

Podcast «Mystik heute» vom 26. Mai 2023

Episode 6: Sucht und Freiheit

Intro

- *Geborgenheit und Freiheit brauchen alle.*
- *Aber es sind Gegensätze.*
- *Die Flucht in eine Sucht schafft Entlastung...*
- *...und Geborgenheit.*
- *Aber wo bleibt da die Freiheit?*
- *Geborgenheit und Freiheit sind zwei Seiten derselben Medaille.*
- *Wie sollten sie unter einen Hut passen?*
- *Gibt es einen Ausweg aus dem Dilemma?*
- *Die Lösung steckt im Moment.*

“Mystik heute” - der Podcast für ganz normale Menschen, die das Geheimnis der Gegenwart leben und christlicher Mystik eine Chance geben wollen.

... und auch wer christliche Mystik nicht kennt, ist herzlich willkommen!

mit mir, Adina Hermes, ich studiere Biologie an der Uni Bern,

und mir, Bernhard Neuenschwander. Ich bin reformierter Pfarrer und Doktor der Theologie. Mystik ist mein Lebensthema - in der Meditation, im Studium und in der praktischen Arbeit mit Menschen.

In dieser Folge unseres Podcasts geht es um den Zwiespalt von Geborgenheit und Freiheit. Auch wenn beides zum Menschen gehört - sie bleiben oft Gegensätze, die sich nicht recht verbinden lassen. Die Flucht in eine Sucht ist da verlockend.

Die Rückkehr in die traditionellen Religionen ist keine Option. Ist die Verdichtung der Spiritualität auf die Mystik bedingungsloser Präsenz eine Lösung? Bin ich ganz im Hier und Jetzt, bin ich ebenso geborgen wie frei - und ganz realistisch da.

Geborgenheit und Freiheit als Einheit - ein schöner Gedanke. Aber ist er auch umsetzbar? Oder bloss ein frommer Wunsch? Jedenfalls eine kritische Überprüfung wert!

Einstieg

Mir kommt es so vor, dass mir das Thema Sucht und Abhängigkeit einerseits und Freiheit und Eigenständigkeit andererseits ständig und überall begegnet. Manchmal ist die Grenze zwischen Freiheit und Sucht gar nicht so einfach zu erkennen. Aber sag du mal, was dein Bezug zu diesem Thema ist!

Freiheit ist für mich super wichtig. Bin ich in meiner Kraft, kann ich viel Sinnvolles bewirken. Frei zu sein und meine Freiheit leben zu können, macht mich glücklich. Aber ich brauche auch Geborgenheit, Sicherheit und ein gutes Zuhause. Dieses Bedürfnis nach Geborgenheit ist noch keine Sucht, aber ich verstehe, dass fehlende Geborgenheit in Sucht umschlagen kann.

Du meinst also, dass Sucht für dich selber nicht so ein Thema ist?

Als ich jünger war, habe ich mein Bedürfnis nach Geborgenheit viel zu sehr durch die Nähe zu Frauen, also in der Beziehung zu Frauen, zu befriedigen versucht. Mit dem Älterwerden und mehr Abnabelung von meiner Mutter denke ich selbstkritisch, dass dies zuweilen etwas Suchtartiges gehabt hat und dass ich zu meiner Freiheit zu wenig Sorge getragen habe. Im Übrigen bin ich jedoch nicht sehr suchtgefährdet. Heute suche ich die Geborgenheit nicht anstelle, sondern in der Freiheit. Wie begegnet dir denn das Thema?

Ich habe mich selbst schon dabei entdeckt, dass ich mich in Beziehungen flüchten möchte. Ich liebe das Gefühl von Freiheit. Manchmal ist aber das Freiheitsgefühl nicht im Vordergrund, etwa, wenn ich mich überfordert fühle. Dann ist es verlockend, mich zu einem anderen Menschen zu flüchten. Das gibt Geborgenheit, ist toll und manchmal auch wichtig - aber nur solange ich auch gut alleine sein kann und das Gefühl der Freiheit Platz hat! Sonst würde ich in Abhängigkeit abrutschen und anfangen, mich selbst aufzugeben.

Das verstehe ich gut. Es ist nicht so leicht, einem anderen Menschen nahe zu sein und dabei gleichwohl sich selbst zu bleiben. Nähe kann rasch in Verschmelzung und Ko-Dependenz kippen. Der Moment der Verschmelzung und eine symbiotische Beziehung mag zwar einen Moment lang schön sein. Aber sie wird auch bald langweilig und unbefriedigend, weil eben die Freiheit und mit ihr die Dynamik zur Entwicklung verloren gehen. Und dann bleibt nur noch die Flucht bzw. die Trennung.

Flucht vor der Freiheit

Naja, vor der Trennung bleibt auch noch die Suche aus der Abhängigkeit heraus. Aber auch wenn dies als gemeinsamer Prozess geschieht, findet doch ein Abschied von der früheren Nähe statt. Das kann ganz schön schwierig sein. Es ist so einfach, mit einem anderen Menschen zu verschmelzen, sich dabei wohlfühlen und der Realität ein Stück weit zu entfliehen. Es kann eine Sucht werden, sich selbst aufzugeben und in einer Symbiose zu leben.

Der französische Philosoph *Jean-Paul Sartre* hat gesagt, dass der Mensch zum Freisein verurteilt sei. Als Mensch sei ich ungefragt in die Welt geworfen und dazu verurteilt,

mit meiner Freiheit klarzukommen. Das sei meine Verantwortung. So ganz unrecht hat er wohl nicht. Freiheit kann auch zur Überforderung werden, Stress verursachen, und dann steigt das Suchtrisiko.

Dann ist die Sucht also eigentlich eine Flucht, um abschalten und herunterfahren zu können. Vielleicht einfach, weil die Anforderungen des Lebens zu schwer scheinen oder (noch) kein passender Umgang damit gefunden ist.

Ich kenne eine Person, die in eine Alkoholsucht flüchtet, weil sie mit ihrer Lebenssituation einfach nicht klarkommt. So kann sie irgendwie durchhalten, der schwierigen Realität entfliehen und wenigstens für kurze Zeit ausschalten.

Oder ich denke an Studierende, welche Schlaf- und Aufputzmittel brauchen, um mit dem Stress des Studiums klarzukommen.

Die verlorene Natürlichkeit

Irgendwie ist es schon seltsam: Die Sonne geht auf und unter, und ich erlebe einen zuverlässigen Rhythmus von Tag und Nacht. Zeiten der Wachheit und Aktivität und Zeiten des Schlafens und Entspannens sind völlig natürlich. Aber irgendwie scheint es mit dieser Natürlichkeit kompliziert geworden zu sein: Wir brauchen Pillen, um herunterzufahren und Geborgenheit zu finden, und wir brauchen Pillen, um wieder hochzukommen und unsere Freiheit zu leben.

Ich glaube, viele Menschen haben sich stark von der Natur entfremdet. Der natürliche Rhythmus ist unter den gesellschaftlichen Belastungen nicht mehr so leicht zu spüren, und man entfremdet sich immer mehr von der natürlichen Umgebung sowie den Gefühlen und Bedürfnissen des Körpers. Dadurch wird es auch immer schwieriger, dem psychischen Druck standzuhalten und einen geeigneten und hilfreichen Umgang damit zu finden.

Ich kenne das von mir selber, normalerweise versuche ich täglich in die Natur zu kommen, einfach um durchzuatmen und mich frei zu fühlen. Es gibt aber auch Tage, an denen so viel los ist, dass ich nicht raus und in die Ruhe komme. Dadurch aber kann ich das tägliche Geschehen viel weniger verarbeiten, und ich gerate schnell in einen Teufelskreis.

Sucht nach Kontrolle

Die Integration in die Gesetzmässigkeiten der Natur ist offenbar nicht so einfach. Anstatt in den Rhythmen der Natur und deren Auf und Ab eine Art Geborgenheit zu finden, wollen wir das Gefühl haben, wir können unser Leben kontrollieren. Das gibt die Illusion von Freiheit. Aber dieser Kontrollzwang kann ja eben auch in Unfreiheit und Sucht umschlagen.

Ja, ich kenne den Kontrollzwang. Aber wenn ich es mir so überlege, finde ich es eher beruhigend in der Natur zu sein. Gerade eben, weil da nicht alles kontrollierbar ist. Das gibt mir Freiheit, Unordnung anzunehmen und offen für Veränderung zu sein. Aber ja, oft ist es eine grosse Herausforderung.

Durch Kontrolle versuchen viele Menschen, andere Themen zu verdrängen. Ich denke beispielsweise an Essstörungen. Besonders die Magersucht ist der Versuch,

Probleme durch Kontrolle zu bewältigen. Durch Ungleichgewichte im Leben entsteht Überforderung. Die Kontrolle der eigenen Körperform und -funktion scheint die Lösung. Es ist eine Flucht vor den Herausforderungen des Lebens, die Flucht in eine Sucht. Ich habe selber Freundschaften mit Menschen, die unter Essstörungen leiden. Es ist beeindruckend und traurig zu sehen, wie die Sucht nach Kontrolle die komplette Oberhand übernimmt, um anderes zu vergessen und sich möglichst nicht damit auseinandersetzen zu müssen. Bis der Körper nicht mehr überlebensfähig ist. Oder bis durch Einsicht ein neuer Umgang und die Befreiung vom Kontrollzwang erfolgen kann.

Ich verstehe ja schon, dass sich eine grosse Kontrollmeinung gut anfühlt. Wenn ich der Meinung bin, ich hätte mein Leben im Griff, fühlt sich das gut an. Nur eben: Die Natur kann ich nicht im Griff haben. Wohlbefinden entsteht doch erst, wenn ich mich in die Natur integriere!

Sucht, um Leid zu ertragen

Ja, voll. Aber das wird schwierig, wenn das Gefühl entsteht, dass die Natur zuschlägt. Dabei denke ich an schwerwiegende Veränderungen im Leben, beispielsweise wenn eine geliebte Person schwer erkrankt, und es so scheint, als gäbe es keinen Ausweg aus der Situation und kein Licht in der Dunkelheit. Diese Erlebnisse sind schlimm, und wer sie nicht selbst erlebt hat, kann sie sich kaum vorstellen. Aber die Flucht daraus und in eine Sucht hinein löst das Problem nicht. Der Moment des Vergessens kann verlockend sein, aber es ist nie eine langfristige Lösung.

Das ist ein schwieriges Thema. Es gibt in dieser Welt Ereignisse, die nicht erklärbar sind - im Guten und im Schlechten. Es gibt freudige Überraschungen und glückliche Zufälle. Aber es kann auch sein, dass der Blitz einschlägt und von einem Augenblick auf den anderen alles anders ist. Die Eintrittswahrscheinlichkeit mag sich berechnen lassen - offen bleibt dennoch, weshalb und wozu er gerade dort und dann einschlägt. In der Kette von Ursache und Wirkung gibt es nicht nur Linearität, sondern auch Sprünge, Zufälle, Freiheiten. All die Theorien und Konzepte, die Schicksalsschläge erklären wollen, sind gar oft kaum mehr als hilflose Versuche, die Illusion von Kontrolle über das Unkontrollierbare aufrechtzuerhalten und den erlebten Horror erträglich zu machen.

Es ist so schwierig, einen Umgang mit dem Unerklärbaren zu finden. Einige Menschen flüchten sich in die Wirkung von Schmerzmitteln und die Betäubung der Gefühle.

Ich verstehe durchaus, wenn sich jemand in einer Horrorsituation in Betäubung oder Ablenkung flüchtet. Es kann einfach zu viel werden. Bereits das römische Motto "panem et circenses - Brot und Spiele" hatte dies vor Augen. Mit Konsum und Ablenkung ist vieles erträglich. Allerdings ist Spiel- und Konsumsucht ja auch nicht die Lösung.

Die Flucht in die Ablenkung gibt es zweifellos. Ich selber bin schon in digitale Süchte geflüchtet. Manchmal habe ich unkontrolliert vor dem Handy gesessen, habe meinen Kopf mit Nonsense gefüllt, unfähig, dann aufzuhören, wenn ich es wollte. Inzwischen mache ich das nicht mehr, weil ich verstanden habe, dass es überhaupt nichts bringt. Ich entscheide mich bewusst dagegen. Es gibt aber noch eine viel extremere digitale Sucht: die Spielsucht.

Da kann man in eine komplett andere Welt flüchten, ein anderes Leben leben. Dass dieses Leben nicht real ist, rückt in den Hintergrund. Ebenso verhält es sich mit der Konsumsucht.

Vorhin habe ich es schon angetönt: Ich finde die Erfahrung, dass Geborgenheit und Freiheit zusammenfallen in diesem Zusammenhang spannend. Eine solche Erfahrung meine ich, wenn ich von Mystik spreche.

Pausenmusik

Spirituelle Obdachlosigkeit

Wie meinst du das mit der "Mystik" in unserem Zusammenhang?

Nach meiner Wahrnehmung ist unsere postchristliche Zeit eine Zeit spiritueller Obdachlosigkeit. Im Mittelalter war die Erde eine Scheibe, und der gestirnte Himmel spannte sich über sie wie ein schützendes Dach. Unter diesem Dach gab es zwar auch Probleme, und die Chaosmächte mussten im Schach gehalten werden. Doch die Überzeugung, die schützende Hand Gottes sei da, gab eben auch Geborgenheit.

Ich finde es total schwierig, das nachzuvollziehen. Es ist mir völlig fremd. Und ausserdem ist diese Zeit endgültig vorbei. Meine Realität ist, dass die Erde als Planet ziellos um die Sonne dreht. Dabei gibt es keine schützende Hand Gottes.

Genau das meine ich mit spiritueller Obdachlosigkeit! Wir empfinden unsere Erde nicht mehr selbstverständlich als Haus, in welchem wir zuhause sind. Die französischen Philosophen *Gilles Deleuze* und *Felix Guattari* haben deshalb bereits in den 1980er Jahren die Metapher vom "Nomaden" gebraucht, um die Situation des heutigen Menschen zu charakterisieren. Sie hatten damals vor allem die gesteigerte Mobilität mit ihrem Willen zur Freiheit, Grenzüberschreitung und Nonkonformismus im Blick. Unterdessen ist das Bild noch aktueller geworden. Als digitale Nomaden sind wir ständig unterwegs, surfen auf unzähligen Plattformen, aber sind nirgends richtig zuhause. Hinzu kommen all die Menschen, die aus den unterschiedlichsten Gründen aus ihrer Heimat flüchten, ihr Zuhause verloren und kein neues gefunden haben. Spirituelle Obdachlosigkeit hat viele Gesichter. Sie mag sich zuweilen als Freiheit ausgeben - ungemütlich ist sie dennoch. Vor diesem Hintergrund ist die Rückkehr in eine traditionelle Religiosität vielleicht eine Verlockung, um wieder etwas Geborgenheit zu finden. Aber wirklich überzeugend ist sie nicht mehr.

Nein, ich finde die Rückkehr in die alten Religionen auch nicht überzeugend. Ich kann diese Sehnsucht zwar nicht verstehen, kann aber auch sagen, dass sie in der heutigen Zeit definitiv nicht mehr aktuell ist.

Was kann dann Mystik in dieser Situation leisten?

Mystik heisst für mich bedingungslose Präsenz. Ich weiss nicht, was der Moment ist, ich weiss nicht, weshalb er kommt und wozu er führt. Die Gegenwart ist für mich ein Geheimnis. Traditionelle Sprache nennt dieses Geheimnis "Gott". Offensichtlich haben sich

Menschen auch in früheren Zeiten und in allen Kulturen mit diesem Geheimnis beschäftigt. Erklärt wird mit dem Wort "Gott" nichts. Alles, was ich weiss, ist, dass diese mystische Präsenz in jeder Situation da ist und ebenso Geborgenheit wie Freiheit gibt.

Das finde ich interessant. Allerdings möchte ich andere Wörter als Gott und Religion verwenden, vermutlich weil diese negativ in meinem Kopf behaftet sind.

Etwas verstehe ich noch nicht: Warum ist denn bedingungslose Präsenz eine Hilfe in Schicksalsschlägen? Was hilft sie mir, wenn ich keinen Ausweg mehr aus einer Situation sehe? Wenn ich den Bezug zur Natur verloren habe und mich in Kontrollzwänge flüchte?

Ja, die Reduktion der Spiritualität auf bedingungslose Präsenz klingt etwas gar einfach und simpel. Weshalb sollte sie das grosse Wundermittel sein? Nun ja, weil der Weg in die Gegenwart ganz und gar nicht nur einfach und simpel ist. Es ist ja nicht damit getan, dass ich diesen Weg einfach mal kapiere, und dann ist alles klar. Ich muss ihn immer wieder neu gehen - in jeder Lebenslage wieder. Zuweilen ist genau das super schwierig.

Aber irgendwie kann ich das noch nicht konkret fassen. Ich verstehe, dass es schwierig ist, den Weg zu gehen. Dazu muss ich mich mit meinen Schwierigkeiten und Gefühlen konfrontieren, das kann schmerzhaft, traurig und überfordernd sein. Dabei kann ich mich fragen, warum ich diesen Weg überhaupt gehen sollte.

Weil die Erfahrung bedingungsloser Präsenz eine Sinnerfahrung ist. Sinnfragen stellen sich, wenn ich Mühe habe, wirklich da zu sein, wenn ich von starken Gefühlen überschwemmt bin, wenn ich zweifle und mit dem Schicksal hadere. Die Lösung besteht in solchen Situationen eben nicht darin, eine theoretische Antwort zu finden. Jede solche Antwort kann erneut in Zweifel gezogen und von anderen Gefühlen und Gedanken überschwemmt werden. Finde ich hingegen den Weg, in der konkreten Lebenssituation bedingungslos da zu sein, löst sich die Sinnfrage auf. Der Moment ist sinnerfüllt, ohne dass ich wissen muss, warum und wozu ist, was ist.

Also muss ich akzeptieren?

Ich finde eine Präsenzerfahrung ist noch keine Geborgenheit.

Ich finde schon. Bin ich mit tausend Dingen beschäftigt und nicht im Moment, kann mein Zuhause noch so gemütlich sein - zuhause fühle ich mich nicht. Nach Hause komme ich erst, wenn ich die Dinge sein lasse, den Moment spüre und merke, dass ich heim komme. Wenn immer ich ganz bei der Sache bin, fühle ich mich wohl und aufgehoben - nicht nur in meinem gewohnten Wohnraum. Präsenz schafft das Zuhause. Ein Zuhause, das ich bei allem Unterwegssein ständig dabei habe und sich mega gut anfühlt. Und erst noch völlig mühelos gegenwärtig ist, ohne mein Zutun, ohne jede Konstruktion, ohne meinen Aufwand - eben bedingungslos, oder in christlicher Sprache formuliert: aus reiner Gnade.

Aber ist freie Geborgenheit einfach da? Kann ich geborgene Freiheit einfach so ohne Aufwand erleben?!

Ich finde das eine total schöne Vorstellung! Ein Zuhause in sich selbst zu erleben klingt wie ein Traum. Geborgenheit zu verspüren ist ein so schönes Gefühl und so wichtig. Aber richtig fassbar ist es für mich trotzdem noch nicht.

Lasse ich mich auf diese bedingungslose Präsenz ein, ist die Sache völlig klar. Aber ja: Dies setzt natürlich voraus, dass ich mich nicht von einem getakteten Alltag dominieren lasse, dass ich nicht ständig schon beim Nächsten bin und dass ich nicht den Moment verpasse. Und das verlangt Übung und mentale Disziplin. Doch auf diese Weise kann ich traditionelle Religionen nutzen, ohne mich in sie verlieren zu müssen. Ich lebe in spiritueller Obdachlosigkeit, aber erlebe eine bedingungslose Geborgenheit, in der ich frei bin. Genau das ist für mich eine mega Ressource, um Glück und Unglück, Überraschungen und Schicksalsschläge anzunehmen und mich am Moment zu freuen.

Im Moment sein gibt also Geborgenheit. Es ist aber kein Rückzug in eine traditionelle oder esoterische Geborgenheit, nicht das Verstecken in einer Bubble, sondern etwas ganz Eigenes, eben etwas Freies. Dies kann im Alltag erlebt werden. Wir sind total in der Realität, ganz im Hier und Jetzt, und nehmen voll wahr, was ist.

Ich kann verstehen, dass dies eine Art Geborgenheit in der Freiheit gibt. Wenn ich etwa nach einem langen, anstrengenden und verkopften Tag am Abend spazieren gehe, den Kopf auslüfte und mich von allem Druck befreie, fühle ich mich frei und selbstbestimmt. Das gibt mir ein gutes Gefühl und Kraft. Ich fühle mich geborgen und gut aufgehoben. Das kann in Belastungssituationen und Schicksalsschlägen helfen, um nicht in eine Sucht abzurutschen.

Pausenmusik

Ist also die Mystik bzw. die bedingungslose Präsenz ein Wundermittel? Die unmittelbare Präsenz kann zwar ohne Mühe erlebt werden, das zu verstehen und bewusst zu realisieren, erfordert jedoch eine gewaltige Auseinandersetzung mit dem Thema.

Mir gefällt der Gedanke, dass "Leben im Moment" das Suchtrisiko vermindert. Die Wahrnehmung der Realität und deren Verarbeitung, indem ich versuche, im Moment zu sein, ist ein guter erster Schritt, um aus einer Sucht herauszufinden oder zu verhindern, in eine hineinrutschen. Und wenn jemand sogar fähig ist, Geborgenheit im Moment zu finden, ist die Flucht in eine Sucht unnötig. Das wäre sicher auch für unsere Gesellschaft gut.

Die spirituelle Obdachlosigkeit unserer postchristlichen Zeit hat einen grossen Spiritualitätsmarkt freigesetzt, der mit unzähligen Angeboten auf eine offensichtlich bestehende Nachfrage zu antworten versucht. Insofern frage ich mich schon, ob es nicht auch eine Sucht nach Sinn gibt, um die Absurditäten und Verrücktheiten des Lebens erträglich zu machen. Die Flucht in Drogen oder eine substanzunabhängige, klassische Sucht ist da vielleicht eher eine harmlose Form von Sucht, solange sie individualisiert bleibt. Weniger harmlos finde ich, wenn spirituelle Obdachlosigkeit zu Frust über die verlorene Geborgenheit in dieser Welt führt. Denn dieser Frust kann leicht in Wut und Empörung umschlagen, Massen mobilisieren und sich gegen alle und alles richten, was nicht den eigenen Massstäben entspricht.

Ja, das ist beängstigend. So können erschreckende Massenbewegungen entstehen. Das Risiko von Fanatismus und Fundamentalismus wächst. Die Hemmung, extremistische Positionen einzunehmen und Gewalt auszuüben, geht verloren.

Das passiert besonders leicht, wenn Gruppen von Menschen Bubbles bilden und keinen Blick nach aussen mehr haben - also wenn eine Gruppe von Menschen meint, gegen den Rest der Welt kämpfen zu müssen.

Spirituelle Obdachlosigkeit und das Defizit von Sinnerfahrung fördert die Bereitschaft, sich einem Führer oder einer Führerin anzuschliessen, der oder die weiss, wo es lang geht. Populistische Bewegungen waren und sind heute wieder eine Versuchung. In der postmodernen Verlorenheit stiftet eine populistische Figur Orientierung, Sinn und Geborgenheit. Es ist klar, wofür und wogegen ich kämpfe. Und um das Wohlfühl meiner eigenen Bubble zu verteidigen, kann der Schritt zur Anwendung von Gewalt auf einmal erschreckend kurz sein. Die Freiheit bleibt dann allerdings zugunsten eines ideologisch vereinnahmten, vermeintlich höheren Guts auf der Strecke. Es erstaunt mich deshalb nicht, wenn die westlichen, liberalen und pluralistischen Demokratien nicht nur von aussen durch autoritäre Regimes, sondern auch von innen unter Druck geraten sind.

Ja, die Freiheit bleibt so auf der Strecke. Aber die Menschen, welche Geborgenheit in einer Führerpersönlichkeit suchen, merken vielleicht gar nicht, dass sie ihre Freiheit verlieren.

Die Sehnsucht nach Geborgenheit ist heute offenbar gross und die Frustration der Menschen klein. Das sind Probleme, die dringend ernst genommen werden müssen!

Ob die Mystik bedingungsloser Präsenz da eine überzeugende Antwort und Lösung ist? Ich finde es schwierig, das zu beurteilen. Wir sprechen von Problemen auf unserer Welt, die mein Wissen überschreiten - egal wie sehr ich mich mit ihnen auseinandersetze. Dennoch kann ich meinen Teil dazu beitragen, selbst frei im Moment zu sein und andere zu motivieren, dies ebenfalls zu tun. Ich finde den Gedanken, dass du in bedingungsloser Präsenz frei sein und Geborgenheit erleben kannst, total schön. Ich denke, diese Idee ist ein schöner Ansatz und zumindest Teil einer überzeugenden Antwort.

Schluss

Schaue ich auf unser Gespräch zurück, merke ich, dass wir bei schwierigen Themen gelandet sind. Die Sehnsucht nach Geborgenheit und die Sehnsucht nach Freiheit sind zwar beide ganz menschlich, aber sie lassen sich offenbar nicht immer so ohne weiteres unter einen Hut bringen. Wird die Freiheit zu viel, kann ich mich in Süchte flüchten.

Die Rhythmen der Natur würden eigentlich beides geben, Geborgenheit und Freiheit. Aber die gesellschaftlichen Belastungen entfremden uns von ihnen. Das Hochfahren unserer Kontrolle hilft da auch nicht wirklich weiter. Es gibt Zufälle und Schicksalsschläge, die sich jeder Kontrolle entziehen.

Hinzu kommt, dass unsere postchristliche Zeit zu einer spirituellen Obdachlosigkeit geführt hat. Der Rückzug in die alten Religionen überzeugt nicht mehr. Die Verdichtung der Spiritualität auf die Mystik bedingungsloser Präsenz könnte ein Weg sein. Er führt dazu, dass ich Geborgenheit und Freiheit als zwei Seiten derselben Medaille erfahre. Bin ich ganz im Hier und Jetzt, bin ich zugleich geborgen und frei - ganz realistisch bei dem, was ist.

Das klingt zwar einfach, aber verlangt eben auch viel Übung und Disziplin. Ob das tatsächlich die Lösung ist? Klar ist, dass heute die Sehnsucht nach Geborgenheit gross und die Frustration klein ist. Fallen Geborgenheit und Freiheit auseinander, ist der Schritt zu einem Suchtverhalten, aber auch zu Gewalt auf einmal erschreckend kurz. Vielleicht wäre deshalb eine Besinnung auf die Mystik bedingungsloser Präsenz ein Versuch wert. Aus persönlichen und politischen Gründen.

Dieses Gespräch kann als pdf heruntergeladen werden unter www.ritualart.ch.

Entstanden ist dieser Podcast in Zusammenarbeit mit der reformierten Kirche Wabern. Danke für die Unterstützung.

“Mystik heute” geht weiter.

Freut euch auf die nächste Folge!