

## Was macht meinen Alltag spirituell? (\*)

Alltag. »Werke ohne Glauben sind eitel«: die Aussage einer Musikerin, zufällig aufgeschnappt, ließ mich vor Kurzem aufhorchen. Der Satz – er kommt der exakten Umkehrung des Bibelzitates, daß aller Glaube ohne Werke eitel sei, sehr nahe – klang eigentümlich laut in mir nach und ließ mich nicht mehr los. Ich mußte versuchen, seiner Wirkung auf den Grund zu gehen.

Was macht die Werke meines Alltags frei von Eitelkeit?

Gelegentlich werden wir Mönche gefragt, wie man Spiritualität im Alltag lebt. Dies heißt oft soviel wie: „Ihr Klostermenschen habt es leicht, in Eurer meditativ überhitzten Treibhauskultur Spiritualität zu pflegen – aber wie mache ich das draußen im wilden, im wirklichen Leben?“ – Entgegen dieser landläufigen Meinung haben Klöster durchaus auch einen Alltag; und nach reiflicher Betrachtung scheint mir das Leben dort kein bisschen weniger wirklich (oder unwirklich) als anderswo. Ich komme zum Schluß, daß die Frage, wodurch sich Spiritualität im Lebensalltag auszeichnet, vor Klostermauern nicht Halt macht.

Was genau also ist spirituell in meinem Leben? Gewand und Regel? Meine Gesten des Sitzens, Verbeugens, des Darlegens und der Rezitation? Ein Leben im und für das Kloster? Das alles sind mir liebgewordene und unverzichtbare Rituale, sie helfen mir Herz und Geist gegenwärtig zu halten. Doch erschöpft sich darin die Spiritualität meines Lebens? – Das kann es ja wohl nicht gewesen sein. Was also ist es denn, das in meinem Alltag spirituell ist? Die Frage ließ etwas in mir lebendig werden.

Mir scheint, es geht zum einen um die Erfahrung meines Tuns („der Werke“), und dessen Verhältnis zum Unbegreiflichen; zum anderen um ein tieferes Verstehen der Kräfte meines Daseins. Wir sind gefordert, die Sensibilität und Betroffenheit unseres Herzens intelligent und engagiert zu leben. Und wir sind gleichfalls gefordert, das Herz und die Welt seiner Erfahrungen zu verstehen, die heilsamen seiner Neigungen auszubilden, die unheilsamen zu veredeln, schließlich dieses Herz ganz zu befreien. – Fern aller Definitionsversuche von Spiritualität: Was bedeutet diese persönlich und praktisch in meinem Leben?

Für mich als Mönch geht es da einmal um eine eigensinnig beharrliche Form des Ergründens; ein tiefes Nachdenken und Nachspüren in meinem Verhältnis zum Unbegreiflichen, zu Zeit, zur Mitwelt, meinem Verhältnis zu Sinn und zum Gebrauch meiner Sinne. Es bedeutet auch das unvoreilige, unvoreingenommene Untersuchen all dessen, was mein Herz bewegt. Es bedeutet, das Wagnis des Alleinseins, des Loslassens und der Ergriffenheit einzugehen.

Für mich als Kontemplativen bedeutet es den Verzicht auf möglichst alles, was meine Teilhabe an der Gegenwart schmälert. Daß ich mich immer wieder übe, über die Welt der Zehntausend Dinge und mein Alltagsbewußtsein hinaus für eine Berührung mit etwas zu öffnen, das größer ist als mein Ich-Entwurf und das sich meinen bisherigen Bedeutungszuweisungen entzieht; daß ich mich nicht scheue, an der Grenze dieses Unbekannten zu bleiben.

Für mich als Menschen bedeutet es, eine Durchlässigkeit und Unmittelbarkeit zu gewinnen, in welcher ich zulassen kann, daß, was mir begegnet, mich zutiefst zu verändern vermag. Es bedeutet, in Mitgefühl, Verantwortung, Hingabe und in Herzensklugheit mit anderen zu leben. Daß ich mich nicht bloß als den unzulänglichen Menschen verstehe, der ich jetzt gerade bin, sondern mich auch an jenen andern erinnere, der als hellste Möglichkeit in mir schlummert und der nicht erst geschaffen, sondern bloß gerufen zu

werden braucht.

Mein Blick schweift über die Petunien hinaus ins Tal; die Magerwiesen ringsum sind gemäht, der Sommer rückt voran. – Natürlich werde ich solchen Ansprüchen von Spiritualität nicht anhaltend gerecht, sprechen meine Zeilen nicht von verwirklichter Tugend, sondern sind vielmehr Ausdruck meiner Aspirationen. Ich *kann* das alles nicht – schon gar nicht andauernd. Es gäbe reichlich Zeugen dafür. Und dennoch, wenn ich den Gang in die innere Tiefe antrete, dort nachhorsche, wo die Werte hausen, so gibt es wenig Zweifel: wovon ich hier spreche ist genau das, worum es mir im Grunde geht – unbesehen davon, ob es mir paßt, unbesehen auch davon, wie unzulänglich ich mich beim Versuch der Umsetzung dieser Werte fühlen und anstellen mag.

Die kommentarielle Darlegung der vier Besonnenheiten (*sampajaññā*) endet mit jener der „Unverwirrtheit“ (*asammohha*); diese vierte und letzte bedeutet – etwas freihändig und verkürzt – ‚angesichts der Kluft zwischen Wollen und Vollbringen den Kopf nicht zu verlieren, das Herz nicht zu verlieren, den Mut nicht zu verlieren‘ – etwa, wenn unser Erleben einmal mehr hinter unserem Erkennen herzuhinken scheint. Es bedeutet auch, den Humor nicht zu verlieren und statt den endgültigen Misserfolg zu bilanzieren, uns aufzurappeln und das Spiel lächelnd weiterzuspielen. Um genau diese Form von „Unverwirrtheit“ scheint es mir zu gehen. Unsere spirituellen Werte sind weder weniger wahr, noch weniger wert, nur weil uns ihre Umsetzung schwerfallen mag.

Und vielleicht ist dies zugleich der tiefste spirituelle Akt: angesichts unseres dokumentierten und wiederholten Scheiterns neuerlich die Aspirationen aus der eigenen Tiefe zu bergen und sie eigensinnig, unvernünftig und vertrauensvoll im Geschiebe und Getümmel des Alltags zu bekräftigen, wo immer auch dieser stattfinden mag.

Akincano Bhikkhu, Kandersteg 2003

*\* Dieser Text ist ursprünglich erschienen in: Dhammapala Rundbrief 2003/1. Er ist hier geringfügig aktualisiert.*