

# » Luthers Meditationspraxis als Inspirationsquelle für eine zeitgemäße evangelische Spiritualität

## I. Erneute Zeitenwende: die Transformation der Religiosität

Die unnachgiebige Gottessuche eines Mönchs der Augustiner-Eremiten veränderte die geltenden religiösen Praktiken, mit denen sich Gläubige vor fünfhundert Jahren ihres persönlichen Heils zu vergewissern suchten. Heute befinden wir uns inmitten eines neuen Kapitels von der „Wiederkehr der Religion“<sup>1</sup> bzw. der „Transformation der Religiosität“<sup>2</sup>. Im Unterschied zur Reformationszeit steht der neue Hunger nach Spiritualität heute gänzlich unverbunden neben einer durchrationalisierten, von kapitalistischen Monopolinteressen beherrschten, sozialen Wirklichkeit.

Nachdem die bürgerliche Gesellschaftsform die Religion zur Privatsache erklärt hat, entsteht in ebenjener Privatsphäre ein Drang zur individuellen Sinnsuche, der in den sozialen Raum übergreift. Peter Zimmerling beschreibt das Phänomen als „vagabundierende Religiosität“<sup>3</sup>. Sie entwickelt sich neben und an den Kirchen vorbei und bedient sich auf einem kaum zu übersehbaren Markt an esoterischen Praktiken und Formen östlicher Spiritualität. Gerade weil es keinen einheitlichen religiösen Sinnzusammenhang mehr gibt wie noch vor fünfhundert Jahren, kommt es immer häufiger „zu einem individuell zusammengewebten ‚Fleckerlteppich‘ bzw. neudeutsch ‚Patchwork‘ aus Weltanschauungen, den sich Einzelne nach ihren Bedürfnissen bilden.“<sup>4</sup> Hinter dieser spirituellen Dynamik vermutet der Religionssoziologe Hubert Knoblauch das Bedürfnis des postmodernen Menschen nach Ganzheitlichkeit – als Kontrapunkt zu einer weitgehend segmentierten, unüberschaubar gewordenen Lebens- und Arbeitswelt.<sup>5</sup>

Angesichts dieser religiösen Alternativkulturen denken evangelische Theologen wie Max Josef Suda<sup>6</sup> und Peter Zimmerling über die Möglichkeiten einer evangelischen Spiritualität nach. Beide greifen explizit auf die Meditationspraxis Martin Luthers zurück. Doch Peter Zimmerlings Forschungen gehen weit über Luther hinaus und legen Traditionslinien evangelischer Spiritualität frei, die von Dietrich Bonhoeffer bis zu evangelischen Mystikerinnen wie Teresa von Avila reichen. Ihm ist daran gelegen, zuerst im akademischen Raum ein Bewusstsein dafür zu schaffen, dass theologische Erkenntnis und individuelle Glaubenspraxis zusammengehören. Ohne ihren spirituellen Wurzelboden sei auch die evangelische Theologie „auf Dauer nicht überlebensfähig“.<sup>7</sup>

Dabei hat die Suche nach einer evangelischen Spiritualität einige Renaissance durchlaufen. Be-

reits im ausgehenden 16. Jahrhundert entdeckten kirchenkritische lutherische Theologen die Bedeutung der Meditation neu. Im 17. Jahrhundert interessierten sich immer größere Kreise von gebildeten Laien für eine

ernsthafte Frömmigkeitspraxis. Unter Rückgriff auf mystische, katholische und vor allem englische Autoren entstand im regen überkonfessionellen Austausch ein großer Markt an neuer Meditationsliteratur – der Nährboden für die pietistische Bewegung um Philipp Jacob Spener und August Hermann Francke. Mit Franckes pädagogischem Großversuch, Zöglinge und Theologiestudenten in der *praxis pietatis* zu unterweisen, endete die erste Phase der Begründung einer evangelischen Meditationspraxis.<sup>8</sup> Den zweiten, ähnlich gelagerten und doch in die moderne Zeit integrierten Versuch, junge Theologen in einer gemeinschaftlich organisierten Übungspraxis zu verankern, unternahm kurz vor dem Zweiten Weltkrieg Dietrich Bonhoeffer. Mit dem Predigerseminar und späteren Bruderhaus in Finkenwalde richtete Bonhoeffer die praktisch-theologische Ausbildung auf die gemeinschaftliche Einübung der Seminaristen in geistliche Lebensvollzüge aus.<sup>9</sup> Ihn leitete der Gedanke, dass die Erneuerung der Kirche „gewiss aus einer Art neuen Mönchtums [kommt], das mit dem alten nur die Kompromisslosigkeit eines Lebens nach der Bergpredigt in der Nachfolge Christi gemeinsam hat.“<sup>10</sup>

Wenn wir uns heute wieder fragen, wie eine zeitgemäße evangelische Übungspraxis zu gestalten sei, scheint es mir unerlässlich, auf den existenziellen Kern von Martin Luthers Schriftmeditation und seines theologischen Erkenntnisweges zurückzublicken.

## II. Perfektionsstreben und Identitätskrise

Seit einigen Jahren wendet sich die Lutherforschung verstärkt der Gärungsphase der reformatorischen Theologie zu. Damit rückt nicht nur Martin Luther als Mönch ins Blickfeld, sondern auch die spirituellen Praktiken des Mönchtums und die seelsorglichen Impulse, die von Luthers Mentor, dem Generalvikar der Augustiner-Eremiten Johann von



Dr. Tanja Täubner

Dozentin für Anthropologie an der Fachschule für Sozialassistenten, Sozialpädagogik und Heilpädagogik Kassel  
taebner@steiner-institut.eu

<sup>1</sup> Vgl. Zimmerling, P. (2003): *Evangelische Spiritualität. Wurzeln und Zugänge*. Göttingen, S. 126–138.

<sup>2</sup> Vgl. Knoblauch, H. (2009): *Populäre Religion. Auf dem Weg in eine spirituelle Gesellschaft*. Frankfurt a. M., S. 24–27. S. o. A., S. 25.

<sup>3</sup> Vgl. Zimmerling, P. (2003): *Evangelische Spiritualität. Wurzeln und Zugänge*. Göttingen, S. 127.

<sup>4</sup> Vgl. Knoblauch, H. (2009): *Populäre Religion. Auf dem Weg in eine spirituelle Gesellschaft*. Frankfurt a. M., S. 24–27. S. o. A., S. 25.

<sup>5</sup> S. o. A., S. 126.

<sup>6</sup> Vgl. Suda, M. J. (2004): *Meditieren aus evangelischer Sicht*. In: *Wiener Jahrbuch für Theologie* 5, S. 385–397.

<sup>7</sup> Vgl. Zimmerling, P. (2003): *Evangelische Spiritualität. Wurzeln und Zugänge*. Göttingen, S. 19.

<sup>8</sup> Vgl. Täubner, T. (2014): „Zum ändern soltu meditirn“. Die Meditationspraktiken in der Pädagogik August Hermann Franckes. Halle/Saale.

<sup>9</sup> Vgl. Zimmerling, P. (2006): *Bonhoeffer als praktischer Theologe*. Göttingen.

<sup>10</sup> Bonhoeffer, D. (1994): *Dietrich Bonhoeffer Werke*. Bd. 13.



Das Erfurter Kloster

Hg. von Hans Goede-  
king u. a. Gütersloh, S.  
273.

<sup>11</sup> Vgl. Bultmann, C.  
u. a. (Hrsg.) (2007): Lu-  
ther und das monasti-  
sche Erbe. Tübingen.

<sup>12</sup> Vgl. Scheel, O.  
(1930): Martin Luther.  
Vom Katholizismus zur  
Reformation. 2. Bd. Im  
Kloster. Tübingen.

<sup>13</sup> Hamm, B. (2010):  
Nahe Zorn und nahe  
Gnade: Luthers frühe  
Klosterjahre als Beginn  
seiner reformatorischen  
Neuorientierung. In:  
Hamm, B.: Der frühe  
Luther. Etappen refor-  
matorischer Neuori-  
entierung. Tübingen,  
S. 48.

<sup>14</sup> WA 40/1, 685; zit.  
nach Fausel, H. (1966):  
D. Martin Luther. Leben  
und Werk 1483 bis  
1521. München, Ham-  
burg, S. 42f.

<sup>15</sup> In: Hamm, B. (2010):  
Der frühe Luther.  
Etappen reformatori-  
scher Neuorientierung.  
Tübingen.

<sup>16</sup> Hamm, B. (2010):  
Nahe Zorn und nahe  
Gnade: Luthers frühe  
Klosterjahre als Beginn  
seiner reformatorischen  
Neuorientierung. In:  
Hamm, B.: Der frühe  
Luther. Etappen refor-  
matorischer Neuori-  
entierung. Tübingen,  
S. 48.

<sup>17</sup> Ebeling, G. (1964):  
Luther. Einführung in  
sein Denken. Tübingen,  
S. 100.

Staupitz, ausgingen. Der Tagungsband „Luther und das monastische Erbe“<sup>11</sup> rekonstruiert, welche humanistischen und mystischen Denktraditionen, monastischen Praktiken und frömmigkeitstheologischen Innovationen in Luthers Leidens- und Erkenntnisweg eingeflossen sind. Hier wird ein Mönch sichtbar, der sich existenziell an den Praktiken des Ordenslebens und der Kirche abgearbeitet hat.

Das Leben des Erfurter Klosters, dem sich Luther unterstellt hatte, war von der Buß- und Gnadenlehre William Ockams (gest. 1349) und seines Anhängers Gabriel Biels (gest. 1495) geprägt. Ebenso war die Erfurter Universität, an der Luther im Rahmen seiner Ordenspflichten Theologie studierte, vom Ockamismus beherrscht. Ockam und Biel lehrten, dass sich ein Mönch unter Anspannung aller natürlichen Kräfte („*facere quod in se est*“) auf die Gnade vorbereiten könne. Als höchste Stufe der Vollkommenheit, die ein Mönch durch die Übung der Bußpraktik erreichen könne, galt die *caritas*, die dazu befähige, Gott aus ganzem Herzen zu lieben. Auf dieser Stufe sei, so lehrt Biel, die Eingießung der Gnade zu erwarten, die in der Seele unverlierbare Freude und Zuversicht auslösen werde. Doch selbst diese Stufe sei nicht frei von innerer Ungewissheit und Zweifeln: Keine noch so große Anstrengung der natürlichen Kräfte könnte das Gnadengeschenk wirklich versichern.<sup>12</sup>

Dieses spannungsreiche Anforderungsprofil seines Ordens stieß beim jungen Luther „auf eine außergewöhnliche persönliche Empfindlichkeit und Gewissenhaftigkeit“<sup>13</sup>. Er bemühte sich, die Ordensdisziplin perfekt einzuhalten, perfekt in der Beichte und beim Vollzug der Messe zu sein, um sich die „Vergebung der Sünden und das ewige Leben zu verdienen.“<sup>14</sup> Mit intimer Nähe zeichnet Berndt Hamm in seinem Aufsatz „Nahe Zorn und nahe Gnade“<sup>15</sup> nach, wie Luthers angespanntes Vollkommenheitsstreben ihn immer tiefer in Selbstzweifel

hinein trieb. Schließlich steigerten sich seine Selbstzweifel bis zur Dimension der Erwählungsangst. An diesem Tiefpunkt stand nicht nur Luthers religiöse Identität auf dem Spiel, sondern es zeigten sich ihm auch die Grenzen der monastischen Frömmigkeitspraxis. In brennenden Seelenqualen verlor das klösterliche Übungsregime für Luther mehr und mehr seine Tragfähigkeit, an das er doch sein Selbstbild und sein religiöses Ideal geknüpft hatte. Es ist aus heutiger Sicht bewundernswert nachzuvollziehen, wie Luther – ohne Aussicht auf Psychopharmaka – schwerste Seelenqualen über mehrere Jahre aushielt. Sicherlich trug sein Seelsorger Staupitz einiges dazu bei, dass Luther seine existenziellen Anfechtungen in neue theologische Einsichten über das Wirken Gottes im Menschen transformieren konnte. Im Kern aber fußte das, was wir heute als ‚reformatorischen Umbruch‘ bezeichnen, auf zwei Bedingungen: Erstens ermöglichte und verstärkte die klösterliche Tagesstrukturierung die Konzentration auf eigene Seelenregungen, was bei Luther – im Unterschied zu seinen Mitbrüdern – einen eminenten Vergewisserungsdrang weckte. Und dieser Drang war es dann, weshalb er sich „mit ebenfalls ungewöhnlicher Intensität auf die Lektüre des Bibeltex-tes stürzte und die Wahrheit des Gotteswortes theologisch und existenziell zu ergründen suchte.“<sup>16</sup> Der zweiten Bedingung, Luthers intensiver Praktizierung der Schriftmeditation, bahnte wiederum Staupitz den Weg, indem er Luther auf die Bibelprofessur nach Wittenberg berief.

### III. Meditieren als Selbstentäußerung

In Luthers ersten Vorlesungen über die Psalmen (1513–15) und den Römerbrief (1515/16) bildet sich deutlich ab, wie er die Praxis der Schriftmeditation als seine wichtigste spirituelle und theologische Quelle entdeckte. Gerhard Ebeling betont, dass Luther in Vorbereitung auf diese Vorlesungen seine tiefe Anfechtungsproblematik in die Schrift hineinträgt, um „sich selbst zu verstehen auf Grund dessen, was einem gesagt ist.“<sup>17</sup> Der heiligen Schrift kommt somit die Autorität zu, den Meditierenden auszulegen. Der Meditierende gerät in eine vollkommen neue geistige Situation, in der er erkennt, „dass von ihm ‚in diesem Buch‘ geschrieben steht, dass er vom Text dieses Buches und durch ihn von dessen Autor ausgelegt wird.“<sup>18</sup> Luthers Art von *exzentrischer Selbsterkenntnis*, die sich von einer höheren Instanz aus gewinnt, wird oft in den Begriff der ‚Wortmystik‘ gefasst – ein Begriff, der für die Konzeption einer zeitgemäßen evangelischen Spiritualität eine Schlüsselrolle spielen könnte.

Hier ist jedoch, angesichts des derzeitigen Booms von meditativen Praktiken, anzumerken, dass sich Meditation bei Luther, wie auch bei nachfolgenden Theologen wie Johann Gerhard oder Dietrich Bonhoeffer, immer auf das Wort der Schrift bezieht. Luther wurde nicht müde zu betonen, wie wichtig das

*verbum externum* als Haltegriff für den suchenden Geist sei:

Da „(...) unsere sinn und gedanken so ungewis, schlipfferig und unstete sind“, geschieht es leicht, dass man bei einer bloßen Innenschau anstelle unmittelbarer Geist-Erfahrung lediglich auf „Gespenster“ stößt.<sup>19</sup>

Oswald Bayer beschreibt die geistige Erfahrungsdimension, auf die Luthers Schriftmeditation zielt, wie folgt: „Mit ‚Erfahrung‘ meint Luther primär keine *actio*, sondern eine *passio*: nicht primär Erfahrung, die ich mache, sondern die ich erleide. Es ist – zugespitzt – die Erfahrung, die in der Anfechtung mir durch Gottes Wort zuteil wird.“<sup>20</sup> Im meditativen Umgang mit den Psalmen lernte Luther – inspiriert von der zeitgleichen Lektüre Johannes Taulers –, seine Seelenqualen als Kreuzigungsgeschehen zu deuten. Er lernte, „seine eigene Befindlichkeit biblisch gespiegelt zu sehen, sie in die Bibel hineinzu-sprechen und so den Subjekt-Objekt-Schematismus von Leser und Gelesenem zu überwinden.“<sup>21</sup> Wenn nur noch pure Verzweiflung und pures Empfinden da ist, „stirbt der Mensch sich selbst ab, wird von sich selbst weggerissen und außerhalb seiner [...] Selbstverwirklichung, und eben damit in den ihn wirkenden Grund gestellt. Er lebt nun außerhalb seiner, d. h. in Gott – ‚extra se in solo deo‘.“<sup>22</sup>

Auf der Grundlage seiner ‚mystischen Fähigkeit‘ sich in Gottes Wort einzuwickeln, erarbeitete sich Luther im Laufe der ersten Römerbriefvorlesung (1515/16) ein neues Verständnis Jesu Christi beziehungsweise des Glaubens: Für den angefochtenen Menschen, der sich immer aufs Neue seiner Sündenstruktur ausgeliefert sieht, wird Gottes Sohn zum einzigen übergeordneten geistigen Halt. Dieser Halt als eine Geisteshaltung erwächst Christen und Christinnen jedoch nicht aus einem kognitiven Fürwahrhalten der theologischen Lehrgehalte. Somit ist Luther der erste Theologe in der Traditionslinie evangelischer Spiritualität, der uns vorgelebt hat, dass der evangelische Glaube eine existenziell motivierte, kontinuierliche Meditationspraxis voraussetzt. Doch Luthers existenzielle Not angesichts von Sünde und Teufel ist uns heute fremd geworden. Deshalb müssen wir, sofern wir an einer zeitgemäßen evangelischen Übungspraxis arbeiten wollen, wach werden für die spezifische Lebens- und Lebenssituation der Menschen in der Postmoderne.

#### IV. Das Leiden des postmodernen Menschen an sich selbst

Thomas Luckmann geht davon aus, dass jeder Mensch eine Sinnmatrix in Form einer internalisierten Weltansicht braucht, um kommunikationsfähig zu sein. Da jede Weltansicht, auch wenn sie ohne große Transzendenzen auskommt, dem Ver-



halten, Denken, Urteilen und Wahrnehmen des Einzelnen Stabilität und Routine verleiht, bezeichnet Luckmann die in einer Gesellschaft vorherrschende Weltansicht als „Sozialform der Religion“<sup>23</sup>. Das bedeutet, auch die Individuen in einer hochspezialisierten und pluralisierten Gesellschaft folgen kollektiv verankerten Selbstbildern und Selbstidealen, die unbewusst wie quasi-religiöse Leitbilder in die Selbstwahrnehmung der Menschen hineinwirken. Alain Ehrenberg erklärt in seiner Studie über „Das erschöpfte Selbst“, weshalb die ‚individuelle Autonomie‘ und die damit einhergehende ‚Selbstverwirklichung‘ den ersten Rang unter unseren gesellschaftlichen Leitbildern einnehmen.<sup>24</sup> Die ‚Autonomie‘ habe im Westen seit dem Zweiten Weltkrieg das Ideal der ‚Disziplin‘ abgelöst und durchziehe inzwischen alle sozialen Beziehungen – die privaten wie die beruflichen. Diesen Wandel in der ‚sozialen Imprägnierung‘ des abendländischen Menschen beschreibt Ehrenberg als Übergang vom ‚schuldigen Menschen‘ zum ‚fähigen Menschen‘. Mussten die Menschen vormals ‚Disziplin‘ lernen, müssen sie heute lernen, ihr Leben lang Initiative zu ergreifen und sich beständig selbst zu motivieren (bei der Berufswahl, der Arbeitssuche, der Partnersuche und auch bei der Wahl letzter Bedeutungen). Wenn gelungene Sozialisation ‚mentale Gesundheit‘ erbringt, dann heißt das für den Einzelnen, „die Fähigkeit zu richtigem selbsttätigen Handeln zu haben – sich selbst zu aktivieren durch ein hinreichendes Maß an emotionaler Selbstkontrolle.“<sup>25</sup> Doch derart sozialisierte Individuen, die sich befähigt glauben, in allen Lebensfragen ihr eigener Herr zu sein, kennen kaum noch Grenzen ihres Leistungsstrebens.

<sup>18</sup> Bayer, O. (2007): Martin Luthers Theologie. Eine Vergegenwärtigung. 3. Aufl. Tübingen, S. 65.

<sup>19</sup> Vgl. WA 28, 76, 22–26.

<sup>20</sup> Anselm, J. (1997): Johann Gerhard (1582–1637). Studien zur Theologie und Frömmigkeit des Kirchenvaters der lutherischen Orthodoxie. Stuttgart-Bad Cannstatt, S. 676f.

<sup>21</sup> S. o. A., S. 20.

<sup>22</sup> Bayer, O. (1989): Promissio. Geschichte der reformatorischen Wende in Luthers Theologie. 2. erw. Aufl. Darmstadt, S. 339.

<sup>23</sup> Vgl. Luckmann, T. (1991): Die unsichtbare Religion. Frankfurt a. M.

<sup>24</sup> Vgl. Ehrenberg, A. (2015): Das erschöpfte Selbst. Depression und Gesellschaft in der Gegenwart. 2. erw. Aufl. Frankfurt a. M.

<sup>25</sup> S. o. A., S. 21.



Permanent sind sie in Gefahr, sich zu überhitzen, da – in einer digitalisierten und maschinisierten Umwelt – Identität und Aktivität stark an äußere Werke und Erfolge geknüpft sind. Postmoderne Selbstentwürfe tragen die Anlage zur Depression in sich – als die „(...) unerbittliche Kehrseite des Menschen, der sein eigener Herr ist.“<sup>26</sup> Ehrenberg kommt zu dem Schluss: „Sie ist eine Krankheit der Verantwortlichkeit, in der ein Gefühl der Minderwertigkeit vorherrscht. Der Depressive ist nicht voll auf der Höhe, er ist *erschöpft* von der Anstrengung, er selbst werden zu müssen.“<sup>27</sup>

Soziologisch gesehen scheinen wir uns heute – ganz ähnlich wie der sich in religiöser Leistungsethik erschöpfende Mönch Martin – zwanghaft an quasi-religiösen Leitbildern der Selbstverwirklichung und Selbstoptimierung abzarbeiten. Das geht inzwischen so weit, dass Menschen zugunsten ihrer ‚Selbstoptimierung‘ zu Neuroenhancern greifen, wobei sie sogar bereit sind, ihr unmittelbares Selbsterleben aufs Spiel zu setzen.<sup>28</sup> Das heißt für mich, dass eine ernsthafte evangelische spirituelle Praxis an diesem versteckten Leiden ansetzen muss, das der internalisierte Selbstaktivierungszwang mit sich bringt.

## V. Neue Formate für eine evangelische Spiritualität

Womöglich tragen viele Menschen, die heute wieder verstärkt spirituelle Praktiken ausprobieren, in sich den Wunsch, ihre internalisierten Antriebs- und Leidensregime erkennen und bewusst verändern zu können. Eine spirituelle Praxis, die Menschen ihre geistige Anbindung wieder zugänglich macht, befähigt sie, sich von der Zwanghaftigkeit ihres erlernten Leistungsstrebens zu distanzieren beziehungsweise ihre Selbstwahrnehmung zu relativieren. Luthers Erkenntnisweg wiederum verdeut-

licht, dass sich die neue Transzendenzbefähigung an einer Lebenserfahrung wie der Anfechtung schulen muss.

Doch wie bestechend wären heutzutage evangelische Exerzitien-Angebote, die bereits in der Ausschreibung darauf hinweisen: „Wer meditiert, muss leiden.“<sup>29</sup>

Im Feld der neuen Religiosität fallen zwei Merkmale besonders auf, denen sich eine zeitgemäße evangelische Spiritualität stellen muss. Zum einen suchen Menschen, die gewohnt sind, ‚ihr eigener Herr zu sein‘, subjektive, emotional geprägte religiöse Erfahrungen, um sich außerpersonaler Kräfte oder Energien, des Heiligen Geistes oder der Gegenwart Gottes zu vergewissern. Zum anderen investieren sie zum Teil viel Geld in Praktiken – von Yoga, Tai-Chi über Reinkarnationstherapien bis hin zum Fastenwandern –, die spirituelle Erfahrungen im Körper verankern. Attraktiv an den neuen spirituellen Praktiken ist, dass sie ganzheitlich argumentieren. Sie verbinden körperliche Heilung mit dem persönlichen spirituellen Wachstum und bauen somit auf dem Leitbild des autonomen Individuums auf.<sup>30</sup> Sofern sie sich jedoch rückhaltlos kommerziellen Mechanismen aussetzen (mit hohen Teilnahmekosten) oder über Privatpersonen verbreitet werden (mit gewagten Adaptionen), laufen sie Gefahr, ihre Seriosität einzubüßen und die traditionellen Quellen, aus denen sie schöpfen, bis zur Unkenntlichkeit zu verwischen.<sup>31</sup>

Spirituelle Angebote der evangelischen Kirche können angesichts dieses Marktes vielleicht mit einem Vertrauensvorschuss rechnen. Sie sind nur bedingt den Marktgesetzen unterworfen und kümmern sich gerade durch ihre akademische Rückendeckung um die Pflege und Aufarbeitung ihrer traditionellen Quellen. Gleichzeitig sind verschiedene Körpertechniken wie Yoga oder das Pilgern bereits fester Bestandteil in der evangelischen Erwachsenenbildung. Werden sie bewusst in das christliche Bildungsverständnis integriert, übernehmen sie eine wichtige Funktion für eine ganzheitliche evangelische Spiritualität: Sie lenken die Aufmerksamkeit der Menschen auf ihre Leiblichkeit und sie helfen dabei, den unruhigen Geist mittels Atem und Körperbewegungen zu konzentrieren und zu beruhigen.

Entscheidend ist nun, wie der folgende Schritt in eine geistig-meditative Übungspraxis ausgestaltet wird. Luther zufolge hieße das, sich mit der ganzen Existenz in die Schrift hineinzugeben. Schriftmeditation zielt darauf, eine ledige Einstellung einzuüben, sich von allem willentlichen Denken und Streben freizumachen, um sich von Gott ansprechen zu lassen. Luther maß der Anfechtung die entscheidende Funktion zu, den Menschen in einen derartigen Selbstentäußerungsprozess einzuführen.

<sup>26</sup> S. o. A., S. 289.

<sup>27</sup> S. o. A., S. 26.

<sup>28</sup> Vgl. Ohly, L./ Wellhöfer, C. (2016): Neuroenhancement aus theologisch-ethischer Perspektive. In: forum erwachsenenbildung, 4/2016, S. 34–38.

<sup>29</sup> Bayer, O. (1988): Oratio, Meditatio, Tentatio. Eine Besinnung auf Luthers Theologieverständnis. In: Lutherjahrbuch 55. Jg. 1988, 7–59, S. 49.

<sup>30</sup> Vgl. Knoblauch, H. (2009): Populäre Religion. Auf dem Weg in eine spirituelle Gesellschaft. Frankfurt a. M., S. 140.

<sup>31</sup> S. o. A., S. 26.

Deshalb hat er seine Meditationspraxis als Trias von *oratio – meditatio – tentatio* beschrieben. Auf das Heute bezogen lässt sich konstatieren: Anfechtung und seelische Not sind das Letzte, was sich spirituell Suchende von ihrer Übungspraxis versprechen. Ich bin überzeugt, dass eine attraktive evangelische Übungspraxis die vorbereitende Funktion der *tentatio* verstehen und durch ein Übungsmoment ersetzen muss, das den Suchbewegungen der heutigen Menschen besser entspricht.

Interessanterweise hat Bonhoeffer einerseits an Luthers Schriftmeditation angeknüpft, andererseits die Kontemplation, die er in englischen Klöstern kennenlernte, in seinen Meditationsansatz übernommen.<sup>32</sup> Aus der spätmittelalterlichen monastischen Praxis ist uns die Stufenfolge von *lectio – meditatio – oratio – contemplatio* überliefert. Bonhoeffer setzt die *contemplatio* an die Stelle der *lectio*, da er geistige Sammlung und innere Ruhe vor Gott als Vorübung begreift für die existenzielle Begegnung mit Gott im Wort. Geübt wird die innere Versenkung eine Woche lang an demselben Bibeltext. Bonhoeffers Meditationskonzept braucht nicht mehr die Seelennöte als entscheidende Motivation zum Beten und Meditieren. Vielmehr verschafft Bonhoeffer einer „monastisch geprägten Frömmigkeit wieder Heimatrecht im Protestantismus“.<sup>33</sup> In der Abgeschlossenheit der Vikarskurse in Finkenwalde etablierte er das gemeinschaftliche verbindliche Leben an einem Ort, das der Einübung von spirituellen Praktiken diene.

Bonhoeffers Impulse wirken weiter in den heute existierenden *evangelischen Kommunitäten*. Peter Zimmerling erkennt in den Charakteristika der kommunitären Spiritualität sogar eine Vorbildrolle für eine zukünftige evangelische Spiritualität.<sup>34</sup> Denn sie erfüllen beide Bedingungen, die Bonhoeffer



fer – und mit ihm schon Luther und Francke – für eine gelingende Meditationspraxis formuliert hat: Zum einen gibt es Übungseinheiten zur Sammlung des Geistes, zum anderen eine verbindliche Gemeinschaft von Praktizierenden gemäß des „allgemeinen Priestertums“. Ist das vorstellbar?

Lässt sich der breite Traditionsstrom evangelischer Spiritualität angesichts der Bedürfnisse postmoderner Sinnsucher/innen neu beleben, indem engagierte Theolog/inn/en sich auf die Lebenspraxis von Kommunitäten einlassen, um mit ihnen Exerziten zu entwickeln?

<sup>32</sup> Zimmerling, P. (2006): Bonhoeffer als praktischer Theologe. Göttingen, S. 69.

<sup>33</sup> S. o. A., S. 61.

<sup>34</sup> Zimmerling, P. (2003): Evangelische Spiritualität. Göttingen, S. 166f.