

Leseprobe:

Wunibald Müller

Du bist die Liebe, die stärker ist als alles

Mit Gott sprechen
in Angst, Depression
und Verzweiflung

echter

Inhalt

Vorwort	9
»Ich fürchte kein Unheil, Du bist ja bei mir«	14
Auf <i>Dir</i> will ich gründen.	16
Ich lasse mich in Dich hinein fallen	18
Ich bin verankert in Dir	20
Ich will mein Ja zu Dir erneuern und bestärken .	22
Mein Herz ist bei Dir	24
Du bist die Liebe, die stärker ist als alle Angst . .	26
Du bist Labsal für meine Seele	28
Du in mir und ich in Dir.	30
»Wenn ich einmal soll scheiden, so scheide nicht von mir«	32
Du forderst mich ganz schön heraus	34
Mit Dir durch die Angst hindurch gehen	36
Ich gehe Dir entgegen – mit Dir.	38
Du brennst in mir.	40
Ich glaube an Dein Herz, das durch alle Ängste hindurchgegangen ist.	42
Ich übereigne mich Dir	44
Man mag mir alles nehmen, Dich kann mir niemand nehmen	46
Dein Wille geschehe.	48

Mein Ziel ist, Dich zu schauen	50
Ich bin Dir dankbar für alles, was Du mir bis jetzt geschenkt hast	52
»Ohne Dein lebendig Wehen nichts im Menschen kann bestehen«	54
Wenn ich jetzt durchhalte, werde ich Dir noch näher sein	56
Den Kreislauf zwischen Dir und mir nicht unter- brechen	58
Tritt ein unter mein Dach	60
Dir nahe sein zu dürfen verlangt, zu Deinen Händen zu werden	62
Meine Fantasien müssen vor Dir bestehen können	64
Vor Dir und für Dich will ich durchsichtig sein..	66
So vertraue ich darauf, dass Du mich nicht alleine lassen wirst	68
Lasse die ganze Welt hinter dir und vergiss sie...	70
Etwas in mir ist noch ausgedorrt	72
»Und uns vor unserer Heilung sagt ärgeren Schmerz voraus«	74
»In Deine Hände befehle ich meinen Geist«.. . . .	76
Siehe, meine Tage sind eine Handbreit bei Dir...	78
»Ich will schweigen und meinen Mund nicht auftun«	80
Ein zaghaftes Anklopfen bei Dir	82
Deine Liebe bleibt mir immer erhalten	84

Ich will Deiner Melodie lauschen	86
Du bist größer als alles	88
Der Duft eines verlockenden »Etwas« lockt uns an	90
Leere dich ganz und gar	92
Du verwandelst mich, lässt mich aufgehen in Dir	94
Dir allein gebührt die Ehre	96
»Sitze da, wartend, zufrieden mit der Gnade Gottes«	98
»Mach Du mich zu Deinem Werkzeug!«	100
Im Beten des Vater unser meiner Seele ein Zuhause geben	102
Im heiligen Nichtstun mein Beten krönen	104
»Seid stille und erkennet, dass ich Gott bin«	106
Ausgestreckt zu Dir	108
Mein Gott, mein Gott, warum hast Du mich verlassen?	110
»Lass mich ein wenig bei Dir ruhen«	112
Du bist da in meinem Herzen	114
Ich will den Schmerz zulassen	116
Da bin ich, ein kurzes Aufleuchten in der Nacht der Welt	118
Ich weiß, dass Du mich annimmst, wie ich bin ..	120
»Wer aber auf den Herrn hofft, den wird die Güte umfassen«	122
Wenn ein Teil von mir geht	124

In Zeiten äußerer und innerer Not bist Du mir näher	126
Du wirst es gut machen	128
Ich setze alles auf Dich	130
Du selbst offenbarst Dich in meiner Liebe	132
Steck mich an mit Deiner Größe, Deiner Groß- zügigkeit	134
Du bist mein Alles	136
Du brichst nicht zusammen. Du bleibst	138
Im Rhythmus des Ewigen weilend Dich schmecken	140
Spiritualität ist gelebte Beziehung zu Dir	142
In meinem Schmerz bist Du gegenwärtig	144
Ja – Du bist da. Ich spüre Dich	146
Also folge ich Dir – wohin?	148
Ich gehe Dir entgegen – Dir	150
So fürchte ich kein Unheil, denn Du bist ja bei mir	152
Du entziehst Dich mir, bleibst unfassbar	154
»Ein Springer muss springen und ein Fänger muss fangen«	156
Ein Jahr danach	158
 Literatur	 160

Vorwort

»Mit dem Verstand weiß ich, dass es keinen lieben Gott gibt, aber ich spreche oft mit ihm, das habe ich seit der Kindheit getan. Das tut mir gut, und das erlaube ich mir«, sagt die 90jährige Psychoanalytikerin Margarete Mitscherlich-Nielsen in einem Interview (2007). Ich finde das ehrlich und es rührt mich an.

Auch ich spreche seit meiner Kindheit mit Gott und tue es bis zum heutigen Tag. Ich glaube an den »lieben Gott«, so sehr ich auch Zeiten kenne, in denen mir das schwer fällt. Ich halte mich deswegen nicht für besser oder weiter als Margarete Mitscherlich-Nielsen. Ich erachte mich aber auch deshalb nicht für weniger reif. Auch lasse ich mich nicht beeindrucken von Albert Einstein, der in einem vor kurzem bei einer Versteigerung in London bisher unbekanntem Brief die biblische Vorstellung von Gott als einen »kindlichen Aberglauben« bezeichnet.

Ich glaube einfach an Gott, erfahre immer wieder seine Anwesenheit. Das gilt besonders auch in Zeiten der Not, wenn ich Angst, Depression und Verzweiflung erfahre. Dann erlebe ich meine Gespräche mit Gott als trostvoll und heilend.

In dem erwähnten Gespräch meint Frau Mitscherlich-Nielsen weiter: »Ohne mitmenschliche Beziehungen ist das Leben ein Horror. Wenn ich im Moment keinen Menschen habe, der mich so gut versteht wie Gott, spreche ich halt mit Gott.« Ich habe nie daran gezweifelt, dass Gott mich gut versteht, und ich

durfte es immer wieder erfahren. Aber auch wenn ich Menschen kenne, an die ich mich wenden kann, wenn ich Hilfe brauche, geht von meinen Gesprächen mit Gott eine Wirkung aus, die noch einmal eine eigene Qualität hat. Ich erfahre auf eine Weise Hilfe, die ganz tief in mir ihren Ursprung hat und mich dort auch berührt.

So erlebe ich meine Gespräche mit Gott als eine Art Therapie. Ich kann dabei nicht von Selbsttherapie sprechen, da ja ein anderer daran beteiligt ist: Gott, den ich bei meinen Gesprächen als lebendiges Gegenüber erleben darf.

Die folgenden Texte dokumentieren meine Gespräche mit Gott in einer Phase meines Leben, in der ich niedergeschlagen, depressiv, voller Angst und manchmal auch verzweifelt war. Es sind sehr persönliche Texte, die ich zunächst nur für mich geschrieben habe. Dabei war es für mich auch wichtig, nicht nur mit Gott zu sprechen, sondern schreibend mit Gott ins Gespräch zu kommen.

Es war eine Zeit, in der ich meinen Glauben an Gott wieder einmal »abklopfte« und dabei seine Geduld mit mir, sein Aushalten bei mir und vor allem seine Liebe zu mir erfahren durfte. Das eröffnete mir einen neuen Zugang zu ihm.

Ich habe bei meinen Gesprächen mit Gott gemerkt, wie sehr allein die Tatsache, regelmäßig mit Gott zu sprechen, die Erfahrung der Verbundenheit mit Gott fördert. Vielleicht ist es gerade diese tägliche innige Kontaktaufnahme, die persönliche Begegnung mit Gott, von der die stärkste heilende Erfahrung von Halt, Trost und Geborgenheit ausgeht. Noch nie wur-

de mir so klar wie bei diesen Gesprächen mit Gott, dass es eine Zeit der Stille und des Schweigens gibt, dann aber auch eine Zeit des Sprechens und der lebendigen Kontaktaufnahme mit Gott als meinem allerpersönlichsten Du.

Der geistliche Schriftsteller Henri Nouwen, mit dem ich freundschaftlich verbunden war, hat mich durch seine Veröffentlichungen, in denen er auch sehr viel von seiner inneren Not mitteilte, ermutigt, anderen Menschen die eigene Innenseite zu zeigen und sie an der persönlichen Auseinandersetzung mit Gott teilhaben zu lassen. Vielleicht erleichtert das auch Ihnen, meinen Lesern, besser zur eigenen Begrenztheit, Niedergeschlagenheit, Angst und Schwäche zu stehen und diese anzunehmen. Ich möchte Sie jedenfalls einladen, sich auf das Gespräch mit Gott einzulassen, im Vertrauen darauf, dadurch Trost und Heilung zu erfahren.

Ich will durch die Veröffentlichung dieser Texte Ihnen, meinen Lesern und Leserinnen, Mut machen, der heilenden Kraft zu vertrauen, die davon ausgehen kann, wenn wir in Zeiten der Not das Gespräch mit Gott suchen. Vielleicht können meine Texte, die ich auch als Gebete verstehe, dem einen oder anderen als Vorlage für sein/ihr Sprechen mit Gott und Beten zu Gott hilfreich sein.

Danken möchte ich den Camaldolensern in Big Sur, vor allem ihrem Prior Pater Raniero Hoffmann, bei denen ich für fast eine Woche im Kloster leben durfte, den Trappisten der Abtei New Clairvaux in Nordkalifornien, in deren Gästehaus ich einige Tage verbrachte, und unseren Freunden Mary und Andrew Miche in

Lakeport/Kalifornien, alles Stätten, an denen ich große Teile der vorliegenden Texte geschrieben habe. Herrn Heribert Handwerk vom Echter Verlag danke ich für die gute Zusammenarbeit und wichtige Anregungen.

Wunibald Müller

*... den ich wie eine Person liebe
und dem ich die letzte Aktivität meines Lebens
zu geben habe*

(Pierre Teilhard de Chardin
über seine Beziehung zu Gott)

»Ich fürchte kein Unheil,
Du bist ja bei mir«

Beim Aufwachen taucht der Satz in mir auf: »Ich fürchte kein Unheil, Du bist ja bei mir.« Seit gestern hat sich eine Angst über mich gelegt, fühle ich mich niedergedrückt und traurig. Ich kenne das. Dann sehe ich alles wie durch eine dunkel getönte Brille. Äußere Auslöser mögen Überarbeitung, Abschied nehmen von unserem Sohn, der ins Ausland geht, berufliche Verunsicherungen, schwere Krankheit bei Freunden usw. sein. Alles Situationen und Tatsachen, mit denen ich auch sonst auf die eine oder andere Weise konfrontiert bin.

Und da taucht der Satz auf: »Ich fürchte kein Unheil, Du bist ja bei mir.« Diesen Satz kenne ich aus der Vesper in der Benediktinerabtei Münsterschwarzach. Dort singe ich diesen Satz. Wie ich ihn jetzt singe in meinem Herzen.

Hörst Du mich?
Dringt meine Melodie an Dein Ohr?
In Dein Herz?

Ich sehne mich nach Dir.
Du bist mir so fern.
Das macht mich traurig, macht mir Angst.

Je weiter ich mich von Dir entferne,
desto dünner und oberflächlicher wird mein Leben.
Je näher ich Dir bin,
je stärker ich die Verbundenheit mit Dir erlebe,
desto wesentlicher lebe ich,
desto mehr bin ich bei mir.

Lebe ich aber wesentlicher,
dann lebe ich von innen her,
von meinem Kern, von meinem Wesen her,
von Dir, der erfahrenen Verbundenheit mit Dir, her.
Und nicht, wie jetzt, von außen her,
wo das, was mich beschäftigt und bedrängt,
in Angst versetzt und traurig stimmt.

Du, mein Gott, hörst Du mich?
Jetzt spüre ich Dich wieder mehr.
»Ich fürchte kein Unheil«, denn »Du bist ja bei mir.«

Ich singe mein Lied weiter, stimme ein in den Choral:
»Wohl mir, dass ich Jesum habe,
oh wie feste halt ich ihn;
dass er mir mein Herz erlabe,
wenn ich krank und traurig bin.«

Auf *Dir* will ich gründen

Ich muss an einen Vergleich denken, den der Tiefenpsychologe Robert Moore erwähnt, um die positive Seite von Depression zu erläutern. Die Depression ist der Ballast, der in einem Heißluftballon verhindert, dass wir zu hoch fliegen. Die Depression, die ich im Augenblick spüre, will mir auch sagen: Komme wieder mehr herunter in die Niederungen des Lebens. Fühle dich nicht so sehr auf der sicheren und gesicherten Seite, was Beruf, Gesundheit, Anerkennung betrifft. Mache dich davon nicht abhängig, vor allem nicht dein Glück und deine Zufriedenheit.

Du, mein Gott, bist mein Glück.
Von Dir her erfahre ich Zufriedenheit.
Du gibst mir Sicherheit, schenkst mir Grund.
Auf Dir will ich gründen.
Nicht auf finanzieller Absicherung,
gesellschaftlicher Bedeutung,
persönlicher Wertschätzung.
Meine Depression hält mich dann davon ab,
abzuheben.
Sie holt mich zurück.
Zu mir, in meine Tiefe.
Damit aber auch zu Dir.

Dir bin ich nahe,
wenn ich mir nahe bin.
Ich nicht länger außerhalb von mir lebe.
In hohen Lüften,
abgehoben von mir, anderen Menschen und Dir.

Also lasse ich mich nach unten ziehen
von dem Ballast, der Schwere.
Verabschiede mich
von Scheinsicherheiten und Erwartungen,
die überzogen, unrealistisch sind.

Wenn ich die Schwere nicht länger spüre,
die Angst und Traurigkeit verschwinden,
weiß ich,
dass ich angekommen bin.
Auf dem Boden.
In den Niederungen des Lebens.
Bei Dir.
Dann sind die Illusionen geplatzt,
die ich für Wirklichkeit hielt.
Endlich.
Gott sei Dank.

Dir sei Dank,
für den Ballast,
der mich zwingt,
abzusteigen,
mich wieder am Boden festzumachen,
mich in *Dir* zu verankern.