

# Ostern – Himmelfahrt – Pfingsten

Von alten heiligen Texten, Wahrnehmungs-Problemen und einer modernen Spiritualität

## Inspirationen zu Himmelfahrt und Pfingsten 1

**Ostern – Himmelfahrt – Pfingsten - oh du meine Güte, 3 solche Brocken!?** Ostern o.k., aber Himmelfahrt und Pfingsten – wer kann damit noch was anfangen? Abgesehen davon, dass sie als Feiertage beliebt sind – wie viele Menschen interessieren sich heute noch für diese Feste, was ihre spirituellen Botschaft betrifft? Der moderne Mensch sucht ganz woanders nach spiritueller Kost oder Inspiration für ein erfülltes Leben. Viele *gehen* heute lieber ins Yoga als in die Kirche; und *praktizieren* lieber Achtsamkeit und Meditation statt „christlichen Glauben“.

Selbst viele, die christlich aufgewachsen, sozialisiert sind, und ja, Menschen, die vielleicht noch heute „nichts gegen Jesus und seine Botschaft haben“, obwohl sie sich von der Kirche doch entfremdet haben, – viele lesen lieber Eckhart Tolle oder andere zeitgenössische spirituelle Literatur, als einen Blick in die Bibel zu werfen.

Mir ging es ja viele viele Jahre nicht anders, obwohl die Bibel über viele Jahre mein tägliches Brot war. Doch nach einem langen „wunderbaren Umweg“, taste ich mich wieder heran und komme manchmal aus dem Staunen nicht heraus, was ich hier alles an Schätzen finden kann, in der frohen Botschaft Jesu im Lukas-Evangelium; aber dann geht es ja noch weiter. Im Neuen Testament kommt dann zuerst noch das wunderbare Johannes-Evangelium, aber dann geht es sozusagen weiter mit Lukas, der – soweit heute bekannt – auch die so genannte Apostelgeschichte geschrieben hat: Dort schließt Lukas direkt an an das Ende seines Evangeliums, zum Wirken seiner Schüler, den Aposteln, den Gesandten und Zeugen. Der Begriff Zeugen klingt vielleicht für uns heute seltsam, aber gemeint ist einfach: Sie haben eine **authentische Erfahrung** gemacht. Auf die kommt es an.

### Erfahrung > Bücher

Die eigene Erfahrung ist Kraft und Motivation unserer eigenen Botschaft und Wirkens. So schon bei den ersten Schüler:innen und „Zeugen“ Jesu: Nach einigen Jahren in enger Gemeinschaft mit ihrem Meister Jesus von Nazareth, geht es jetzt darum, ihre ganz eigenen Erfahrungen zu machen und zu bezeugen.

Ich betone das deshalb, weil es nichts bringt, nur in Büchern zu lesen. Wir brauchen eigene authentische Erfahrung – für unsere Spiritualität, für unsere „Lebenskunst“. Und es lohnt sich nach den eigenen Wurzeln zu fragen.

Thich Nhat Hanh war ein kleiner buddhistischer Mönch aus Vietnam und ein großer Achtsamkeitslehrer des Westens – verbannt aus seiner Heimat während des Vietnam-Krieges, weil er sich um Aussöhnung und Frieden mit dem „Feind“ und Aggressor USA bemühte. Jahrzehnte war er im Exil, viele Jahre in Frankreich, er widmet sich auch der christlichen Tradition und der Botschaft Jesu und er schreibt: Bist du fest in deiner eigenen spirituellen Tradition verwurzelt, so fällt es dir leichter, eine andere Tradition zu verstehen. Jesus und Buddha 140

Auch der wortgewaltige und streitbare Religionspädagoge Fulbert Steffensky schreibt ähnlich ermutigend, sich der eigenen „Tradition“ wieder zu widmen, weil in ihr ein großer spiritueller Schatzes liegt, ein wunderbarer Garten [Schwarzbrot-Spiritualität 23]: Komisch aber wirkt man, wenn man nur in den Vorgärten der Fremden grast und der eigenen Tradition nichts zutraut.

Wenn du das hier liest, und eine spirituelle Sehnsucht spürst – wenn du vielleicht meditierst, frag dich mal, was du hier eigentlich suchst mit Achtsamkeit, Meditation, Stille und in den spirituellen Büchern, ja vielleicht auch im Evangelium und bei Jesus?

Bei Jon Kabat-Zinn hab ich gerade erst wieder gelesen: Es ist praktisch unmöglich und außerdem sinnlos, sich täglich der Meditation zu widmen, ohne sich klarzumachen, warum man meditiert, welchen Wert dies im Leben haben könnte, ohne eine Vorstellung davon, warum Meditation *Ihr* Weg sein könnte, und nicht nur ein Kampf mit imaginären Windmühlen. Im Alltag Ruhe finden<sup>1</sup>78

Jon weist darauf hin, dass das natürlich eingebettet in eine buddhistische Kultur oder gar als Mönch oder Nonne in einem Kloster etwas ganz was anderes ist. Aber hier bei uns, in unserer Zeit? Und warum haben die Menschen aller Zeiten ihre Formen von Gebet entwickelt? Was bewegt uns Menschen hier? Irgendwie muss es doch um unser Leben gehen, oder?

Und warum haben Menschen 400 Jahre nach Buddhas Tod seine Lehren aufgeschrieben? Und warum suchen Menschen heute darin noch Inspiration, 2400 Jahre später? Und das gleiche mit Jesus: Warum die „Heilige Schrift“? Warum heute noch Geschichten über Jesus und seine Schüler\*innen?

Ich habe schon vor über 30 Jahren in diesem Jesus und seiner Botschaft Orientierung für mein Leben gefunden. Aber Spiritualität ist mehr als nur philosophisches Nachdenken. Denken und Gedanken sind schön und gut, aber es geht um viel mehr, denn wir SIND viel mehr als unser Denken – ob in der Achtsamkeit, Meditation oder bei Eckhart Tolle oder Anthony de Mello: Es geht um Achtsamkeit, Aufmerksamkeit, Bewusstheit.

---

1 München, Erweiterte Taschenbuch-Neuausgabe 2015

Warum? Weil Bewusstsein – wir können es auch Achtsamkeit nennen, Geistesgegenwart, Pure Präsenz (R.Rohr) – Bewusstsein alles umfasst, auch unser Denken. Und es ist unser Zugang zum großen Ganzen, das wir Gott oder göttlich nennen (können), weil es die Gegenwart selbst ist (Mose am brennenden Dornbusch, dem der Name Gottes geoffenbart wird: Jahweh=Ich bin der Ich bin). Erstaunlicherweise braucht die buddhistische Tradition dafür keinen Gottesbegriff. So unterschiedlich sind die Zugänge, die uns in dieser geheimnisvollen bunten Welt der Menschen gegeben sind. Wir werden dieses Geheimnis nur dann wirklich berühren, wenn wir uns nicht auf einen religiös-spirituellen Wettkampf verstricken (lassen), sondern einfach staunen, staunen, staunen, was uns Menschen an Geheimnis umgibt. Und natürlich gibt es noch viele viele andere Zugänge, vielleicht welche, die dir noch näher sind. Sich auf den Weg zu machen, die Verbindung zum Großen Ganzen wieder zu spüren, kennt viele Möglichkeiten, gerade heute. Wo zieht es dich hin?

## Jesus und Buddha – zwei Brüder, zwei Geschwister

Warum also schauen die Menschen noch heute in die Schriften Buddhas bzw. über Buddha – auch Buddha hat wohl selbst nichts niedergeschrieben (wohl aus gutem Grund), wie Jesus auch nicht; beide wussten sicher um die Gefahr von Buchstabengläubigkeit, nennen wir es ruhig „Fundamentalismus“ – Warum also noch heute sich mit Jesus und Buddha „beschäftigen“ (das klingt schon wieder so nach DENKEN...), sagen wir besser verbinden!? Im Buddhismus hören wir von der dreifachen „Zuflucht“ – Buddha, dharma, sangha. Und das entspricht der christlichen „Zuflucht“ zu Jesus, zur Heiligen Schrift und Tradition, sowie zur Gemeinschaft (der Kirche). Von den Anfängen dieser Gemeinschaft, die aus der Jesusbewegung heraus wächst, handelt die so genannte Apostelgeschichte.

Warum nehmen noch heute Menschen Zuflucht zu diesen Gestalten Buddha und Jesus?

Weil in diesen Geschichten und überlieferten Worten **Erfahrung** verdichtet ist. Authentische Erfahrung der beiden Meister und – nicht weniger wichtig – authentische Erfahrung ihrer Schüler\*innen. Das alles geht nur aus einem Grund: Beide Meister und ihre Wahrheit, ihre Erfahrungen, ihre Gegenwart sind noch immer **lebendig**! Ja, es ist nicht nur bei Jesus so, dass Menschen glauben, er sei noch immer lebendig und „gegenwärtig“. Thich Nhat Hanh sagt das Gleiche auch über Buddha: Was würde uns denn ein toter Buddha interessieren?

Jesus und der Buddha sind keine bloßen Ideen; sie sind in uns und in unserer Umgebung lebendig. Wir können täglich mit ihnen in Berührung kommen. ThNH, Jesus & Buddha 158

Wir müssen dem Buddha und Jesus die Gelegenheit geben, sich in jedem Augenblick in uns zu treffen. Denn wir alle haben es nötig, in unserem täglichen Leben den Geist

des Buddha und den Geist Jesu zu berühren; sie müssen in uns manifest werden. **Für uns alle sind ihre Energien so entscheidend, damit wir unsere Angst, unsere Verzweiflung und unseren Kummer umarmen und überwinden können.** ThNH, Jesus und Buddha 157

Ich bin in der Vertiefung der Texte im Lukas-Evangelium und in der so genannten Apostelgeschichte auf diesen Lukas gestoßen und je mehr ich in seine Geschichten eintauche, desto mehr beginne ich sein Werk zu lieben, es hat uns so viele wunderbare Geschichten hinterlassen (Jesu Geburt, Zachäus, der barmherzige Samariter, der Vater und die beiden Söhne bzw. „der verlorene Sohn“...), die wir alle schon mal gehört haben, aber deren Kraft und Lebendigkeit uns vielleicht abhanden gekommen ist. Ich habe zuletzt folgende Worte eines wissenschaftlichen Theologen über Lukas und seine Schriften gefunden:

Jesus hat in Gleichnissen gesprochen, wenn er von Gott und seinem Reich, [...] von Tod und kommendem Leben sprach. Er hat seinen Hörern nie eindeutige, direkte Sätze geliefert, die sie einfach hätten annehmen, für wahr halten und nach Hause tragen, [also ‚bewältigen‘, oder ich: in Besitz nehmen] können. Eduard Schweizer, Das Evangelium nach Lukas 253

Lukas hat bei Jesus gelernt, dass man von Gott letztlich nur recht reden kann in der Form der Erzählung [...] Bei Lukas ist das Wort wirklich Fleisch geworden, Gott wirklich Mensch geworden. Schweizer 255

Die Gleichnisse Jesu reden nur dann, wenn der Leser sie „von innen her“ verstehen lernt, d.h. wenn er so von ihnen bewegt und mitgenommen wird, dass er gewissermaßen in ihnen lebt. Dann geht ihm ihre Wahrheit auf [...]. Genau dasselbe wiederholt sich, wenn Lukas nicht einfach Lehren über Christus und sein Heil vermitteln, sondern eine Fülle von Geschichten erzählt. Auch sie entfalten sich nur dem, der anfängt, in ihnen zu leben, sich von ihnen mitnehmen zu lassen. Schweizer 254

Das ist die Reise, in die ich Menschen gerne mitnehmen möchte. Hinein in die Geschichten. Nicht mit der Frage, was damals wirklich geschah, sondern mit der Neugierde, was *heute* mit *uns* passiert?

→ *Lies mal, wenn du eine Bibel zuhause hast, im „Neuen Testament“ beim Evangelium nach Lukas 24, 50-53 – die Stelle zur so genannten „Himmelfahrt“*

Für mich ist in dieser „Reise“ von Ostern über Himmelfahrt nach Pfingsten eine Richtung zu sehen, vielleicht findest du Orientierung darin; auf der Ebene der Erzählung sehen wir folgende Linien:

Von den Jünger\*innen, die bei Jesu Gefangennahme im Garten Getsemane und der anschließenden Hinrichtung *davonlaufen*, zu denen, die sich *zeigen* und *ihren Mund auf tun*, auch wenn sie dafür ausgepeitscht und ins Gefängnis gesteckt werden.

Von den Jüngern, die seine Auferstehung *kaum glauben* können, zu solchen, die *erfüllt werden von einer Kraft*, die hier „heiliger Geist“ heißt, die "größere Dinge tun werden als er", wie Jesus selbst angekündigt hatte.

Von Jüngern, die ihren Meister anhimmeln, die vor Jesus bei seiner so genannten Himmelfahrt auf die Knie fallen und ihn anbeten, zu denen, die sich ins Gebet zurückziehen und sich hinstellen, um zum Volk zu sprechen, die selbst Kranke heilen und andere wundersame Dinge vollbringen.

Das klingt vielleicht im ersten Moment sehr altmodisch-fromm, aber wir können sehen, dass wir uns hier auch als moderne Menschen wiederfinden können, die die Impulse zeitgenössischer Spiritualität schätzen und vielleicht der eigenen Tradition eigentlich nicht mehr so viel zu[ge]traut hätten.

Versuchen wir es mal so zu übersetzen:

~ Dem Boden nahe, uns tief verneigen können, weil wir wissen, dass wir nur ein winziger Teil eines viel größeren Ganzen sind, uns in dieser Geste, in dieser Haltung des Niederknien „ent-lassen“ in das Geheimnis des Lebens...

~ in der Stille verharren können; Stille, die allein dieses Geheimnis erfassen und zum Ausdruck bringen kann,

~ so können und werden wir uns schließlich auch aufrichten zu unserer eigenen vollen Größe.

Vor allem die Geschichte nach Pfingsten wird zeigen (zu lesen in der so genannten Apostelgeschichte), wie radikal sich diese Menschen verändern, weil sie in der Stille, im „Verharren“ einmütig im Gebet diese Kraft empfangen, aus der sie selbst leben und handeln können.

Furchtlosigkeit, Freude und Lauterkeit (Einfachheit) strahlen sie nun aus und sie leben einen Traum gemeinschaftlichen Lebens im Gebet, in der Meditation könnten wir sagen, und im kraftvollen Handeln.

In der Fülle entfalteteten und befreiten Lebens und zugleich in Solidarität, Besitzlosigkeit und im Dienst an den Menschen.

## Zurück nach Emmaus und Ostern

Gehen wir nochmal einen Schritt zurück in dieser Geschichte. Knüpfen wir bei Ostern an. Auch diese so genannte „Emmaus“-Geschichte erzählt ja (nur) Lukas: Die namenlosen Jünger, die kurz nach der Hinrichtung ihres Meisters auf dem Weg heraus aus Jerusalem in ein Dorf namens Emmaus in ihrer Trauer auf diesen geheimnisvollen Wanderer treffen, der nichts zu wissen scheint, wovon die ganze Stadt in Aufruhr war: die Hinrichtung eines Mannes, der so viele Herzen berührt, Menschen geheilt und wundersame Dinge vollbracht hatte. Und dann noch das Gerücht, er wäre von den Toten auferstanden. Es stellte sich heraus,

dass er zwar **nichts wusste**

(er fragt sie, worüber sie denn so aufgeregt sprechen würden)

aber dass er **verstand** (viel tiefer verstand),

**warum das alles gemäß den alten Schriften so geschehen „musste“**

Was für eine Freude und was für ein Friede, wenn wir jemanden finden, der **so tief schauen** kann, dass alles irgendwie Sinn macht, dass sich alle Angst und Kummer auflösen, dass die Zeit, die Welt und das Leben wie aufgehoben ist: Wir hören auf, uns Probleme zu machen, die mit Vergangenheit oder Zukunft zu tun haben und tauchen ein in die Wirklichkeit von Hier und Jetzt, wo allein Fülle und Frieden zu finden sind.

Und sie kehren zurück zu den Freunden in Jerusalem, erzählen von ihrer wundersamen Begegnung und auch dort erzählt man sich Geschichten und nun das:

## Wahrnehmungs-Probleme Lukas 24, 36-43

Wahrnehmung ist ein wichtiges und lohnendes Thema, wenn wir uns spirituell vertiefen wollen. Jeder, der einen MBSR Kurs macht oder sich auf andere Weise intensiver mit Achtsamkeit oder Meditation beschäftigt, wird auf das Thema Wahrnehmung stoßen.

Als die Emmausjünger also zurück bei ihren Freunden in Jerusalem sind, da tritt Jesus selbst noch einmal in die Schar seiner Freunde und sagt zu ihnen „Friede euch!“ - und sie wännen einen *Geist* zu schauen, heißt es Lk 24,37. Und Jesus ist verwundert: „Was seid ihr durcheinander und warum steigen Bedenken in euren Herzen auf?“ Und er muss ihnen Hände und Füße zeigen: „Ich bin es selbst! Betastet und seht: Ein Geist hat ja nicht Fleisch noch Bein, wie ihr an mir es schaut.“ Und er zeigt ihnen Hände und Füße, aber sie können es noch immer nicht glauben, wobei es heißt: „Noch waren sie ungläubig vor lauter Freude und staunten nur.“ Dann fragt er sie um etwas zu essen, um ihnen noch deutlicher zu zeigen, dass er es wirklich wirklich ist.

→ Wir können noch so oft sehen, und glauben es doch immer wieder nicht. So geht es uns doch auch im Alltag, schon mit viel banaleren Dingen als einen auferstandenen Meister zu sehen, der gerade erst hingerichtet und begraben worden war.

Sehen, spüren ... in der Meditation öffnen wir unsere Sinne, um uns ganz mit der Wirklichkeit zu verbinden, beim Sitzen, beim Gehen, in der Natur draußen. Das versucht Jesus bei seinen Freunden auch. Aber unsere Be-denken steigen auf. Sobald wir denken, machen wir Probleme, möchte man fast sagen. Nicht weil unser Denken selbst das Problem wäre. Nein, weil unser Denken unsere Wahrnehmung färbt und manchmal richtig gehend behindert.

Wir nehmen im Allgemeinen nur wahr, was wir kennen oder für möglich halten, was sich unser Geist zusammensetzen kann. Je einseitiger unsere Erfahrung ist, desto schwerer wird es, Neues wahrzunehmen. Deswegen wird der Anfängergeist so hoch gehalten und das unvoreingenommene Staunen von Kindern.

Vielleicht sind wir deswegen hier. Weil wir spüren, unter der Oberfläche unseres Alltags gibt es Dinge wahr-zu-nehmen, die uns unser Leben zurückbringen.

Um sie wieder sehen zu können, muss sich ein Schleier lüften. Es möchte etwas gehen, sich lösen, losgelassen werden. Gott, Buddha oder Jesus, das Göttliche *in* uns und weit *weit über uns hinaus* – es liegt so nahe und doch stehen wir uns oft selbst im Weg, gerade mit unserem Denken und Be-denken.

In diesen Geschichten tut **Jesus sein Bestes, um buchstäblich „wahrgenommen“ zu werden**, um die Barrieren des Denkens und der Be-Denken zu überwinden und unsere Herzen zu erreichen. Nicht, damit wir an ihn glauben, im Sinne folgsamer Gläubiger einer immer noch hierarchisch-herrschaftlichen Kirche. Sondern mehr, um die ursprüngliche, tief spirituelle und tief politische und alltagsnahe Botschaft vom Leben zu erfassen, mit unserem Herzen zu verstehen.

Dafür braucht es Stille. Denn alle Stimmen unseres Herzens sind eher ein Flüstern.

Kraft aus der Höhe: Lukas 24, 49-53

Jesus verspricht ihnen eine Kraft aus der Höhe. Dafür müssen sie aber „sitzen bleiben“. Jesus schickt sie wie auf einen Retreat in die Stille. Dort verharrten sie einmütig im Tempel heißt es dann später. Sitzen und meditieren oder in der Stille des Gebetes. Texte sind gut, Geschichten sind gut. Aber Stille ist besser.