

„Innehalten - warum und wie?“

Prof. Dr. Christoph Theobald sj

In den Evangelien gibt es zwei vergleichbare Erzählungen, in denen Jesus seine Jünger einlädt, „innezuhalten“. Die erste, im Markusevangelium, berichtet von der Aussendung der Zwölf und ihrer Rückkehr: „Die Apostel versammelten sich wieder bei Jesus und berichteten ihm alles, was sie getan und gelehrt hatten. Da sagte er ihnen: Kommt mit an einen einsamen Ort, wo wir allein sind, und *ruht ein wenig aus!* Denn sie fanden nicht einmal Zeit zum Essen, so zahlreich waren die Leute, die kamen und gingen“ (Mk 6,30-31). Sie wissen, liebe Zuhörerinnen und Zuhörer, wie es weitergeht: Die Menschen, die herbeiströmen, durchkreuzen diesen Plan und überraschen Jesus und seine Jünger; gegen Abend folgt dann die Speisung der Fünftausend. Die zweite Erzählung findet sich im Lukasevangelium (Lk 10,1-24). Wiederum geht es um Aussendung, diesmal von zweiundsiebzig anderen Jüngern, und um deren Rückkehr. Diese wird ausführlich erzählt: auf ein Gespräch zwischen Jesus und seinen Missionaren, folgt sein Lobgebet und eine Seligpreisung: „Selig sind die Augen, die sehen, was ihr seht“.

Halten wir bereits fest, dass „Innehalten“ nicht einfach „Anhalten“ oder „Nichtstun“ bedeutet: bei beiden Evangelisten dient es der *Rückschau* und der *Relektüre*; die Jünger erhalten die Chance, das sehen und hören zu lernen, was sie bei ihrer Missionsarbeit nicht oder noch nicht in seiner ganzen Tiefe wahrgenommen haben. Die Zeit des „Aus-ruhens“ ist somit ein *konstitutives* Moment der Mission; sie bietet sich am Ende einer Expedition oder Etappe an und bereitet eine neue, nunmehr von geistlicher Erfahrung getragene Missionsepisode vor. Bei Markus stellt diese sich unvorhersehbar rasch ein und mündet am Abend in der Aufforderung Jesu an seine Jünger: „Gebt *ibr* ihnen zu essen!“ (Mk 6,37). Lukas setzt seine Missionstheologie in der Apostelgeschichte fort; sie kennt eine ganze Reihe solcher *in die Mission eingebundener Momente* der vertiefenden „Rück-“ und „Vorausschau“.

Ihre Diözese hat sich vor Beginn der Pandemie für ein solches „Innehalten“ *in* ihrer Mission entschieden. Dies ist ein prophetischer Gestus, denn der völlig unerwartete mehrmonatige Zwangsstopp gibt diesem „Aus-ruhen“ ganz neue Aktualität: nicht nur wir Christen, sondern unsere Gesellschaften als Ganze und alle unsere Mitbürger sind durch das Ereignis der Epidemie zu einer Besinnung aufgerufen. In einem ersten Teil meiner Ausführung werde ich deshalb kurz auf die theologisch-spirituellen und missionarischen Motive des „Innehaltens“ eingehen, ehe ich dann in einem zweiten Teil - wie die Zwölf oder die Zweiundsiebzig Jünger mit Jesus - die Tiefendimensionen unseres Alltags und unserer historischen Situation auszuloten versuche. Ein dritter Teil ist schließlich den geistlichen Mitteln solcher Wahrnehmung gewidmet.

I. Innehalten – warum?

Es ist schon bemerkenswert, dass Markus das „Ausruhen“ *zunächst* in einem ganz elementaren Sinn versteht: Zeit zum Essen finden, allein mit Jesus sein und nicht von morgens bis abends mit dem Druck der zahlreichen Leute leben, die kommen und gehen. Ausruhen beginnt mit dem Hören auf den eigenen Leib, dem Verlassen unseres Stresses und mit einem luziden Blick auf unseren Terminkalender. Jeder von uns weiß, wie schwierig es ist, einen eingefahrenen Lebensrhythmus zu verändern. Der Zwangsstopp hat da vielen unter uns geholfen.

Hinter dem „wenigen Aus-ruhen“ des Markusevangeliums steht *sodann* das biblische Sabbatgebot, das ja, wie wir ja wissen, in gewissen Abständen zu einem Sabbatjahr werden soll. Es gründet in der Schöpfungserzählung: „Am siebten Tag vollendete Gott das Werk, das er gemacht hatte, und

er *ruhte* am siebten Tag“ (Gen 2,2). Was für Gottes kontemplativen „Blick“ auf seine vollendete Schöpfung gilt, das ist uns als Verheißung geschenkt: „das Land der *Rube*“, wie es im Psalm 95 und dann im Hebräerbrief (He 3,7 – 4,11) heißt. Diese biblische „Sabbatruhe“ ist deshalb so entscheidend, weil sie unsere Arbeit unterbricht und uns mahnt, unser eigenes Werk nicht zu vergötzen, sondern innere Distanz zu dem, was wir tun, zu bewahren. Solche „Muße“ (so heißt das biblische sich Aus-ruhen bei Romano Guardini) ist in unserer, von wirtschaftlichen Imperativen geleiteten Gesellschaft alles andere als selbstverständlich; oftmals verwechseln wir „Innehalten“ mit „Unterhaltung“ oder „Ablenkung“. Und auch wir, Priester, Diakone und Laien im kirchlichen Dienst, stehen in der großen Gefahr, unsere pastoralen Aktivitäten mit besten Motiven zu vergötzen und in Aktivismus zu verfallen. Man sollte hier auf die humanisierende Funktion des Sabbatgebots hinweisen und die verheerenden Folgen seiner Missachtung bedenken. Gerade in einer Situation, in der uns der zerstörerische Einfluss der Menschheit auf das ökologische Gleichgewicht unseres Planeten Erde bewusst wird, lädt uns die jüdisch-christliche Theologie des Sabbatjahres dazu ein, zu sehen und zu hören, was uns geschenkt ist und auf unser raubtierhaftes Verhalten der Schöpfung gegenüber zu verzichten.

Positiv betrachtet, geht es jedoch beim Sabbat – der nach Jesus „für den Menschen“ da ist (Mk 2,27) – um weit mehr. Im Rhythmus der Siebentagewoche ist der letzte oder erste Tag derjenige, an dem wir das *unbedingte Gutsein* der Schöpfung wiederentdecken dürfen: „Gott sah alles an, was er gemacht hatte: *Und siehe, es war sehr gut*“ (Gen 1,31). Die Güte seiner Schöpfung ist das allererste Evangelium, das auch vom Bösen in der Welt nicht ganz verdunkelt werden kann. Das „*Evangelium*“...: vielleicht hören wir nicht mehr die unglaubliche Provokation in diesem von Jesajas gebildeten und von Jesus benutzten Wort, das wir leider nur als Passwort gebrauchen: „*Eu-aggelion*“ – keine bloße Mitteilung von etwas, sondern eine immer wieder neue Neuigkeit radikalen und bedingungslosen Gutseins. Gerade weil es uns oft so schwerfällt, diese in der innersten Tiefe unseres Menschseins erwartete Frohbotschaft zu hören, heißt es im Psalm 95: „Würdet ihr doch *heute* auf seine Stimme hören! Verhärtet euer Herz nicht!“. Die im Sabbatgebot verborgene Verheißung geht soweit, dass wir *je heute* Gottes Stimme hören – „Ja, es war und ist sehr gut“ –, in Seinen Blick auf seine Schöpfung eintreten und so, *mitten in unserer alltäglichen Arbeit*, das wahre „Ausruhen“ finden können. In diesem Sinne, hat die ignatianische Spiritualität die schöne Formel „Gott in allen Dingen finden“ geprägt.

Damit sind wir aber bereits bei einem *dritten Motiv* des „Innehaltens“, das uns zu den beiden zu Anfang zitierten Evangeliumserzählungen zurückführt; zunächst zur Mission der zweiundsiebzig Jünger im Lukasevangelium. Sie beginnt mit Jesu *Erfahrung*: „Die Ernte ist groß“. Diese erste Hälfte des Satzes wird oftmals unterschlagen und nur angstvoll die zweite Hälfte zitiert: „...aber es gibt nur wenig Arbeiter“. Wie im Gleichnis vom Sämann (Lk 8,4-8), entspricht die erst Satzhälfte der Erfahrung Jesu, dass Gott sein Wort hält und dass die Vollendung der Schöpfung *heute* möglich ist. Was den Mangel an Arbeitern betrifft, so hilft er ihm mit seiner Wahl von zweiundsiebzig anderen Jüngern ab, ohne sich an die feierliche Prozedur der Berufung und Aussendung der Zwölf (Lk 6,1é-16 und 9,1-6) zu halten. Er sendet sie „wie Schafe mitten unter die Wölfe“ und lässt sie auch wissen, dass man sie nicht überall gastfreundlich aufnehmen wird. Trotz aller dieser Widerstände sollen die Zweiundsiebzig jedoch *die gleiche Erfahrung wie Jesus machen*: „Die Ernte ist groß“.

Um diese Erfahrung geht es dann auch bei der Rückkehr, wenn die Missionare „innehalten“ und mit Jesus Rückschau halten: „Die Zweiundsiebzig kehrten zurück und sagten *voller Freude*: Herr, sogar die Dämonen sind uns in deinem Namen untertan“ (Lk 10,17). Die Mission war ein Erfolg, so könnte man ihre Freude übersetzen: sie haben tatsächlich Jesu eigene Erfahrung der „großen Ernte“ gemacht. Jesus relativiert diese Freude keineswegs. Sie ist der Ausgangspunkt seiner

kontemplativen *Tiefensicht*, die seine Jünger bei ihrer Missionsexpedition begleitet hatte: „Ich *sah* den Satan wie einen Blitz aus dem Himmel fallen“, lässt er sie wissen. Trotz aller Widerstände des Bösen – in seiner Aussendungsrede hatte Jesus bereits auf Sodom verwiesen – hat sich nunmehr, wie im Gleichnis vom Sämann, der Blick Gottes auf seine Schöpfung bewahrheitet: „*Und siehe, es war sehr gut*“. *Weil* für Jesus Satan besiegt ist – wie uns das in der Erzählung seiner Versuchungen bereits gezeigt wurde (Lk 4,1-13) –, kann er, in einem außerordentlichen Vertrauen, die Zweiundsiebzig auf die „reiche Ernte“ hinweisen; und *weil* sich für ihn in ihrer Missionsexpedition *tatsächlich* Gottes Blick auf die Fruchtbarkeit seiner guten Schöpfung bewährt, sieht er auch den Sieg über das Böse bestätigt. Deshalb kann der Rückblick auf die Mission nicht in einer Erfolgserzählung münden. Die Freude über das was vollendet wurde ist berechtigt; aber ihre *Motivation* muss vertieft werden. Nicht unser Macht- und Erfolgsbedürfnis wurden erfüllt, sondern das in Gott selbst gründende Vertrauen, dass in seiner guten Schöpfung uns letztlich *nichts* zum Schaden werden kann: „Freut euch nicht darüber, dass euch die Geister gehorchen, sondern freut euch darüber, dass eure Namen im Himmel verzeichnet sind“.

Ist es erstaunlich, dass Jesus nunmehr - *vom Heiligen Geist erfüllt und voll Freude* - sein sozusagen „eucharistisches“ Dankgebet anstimmt - „Ich preise dich, Vater, Herr der Schöpfung, weil du *das* vor den Weisen und Klugen verborgen und es den Unmündigen offenbart hast...“ (Lk 10,21-22) - und dann die Zweiundsiebzig seligpreist: „Viele Propheten und Könige wollten sehen, *was* ihr seht, und haben es nicht gesehen, und wollten hören, *was* ihr hört, und haben es nicht gehört“. Solches missionarische Sehen und Hören dessen, was in der Tiefe der *guten* Schöpfung Gottes verborgen ist – die „reiche Ernte“ – ist keineswegs selbstverständlich! Im Markusevangelium folgt deshalb auf die Rückkehr der Apostel, ihren gescheiterten Versuch sich auszuruhen und die missionarische Speisung der Fünftausend das einsame Gebet Jesu auf dem Berg und das Rudern der Jünger gegen den Wind, mitten auf dem See (Mk 6,45-52). Auf der einen Seite des Ufers: die kontemplative *Tiefensicht* Jesu – auf dem See: die Jünger, die bei ihrem hoffnungslosen Rudern Jesus nur noch als angsterzeugendes Gespenst wahrnehmen : „ihr Herz war verstockt“, kommentiert Markus die Situation (Mk 6,52). Das Wort Jesu „Habt Vertrauen, ich bin es; fürchtet euch nicht“ und sein Kommen in das Boot unterbrechen die Angst der Jünger; der Wind legt sich, wenigstens vorläufig...

Drei Gründe sind es somit, liebe Zuhörerinnen und Zuhörer, die uns dazu motivieren, im kommenden Jahr, „innezuhalten“ : (1.) das Hören auf unseren eigenen Leib mit einem klareren Blick auf unseren Terminkalender; (2.) die im Sabbatgebot verborgene Verheißung, Gottes Blick auf seine Schöpfung wiederzuentdecken und mitten in unserer Arbeit seine „Ruhe“ zu finden und schließlich (3.) uns - *in* unserer Mission - von Jesu kontemplativer *Tiefensicht* auf die reiche Ernte in der Welt prägen und durchdringen zu lassen. Alle drei Motive laden zur Umkehr ein. Vor allem das dritte Motiv kann uns von unserem Aktivismus befreien: ein neues Sehen und Hören – nicht außerhalb unserer Mission, sondern in ihrem Kern. Davon soll nun in einem zweiten Teil meiner Ausführungen die Rede sein.

II. Die Tiefendimensionen unseres Alltags und unserer historischen Situation wahrnehmen

Richten wir also gemeinsam unseren Blick und unsere Hörfähigkeit auf unseren Alltag und den der Menschen, mit denen wir leben; fragen wir uns ganz einfach, ob wir ihnen Interesse entgegenbringen, ob wir sie im Sinne Jesu, wenn wir richtig hinschauen und hinhören, als „reiche Ernte“ im Gottesreich verstehen können.

1. *Zunächst*: Was kann man vom Alltag sagen? Vielleicht ganz einfach, dass er „grau“ ist; und das heißt, dass er einem gleichförmigen Ablauf unterworfen ist, dem sprichwörtlichen „tagtäglichen Einerlei“, und dazu neigt, seine Farbe und sein Relief zu verlieren – vor allem heute, wo die immer stärkere Spezialisierung unserer Gesellschafts- und Kompetenzbereiche unsere privaten, beruflichen und gesellschaftlichen Beziehungssphären auseinanderdriften lässt, früher nie so gekanntem Stress erzeugt und uns dazu führt, die innere Einheit unseres Daseins an unsere Tages- und Lebensrhythmen und -riten abzugeben.

Gleichzeitig sind fast alle strukturierenden Elemente unseres Lebens provisorisch geworden; der gewöhnliche Alltag verlangt so viel an Energie, dass der *Gesamtzusammenhang* unseres Lebens in den Hintergrund gerät und vielfach ganz aus dem Blick kommt. Allerdings gibt es in jeder Existenz entscheidende Momente: einen mehr oder weniger kritischen Übergang von einer Lebensphase in eine andere, ein unvorhergesehenes Ereignis, das die Lebensbahn radikal verändert, eine entscheidende Begegnung oder eine schmerzhaft Trennung, ein Angsterlebnis oder eine unerwartete Freude. Dies sind – positive oder auch negative - Erfahrungen, die unseren Blick auf die Gesamtheit unseres Lebens hin zu öffnen vermögen: die sogenannten „Schlüsselerfahrungen“ oder „Eröffnungs- und Erschließungssituationen“. Drei solcher „Unterbrechungen“ können als *strukturell* angesehen werden: (1.) die psycho-somatischen Krisen, die sich zwischen den einzelnen Phasen oder Zyklen unserer Lebensgeschichten melden, wenn sich ein labiles Gleichgewicht als nicht mehr tragfähig erweist und ein neues gefunden werden muss; (2.) da wir mit und aus unseren Projekten leben, ist deren Scheitern, aber auch deren Erfolg, wie zum Beispiel die alle Erwartungen übersteigende Geburt eines Kindes, eine spezifische „Unterbrechung“, die auf den Gesamtzusammenhang unseres Lebens verweist; schließlich wird (3.) unser Lebenslauf von einer Vielzahl unvorhergesehener kleinerer oder größerer Ereignisse „unterbrochen“ und auf andere Bahnen gelenkt. Auch dies sind Eröffnungssituationen, in denen plötzlich das „Ganze“ unseres Lebens „aufblitzt“.

Mir scheint nun – dies sei nur nebenbei bemerkt -, dass die eigentliche *Krise der Kirche* darin wurzelt, dass sie weitgehend den Kontakt mit dieser hier nur annähernd skizzierten Alltagswirklichkeit der Menschen und deren „Unterbrechungen“ verloren hat. Die Gründe dafür sind vielfältig. Es ist zunächst der *Alltag selbst* und seine Tendenz zur „Zerstreuung“ (wie Blaise Pascal es sagt) sowie die bereits erwähnten Stressphänomene, die den Blick auf das Ganze und das Wesentliche ablenken oder so schwierig machen. Viele Menschen im vollen Lebensalter finden keine Zeit mehr und keine Energie oder glauben sie nicht finden zu können, nach dem Sinn ihres Lebens zu fragen und sich für die *Kirche und ihr Angebot* zu interessieren. Letztere hat sich in den letzten fünfzig Jahren in eine beeindruckende Verwaltung umgestaltet, mit vielen pastoralen Sektoren und Spezialisierungen, die ihre Transparenz auf das Ganze verloren haben und wie alle Bürokratien an einem „hierarchischen Schisma“ leiden. Zu diesem zweiten Grund kommt ein dritter, der meiner Ansicht nach am schwersten wiegt: Die pascal'sche „Zerstreuung“ hat *die Botschaft selbst* erreicht und es wird immer schwieriger, auf einfache Weise und in biblischem Stil die Menschen und ihren Lebensweg durch den Alltag mit dem theologalen Zentrum der Botschaft zu konfrontieren.

Nun meine ich jedoch, dass unser *Innehalten inmitten unserer Mission* genau dieser Begegnung zwischen dem Alltag und dem Evangelium Gottes als immer wieder neue Neuigkeit radikalen und bedingungslosen Gutseins dienen sollte. Wir müssen sozusagen von neuem lernen, den Alltag der Menschen in seinen Tiefendimensionen auszuloten. Es sind vor allem die soeben erwähnten „Eröffnungs- und Erschließungssituationen“, in denen das Evangelium gehört werden kann. Gemeint sind die positiven und negativen „Augenblicke“ (von denen ich soeben sprach) oder mehr oder weniger kurze „Zeitfragmente“, die wie durch ein Fenster das Leben als *unverfügbaren*

Zusammenhang erscheinen lassen. Tod und Geburt, die beiden Grenzdaten allen Lebens, melden sich in dieser plötzlich sich öffnenden Lücke und erinnern daran, *dass ich nur ein einziges Leben habe*: Nicht gewählt, sondern zugefügt, ist es mir in diesen Augenblicken erneut zur Wahl gestellt. Gewiss kann man solche Momente unbeachtet lassen. Man kann sich ihnen aber auch „absichtslos“ hingeben und hier die Stimme des Evangeliums als in diesem Moment neue Neuigkeit radikalen und unbedingten Gutseins wirklich hören: Bei allem Bösen in seinen so vielen Erscheinungsformen – Unglück, Krankheit, Misstrauen oder Feindseligkeit –, aber auch in allem Guten, das sich in den vielen „Unterbrechungen“ des Alltags meldet, nennt mich das Evangelium Gottes immer wieder von neuem „glücklich“, spricht mir und meiner ganzen Existenz „Segen“ zu und richtet mich auf, manchmal am Abgrund des Nichts. Es „ruft ins Dasein, was nicht existiert“, wie das Paulus sehr präzise sagt.

Es darf kein Zweifel daran bestehen, dass das Evangelium *nur im Rahmen einer echten Begegnung* hörbar werden kann. Dies wird auch von Jesus in seiner zu anfangs zitierten Aussendungsrede der zweiundsiebzig missionarischen Jünger vorausgesetzt: „Wenn ihr in ein Haus kommt, so sagt als Erstes: Friede diesem Haus! Und wenn dort ein Sohn des Friedens wohnt, wird euer Friede auf ihm ruhen; andernfalls wird er zu euch zurückkehren. Bleibt in diesem Haus, esst und trinkt, was man euch anbietet; [...] Wenn ihr in eine Stadt kommt und man euch aufnimmt, so esst, was man euch vorsetzt. Heilt die Kranken, die dort sind, und sagt ihnen: Das Reich Gottes ist euch *nabel*“ (Lk 10,5-9). Solche Begegnungen setzen in der Tat menschliche „Nähe“ voraus: Das Reich Gottes „nähert“ sich dort, wo sich die Jünger – „zu zweit“, sagt Jesus – einem Mitmenschen „nähern“. Diese „Nähe“ in den oben erwähnten „Eröffnungs- und Erschließungssituationen“ muss jedoch „umsonst“ und d. h. mit einem „interesselosen Interesse“ angeboten *und* erbeten werden. Es darf hier niemals um „Instrumentalisierung“ oder „Anschluss“ des anderen gehen oder um eine Erhöhung unserer Mitgliederzahlen. Damit würde das Evangelium als eminent konkret zu hörendende Gottesbotschaft von bedingungslosem Gutsein verraten. Die göttliche Nähe ereignet sich ohne „interessierte“ Hintergedanken; in dem Sinn ist sie *interessenlos*. Sie wird von einem reinen, brennenden „Interesse“ am Leben der Menschen getragen; was unsere im Evangelium gründende Gnadenlehre ja seit jeher weiß. Die „Ernte“ erweist sich deshalb als „groß“ für den missionarischen Jünger, der ihr mit einer solchen Haltung innerer Freiheit zu begegnen weiß.

Ein erster konkreter Schritt in der Sabbatzeit des „Innehaltens“ könnte somit darin bestehen, sich „ein wenig“ Zeit zu nehmen, um sich auf die „Eröffnungs- und Erschließungssituationen“ im eigenen Leben zu besinnen, sie zu nennen und zu überlegen, wie sie mein Verhältnis zu meinem Leben als Ganzem geprägt und verändert haben, nicht ohne mich daran zu erinnern, dass ich nur ein einziges Leben habe. Vermutlich meldet sich dann, in solchem betrachtenden Rückblick, eine Reihe von entscheidenden Begegnungen. Ist das der Fall, dann ist auch der Augenblick gekommen, wo sich eine neue Tiefenperspektive auf den Alltag *anderer* Mitmenschen eröffnen kann: derer, die uns nahestehen; derer, denen wir regelmäßig in unserer Mission begegnen; derer, die wir wohl niemals wiedersehen werden... Und es würde mich schon erstaunen, wenn bei diesem *Innehalten* nicht plötzlich *innerlich* deutlich würde, was Jesus wohl meinte, als er die zweiundsiebzig Jünger nicht mit konkreten Aktionen belastete, sondern ihnen eine „reiche Ernte“ versprach. Vielleicht taucht dann bei Ihnen, liebe Zuhörerinnen und Zuhörer, auch die Frage auf, welche Geste, welches Wort sie in dieser oder jener Eröffnungssituation gefunden haben und weiterhin finden möchten. In der bereits mehrfach erwähnten Aussendungserzählung heißt es ganz einfach: „Friede diesem Haus“. Ein geistliches Gespräch mit anderen über das, was auf diese Weise neues Relief bekommen hat, und ein gemeinsames Bibelteilen können das eigene *Hören und Sehen* im Sinne Jesu verfeinern und uns auch helfen, unsere negativen Erfahrungen mit verschlossenen Türen, verstockten Herzen und mit dem Tod durchzustehen. Wie in der Aussendungsrede Jesu und in seinem Gespräch mit

den Zweiundsiebzig, darf auch diese Seite unseres Alltags nicht in unserem betrachtenden Rückblick fehlen.

2. In den letzten Monaten hatten wir besonders Gelegenheit, über den dramatischen Aspekt unseres Lebens nachzusinnen. Der Alltag ist nicht nur der unserer privaten, beruflichen und gesellschaftlichen Beziehungssphären; er wird auch von globalen gesellschaftlichen und historischen Ereignissen durchkreuzt. Man kann sogar sagen, dass die Menschheit als ganze so etwas wie „Eröffnungs- und Erschließungssituationen“ kennt, in denen sie plötzlich entdeckt, *dass sie nur einen Planeten Erde hat*.

Diese Entdeckung ist relativ neu. Meiner Generation ging dies zum ersten Mal im August 1969 auf, als wir den ersten Menschen auf dem Mond landen sahen und unsere Erde aus seiner Perspektive betrachten konnten. Dann kam 1972 der Bericht des *Club of Rome* zur Lage der Menschheit über *Die Grenzen des Wachstums* und es folgten die großen Debatten über das ökologische Gleichgewicht unserer Erde und die Katastrophen, die uns erwarten, bis unsere Geologen dann vor wenigen Jahren den Begriff der „Anthropozän“ geprägt haben: in einer unglaublichen Umkehrung benennen sie so eine neue „Epoche“ der Geschichte unserer Erde, in der die Menschheit als Ganze zu einem ganz entscheidenden geologischen Faktor geworden ist.

Die Pandemie und der mit ihr verbundene mehrmonatige Zwangsstopp erhalten vor diesem Hintergrund neues Relief und müssen als eine solche globale „Eröffnungs- und Erschließungssituation“ verstanden werden. Zum ersten Mal haben wir ganz konkret erfahren - allerdings auf negative Weise und auf unsere Kosten -, dass die Menschheit einen großen Körper oder Leib bildet, in dem die Zirkulation des Virus, von einem Ende des Planeten zum anderen, jeden von uns in eine potenzielle Gefahr für das Leben anderer verwandelt. Für viele stand der Tod an der Tür und nicht nur der Tod nahestehender Menschen. Wie zu früheren Kriegszeiten, haben wir in unseren Breiten erneut eine *kollektive* Erfahrung unsere Sterblichkeit gemacht: unserer individuellen Sterblichkeit, aber auch und vor allem der Endlichkeit unserer Gesellschaften und ihrer Zivilisation, deren spezifisches Überleben im komplexen Zusammenspiel der Kontinente keineswegs mehr garantiert ist. Dazu kommt, dass uns die ökologische Krise mit der beängstigenden Frage konfrontiert, ob die kommenden Generationen noch ein lebbares gemeinsames Haus Erde vorfinden.

Wir Europäer haben jedoch das Faktum, das jeder von uns nur ein Leben hat, verdunkelt und den Tod an den Rand unserer Gesellschaften gedrängt. Und es sieht so aus, als ob wir nun nach dem Zwangsstopp alles täten, um so schnell wie möglich zu dem zurückzukehren, was wir für „normal“ halten. „Hinter mir und nach mir die Sündflut!“. Als ob es keinen Zusammenhang gäbe zwischen unserem gestörten Verhältnis zum Tod und unserem Konsumbedürfnis, das nicht nur einen Großteil der Erdbevölkerung unterhalb der Armutsgrenze belässt, sondern auch die zukünftige Bewohnbarkeit unserer Erde in hohem Maße gefährdet. Wie die Plagen im Exodus ist die Pandemie eine Art Warnung: Ob die Gefahr gesehen und die Mahnung gehört wird, ist eine andere Frage.

Das Böse, ja das Satanische, von dem Jesus bei Lukas mit seinen zweiundsiebzig Jünger redet, ist uns weithin unbewusst; dies hört zu seiner Strategie. Die kollektive Vergötzung von Profit und Wachstum, die Verbergung des Todes und die daraus erwachsende kollektive Melancholie und Hoffnungslosigkeit sind seine schlimmen Symptome. Nur wenn wir bei unserem Innehalten und unserer Rückbesinnung diese Phänomene wirklich ins Auge fassen, können wir heute die Erfahrung Jesu ganz ernstnehmen und verstehen: „Ich *sah* den Satan wie einen Blitz aus dem Himmel fallen“. Dies heißt nicht, dass das Böse nicht mehr existiert oder keine Wirksamkeit mehr

hat. Für Jesus und die Seinen ist es jedoch besiegt. Mit ihm können wir dem Tod ins Auge schauen, ihn wie unsere Geburt als Zeichen unserer Einzigartigkeit verstehen – der hl. Franz von Assisi nennt ihn seine Schwester - und unser Leben als Ganzes von Gott als Gabe empfangen. Die Verkündigung der Auferstehung Jesus und unsere Hoffnung auf den, „der die Toten lebendig macht und das, was nicht ist, ins Dasein ruft“ (Röm 4,17), sind die Konsequenz. Sie belässt uns mit einer unglaublichen Freiheit - der inneren Freiheit, die Jesus dazu führte, die Schöpfung und die Menschen als „reiche Ernte“ im und für das Gottesreich zu verstehen.

Ein zweiter konkreter Schritt in der Sabbatzeit des „Innehaltens“ könnte somit darin bestehen, die geschenkte Zeit dazu benützen – vielleicht mit Hilfe der Enzyklika *Laudato si'* im Jahr, das ihr gewidmet ist -, ein wenig darüber nachzudenken, was wir aus der Pandemie und dem Zwangsstopp gelernt haben. Sind wir uns bewusst geworden, dass unsere Menschheit einen großen gesellschaftlichen Leib bildet, der sich in der Abfolge der Generationen erneuert und doch nur Gast bleibt auf unserer Erde, die ihr geschenkt ist, nicht als Besitz, sondern mit der Sorge, sie den künftigen Generationen heil und belebbar weiterzugeben? Sind wir uns etwas mehr bewusst geworden, dass uns unser christliches Verhältnis zum Tod und unsere Hoffnung auf Auferstehung die innere Freiheit und Distanz geben, uns für die Zukunft und Fruchtbarkeit der Schöpfung für alle einzusetzen. Es durfte deutlich geworden sein, dass solches, unseren eigenen kirchlichen Bereich weit überschreitendes Hören und Sehen der Kontemplation bedarf und auch nicht davor zurückschrecken darf, das oftmals sich in der Normalität des Alltags versteckende Böse zu benennen und zurückzuweisen. Auch dazu brauchen wir das geistliche Gespräch miteinander und das gemeinsame Bibelleiten, von denen bereits die Rede war.

Vor allem hoffe ich, liebe Zuhörerinnen und Zuhörer, dass das „Sehen und Hören“, das Jesus seinen missionarischen Jüngern mitteilt - „Viele Propheten und Könige wollten sehen, *was* ihr seht, und haben es nicht gesehen, und wollten hören, *was* ihr hört, und haben es nicht gehört“ – für sie im heutigen Kontext unseres Alltags und unserer historischen Situation nicht nur etwas verständlicher, sondern auch erstrebenswerter geworden ist. Ohne ein betrachtendes Ausloten unseres Lebens, lässt sich das Evangelium von der Nähe Gottes nicht vergegenwärtigen. Die Zukunft unserer Mission, steht und fällt mit solchem *Inne-halten*. Es muss heute als konstitutives Moment christlicher Mission seinen Raum bekommen. Über das „wie“ möchte ich nun noch einige abschließende Bemerkungen machen.

III. Innehalten – wie?

1. Zunächst sei hier ganz einfach an das *Gebetbuch Jesu* erinnert: den Psalter. Die außerordentliche Diversität der Psalmen hängt mit ihrem Sinn für die Vielfalt unserer alltäglichen und historisch bedeutsamen Situationen zusammen. Unser *Innehalten* sollte sich auf dieses Buch stützen. Die Kirche tut dies ja von Anbeginn in ihrem Stundengebet. Mir scheint, dass es heute besonders hilfreich und fruchtbar sein kann, in unseren geistlichen Treffen nur *einen* Psalm zu wählen, um seine Poesie innerlich zu kosten und vor allem seinen deutenden Bezug zu unseren „Eröffnungs- und Erschließungssituationen“ zu entdecken. Unser Beten wird so aus der Tiefe unseres Alltags kommen können und sich besser in die fast unendliche Reihe derer einfügen, die im Psalmenbuch Worte für ihr eigenes tägliches Beten gefunden haben.

Dazu kommt, dass uns viele Psalmen eine gewisse *Logik des Innehaltens* anbieten: sie laden uns dazu ein, die dramatischen Erfahrungen in unserem Leben nicht zu verschweigen, sich an sie zu erinnern, sie vor Gott zu tragen und ihn gemeinsam anzurufen, ja manchmal protestierend anzuklagen; sie regen uns aber auch an, das, was gestern und heute gut in unserem Leben war und ist, vor ihm anzuerkennen und ihm gemeinsam dafür zu danken, auch für das, was wir nicht oder

noch nicht sehen. Die Psalmen sind ein realistischer Anwalt unseres tatsächlichen Alltags und Zeugen der unerwarteten positiven Wendungen in unseren Lebensgeschichten. Lassen wir uns von ihnen in das Beten Jesu einführen.

Zwei weitere Mittel des Innehaltens wurden bereits erwähnt, das Bibelteilen und das geistliche Gespräch. Diese beiden kollektiven Formen ergänzen sich gegenseitig. Ein geistliches Gespräch, das ganz konkret die Tiefendimensionen unseres Alltags und dieser oder jener Situation auszuloten versucht wird zu leerem Palaver, wenn es sich nicht vom Hören der Schrift leiten und orientieren lässt. Und umgekehrt kann das Bibelteilen zu einem unverbindlichen intellektuellen Austausch werden, wenn es nicht dazu führt, unseren Alltag besser zu verstehen und zu verändern. Im Grunde geht es in beiden Formen um *ein stereophones Hören*: die Stimme der anderen hören; hören, was sich in mir ereignet; Gottes eigene Stimme in mir und im anderen hören. Dies ist nur möglich, wenn wir beim Gespräch und beim Bibelteilen *der Schrift das Wort lassen, damit sie uns im gegebenen Augenblick das Wort zurückgibt*. Warum nicht in diesem Jahr des Innehaltens geistliche Exerzitien machen, die sowohl in einer, unseren individuellen Situationen angepassten Form wie auch als kollektive Übungen existieren. Zu diesen individuellen und kollektiven Formen des geistlichen „Aus-ruhens“ wäre natürlich viel zu sagen. In diesen kurzen Anmerkungen möchte ich lieber noch kurz auf einige konkrete Bedingungen eingehen.

2. Mir scheint es nämlich notwendig, in unser, vom Stress und zu vielem Arbeiten oftmals anästhesiertes alltägliches Leben einige ganz einfache geistliche Übungen einzuführen, sozusagen *Gesten geistlicher Hygiene*.

Da ist zunächst das „*Stillwerden*“ zu nennen: sich wenigstens ein oder zweimal am Tag, einige Minuten des Stillwerdens gönnen, gehört zu diesen elementaren Gesten. Stillwerden, das heißt nicht nur ein wenig schweigen, sondern die eigenartige Erfahrung machen, dass dann das innere Reden mit sich selbst weitergeht... ; diese Erfahrung kann mich dann, von Zeit zu Zeit, zu einem etwas längeren Schweigen veranlassen, in dem auch das innere mit sich Reden aufhört und ein echtes Schweigen vor Gott eintritt: „Du bist mir von jeher gegenwärtig, während für mich das nicht selbstverständlich ist...“

Das innere mit sich selbst Reden und mehr oder weniger angstvolle seine tägliche Sorgen Wiederholen oder Wieder-kauen kann auch zu einer echten *Gedächtnisarbeit* führen, bei der die positiven und negativen Erfahrungen meines Alltags und meiner Mission Relief bekommen. Diese Gedächtnisarbeit braucht allerdings ein wenig mehr Zeit. Sie führt unabwendbar dazu, mir meinen Terminkalender anzuschauen und vielleicht einen Moment der Rückschau in ihn einzutragen... einmal in der Woche, öfters, weniger? Jeder sollte da seinen eigenen Rhythmus finden. Wie gesagt, sind wir missionarische Jünger vielfach anästhesiert, auf Grund eines „Zuviel“. Wir müssen ganz neu lernen, unsere guten Erfahrungen von *innen her* zu kosten, aber auch unsere Schwierigkeiten und negativen Ereignisse ganz ernst zu nehmen.

Solche Gedächtnisarbeit führt dann - wie bei Jesus selbst - zum Gebet: zunächst zur Danksagung für das, was ich nunmehr neu als Gabe und reiche Ernte sehen lerne, und dann auch zum Bittgebet für die vielen mir alltäglich begegnenden Menschen und deren Alltag. Dass solches Beten nicht selbstverständlich ist, das ist auch den Autoren des Neuen Testaments durchaus bewusst. Ich zitiere hier nur den Römerbrief: „So nimmt sich auch der Geist unserer Schwachheit an. Denn wir wissen nicht, was wir in rechter Weise beten sollen; der Geist selber tritt jedoch für uns ein mit unaussprechlichen Seufzern (Röm 8,26)“. Ja, unser Beten beginnt bereits in unserem täglichen Stöhnen oder frohen Plappern. Unser Leib „betet“ in der Tat, ohne dass wir uns dessen bewusst sind und ehe wir uns in Bitte und Dank ausdrücklich an den Geber aller Gaben wenden.

An dieser Stelle muss noch an einen weiteren Gestus geistlicher Hygiene erinnert werden: die individuelle und gemeinsam Prüfung und Unterscheidung der Geister, bzw. die gemeinsame Beratung. Erst wenn uns das Stillwerden und die geistlich Gedächtnisarbit sozusagen zu einer zweiten Natur geworden ist – dies ist durchaus möglich, weil von Jesus verheißten –, können unsere individuellen und kollektiven Beratungen und Entscheidungen wirklich Frucht bringen. Wir lernen dann nämlich zwischen unseren persönlichen Gefühlen, unserem Bedürfnis auf Anerkennung, Frustrationen aller Art und Erfolgserlebnissen auf der einen Seite, und dem, was hier und jetzt dem Willen Gottes entspricht und uns von seinem Geist suggeriert wird, auf der anderen Seite, zu unterscheiden. Was ich in meinem zweiten Teil „interesseloses Interesse“ und „brennendes Interesse am Leben der Menschen“ nannte, ist ein sowohl froh machendes wie innere Ruhe und Frieden schaffendes Ergebnis einer solchen Unterscheidung der Geister. Freude und innere Ruhe sind in der Tat die entscheidenden Kriterien unserer Unterscheidung der Geister.

Findet solche Unterscheidung statt – und dies sollte tagtäglich geschehen –, dann kann, sozusagen spontan, Jesu „eucharistisches Lob“ unser eigenes trinitarisches Gebet werden: „In dieser Stunde rief Jesus, vom Heiligen Geist erfüllt, voll Freude aus: Ich preise dich, Vater, Herr des Himmels und der Erde, weil du das vor den Weisen und Klugen verborgen und es den Unmündigen offenbart hast. Ja, Vater, so hat es dir gefallen. Alles ist mir von meinem Vater übergeben worden; niemand erkennt, wer der Sohn ist, nur der Vater, und niemand erkennt, wer der Vater ist, nur der Sohn und der, dem es der Sohn offenbaren will“ (Lk 10,21-22).

*

Ich komme zum Schluss und nenne nur noch einmal die beiden Grundüberzeugungen, die hinter meinem Vortrag stehen: 1. Das Innehalten, zu dem sie in dem nun beginnenden Pastoraljahr eingeladen sind, ist ein konstitutives Moment unserer christlichen Mission. Ich hoffe, dies begründet zu haben. 2. Nehmen wir diesen Ruf Jesu ganz ernst, dann hat dies geistliche Konsequenzen in unserem Alltag, so wie er sich heute darstellt. Ich habe in meinen Ausführungen versucht, in dieser unserer spezifischen Situation sowohl die Grundformen des Innehaltens und ihr eucharistisches Ziel deutlich zu machen wie auch die inneren Voraussetzungen einer solchen Konversion zu einem geistlichen, pneumatischen Verständnis unseres missionarischen Daseins aufzuzeigen. Sie, liebe Zuhörerinnen und Zuhörer, und der Heilige Geist Gottes, müssen nun jeder seinen eigenen Part übernehmen. Ich danke Ihnen für Ihr Zuhören.