrauchte Wort sogar für einen „weißen Schimmel“ halten. Denn Beten ist für ihn immer kontemplativ – oder es ist nicht im eigentlichen Sinne Beten. Und das ist nicht nur seine Auffassung. Diese Sicht zieht sich durch die gesamte Geschichte der christlichen Spiritualität; und natürlich auch durch die Geschichte der Spiritualität des Karmel. Deshalb ist es durchaus richtig, dass wir das heute durch den Zusatz „kontemplativ“ eigens betonen.

Und daher lohnt es sich auch, einmal der Bedeutung des Begriffs *Kontemplation* in der spirituellen Tradition des Christentums nachzugehen. Denn dieser zentrale Begriff der christlichen Spiritualität ist – ebenfalls in den vergangenen drei/vier Jahrzehnten – zu einer Art Modewort geworden; bekannt ist leider kaum noch, was im ursprünglichen und spezifisch christlichen Sinne damit gemeint ist.

In den Schriften von Johannes vom Kreuz – Juan de la Cruz – lässt sich dieser ursprüngliche Sinn des Wortes „Kontemplation“ besonders gut erkennen. Denn er hat zu seiner Zeit als bestens ausgebildeter Theologe die christliche Spiritualität gründlich reflektiert und dadurch auch der karmelitanischen Spiritualität das nötige spiritualitätstheologische Fundament gegeben. Deshalb wurde ihm von einem Papst des 20. Jahrhunderts der Titel „Kirchenlehrer“ zuerkannt. So möchte ich also in diesem Vortrag darstellen, wenn auch nur kurz und zusammenfassend, was Johannes vom Kreuz unter Kontemplation versteht. Das kann uns helfen, auch den Wesenskern christlichen Betens tiefer zu verstehen. – In den vergangenen Jahrzehnten (seit 1995) wurden seine Schriften für den deutschen Sprachraum neu übersetzt und im Verlag Herder herausgegeben; eine Auflistung seiner Werke ist auf der Webseite unserer Ordensprovinz zu finden: www.karmelocd.de.

Johannes vom Kreuz spricht sehr viel von *contemplación*, doch er gebraucht diesen Begriff – anders als heute – noch ganz in dem Sinne, wie er seit der Zeit der Vätertheologen und dann in der scholastischen Spiritualitätstheologie des Hoch- und Spätmittelalters verstanden wurde.

Das Wort *contemplación* bezeichnet bei ihm ein Geschehen in der wechselseitigen Beziehung zwischen Gott und Mensch, also nicht nur etwas, was der *Mensch* in der Gottesbeziehung oder konkret beim Beten tut, sondern auch etwas, was *Gott* – in seiner Beziehung zu uns Menschen – tut: Kontemplation hat also eine göttliche und eine menschliche Seite.

Von Seiten Gottes her ist Kontemplation ein Wirken in die Seelen- und Geisteskräfte des Menschen hinein. Theologisch wurde das damals ausgedrückt durch den lateinischen Begriff *contemplatio infusa* – zu Deutsch: die (von Gott) eingegebene/eingegossene/einströmende Kontemplation. Johannes vom Kreuz formuliert das einmal so: „*Kontemplation ist ja nichts anderes als ein geheimes, friedliches und liebendes Einströmen Gottes, sodass er, wenn man ihm Raum gibt, den Menschen im Geist der Liebe entflammt.*“¹

Und von Seiten des Menschen her ist Kontemplation die Haltung der Empfangsbereitschaft für dieses Hineinwirken Gottes in den Menschen. Johannes vom Kreuz schreibt: „*Die reine Kontemplation besteht im Empfangen*“², also im Empfangen dessen, was von Gott her in den Menschen „hineingegeben“ wird. Die damalige Theologie nannte diese empfangende Haltung des Menschen *contemplatio acquisita* – zu Deutsch: die erworbene Kontemplation, also die immer wieder eingeübte Haltung der Empfänglichkeit für die von Gott her „einströmende“ Kontemplation.

Dem entsprechend unterschied man damals auch zwischen der *contemplatio passiva*, also der Kontemplation, die dem Menschen geschieht und widerfährt, ohne dass er selbst etwas dazu tun kann, und der *contemplatio activa* od. *receptiva*, also der aktiv empfangenden Haltung gegenüber dem Wirken Gottes in die Seele hinein. Das erstere tut Gott, das zweite tut der Mensch. Die „passive“ Kontemplation, also die Kontemplation, die dem Menschen von Gott her (ein)gegeben wird und ihm (passiv) „geschieht“, muss von ihm aktiv – oder besser ausgedrückt: rezeptiv (empfangend) – entgegengenommen werden.

Aber beides gehört zusammen. Beides zusammen ist gemeint, wenn in der Geschichte der christlichen Spiritualität und in der Geschichte des Karmel von „Kontemplation“ und vom „kontemplativen Leben“ gesprochen wird.

Die früher gebrauchten deutschen Übersetzungen „*Beschauung*“ für *contemplatio* und „*beschaulich*“ für *contemplativus* treffen das Gemeinte recht gut. Das dazugehörige Tätigkeitswort *contemplari* bedeutet „*anschauen/anblicken/hinschauen*“. Die Christen der ersten Jahrhunderte übernahmen es von einer damals verbreiteten Praxis an heidnischen Tempeln im Römischen Reich: Sogenannte Auguren hatten dort die Aufgabe, den Himmel über dem Tempel zu „beschauen“ und am Flug der Vögel abzulesen, welche Botschaft die Tempelgottheit mitteilen will; sie nannten das *contemplari* – zu Deutsch also: schauen / danach Ausschau halten, was die Gottheit sagen will.

Die frühen Christen übernahmen dieses Wort, aber sie „taufte“ es gewissermaßen: Auch im christlichen Beziehungsleben mit Gott, sagten sie sich, gilt es, auf das zu „schauen“, was Gott tut und was Gott uns sagen will.

Fragen wir noch konkreter: Was ist es, was Gott „eingießt“ und was er uns „sagen“ will? Worauf also ist zu „schauen“, was gilt es zu „empfangen“? – Johannes vom Kreuz fasst es in die Worte zusammen: „*die Weisheit und Liebe und Selbstmitteilung Gottes*“³.

Diese Worte – Weisheit, Liebe, Selbstmitteilung Gottes – sind für Johannes vom Kreuz nicht einfach nur religiöse oder theologische Begriffe. Dahinter steht eine *Erfahrung*, die er gern *toque* nennt: eine „Berührung“, ein Berührt-Sein von der Gegenwart Gottes, eine „Berührung“ mit der (den Sinnen verborgenen) *Wirklichkeit*, die sich hinter dem Namen Gott verbirgt, in diesem Sinne eine „Selbstmitteilung Gottes“ – ein „*Grüßen und Rühren Gottes an die Seele*“⁴.

Dieses *Berührt-Werden* von der Wirklichkeit Gottes, diese „Selbstmitteilung Gottes“, erlebt der Mensch auf zweifache Weise:

In seinem Geist, also in der inneren Erkenntniskraft, ereignet es sich als ein Einströmen von *Weisheit*: als ein Ahnen, ja auch als eine Gewissheit, dass alle Weltwirklichkeit von einer größeren Wirklichkeit umfassen ist. Es ist, wie wenn mir „ein Licht aufgeht“ und ich tiefe Wahrheit errahnen und erkennen kann.

Und in den mehr affektiven Kräfte der Seele, im Empfindungsvermögen und fühlenden Gemüt, wird dieses Berührt-Werden als ein Innewerden göttlicher *Liebe* erfahren, als Verspüren einer als Liebe und Weite empfundenen Nähe und Anwesenheit Gottes.

Das kann sich prozesshaft und „leise“ ereignen, aber auch punktuell und in starker Ergriffenheit erlebt werden, auch in jeweils unterschiedlicher Intensität.

Und es ereignet sich *gnadenhaft*: Es kann Auslöser haben – wie das Lesen eines geistlichen oder biblischen Textes zum Beispiel, oder das Erleben eines Menschen, der von der Wirklichkeit Gottes berührt worden ist –, aber es lässt sich nicht herbeiführen, weder im eigenen Innern durch bestimmte Gebets- und Meditationstechniken noch im Innern eines anderen durch Gebetsunterweisung. Es *widerfährt* dem Menschen. Die „Wirklichkeit Gott“ gibt sich von selbst kund, ohne menschliches Dazutun und ohne Vorleistungen. – Die Ahnung des Absoluten im Erkenntnisvermögen und das Angerührt-Werden von göttlicher Liebe im Gemüt sind, so sagt Johannes vom Kreuz, eine „*Berührung durch die Gnade Gottes*“.⁵

Das ist der erste Grund, warum Beten immer „*kontemplatives Beten*“ ist. Mit dieser Wortkombination ist also gemeint, dass Gott selbst mich zum Beten hinzieht. Einem Beten, das sich vom Gebete-Verrichten unterscheidet, geht immer in der eigenen Biografie ein Berührtsein von der Wirklichkeit Gottes voraus. – Und das gilt ebenso für die Befähigung, Menschen auf dem Weg des Betens kundig begleiten zu können: Ein Seelsorger, eine Geistliche Begleiterin oder auch ein Exerzitienbegleiter wird man nicht durch eine Ausbildung allein; Voraussetzung dafür ist immer, dass man dieses Berührt-Sein von Gott persönlich kennt – und gelernt hat, persönlich darauf zu antworten.

Erst eine solche „kontemplative“, d. h. innerlich und gnadenhaft sich ereignende Erfahrung füllt das Wort „Gott“ mit Wirklichkeit, und zu dieser Wirklichkeit hin richtet der so Berührte nun sein Gebet. Das Berührtsein von der Wirklichkeit Gott erst macht ihm Beten möglich. Glauben – und Beten als „Grundakt des Glaubens“ (Thomas von Aquin)⁶ – sind die *Antwort* des Menschen auf die Selbst-Mitteilung Gottes in seine Person-Mitte hinein. Das ist der zweite Grund, warum Beten immer „*kontemplatives Beten*“ ist: Gemeint ist dann damit, dass beim Beten nicht nur ich rede, sondern dass ich auch Gott zu mir „reden“ lasse und selber dabei ein „Schauender“ und „Hörender“ bin.

Beten ist also auch hören – und das ist alles andere als nur so dahergesagt. Gott redet wirklich. In verständlicher Sprache, jeder Mensch kann sie hören und verstehen. Man muss allerdings aufmerksam hören.

Gottes Sprache ist die *Weisheit*, sagt Johannes vom Kreuz mit der Bibel. Weisheit ist die Art und Weise, wie Gott zum Menschen „redet“. Dieses Wort, im Deutschen aus dem Verb „weisen“ gebildet, meint – auch in anderen Religionen und Kulturen – *weisende Wahrheit*: eine Wahrheit, die auf etwas hinweist, weiterweist, über bisher Erkanntes hinausweist.

Dahinter steht die Erfahrung, dass uns im Alltagsgeschehen des Lebens ständig Wahrheit begegnen kann, die uns etwas sagen will: in Erkenntnissen und Einsichten, in spontanen Eingebungen und Erleuchtungen, in gesprochenen und geschriebenen Worten anderer, in den unerwarteten Fügungen, in gesellschaftlichen Ereignissen, in den „Zeichen der Zeit“ ...; und selbstverständlich auch in den Schriften der Bibel, jedoch nicht auf diese begrenzt: Das „Wort Gottes“ geht über die Bibel hinaus ...

Weisheit kann angenehme oder auch unbequeme Wahrheit sein, in jedem Fall aber weitet sie den Blick, bricht Vorurteile auf, stellt Urteile infrage, bringt Erkenntnis über den bisherigen Erkenntnisstand hinaus. Bewusst damit umzugehen, solche Weisheit an sich heranzulassen und sie für das eigene Denken, Planen und Handeln nutzbar zu machen, fordert heraus – aber fördert das Leben.

Johannes vom Kreuz sieht die letztursächliche Quelle weisender Wahrheit in Gott. Der Urgrund allen Seins ist für ihn auch der Ursprung aller Weisheit. Auf Wahrheit achten heißt daher: *Gott* zuhören. Und Beten ist eine besonders aufmerksame Form des Zuhörens: In der Stille und

indem ich mir ausdrücklich etwas Zeit nehme, kann Gott durch eine Wahrheit, die mich angeht, zu mir sprechen. Das ist freilich nur möglich, wenn ich beim Beten nicht nur etwas sage, sondern mir auch etwas sagen lasse.

Konkret heißt das: Ich beende mein Beten nicht nach meinen Gebeten oder eigenen Worten, sondern bleibe und schweige; und dann lasse ich die Gedanken und die Ereignisse an mich heran, die mir vielleicht schon seit Tagen etwas sagen wollen; oder ich lese ein paar Sätze aus der Heiligen Schrift oder aus einem Buch, von dem ich den Eindruck habe, dass es mir in meine jetzige Lebenssituation hinein etwas zu sagen hat. Mein Beten wird so zu einem Gespräch, bei dem ich Gott aufmerksam zuhöre. – Das ist „kontemplatives Beten“.

Auch das Wort „Meditation“ – heute ebenfalls ein Modewort unterschiedlichsten Inhalts – hat, christlich verstanden, hier seinen Sitz im Leben. *Kontemplation* ist schweigendes Schauen und Hören; ein kontemplativer Mensch ist ein hörender Mensch. *Meditation* ist das Nachdenken über das Gehörte, das einführende Nachsinnen darüber. Beides gehört zusammen, und beides gehört zum *inneren Beten*, also zum Kernvollzug des Betens und des Beziehungslebens mit Gott. Ein Beten ohne Schweigen und Hören auf das, was Gott sagt und tut, bliebe ein Selbstgespräch. – Reden ist Silber, Schweigen ist Gold. Auch beim Beten. Und wird beim Beten Schweigen zum Hören, öffnet sich eine Schatztruhe.

Im „kontemplativen Beten“ bekommt das Leben in der Gegenwart Gottes *Beziehungscharakter*: Ich rede den Gott, der mich einmal „berührt“ hat und der verborgen immer gegenwärtig ist, an, von innen heraus, so, dass wirklich ich es bin, der da redet ... Ich sage „du“ zu Gott, zu dieser unfassbar großen Wirklichkeit, die ich nur erahnen kann ... Wie von selbst sagt dann nicht nur der Verstand das „du“; inwendige Tiefenbereiche „sprechen“ mit, wehren sich oder stimmen zu ... Aus dem „du“-Sagen wird eine Hinwendung von Wesen zu Wesen, ein „Sich-Anblicken“, ein „Entgegen-Warten“ zu dem großen Geheimnis hin, das mich und alle Existenz umfängt, so verborgen und so nahe zugleich ... „Kontemplatives Beten“ ist der kleine Schritt in einen lebendigen Glauben.

Kontemplation – das bedeutet: die Erkenntnis „empfangen“, die mein bisheriges Denken korrigiert; den Menschen „empfangen“, der im Moment auf mich zukommt; die „frohe Botschaft“ hören, die Gott schon lange zu mir spricht; die Nacht des Glaubens „empfangen“, in der Gott sich verborgen hält; die Aufgabe „empfangen“, die Gott jetzt für mich hat ... Das Wort von den „leeren Händen“ oder vom „hörenden Herzen“ ist eine gute Umschreibung dafür, was einen Menschen zum kontemplativen Menschen macht. In diesem Sinne sieht Johannes vom Kreuz in Maria das biblische Vorbild eines kontemplativen Menschen. Und Teresa von Ávila sieht auch in Josef ein Vorbild kontemplativen Lebens.

Ein kontemplativer Mensch werden – das kann jeder lernen, unabhängig von Stand und persönlicher Berufung: der eine im „kontemplativen Kloster“, der andere „mitten in der Welt“. Das kontemplative Leben, zu dem die christliche Spiritualität aus dem Geist des Karmel anleitet, sprengt alle Stände und alle Einteilungen, die wir Menschen uns machen.

Das Schlusswort nach dieser kurzen Darstellung des „kontemplativen Betens“ soll Teresa von Ávila haben. Denn gerade auch von ihr, der 27 Jahre älteren Karmelitin, hat Johannes vom Kreuz gelernt, was kontemplatives Leben und kontemplatives Beten meint. Sie schrieb damals ihren Schwestern:

„Meine Schwestern, denkt im Laufe eines Tages immer wieder einmal daran, dass Jesus bei euch ist. Glaub mir, ohne diesen guten Freund sollten wir nicht durchs Leben gehen. Wenn ihr euch angewöhnt, daran zu denken, dass er bei euch ist, dann werdet ihr ihn – wie man so sagt – nicht mehr loswerden! Ihr werdet ihn überall bei euch haben. Und das ist nicht wenig, einen solchen Freund an der Seite zu haben! Ich sage ja gar nicht, dass ihr viele Gebete sprechen, lange meditieren und

hochtrabende Betrachtungen über ihn anstellen sollt; ich bitte euch um nicht mehr, als dass ihr ihn anschaut – wenn auch nur so zwischendurch, falls ihr mehr nicht fertig bringt.

Ach Jesus, am liebsten ist es dir ja sowieso, dass wir uns mit dir zusammen den Menschen zuwenden, die uns brauchen; das ist der größte Dienst, den man dir erweisen kann.“⁷

¹ Dunkle Nacht I 10,6.

² Lebendige Liebesflamme 3,36.

³ Ebd. 3,69.

⁴ Aufstieg auf den Berg Karmel II 26,9.

⁵ Siehe: Geistlicher Gesang (B), 14/15; 25,16.

⁶ S. th. II II q. 83 a. 3.: „Oratio est proprie religionis actus.“

⁷ Aus: Weg der Vollkommenheit 42 u. Rufe der Seele zu Gott 2,2 (als Vorlesetext zusammengestellt u. übertragen von Reinhard Körner OCD).