

Spirituelle Liebe statt religiöser Einfalt

Vorbemerkung: Dieses Kapitel über die Liebe richtet sich in erster Linie an Menschen, für die Spiritualität (= die eigene Erfahrung vom „Höchsten“ „tief“ in einem selbst) etwas bedeutet. Niemand muss die hier angedeuteten Zusammenhänge glauben. Niemand soll sich „missioniert“ fühlen! Allerdings macht die Beschäftigung mit einer umfassenden Liebe durchaus auch ohne spirituelle Fokussierung Sinn. (Im Zusammenhang mit der Lebensrückschau bei Nahtoderfahrungen kommt häufig die „Standard-Frage“ vor, ob man sein Leben im Sinne der Liebe geführt hat.)

*Wo lässt sich Orientierung finden,
in diesen völlig verrückten Zeiten,
in denen Hass und Hetze,
Oberflächlichkeit und Einfalt,
immer bedrohlicher werden?
Zugegebenermaßen,
fällt es derzeit mehr als schwer,
zumindest im ersten Augenblick,
etwas Inspirierendes über die Liebe mitzuteilen,
ist sie zeitweise doch mehr als fern.*

»Liebe ist die Quelle menschlichen Lebens. Sie ist für den Menschen so wichtig, wie das Wasser für den Fisch. ... Sie tröstet, wenn man hilflos und verzweifelt ist, und sie tröstet, wenn man alt und einsam ist.« (,So einfach ist das Glück“, S. 23, 40, Dalai Lama, Herder 2014)

»Und wenn ich verzweifle, dann erinnere ich mich, dass durch alle Zeiten in der Geschichte der Menschheit die Wahrheit und die Liebe immer gewonnen haben. Es gab Tyrannen und Mörder und eine Zeit lang schienen sie unbesiegbar, doch am Ende scheiterten sie immer. Denke daran – immer.« (Mahatma Gandhi)

► **Sehr geehrter Herr Mahatma! Das muss jetzt schneller gehen!**

aus: „Mensch, vergeiß die Freiheit nicht!“

© Walter Krahe, Barweiler, 2.8.2024

Hear Yourself

»Was ist die Wahrheit dieses Moments?

Weisheit liegt nicht darin,

die Kostbarkeit von etwas zu erkennen, wenn es weg ist;

Weisheit ist,

die Kostbarkeit dessen zu realisieren, was wir gerade jetzt haben.

Und was haben wir in diesem Augenblick alle?

Die Möglichkeit,

das Wunder des Daseins zu erfahren.

Die Möglichkeit klar zu erkennen,

was in unserem Leben am wichtigsten ist.

Die Möglichkeit,

wirklich zu wissen, wer wir sind.

Die Möglichkeit,

uns vom Lärm abzuwenden und den Frieden in uns zu spüren.

Unser Herz klopft ständig an die Pforte des Verstands,

und erinnert uns an die Möglichkeit, eins zu sein mit allem,

was gut in uns ist.

... die wahre Liebe ist stets in unserem Inneren

... wir können uns dafür entscheiden, jeden Atemzug zu lieben.

... Wenn wir für das, was wir haben, dankbar sind,

beginnen wir aus der Liebe heraus zu leuchten.«

(„Hear yourself – Inneren Frieden finden in einer lauten Welt“, S. 298, 220, 231, 222, Prem Rawat, „Botschafter des Friedens“, spiritueller Lehrer, München 2022)

Es braucht manchmal wohl auch freudlose Ernsthaftigkeit, in aufgewühlten Zeiten immer wieder neu die Verbindung zu seiner tiefsten Quelle zu suchen und dadurch Kraft und Inspiration zu tanken für die täglich konstruktive Begegnung mit all den Herausforderungen.

aus: „Mensch, vergeiß die Freiheit nicht!“

© Walter Krahe, Barweiler, 2.8.20224

Als Buddha seine Erleuchtung erfuhr, wurde er gewahr, dass er eins mit allem war, und das schon immer. Seine eigenen Begrenztheiten hatten ihm bis dahin allerdings diese Erfahrung verwehrt.

„Eins mit allem“, welch grauenvolle Vorstellung für jedweden Vielfaltsverweigerer. Das geht ja nun wirklich gar nicht – oder doch?

♦ **Anmerkung zur Meditationspraxis:** Das kann für neumodisch geprägte Westler ein gehöriges Problem darstellen. Fünfzig Jahre Meditation und immer noch keine Buddha-Erleuchtung. Die wenigsten der Praktizierenden können mit High-End-Meditationserfahrungen aufwarten, ist eine derartige Fokussierung doch nicht im gesellschaftlich-kulturellen Durchschnittsbaukasten westlicher DNA zu finden. Na, klar geht es für manche auch viel schneller.

Allerdings ist die Hinwendung des Durchschnitts-Praktizierenden in keiner Hinsicht verloren. In ihren Meditationen nähern sie sich der Allwirklichkeit an und erfahren neben „Ödnis“ (so selbstkritisch sollte man schon sein) immer mal wieder auch Liebe und Dankbarkeit. Ihr Leben wird fast unbemerkt durch zunehmenden Abstand, inneren Halt und stärker werdender Positivität bereichert – unabhängig davon, was um sie herum geschieht. Die „Weisheit“ kommt also ganz unspektakulär auf leisen Sohlen.

Außerdem spielt nicht nur die Meditationsleistung eine prägende Rolle (das muss an dieser Stelle auch einmal Würdigung erfahren), sondern neben „**Ausrichten**“ (Meditieren) sind „**Umsetzen**“ (durch die Erfahrung inspirierte Aktivitäten im Alltag) und „**Teilen**“ (durch die Erfahrung inspirierte Kommunikation mit anderen) von entscheidender Bedeutung.

Die tiefe innere Erfahrung erhält hierdurch **sowohl Ausdrucks- als auch Hinwendungsmöglichkeit** im Leben eines jeden (= die innere Erfahrung erfährt sowohl ein Ventil „zum Rauslassen“, als auch einen Ansatzpunkt für die eigene Bemühung „zum Reinkommen“). Dafür braucht es kein Leben in einem Kloster bzw. in einem Ashram.

Jeder Mensch, der ernsthaft um spirituelles Wachstum bemüht ist, „misst“ sich irgendwann nicht mehr an der Abgehobenheit seiner

aus: „Mensch, vergeiß die Freiheit nicht!“

© Walter Krahe, Barweiler, 2.8.2024

Meditationserlebnisse, sondern an seiner Tiefe von Liebe und Mitgefühl, von Dankbarkeit und Vielsicht. Daher entstammen seine persönliche Kraft und seine Klarheit, sich in notwendige gesellschaftliche Prozesse aktiv und fruchtbar miteinzubringen.

Bei denen aber, die sich mit sensationellen Meditationserlebnissen rühmen und womöglich noch auf den Exklusivitätsanspruch ihrer Lehre und ihres Lehrers pochen, ist äußerste Vorsicht angebracht. Eine tiefe spirituelle Erfahrung und verbreitete spirituelle Egozentrik passen nicht zusammen. Ein Kennzeichen von Menschen mit tiefen spirituellen Erfahrungen (egal vor welchem Hintergrund) ist ihre elektrisierende Liebe und keine verklärten Unterweisungen.

Spiritualität ohne natürlich gelebte Liebe und Empathie ist schwer verdaulich und scheint unglaubwürdig zu sein. Entsprechende Wege und ihre Lehrer bedürfen der glasklaren Hinterfragung. Einen spirituellen Weg zu beschreiten, bedeutet auf keinen Fall, seinen Verstand an der Garderobe abgeben zu müssen.

Die Aufgabe eines seriösen Lehrers (einer seriösen Lehrerin) ist Inspiration und wohlwissende Wegbegleitung. Niemals aber würde er (sie) sich zwischen die Allwirklichkeit und die ganz persönliche Erfahrung seines (ihres) Schülers tief in dessen eigenen Inneren stellen. Spirituelle Lehrer (Lehrerinnen) sind Wegweiser. Als Schüler kann man mit tiefer Dankbarkeit verbunden sein, aber man sollte niemals auf die Idee kommen, stehenzubleiben und den Wegweiser anzubeten. Bedauerlicherweise geschieht das viel zu oft. Abstand!

Spirituelle Praxis erzeugt eine sehr tiefe Überzeugung vom eigenen Lebensweg. Glaube geht über in tief verwurzeltes Wissen.

Spirituelles Wissen ist die eigentliche Quelle komplementären Bewusstseins. „Eins mit allem“ umfasst das Miteinander aller Aspekte. Bei Nahtoderfahrungen wird neben der Erfahrung tiefer Liebe stets eine Art „Allwissenheit“ beschrieben und zwar mit einem Zustand, in der es keine Fragen mehr gibt. Dieses viele Nahtoderfahrungen zutiefst prägende Bewusstsein kann aber in keiner Weise mit zurück ins Alltagsbewusstsein mitgenommen werden.

aus: „Mensch, vergeiß die Freiheit nicht!“

© Walter Krahe, Barweiler, 2.8.20224

Im Zusammenhang mit Spiritualität gibt es dafür Begriffe wie All-Bewusstsein, Transzendentes Bewusstsein, Universelles Bewusstsein, Kosmisches Bewusstsein, Gottes-Bewusstsein, Erleuchtung.

50 Jahre Meditation bedeuten nicht zwangsläufig, dass man einen derartigen Zustand in seinem Leben verwirklicht hat. Wohl aber hat wohl jeder (beglückende) Spuren davon wahrgenommen.

In diesem Sinne lässt Hermann Hesse Siddharta zu Govinda sagen: *„Weisheit ist nicht mitteilbar. Weisheit, welche ein Weiser mitzuteilen versucht, klingt immer wie Narrheit. ... Wissen kann man mitteilen, Weisheit aber nicht. ... Eine Wahrheit lässt sich immer nur aussprechen und in Worte hüllen, wenn sie einseitig ist. Einseitig ist alles, was mit Gedanken gedacht und mit Worten gesagt werden kann, alles Einseitig, alles halb, alles entbehrt der Ganzheit, des Runden, der Einheit.“* („Siddhartha“, Gesammelte Werke Bd. 5, 1. Aufl. Frankfurt am Main: Suhrkamp, 1987, S. 462)

Der Mensch ist in seinem Denken inzwischen dann doch weiter. Er kann sich bei der Beschreibung der Wirklichkeit einer vielsichtigen, komplementären Sichtweise bedienen. Zugegeben, im Vergleich zu tiefsten spirituellen Erfahrungen kommt das eher daher wie ein billiger Abklatsch. Dennoch wird genau dadurch der Umgang des Menschen mit der Wirklichkeit realistischer als je zuvor. Es lohnt sich in vielerlei Hinsicht, endlich das beklemmende, einfältige Entweder-oder-Korsett abzulegen und **globale Intelligenz** zu erlernen.

◆ **Anmerkung zur Allwirklichkeit:** Der Begriff der **Allwirklichkeit** umfasst gleichermaßen und gleichwertig alle Vorstellungen von der höchsten Wahrheit. Dadurch wird jede Festlegung auf den einen „Gott“ oder das eine „Höchste“ (in welcher Konfiguration auch immer) vermieden.

Unter **Allwirklichkeitserfahrung** versteht man die direkte persönliche Erfahrung des Höchsten tief in einem selber – bekannt in allen Religionen, aber oft nur von wenigen praktiziert. **Allwirklichkeits-**

aus: „Mensch, vergeiß die Freiheit nicht!“

© Walter Krahe, Barweiler, 2.8.2024

zeugen aller Religionen betonen, dass Menschen neben ihrem begrenzten Ich über ein höheres wahres Selbst verfügen, das in der Allwirklichkeit wurzelt. Dieses Selbst könne im Inneren eines jeden durch entsprechende Hinwendung, z. B. durch Meditation, erfahren werden. **Selbsterkenntnis wird in diesem Kontext mit der Erkenntnis der Allwirklichkeit gleichgesetzt.**

Nicht jede Religion hat in ihrer Präsentation die Liebe auf dem Schirm. Es kann diesbezüglich elementare Unterschiede geben. Wohl aber lassen sich rund um den Globus erstaunliche Gemeinsamkeiten bei der Schilderung von Allwirklichkeitserfahrungen finden, bei denen die Erfahrung einer tiefen (spirituellen) Liebe stets einen sehr wichtigen Platz einnimmt – bis, ja ernsthaft – bis die jeweiligen „Schriftgelehrten“ sich im Sinne ihrer jeweils verkündeten Lehre erdreisten „dazwischenzufunken“ und getätigte Aussagen so zu „verbiegen“, dass sie ihren Platz im theoretischen Gesamtkonzept finden konnten / können.

◆ **Hinweis Allwirklichkeitszeugen im Christentum:**

Im Christentum fand so der bekannte Meister Eckhart – Philosoph, Theologe, Mystiker (= Allwirklichkeitszeuge) seinen Zuchtmeister bei der kirchlichen Gerichtsbarkeit. Einige seiner Lehren wurden (bis heute) als verdammenswert eingestuft.

Für den christlichen Kirchen-Theologen sind Gott und Mensch immer zwei Personen und damit stets getrennt. Dieser Lehrmeinung widerspricht der Allwirklichkeitserfahrung eines Eckhart: *»Wie ich schon öfter gesagt habe, dass etwas in der Seele ist, das Gott so verwandt ist, dass es eins ist und nicht vereint.«* Oder: *„Man soll Gott nicht außerhalb von sich selbst erfassen wollen, sondern als mein eigen und als das, was in mir ist. ... Gott und ich, wir sind eins.“* (aus: Rene Bütler, *Die Mystik der Welt*, Bern-München-Wien 1992, S.62 und „Man soll Gott nicht außerhalb von sich selbst erfassen wollen“, 11.12.2013, [Archiv deutschlandfunk.de](http://Archiv.deutschlandfunk.de))

Obwohl im Christentum auf der einen Seite ein großer Teil der Heiligen zu Lebzeiten über mystische Erfahrungen zu berichten wusste, wurde auch hier nur das anerkannt, was mit der Lehre übereinstimmte. Ein Abweichen galt lange Zeit als Ketzerei und bedeutete konkrete Gefahr für Leib und Leben. Sogar die höchsten Erfahrungen hatten sich der von Menschen ausformulierten Theologie unterzuordnen. Nicht wenige Allwirklichkeitszeugen sind aufgrund ihrer abweichenden Erfahrungen gefoltert oder sogar getötet worden. Nach heutiger Einschätzung nicht weniger Theologen zu unrecht.

Zurück zu Meister Eckhart. Es gibt im Christentum keinen zweiten Mystiker, es gibt global wohl weltweit keinen zweiten Allwirklichkeitszeugen, der sich derart intensiv (immer wieder) mit der notwendigen Verfasstheit der menschlichen Seele bzw. des Seelengrunds beschäftigt hat. Er versuchte, die Menschen über die Zusammenhänge aufzuklären (auf Latein und auf Deutsch), um den Zugang zur ureigenen Gotteserfahrung zu ermöglichen. Gott werde nur dann in der Seele des Menschen geboren, wenn dieser zuvor demütig von aller Bindung losgelassen habe. Also nur das geläuterte, von aller Egoistigkeit befreite innere Selbst habe die Chance, die höchste Erfahrung der Einheit mit Gott (unio mystica) zu vollziehen. Trotz diesen umfangreichen Ausführungen stieß Eckhart auf die aggressive Ablehnung der Theologen. **An dieser Stelle sollte man bereits heute die naheliegende Sicht des Mystikers, Theologen und Philosophen einnehmen, was im folgenden Text auch geschieht.**

Ein Christentum, das überleben will, wird sich die Haltung diesbezüglich baldmöglichst aneignen müssen, zumal die Liebe als Erfahrung von Gott zumindest in der Theorie in so einigen Aussagen als überzeugend gelten können – stellvertretend auch für viele andere Religionen. In keiner Weise exemplarisch ist allerdings die fehlende Praxis-Orientierung, also die Anleitung jedes einzelnen Gläubigen zur persönlichen Erfahrung durch tiefes Gebet und Meditation. Auch diesbezüglich wird sich das Christentum schnellstmöglich umorientieren müssen, wenn sie dieses Feld nicht vollends hinduistischen und buddhistischen Strömungen überlassen will.

◆ Die Liebe im Christentum

Welche Bedeutung hat dann aber die Liebe im Christentum?

Wer nicht liebt, hat Gott nicht erkannt, denn Gott ist Liebe. (1Joh 4,8)

Hinzu kommt die offensichtliche Gleichwertigkeit der Liebe zu Gott und zum Nächsten. Ein Gesetzesgelehrter fragte Jesus:

„Lehrer, welches ist das größte Gebot im Gesetz?“

Er aber sprach zu ihm: *„Du sollst den Herrn, deinen Gott, lieben mit deinem ganzen Herzen und mit deiner ganzen Seele und mit deinem ganzen Verstand. Dies ist das größte und erste Gebot. Das zweite aber ist ihm gleich: Du sollst deinen Nächsten lieben wie dich selbst. An diesen zwei Geboten hängt das ganze Gesetz und die Propheten.“* (MT 22,36ff, bibelwissen.ch)

Nach der christlichen Lehre ist es also schon heute erlaubt, dass Gott Liebe ist. Erfahre ich also diese Liebe, dann erfahre ich Gott. Jetzt aber steht die unverzichtbare Klärung einer weit verbreiteten Missdeutung der Nächstenliebe an. Immer wieder kommt seitens der Gläubigen der Einwand, dass es schon fast unmenschlich und auch ehrlichen Herzens kaum zu erbringen sei, den Anderen so wie sich selber zu lieben. Dabei ist genau dieses Denken falsch.

Die Konjunktion „wie“ hat in der deutschen Sprache nämlich mehrere Bedeutungen: einmal als Vergleichswort „weiß wie Schnee“ und einmal als Verknüpfung einer Aufzählung im Sinne von „und“ – „das Haus ist außen wie innen renoviert“. (Duden – Das große Wörterbuch der deutschen Sprache).

Aus theologischer Sicht gilt die Bedeutung „und“. Also Liebe deinen Nächsten und dich selbst. Man selber ist also gar nicht der Maßstab für die Nächstenliebe, was das Ganze zunächst einmal einfacher zu machen scheint.

Was aber ist dann der Maßstab für die Nächstenliebe?

Jetzt kommt es knüppelhart: Gott selber mit seiner bedingungslosen Liebe gegenüber allen Geschöpfen ist der Maßstab. Wie aber soll man das als einzelner, fehlbarer Mensch jemals realisieren können?

Wenn man beginnt darüber nachzudenken, wen man in seinem Leben

alles lieben soll – die eigenen Eltern und Geschwister, den Ehepartner und seine eigenen Kinder, irgendwelche anderen Familienangehörige, die Freunde und die Bekannten, die Nachbarn und Kollegen und am Ende auch noch sich selber und die Mitwelt – dann kann man schon ins Schwitzen kommen. Wie soll man das jemals schaffen?

Hat man aber einmal wirklich realisiert, dass Liebe tief in einem eine vollständig objektunabhängige, permanent vorhandene, allumfassende „Grundausrüstung“ ist, dann liebt man von innen heraus, vollkommen egal, wer oder was einem gerade „im Weg“ steht. Meister Eckhart sei Dank, ist das auch für Christen eine Option.

»Liebe ist geduldig und freundlich. Sie ist nicht verbissen, sie prahlt nicht und schaut nicht auf andere herab. Liebe verletzt nicht den Anstand und sucht nicht den eigenen Vorteil, sie lässt sich nicht reizen und ist nicht nachtragend. Sie freut sich nicht am Unrecht, sondern freut sich, wenn die Wahrheit siegt. Liebe nimmt alles auf sich, sie verliert nie den Glauben oder die Hoffnung und hält durch bis zum Ende.« (1. Korinther 13:4-7, HFA, bibel.com.de)

Überhöhte Forderung?

Nein, eine Selbstverständlichkeit, wenn man die allumfassende Liebe in sich erfährt. Ja, einen Weg dorthin braucht es schon.

Auch, wenn dies in diesen konkreten Formulierungen christliche Erkenntnisse sind, so beschreiben sie ganz offensichtlich den Schlüssel menschlicher Spiritualität.

◆ Hazrat Inayat Kahn (1882-1972), Begründer der islamischen Sufi-Bewegung, äußerte sich über Gott und die Liebe: *„Gott ist Liebe, und er wird im Herzen des Menschen gefunden! Das Herz ist der Schrein, in dem die Erkenntnis der wahren Schönheit Gottes erstrahlt.“* (Rene Büttler, *Die Mystik der Welt*, Bern-München-Wien 1992, S.115)

◆ Nach dem buddhistischen Mönch Matthieu Ricard ist auch im Buddhismus die Liebe die Wurzel des Weges. Diese Liebe sei weder begrenzt noch parteiisch, sie müsse völlig uneigennützig sein und dürfe

aus: „Mensch, vergeiß die Freiheit nicht!“

© Walter Krahe, Barweiler, 2.8.20224

keine Gegenleistung erwarten. Die Liebe sei von der Weisheit, d. h. von der Erkenntnis des wahren Wesens der Dinge nicht zu trennen. (*„Der Mönch und der Philosoph, S. 220f)*

◆ Laut dem geistigen Oberhaupt der Tibeter, dem Dalai Lama, lehren alle Religionen eine Botschaft von Liebe, Mitgefühl, Aufrichtigkeit und Rechtschaffenheit. Von Liebe und Mitgefühl motiviert zu sein, die Rechte der anderen zu respektieren, sei echte Religion. Und weiter: *„Das ist meine einfache Religion. Es braucht keine Tempel und keine komplizierte Philosophie. Der eigene Geist und das eigene Herz sind der Tempel. Und die Philosophie heißt: Einfache Güte und Freundlichkeit.“* (*Die Liebe, Quelle des Glücks, 2005, S. 18*)

► **In der Mystik gilt die Liebe als das göttliche Gesetz, als die eigentliche Essenz des Göttlichen, als das oberste kosmische Gesetz. Jeder Mensch kann ein Liebender sein. Die Erfahrung tiefer Liebe gilt als die Brücke zwischen den Menschen und als die Brücke zwischen dem Menschen und dem Höchsten.**

◆ Nikolaus von Kues (1401-1464), christlicher Theologe:

„Innerlich ist das Wort Gottes. Man darf es nicht außer sich suchen.“
(*„Die Mystik der Welt“, Rene Bütler, Bern-München-Wien 1992, S. 62*)

► Aber Vorsicht: Die Liebe sollte auch nicht mit „jedermanns Darling“ verwechselt werden. Tiefe Liebe kann punktuell auch alles andere als "nett" sein. Manchmal verlangt sie messerscharfe Deutlichkeit – stets aber im Sinne der Sache und nicht des eigenen Egos.

Wichtig ist, dass man sich auch in Bezug auf die Liebe der Mehrfachbedeutung bewusst ist:

◆ **Liebe als Ausdruck**

Wer nicht liebt, hat Gott nicht erkannt, denn Gott ist Liebe. (1Joh 4,8)
Auch, wenn dies in dieser konkreten Formulierung eine christliche

Erkenntnis ist, so beschreibt sie ganz offensichtlich den Schlüssel menschlicher Spiritualität.

◆ **Liebe als Bemühung**

Ein häufig wiederkehrendes Element bei Nahtod-Erfahrungen ist die Erkenntnis, dass Liebe im Leben und in der Lebensrückschau als Maßstab für "angemessene" Lebensführung eine zentrale Rolle spielt: *Versucht(e) man sein Leben im Sinne der Liebe zu führen?*

Im Leben eines jeden Menschen kann die aufrichtige, stetige Bemühung um liebevolles Denken und Handeln der lebensnahe Fokus auf das Wesentliche darstellen.

◆ **Die Freude**

Was ist denn dann mit der Freude?

Auch wenn diese Erörterung hier im Sinne der Thematik recht streng daherkam, so ist Freude die Begleitmusik von Spiritualität.

◆ **Gedehlicher Umgang miteinander**

Es ist kaum vorstellbar, welchen Einfluss ein derartiges spirituelles Bewusstsein auf das globale Miteinander der Menschen hätte!

Die Bemühung darum erscheint mehr als lohnenswert.

*Gott?
Die Erzählungen über ihn trennen.
Die Erfahrung von ihm eint.
Nicht die vielen Worte,
sondern tiefe Liebe
ist sein Zeugnis.
Mensch!*

(Vertiefung der Thematik: 01, S. 130 / 03 der ganze Band / 04, S. 329ff / 05, S. 71ff / 07, S. 84f / 08, S. 88 ff)

aus: „Mensch, vergeiß die Freiheit nicht!“

© Walter Krahe, Barweiler, 2.8.20224