

# POLYLOGE

## Materialien aus der Europäischen Akademie für biopsychosoziale Gesundheit Eine Internetzeitschrift für „Integrative Therapie“ (peer reviewed)

2001 gegründet und herausgegeben von:

Univ.-Prof. Dr. mult. **Hilarion G. Petzold**, Europäische Akademie für biopsychosoziale Gesundheit, Hückeswagen,  
Donau-Universität Krems, Institut St. Denis, Paris, emer. Freie Universität Amsterdam

### In Verbindung mit:

Dr. med. **Dietrich Eck**, Dipl. Psych., Hamburg, Europäische Akademie für biopsychosoziale Gesundheit,  
Hückeswagen

Univ.-Prof. Dr. phil. **Liliana Igrić**, Universität Zagreb

Univ.-Prof. Dr. phil. **Nitza Katz-Bernstein**, Universität Dortmund

Prof. Dr. med. **Anton Leitner**, Department für Psychosoziale Medizin und Psychotherapie, Donau-Universität Krems

Dipl.-Päd. **Bruno Metzmaker**, Europäische Akademie für biopsychosoziale Gesundheit, Düsseldorf/Hückeswagen

Lic. phil. **Lotti Müller**, MSc., Psychiatrische Universitätsklinik Zürich, Stiftung Europäische Akademie für biopsychosoziale  
Gesundheit, Rorschach

Dipl.-Sup. **Ilse Orth**, MSc., Europäische Akademie für biopsychosoziale Gesundheit, Düsseldorf/Hückeswagen

Dr. phil. **Sylvie Petitjean**, Universitäre Psychiatrische Kliniken Basel, Stiftung Europäische Akademie für biopsychosoziale  
Gesundheit, Rorschach

Prof. Dr. päd. **Waldemar Schuch**, M.A., Department für Psychosoziale Medizin, Donau-Universität Krems, Europäische  
Akademie für biopsychosoziale Gesundheit, Hückeswagen

Prof. Dr. phil. **Johanna Sieper**, Institut St. Denis, Paris, Europäische Akademie für biopsychosoziale Gesundheit,  
Hückeswagen

© FPI-Publikationen, Verlag Petzold + Sieper Hückeswagen.

Ausgabe 11/2013\*

## Das Geheimnis des Herzens. Ein Plädoyer für eine Mystik der Freiheit <sup>1</sup>

*Bernhard Neuenschwander, Wabern*

---

\* Aus der „Europäischen Akademie für biopsychosoziale Gesundheit“ (EAG), staatlich anerkannte Einrichtung der beruflichen Weiterbildung (Leitung: Univ.-Prof. Dr. mult. Hilarion G. Petzold, Prof. Dr. phil. Johanna Sieper, Hückeswagen <mailto:forschung.eag@t-online.de>, oder: [EAG.FPI@t-online.de](mailto:EAG.FPI@t-online.de), Information: <http://www.Integrative-Therapie.de>).

<sup>1</sup> Der vorliegende Artikel basiert auf einem Vortrag, den ich am 19. Februar 2013 in Bern im Forum Kirche & Gesellschaft vorgetragen habe. Für die Veröffentlichung habe ich ihn inhaltlich leicht überarbeitet, den Stil des Vortrags jedoch beibehalten.

Kommt man aus einem hektischen Alltag, erscheint ein Plädoyer zum Geheimnis des Herzens wie ein erratisches Zeugnis aus einer andern Welt. Jeder Tag hat mit all seinen Ansprüchen, Verantwortungen und Belastungen genug an seiner eigenen Last, heisst es in der Bergpredigt. Raum und Zeit für Gedanken über das Geheimnis des Herzens sind da knapp. Soll man sich plötzlich darauf einlassen, ist dies eine Herausforderung. Wenn man bereit ist, sich ihr zu stellen, muss man bereit sein zu einer inneren Umkehr. Der Blick, der normalerweise nach aussen gerichtet ist, muss sich nach innen wenden, das Bewusstsein, das gewohnt ist, äussere Reize zu verarbeiten, muss sich auf sich selbst besinnen, die Ungeduld, die sonst vorwärts drängt, muss einer Geduld Platz machen, die innehält, ruhig macht und die Stille sucht. Das Thema verlangt dies so. Ohne diese Umkehr wird es schwierig, zu seinem Herzen zu kommen und ohne zum Herzen zu kommen, ist es erst recht schwierig, darin ein Geheimnis zu entdecken. Aber genau dies ist der Schlüssel zu dem, worum es in diesem Artikel geht: Es ist der Schlüssel zur Mystik der Freiheit.

Auf einem Forum für liberale Theologie müsste dies eigentlich gut verständlich sein. Liberale Theologen haben im 19. Jahrhundert die Tradition der Mystik wohlwollend rezipiert und in ihr eine Kraftquelle gesehen, die ihren eigenen Ansatz vertieft und verstärkt. Für eine Mystik der Freiheit wird dies erst recht gelten. Nur wird eine Mystik der Freiheit aber auch für Liberale eine Herausforderung bleiben. Schlicht und einfach weil eine solche Mystik immer eine Herausforderung bleibt. Man kann mit ihr nie fertig werden, und man kann sie nie in sein eigenes System integrieren. Sie bleibt ein Anspruch, dem man sich nur beugen, eine Herausforderung, die man bloss immer neu annehmen kann. Eine Mystik der Freiheit drängt den Menschen, der sich ihr zuwendet, dazu, sich immer weiter zu überschreiten, sich selbst immer mehr zu lassen, sich in immer grösserer Freiheit zuhause zu fühlen. Das ist ein Weg. Ein Weg ohne Grenze, ein Weg ohne Hilfe, ein Weg ohne Mass. Es ist ein Weg in Selbstverantwortung und Mündigkeit. Es ist eben ein Weg zu Gott.

Ich möchte in diesem Artikel ein Plädoyer für diesen Weg abgeben und dazu ermutigen, ihn zu gehen. Für mich ist dieser Weg das Zentrum des christlichen Glaubens, das Zentrum meines eigenen Menschenseins, das Zentrum dessen, was ich andern Menschen wünsche, dass sie es zu realisieren beginnen. Selbstverständlich kann man davon auf viele Weisen reden, und selbstverständlich kann ich nur von dem reden, was ich kenne. Diese Einschränkungen bleiben, aber wenn sie klar sind, unterstützen sie vielleicht andere, ihren Weg auf ihre Weise zu gehen, ihre eigene Sprache dafür zu finden und sich selbst auf diesem Weg zu werden.

Um hier von diesem Weg zu sprechen, will ich in drei Schritten vorgehen. In einem 1. will ich das, was ich mit Mystik der Freiheit meine, näher beschreiben und verständlich machen. Ich beschränke mich dabei auf ein paar grundlegende, religionsphilosophische Gedanken. In einen 2. Schritt will ich darüber Rechenschaft geben, ob und inwiefern sich ein solcher Ansatz von Mystik heute in unseren westlichen Gesellschaften bewährt. In einem 3. Schritt schliesslich unterstelle ich, dass eine solche Mystik heute keine Selbstverständlichkeit ist, sondern dass sie geübt und kultiviert werden kann und muss. Dies zu erläutern, ist das Thema dieses letzten Teils.

## 1. Was ist Mystik der Freiheit?

Es gibt verschiedene Schwierigkeiten, über eine solche Mystik zu reden. Eine Schwierigkeit besteht darin, dass Mystik ein Ereignis ist, das in höchst persönlicher Weise geschieht und mit Worten bloss angedeutet, aber nicht erfasst und vermittelt werden kann. Selbstverständlich kann man mit Worten erzählen, was ein Blitz ist, was die Voraussetzungen sind, dass man am Himmel Blitze sieht und was die Folgen sein können, wenn ein Blitz einschlägt. Solange man aber nie ein richtiges Gewitter erlebt hat, wird man mit diesen Worten wenig anfangen können. Erst die eigene Erfahrung macht sie verständlich und schafft eine eigene Anschauung der Worte. Für ein mystisches Ereignis gilt dies erst recht. Phänomenal lässt es sich noch schlechter als ein Gewitter beschreiben, und das Ereignis als solches ist noch unfassbarer als alles, was man wahrnehmen kann. *Ludwig Wittgenstein* hat dies vollkommen richtig verstanden, wenn er gegen Schluss seines *Tractatus logico-philosophicus* schreibt: „Es gibt allerdings Unausprechliches. Dies *zeigt* sich, es ist das Mystische.“ (*Wittgenstein* 85) Für ihn ist klar, dass man Sätze, die man verstehen will, wie eine Leiter wegwerfen muss, sobald man sie verstanden hat, um nicht in ihnen stecken zu bleiben. Denn ihren Sinn kann man in Worten nicht festhalten. Nüchtern stellt er deshalb ganz am Schluss fest: „Wovon man nicht sprechen kann, darüber muss man schweigen.“ (*Wittgenstein* 85). Die adäquate Resonanz auf das Mystische ist daher nicht das Reden, sondern das Schweigen.

Das Problem, das er anspricht, ist ein echtes Problem. Wenn ich mich hier über seinen Rat hinwegsetze, nicht verstumme und doch über Mystik rede, tue ich es im Wissen, dass ich den Bereich traditioneller, westlicher Rationalität überschreite und einen erweiterten Begriff von Rationalität in Anspruch nehme. Mit Bedacht spreche ich nicht von einem Schritt in die Irrationalität, welche als Negation zu Rationalität gerade dadurch bestimmt ist, dass sie nicht mehr rational ist. Mir geht es jedoch darum, dass sich Mystik – wie *Wittgenstein* sagt – im Rahmen unserer vertrauten Rationalität zwar *zeigt*, aber nicht erfasst werden kann, dass sie deswegen aber nicht in den Bereich der Irrationalität abgeschoben werden kann, sondern dass sie einer erweiterten Logik folgt.

Vergegenwärtigen wir uns kurz die Hauptpunkte unserer westlichen Logik. *Aristoteles* hat sie in ihren Grundzügen festgehalten.

- |   |  |
|---|--|
| 1. Der Satz von der Identität:            | a ist a („Etwas ist so.“)  |
| 2. Der Satz vom Widerspruch:              | a ist nicht Nicht-a („Etwas ist nicht so.“)  |
| 3. Der Satz vom ausgeschlossenen Dritten: | es gibt a und es gibt nicht-a,<br>etwas Drittes gibt es nicht.<br>(„Etwas ist nur entweder a oder nicht-a.“) |

Diese drei Sätze beschreiben die Grundbausteine unserer westlichen, binären Logik, einer Logik, die für uns selbstverständlich ist, die unser Verständnis von Rationalität bestimmt und mit der Entwicklung digitaler Technologien einen vorläufigen Höhepunkt erreicht hat. Gegen eine Logik anzutreten, die einen solchen Leistungsausweis vorzulegen hat, ist offensichtlich anspruchsvoll und verwegen. Meine Absicht ist deshalb auch nicht, eine Fundamentalkritik zu starten, sondern Plausibilität zu schaffen, sie zu erweitern. Mein Ziel ist ja eben eine erweiterte Rationalität, nicht das Kippen in die Irrationalität.

Die Logik, für die ich mich im Interesse der Mystik der Freiheit stark mache, sieht folgendermassen aus:

- |                                |                      |
|--------------------------------|----------------------|
| 1. der Satz von der Identität: | a ist a und          |
| 2. der Satz vom Widerspruch:   | a ist nicht nicht-a. |

Diese beiden Sätze sind also mit der aristotelischen Logik identisch. Neu sind jedoch die folgenden beiden Sätze:

3. der Satz von der Integration: es gibt sowohl a als auch nicht-a und  
 4. der Satz der Überschreitung: es gibt weder a noch nicht-a.

Anstelle des aristotelischen Satzes vom ausgeschlossenen Dritten, stehen hier also die Sätze vom sowohl – als auch und vom weder – noch. Die traditionelle, auf die zweiwertige Logik basierende Rationalität wird dadurch zwar teilweise bestätigt, an einem entscheidenden Punkt jedoch kritisiert bzw. erweitert. Darüber kann man nachdenken.

Selbstverständlich wurde darüber auch schon oft nachgedacht. Der Augsburger Philosoph *Hans-Peter Sturm* hat die Spuren dieser Logik mit den 4 Satzungsvarianten in Orient und Okzident in verschiedenen Publikationen beschrieben<sup>1</sup>. Erste Ansätze finden sich im 2. vorchristlichen Jahrhundert bei *Nagarjuna*, einem Schüler des historischen Buddhas. In den buddhistischen Traditionen, insbesondere denen des Mahayana-Buddhismus, sind sie gepflegt und ausgeführt worden. Heute sind sie im Konzept der Integrativen Therapie wie sie von *Hilarion Petzold* entwickelt worden ist, vertreten (*Petzold* 2012h). Bemerkenswerte Spuren finden sich, wenn auch nicht explizit, so doch implizit aber auch in der Tradition der christlichen Mystik. Ein paar Beispiele mögen dies illustrieren<sup>2</sup>.

Beginnen wir beim Johannesprolog und seiner Ambivalenz zwischen Logos und Gott. Auf der einen Seite wird hier klar zwischen dem Wort, das im Anfang war und Fleisch wurde, und Gott unterschieden. Das Wort ist das Wort, das gesehen wird (Satz 1), und es ist nicht Gott, den niemand sieht (Satz 2). Die Sätze von der Identität und vom Widerspruch sind also gewahrt. Auf der andern Seite wird aber das Wort als Gott ausgewiesen (Satz 3) und deutlich gemacht, dass es bei der Inkarnation um ein Ereignis geht, das weder Wort noch nicht-Wort ist, sondern beides bzw. mehr als Wort oder Stille (Satz 4). Da kommt offensichtlich der Satz von der Integration des Widerspruchs und der Satz von der Überschreitung in das unfassbare Ereignis zum Zuge.

Ein weiteres Beispiel finden wir im Bekenntnis von Chalcedon von 451. Hier werden die menschliche und göttliche Natur von Jesus Christus zwar klar unterschieden, aber nicht voneinander getrennt. Es heisst da, dass die beiden Seiten „unvermischt und unverwandelt“ sowie „ungeteilt und ungetrennt“ seien. Das Menschliche soll menschlich und das Göttliche göttlich bleiben, zugleich aber soll ihre Einheit und ihre Unfassbarkeit zum Ausdruck kommen. Genau dies aber ist die Logik mit ihren vier Satzungsvarianten.

Die klassische Hoheliedmystik wie wir sie seit *Origenes* bei *Bernhard von Clairvaux* und unzähligen Mystikern und Mystikerinnen finden, folgt derselben Logik. Zwischen der menschlichen Seele und Christus, welche einander wie Braut und Bräutigam lieben, wird einerseits klar unterschieden, andererseits sind sie in ihrer Bezogenheit miteinander verbunden und überschreiten diese Bindung in der unaussprechlichen unio mystica. In der Hoheliedmystik wurde dieses Liebesspiel in poetischer Weise besungen, die darunterliegende Logik ist aber die Logik der erweiterten Rationalität. Derjenige, der diese Konsequenzen am radikalsten gesehen und ausformuliert hat, ist in der mittelalterlichen Mystik freilich *Meister Eckhart*. Für ihn ist klar, dass Gott einen einzigen Sohn hat, dass der Mensch, indem er durch die Gottesgeburt als Sohn geboren wird, im Urgrund Gottes ein und denselben Grund hat, dass die Menschen auf diese Weise zwar nicht die Gleichen sind und sich in ihrer Verschiedenheit unterscheiden, dass aber die Ambivalenz von Einheit und Verschiedenheit bejaht und in die unaussprechliche Einheit Gottes

<sup>1</sup> *Sturm, Hans-Peter* (1996): *Weder Sein noch Nichtsein. Der Urteilsvierkant (catuskoti) und seine Korollarien im östlichen und westlichen Denken*. Würzburg: Ergon Verlag.

<sup>2</sup> In meiner Dissertation „Mystik im Johannesevangelium“ (1998) habe ich Mystik als Realisation von Nicht-Dualität definiert. Die erweiterte Logik mit den 4 Satzungsvarianten ist eine Erläuterung der Konsequenzen bezüglich der Logik, die sich aus dieser Definition ergeben.

überschritten ist<sup>3</sup>. Implizit kommt auf diese Weise genau die erweiterte Logik mit ihren vier Setzungsvarianten zum Tragen.

Die Mystik der Freiheit folgt diesem Ansatz. Sie unterstellt, dass das Geheimnis des menschlichen Herzens diejenige Freiheit ist, welche die Logik mit ihren 4 Setzungsvarianten realisiert und daher aus der Tiefe ihres Herzens in der Lage ist, die Wirklichkeit, in welcher wir leben, mit dieser Logik zu verstehen und zu gestalten. Darin eingeschlossen ist die Unterstellung, dass diese Logik auch für die Pole buddhistischer und christlicher Weg gilt, dass also der eine Weg klar vom andern zu unterscheiden ist, dass man entweder diesen oder jenen geht und entsprechend in dessen Tradition und Kontext integriert ist, dass man dabei jedoch in der Ambivalenz beider Wege bleibt und dass das Ereignis ihrer Überschreitung ein überkonfessionelles Ereignis säkularer Mystik ist (*Petzold* 1983; *Neuenschwander* 2007). Ich will dies zum Schluss dieses ersten Teils etwas konkretisieren.

Eine Mystik, welche die Freiheit ins Zentrum stellt, muss darüber Auskunft geben, um was für eine Freiheit es ihr geht. Geht man phänomenal vor, steht die Frage nach der Freiheit vor dem Dilemma, dass Menschen einerseits in Bedingungen und Gesetzmässigkeiten eingebunden sind, die sie bestimmen, dass Menschen aber andererseits als Agens auftreten und den Anspruch erheben, ihre Entscheidungen frei fällen zu können. Auf der einen Seite haben wir Hunger, hängen von der Biologie dieses Hungers ab und sind unfrei, auf der andern Seite können wir den Anspruch erheben, frei sein zu wollen, wie wir mit unserem Hunger umgehen. Bestimmen wir Freiheit aufgrund dieses Dilemmas, werden wir Freiheit nicht als absolute oder unbedingte, sondern als bedingte Freiheit verstehen. Die Arbeit an der Freiheit besteht dann darin, die Verstrickungen in unsere Geschichte und unsere Welt aufzuarbeiten und unter den Bedingungen, unter denen wir leben, eine möglichst optimale, aber immer bedingte Freiheit zu erwerben. Wir werden also versuchen, unter den konkreten Bedingungen, unter denen wir leben, so viel Freiheit z.B. im Umgang mit unserem Hunger zu erarbeiten wie möglich. Der Schweizer Philosoph *Peter Bieri* folgt in seinem Buch „Das Handwerk der Freiheit“ diesem Ansatz und behauptet, dass dies genau das ist, was wir als Menschen für unsere Freiheit tun können. Die Freiheit, die wir vergrössern können, sei immer nur unsere bedingte Freiheit, eine unbedingte Freiheit gebe es für uns nicht (*Bieri* 230ff).

Geht man von der klassischen Logik aus, hat *Peter Bieri* völlig recht. Setzt man jedoch für die Mystik der Freiheit eine erweiterte Logik voraus, sieht die Sache anders aus. Dann nämlich kann man einerseits davon ausgehen, dass die Freiheit, die wir aufgrund unserer Bedingtheit erleben, eine bedingte Freiheit ist, und dass unbedingte Freiheit nichts ist, was wir aufgrund unserer Bedingtheit erleben können. Andererseits können wir dann aber auch feststellen, dass damit das letzte Wort nicht gesagt ist. Für die Mystik der Freiheit wird man vielmehr darauf hinweisen, dass sich bedingte und unbedingte Freiheit zwar unterscheiden, nicht aber trennen lassen, dass beide zwar nicht vermischt sind, sich aber durchdringen und dass es in all dem um ein Ereignis geht, das sich nicht in Kategorien von Bedingtheit und Unbedingtheit erfassen lässt, sondern das aus sich selbst geschieht, unser Leben heimsucht und uns in unserer Bedingtheit in eine unbedingte Freiheit stellt.

In der Tradition der christlichen Mystik ist dieser abstrakt formulierte Sachverhalt in poetischer Sprache reich illustriert und zur Sprache gebracht worden. Sie stellt Gott bzw. seine Liebe in die Mitte und realisiert, dass sich in dieser Liebe das menschliche Herz öffnet, dass eine grosse Weite entsteht und dass die unbedingte Freiheit Gottes die

<sup>3</sup> *Meister Eckhart* (1993): Werke I. Predigten, Frankfurt a.M.: Deutscher Klassiker Verlag: Pr. 42; 46 u.a.

bedingte Freiheit des Menschen durchdringt. Den Unterschied von menschlich bedingter und göttlich unbedingter Freiheit stellt sie nicht in Frage. Aber sie weiss ebenfalls um deren Ineinander und um deren Überschreitung in das unfassbare Ereignis der Gegenwart Gottes. *Gerhard Teerstegen* hat dies in einem seiner Lieder wunderbar zum Ausdruck gebracht: „Gott ist gegenwärtig. Lasset uns anbeten und in Ehrfurcht vor ihm treten. Gott ist in der Mitte. Alles in uns schweige und sich innigst vor ihm beuge.“ Und in der letzten Strophe: „Herr, komm in mir wohnen, lass mein Geist auf Erden dir ein Heiligtum noch werden.“ (Lied 162 im Evangelischen Gesangbuch). Eine klassische, zweiwertige Rationalität kann in solcher Poesie nicht viel mehr als Schwärmerei erblicken; eine erweiterbare, vierwertige Rationalität realisiert darin jedoch die überrationale Klarheit, die durch die Gegenwart der unbedingten Freiheit Gottes in unserem Herzen geschieht und die uns in unserer Bedingtheit mit der Liebe Gottes durchglüht – oder wie *Meister Eckhart* sagt: „durchkitzelt“ (*Meister Eckhart* Predigten I, 421).

Dies etwas realisierbar zu machen, war das Anliegen des 1. Teils. Im nun folgenden 2. Teil will ich diese Mystik im Kontext post-moderner Gesellschaft profilieren.

## 2. Mystik der Freiheit in der post-modernen Gesellschaft

In diesem Teil geht es mir darum, Rechenschaft darüber abzulegen, ob und inwiefern sich das präsentierte Verständnis von Mystik in der heutigen, post-modernen Gesellschaft bewährt. Ich will dazu zunächst einen Leitgedanken vorstellen, der mir für das Verständnis gegenwärtiger, westlicher Gesellschaften zentral erscheint, um dann meinen Ansatz von Mystik an diesem Leitgedanken zu erläutern.

Der Leitgedanke, der mir zum Verständnis heutiger, westlicher Gesellschaften von zentraler Bedeutung scheint, heisst Beschleunigung. Zur Erläuterung dieses Begriffs gehe von Analysen aus, die der Soziologe *Harmut Rosa* in seiner Habilitationsschrift im Jahre 2005 unter dem Titel „Beschleunigung“ erstmals publiziert hat und die unterdessen in der 9. Auflage vorliegen<sup>4</sup>. *Rosa* geht für seine Analysen von der Vermutung aus, dass Modernisierung nicht nur ein vielschichtiger Prozess in der Zeit ist, sondern eine strukturell und kulturell höchst bedeutsame Transformation der Temporalstrukturen und –horizonte selbst bezeichnet und dass die Veränderungsrichtung mit dem Begriff soziale Beschleunigung zu erfassen ist (*Rosa* 24). Ich will dies kurz erläutern.

Um das, was *Rosa* mit sozialer Beschleunigung meint, in Blick zu bekommen, geht er phänomenal vor und beschreibt drei Bereiche (*Rosa* 462f u.ö.): Der erste Bereich umfasst die Phänomene *technischer Beschleunigung*. Unter diesem Blickwinkel stellt sich die Beschleunigungsgeschichte der Moderne in erster Linie als eine Geschichte der progressiven Beschleunigung von Transport, Kommunikation und Produktion dar. Blickt man auf die Strassen oder in den Bildschirm seines Smartphones werden sich Beispiele, die dies illustrieren, erübrigen.

Der zweite Bereich betrifft die *Beschleunigung des sozialen Wandels* bzw. die Steigerung der sozialen Veränderungsraten. Beschleunigung bedeutet hier vor allem die beschleunigte Veränderung von Moden, Lebensstilen, aber auch von Familienstrukturen, Beschäftigungsverhältnissen, politischen und religiösen Bindungen. Dazu gehört, dass die Gegenwart, in welcher etwas stabil und beständig ist, schrumpft, dass sich die Erwartungssicherheit in den verschiedenen Wert-, Funktions- und Handlungsbereichen der Gesellschaft verkürzt und mehr Kontingenz bzw. Unsicherheit entsteht. Anstelle des

<sup>4</sup> *Rosa, Hartmut* (2012, 9. Auflage): Beschleunigung. Frankfurt a.M.: Suhrkamp.

Partners fürs Leben treten Lebensabschnittspartner, anstelle einer Anstellung für sein berufliches Leben treten wechselnde Berufsverhältnisse, anstelle einer persönlichen Kontinuität treten unzählige Möglichkeiten, sich immer wieder neu zu erfinden.

Von diesen Bereichen sozialer Beschleunigung ist drittens *die Beschleunigung des Lebenstempos* zu unterscheiden. Sie ist eine Reaktion auf die Verknappung von ungebundenen Zeitressourcen und manifestiert sich einerseits in Phänomenen von Zeitnot und Stress, andererseits als gesteigerte Menge von Handlungs- und/oder Erlebnisepisoden pro Zeiteinheit. Zu diesem Bereich gehört die Paradoxie, dass durch die technische Beschleunigung einerseits Zeitressourcen freigesetzt werden, so dass man auf den ersten Blick mehr Zeit hat, andererseits aber wird durch ebendiese Beschleunigung der Anspruch erhöht, auf dem Laufenden zu sein, so dass wieder Zeitknappheit entsteht. Zur Beschleunigung des Lebenstempos gehört also, dass man zwar auf verschiedene Weise Zeit spart, faktisch aber doch weniger Zeit hat.

Selbstverständlich gibt es neben diesen Bereichen der Beschleunigung auch Phänomene, die sich der Dynamisierung entziehen (*Rosa 463-466*). Zu diesen gehören natürliche, körperlich bedingte Geschwindigkeitsgrenzen, Entschleunigungsinseln, unbeabsichtigte Nebenfolgen wie Staus auf der Strasse oder Schlangen vor der Kasse, aber auch Depressionen und Burnouts. Faktisch sind freilich all diese Phänomene nur Reaktionen auf die als dominant erlebte Beschleunigung, welche die Vermutung von der sozialen Beschleunigung als dem Hauptmerkmal der Neuzeit nicht widerlegen, sondern bestätigen.

Nun ist es aber nicht so, dass diese drei Bereiche sozialer Beschleunigung unabhängig voneinander existieren, sondern dass sie sich gegenseitig in einen Beschleunigungszirkel bringen, der auf externe Antriebsmotoren gar nicht mehr unmittelbar angewiesen ist (*Rosa 471*). Die Verbreitung des Automobils oder die Etablierung des Internets haben gravierende Folgen für die Art und Weise wie man reist, arbeitet, kommuniziert und seine Freizeit verbringt. Die technischen Innovationen stellen deshalb eine mächtige Triebfeder des sozialen Wandels dar. Dieser wiederum stellt seinerseits einen kraftvollen Antriebsmotor für die Erhöhung des Lebenstempos dar. Weil sich das Umfeld ändert, wird man als Individuum davon erfasst und kommt ins Rutschen. *Rosa* nennt dies das Slipping-Slope-Syndrom, also das Syndrom rutschender Abhänge. Die technische und soziale Beschleunigung setzt das Individuum unter Druck, mitzuhalten, auf dem Laufenden zu sein, und dieses kann sich, will es mithalten, dagegen kaum zu Wehr setzen. Es kommt wie der Schnee in einer Lawine immer mehr ins Rutschen. Indem ihm die Zeit knapp wird, verlangt es nach schnelleren Transportmitteln und Computern, nach kürzeren Service- und Wartezeiten, verschärft dabei aber bloss den ganzen Beschleunigungszirkel.

Die Folgen dieser Entwicklung sind nach *Rosas* Analysen gravierend. Aufgrund der wachsenden Beschleunigung wird die politische Steuerung wirtschaftlicher, technischer oder gesellschaftlicher Entwicklungsprozesse immer schwieriger (das „Ende der Politik“). Dasselbe gilt aber ebenso für den Versuch, diese Entwicklung überhaupt zu verstehen (das „Ende der Wissenschaft“), für den Anspruch die biographische und kollektive Geschichte sinnvoll zu erzählen (das „Ende der Narrationen“), für den Versuch, eine eigene, konsistente Identität aufzubauen (das „Ende des Subjekts“) oder die Aufgabe, die Gesellschaft als Ganze zusammenzuhalten (das „Ende der Gesellschaft“). Der Soziologe *Rosa* kommt deshalb zur Vermutung, dass die in der Moderne konstitutiv angelegte soziale Beschleunigung in der Post-Moderne einen kritischen Punkt übersteigt, jenseits dessen sich der Anspruch auf gesellschaftliche Synchronisation und soziale Integration nicht mehr aufrechterhalten lässt (*Rosa 49f*). Er kommt daher Schluss, dass das Autonomieversprechen der Neuzeit gebrochen ist, dass das Projekt der Moderne nicht den erwünschten Freiheitszuwachs geschaffen hat, dass Menschen zwar versuchen

können, ihre Autonomie durch Geschwindigkeit zu vergrössern, früher oder später aber feststellen müssen, dass ihnen Grenzen gesetzt sind, die sie nicht mehr überschreiten können (Rosa 489).

Diese wenigen Bemerkungen sollen hier genügen. Die Analysen von *Harmut Rosa* sind ernüchternd und beängstigend. Selbstverständlich kann man sie kritisieren, und selbstverständlich kann man auch andere Phänomene in den Vordergrund stellen, um unsere heutigen, westlichen Gesellschaften zu beschreiben. In jedem Fall aber leisten sie einiges. Sie erklären eine Menge relevanter Phänomene unserer Zeit auf plausible Weise, und sie stellen Fragen, die zu reflektieren sich lohnt. Ich will deshalb von diesen Analysen ausgehen, um meine Mystik der Freiheit kritischen Rückfragen auszusetzen und der Prüfung zu unterziehen.

Die Hauptfrage, die sich dabei stellt, ist die Frage, was Mystik der Freiheit in einer Gesellschaft bedeutet, deren Leitmotiv Beschleunigung heisst. Die Mystik der Freiheit kann theologisch, philosophisch und historisch plausibel sein, doch erst, wenn sie in der Gesellschaft, in welcher sie praktiziert wird, zu erwünschten Ergebnissen führt, ist sie sinnvoll. Auch sie soll an ihren Früchten erkannt werden. Was also ist Mystik der Freiheit in einem Kontext sozialer Beschleunigung?

Aus meiner Sicht wird mit dieser Frage eine Ambivalenz abgerufen, die für das Projekt der Moderne immer deutlicher zum Vorschein tritt. Auf der einen Seite verschafft die Zunahme sozialer Beschleunigung einen enormen Zuwachs an Freiheit. Man hat die Möglichkeit, aus einer wachsenden Fülle technischer Erneuerungen auszuwählen, man kann sein privates und berufliches Leben immer öfter und immer radikaler neu organisieren und man kann sich mit dem beschleunigten Lebenstempo immer konsequenter auf die Gegenwart begrenzen, ohne die Voraussetzungen der Vergangenheit und die Folgen für die Zukunft einbeziehen zu müssen. Es eröffnen sich also synchrone Spielmöglichkeiten, die nicht mehr aufeinander abgestimmt werden müssen, zwar miteinander koexistieren, sich aber in unterschiedlichen Richtungen entwickeln können. Werden die zentralen Regulationen schwächer, weil sie mit den beschleunigten Entwicklungen nicht mithalten können, können sie sich ungehindert und frei entfalten. Dies gilt offensichtlich für dasjenige, was man früher Individuum genannt hat, heute aber zu einem Dividuum, einem Teilbaren, geworden ist, das mit seinen Multitasking Operationen zwischen verschiedenen Filmen zapft, sich mit einer Patchwork-Identity begnügt und sich freut, flexibel und unbefangen auf unterschiedlichen Wellen zu surfen. Dies gilt aber ebenso für Institutionen und die Gesellschaft als Ganzes, welche mangels Überblick und gesteigerter Ab- und Zuwanderung immer pluralistischer werden und dies als Vielfalt, Fülle und Bereicherung loben können.

Auf der andern Seite beseitigt die Zunahme sozialer Beschleunigung jedoch gerade die Freiheit. Beginnt der Beschleunigungszirkel zu greifen, kann man verführt durch den angebotenen Freiheitszuwachs rasch und kaum wahrnehmbar ein Suchtverhalten entwickeln, das neue Abhängigkeiten schafft, die gewonnene Freiheit als Illusion entlarvt, aber keinen Ausweg findet und sich deshalb umso hoffnungsvoll-verzweifelter dem Zirkel der Beschleunigung aussetzt. Egoismus, Warlords und Gruppeninteressen, denen das Wohl des Ganzen keine Rolle spielt, können sich entfalten, ein Regime der Unsicherheit verbreiten, Gewalt ausüben, demokratische Strukturen und Regulationen unterlaufen und unbehelligt ihre Sonderinteressen befriedigen. Beispielhaft ist dafür nicht nur der moderne Jihadismus, sondern ebenso alle säkularen Varianten von Terrorismus und seinen mehr oder weniger abgeschwächten Derivaten im Rahmen des gesellschaftlichen Zusammenlebens. Geschieht dies, ist das Autonomieversprechen der Moderne tatsächlich gebrochen und anstelle der erhofften Freiheit eine umso grössere Unfreiheit getreten.

Es ist anspruchsvoll, sich dieser Ambivalenz zu entziehen und sich in der daraus resultierenden generellen Zunahme von Ambivalenzen zurecht zu finden. Dabei ist das Leben mit Ambivalenzen eine Folge sozialer Beschleunigung. Als 1910, also vor erst etwa 100 Jahren, der Psychiater *Eugen Bleuler* den Begriff „Ambivalenz“ im Zusammenhang mit seinen Forschungen zur Schizophrenie während der Ordentlichen Winterversammlung des Vereins schweizerischen Irrenärzten in Bern in die Fachwelt eingeführt hat, hat er wohl kaum damit gerechnet, dass dieser Begriff im 20. Jahrhundert eine so grosse Karriere machen wird. Mit dem Phänomen der sozialen Beschleunigung zeigt sich jedoch, dass auch die Menge der Widersprüche zunimmt, dass die einzelnen Widersprüche immer weniger als solche erkannt und aufgelöst werden und dass deshalb immer mehr Ambivalenztoleranz nötig ist, um mit den sich auftürmenden Widersprüchen zurecht zu kommen.

Genau dies ist jedoch mit der traditionellen, binären Logik kaum zu leisten. Diese Logik sucht die Eindeutigkeit von „ist“ und „ist nicht“. Entweder ist man krank bzw. dieses oder jenes oder man ist es nicht. Eine Ambivalenz von Gegensätzen ist nicht vorgesehen. Im Rahmen dieser Logik wird man deshalb zu Entscheidungen gezwungen, die man so gar nicht treffen kann. Man muss sich auf Positionen festlegen, die eine grössere Integration verunmöglichen, die neue Widersprüche schaffen und der Erarbeitung einer vernünftigen Lösung im Wege stehen.

Die Mystik der Freiheit sucht demgegenüber den Weg der Mitte zwischen den Polen. Sie weiss, dass der Pol a nicht der Pol nicht-a ist, dass sie mit jedem Positionsbezug ihre Gegenpositionen schafft, dass dies jedoch das konkrete Leben auf dieser Welt ausmacht und dass man im Hier und Jetzt immer an einem bestimmten Ort ist. Sie weiss aber zugleich auch, dass sie den Widerspruch zwischen a und nicht-a unterläuft, dass sowohl der Pol a als auch der Pol nicht-a gelten und dass das Ganze weder a noch nicht-a, sondern mehr und anders ist. Sie ist sich deshalb im Klaren darüber, dass sie selber in einer fundamentalen Ambivalenz steht. Auf der einen Seite ist sie in die Welt verstrickt, auf der andern ist von der Welt erlöst; auf der einen Seite steht sie in der Sünde, auf der andern ist sie gerechtfertigt; auf der einen Seite bezieht sie Position und stellt sich ihrer Gegenposition entgegen, auf der andern Seite ist sie dort, wo sie frei ist vom Widerspruch, diesen in sich integriert und sich frei zu ihm verhält; auf der einen Seite steht sie fest auf dem Boden dieser Welt, unterwirft sich ihren Regeln und Gesetzen, auf der andern realisiert sie, dass dasjenige in ihrer Mitte gegenwärtig ist, das über allen Regeln und Gesetzen steht und das die Sonne über Böse und Gute aufgehen und es über Gerechte und Ungerechte regnen lässt (Mat 5,45).

In einem Kontext sozialer Beschleunigung bleibt die Mystik der Freiheit ebenso ambivalent und wie klar. Auf der einen Seite nimmt sie die Phänomene sozialer Beschleunigung wahr wie sie sind. Sie bekämpft sie nicht, bewegt sich mit ihnen, leidet mit ihnen und sucht ihren Weg unter den Bedingungen der bestehenden Ambivalenzen. Auf der andern Seite bleibt sie mitten im Beschleunigungszirkel in jener Ruhe, welche sich dem Sog dieses Wirbels entzieht. Sie nimmt für sich jene unbedingte Freiheit in Anspruch, die nicht von dieser Welt ist und freut sich daran, jene Widerstandskraft zu spüren, welche dem Wirbel des Beschleunigungszirkels widersteht, welche ihr in diesem Wirbel Sinn gibt und welche sie dazu ermächtigt, trotz des gebrochenen Freiheitsversprechen der Moderne für jene Freiheit einzustehen, die das Geheimnis unseres Herzens ausmacht und mitten in diesem unseren Herzen erwachen will. Mystik der Freiheit zieht nicht in den Kampf gegen die Phänomene sozialer Beschleunigung, sondern realisiert jene Freiheit mitten in ihnen, die sie dazu befreit, schnell *und* langsam zu sein, mitzumachen *und* sich zu entziehen, die Beschleunigung willkommen zu heissen *und* sie zu kritisieren. Sie ist frei von der

Ambivalenz, so dass sie sich zu ihr wiederum frei verhalten kann. Mystik der Freiheit bewährt sich also, wenn und insofern sie dem Menschen, der sie realisiert, unter den Bedingungen sozialer Beschleunigung eine persönliche Souveränität im Umgang mit ebendiesen Bedingungen schafft. Daran kann sie gemessen werden, daran zeigt sich, ob und inwiefern sie sich bewährt.

Eine solche Mystik der Freiheit ist in einer Welt sozialer Beschleunigung offensichtlich keine Selbstverständlichkeit. Sie erfordert, dass man sich offen auf die Welt einlässt, keine Berührungängste hat und sich nicht gegen sie verschliesst, dass man aber zugleich aufrecht und klar bei sich selbst bleibt und sich nicht verliert. Wie dies geübt und kultiviert werden kann, ist Gegenstand des 3. Teils.

### 3. Mystik der Freiheit in der Übung

Die hier präsentierte Mystik folgt einer Logik, die in unseren westlichen Gesellschaften nicht selbstverständlich ist, die sich in diesen Gesellschaften aber bewähren und als sinnvoll erweisen kann. Dies ist das Fazit meiner bisherigen Überlegungen. Gehe ich von diesem Fazit aus, stellt sich die Frage, was es braucht, dass Menschen eine solche Mystik der Freiheit selber zu realisieren beginnen. Es genügt offensichtlich nicht, davon zu reden, sondern das, was gemeint, muss in denen, die dies wollen, auch ankommen. Ich will mich deshalb in meinem 3. und letzten Teil dieser Frage zuwenden<sup>5</sup>.

Meinen Ansatz zur Beantwortung dieser Frage habe ich bereits genannt: Ich gehe davon aus, dass die Realisation der hier vorgestellten Mystik geübt und kultiviert werden muss. Meine Behauptung lautet nicht, dass Mystik der Freiheit nur eine Sache der Übung ist, dass man sie mit genügend Übung automatisch versteht und dass sie mit gezielter Übung erarbeitet und hergestellt werden kann. So weit gehe ich nicht. Ich halte bloss fest, dass sie den Rahmen einer Übungskultur braucht, um zu geschehen, um sich im Leben dessen, der sie realisiert, zu integrieren und um sich auf diese Weise in unserer Welt zu manifestieren.

Üben ist eine praktische Sache, die konkret vollzogen werden muss. Spricht man bloss in theoretischer Weise davon, werden Worte bald missverständlich, unverständlich oder einfach absurd. Selbstverständlich kann man Nichtschwimmern auf dem Trockenen erklären, welche Bewegungen sie im Wasser machen sollen, wenn sie schwimmen wollen. Verstehen werden sie die Anweisungen aber frühestens nach ihren ersten Schwimmversuchen. Die vorbereitenden Worte mögen ihnen geholfen haben, der Schlüssel für ihre Realisation jedoch ist die eigene Praxis. Für die Mystik der Freiheit gilt dies nicht weniger. Das eigene Üben schafft die Grundlage, aufgrund derer die vernommenen Worte erst sinnvoll und für das eigene Leben relevant werden. Diesen Schritt in den eigenen Vollzug kann man niemandem abnehmen. Man kann auf die Türe nur hinweisen, hindurchgehen muss man selber.

Selbst wenn man damit einverstanden ist, können Zweifel aufkommen, ob Mystik der Freiheit überhaupt geübt werden kann. Kaum jemand zweifelt daran, dass ein Musiker, ein Töpfer oder ein Sportler seine Technik üben muss. Dass jedoch dasselbe, was für Kunst, Handwerk oder Sport gilt, auch für die Mystik der Freiheit gelten soll, kann Misstrauen wecken. Denn eine solche Mystik muss, soll sie in der Freiheit verankert sein, in Freiheit geschehen bzw. christliche gesprochen, ein Ausdruck der Güte Gottes bleiben, welche

<sup>5</sup> Die hier vorgebrachten Überlegungen zur Übung sind als Weiterführung und Vertiefung meines Aufsatzes von 2011 „Mystik in der Lebenskunst“ zu verstehen.

dankbar angenommen, nicht aber durch eigenes Üben erwirkt werden kann. Stellt der Glaube an die göttliche Gnade also eine Schranke dar, die menschliches Üben der Mystik als Werkgerechtigkeit entlarvt?

Stellt man Glaube und Üben in einen Widerspruch, steht man vor der unseligen Entscheidung zwischen passivem Annehmen und aktivem Lebensvollzug. Folgt man einer binären Logik, mag man zwischen diesen beiden Polen immer wieder oszillieren und Mühe haben, zu einer inneren Klarheit zu finden. Die Mystik der Freiheit geht dank ihrer erweiterten Logik jedoch davon aus, dass das Wissen um die göttliche Gnade und das Üben der Technik keinen Widerspruch darstellen, sondern dass sie sich gegenseitig durchdringen. Die Gnade kann die Technik verbessern, und die Technik kann dafür sorgen, dass die Gnade besser zum Ausdruck kommt. Dies ist der Prozess, den man in der Kirchengeschichte Heiligung nennt und der darum weiss, dass die Gnade egoistische Ich-Bezogenheit abbaut und das eigene Verhalten optimiert und dass die Optimierung des eigenen Verhaltens und die Zunahme guter Demut wiederum die Empfänglichkeit für die Gnade steigert. Aus dieser Perspektive wird man also gerade im Interesse der Gnade einer Kultur der Übung das Wort sprechen.

Allerdings stellt sich dann die Frage, wie man die Mystik der Freiheit überhaupt übt. Man kann eine solche Mystik durchaus wünschenswert finden, aber den Eindruck haben, man stehe vor einem endlosen Labyrinth, in welchem man sich nur verlieren kann und das den Weg zu dem, was man sucht, versperrt. Es fehlt heute zwar weder an entsprechender Literatur noch an Kursangeboten, weder an Erinnerungen vergangener Übungsformen noch an Menschen, die sich als spirituelle Lehrer empfehlen. Die Flut von Informationen zu diesem Thema ist überwältigend und nimmt in einer Gesellschaft, die von sozialer Beschleunigung geprägt ist, exponentiell zu. Wie aber soll man sich da zurecht finden?

Will man die Mystik der Freiheit üben, muss man sich den Unterschied zwischen bedingter und unbedingter Freiheit klar vor Augen halten. Bedingte Freiheit bezieht sich auf die Gesetzmässigkeiten, in welche wir aufgrund unserer Geschichte eingebunden sind. Sie unterstellt, dass wir diesen Gesetzmässigkeiten nicht nur ausgeliefert sind, sondern dass wir uns eine bedingte, also relative Freiheit erarbeiten können, wie wir mit ihnen umgehen. Dazu gehört die Arbeit an uns selbst, die Arbeit an unserem sozialen Umfeld und die Arbeit im Interesse an einer besseren Welt, also die Arbeit mit säkularen Methoden wie Psychotherapie, Sozialarbeit, gutem Wirtschaften, politischem Engagement etc. Ich habe davon im Anschluss an die Überlegungen von *Peter Bieri* gesprochen. Die Mystik der Freiheit bezieht sich demgegenüber auf die unbedingte, göttliche Freiheit. Die Übung dieser Freiheit ist deshalb nicht identisch mit der Arbeit an der bedingten Freiheit. Vermischt man das eine mit dem andern, entstehen Verwirrung und Missverständnisse. Ein Beispiel macht dies sofort deutlich. Es kann auf der Ebene der bedingten Freiheit durchaus sinnvoll sein, Ichstärke und Menschenwürde zu fördern, während auf der Ebene der unbedingten Freiheit gerade Demut und die Auflösung von Egoismus wichtig sind. Unterscheidet man zwischen beiden Ebenen, kann man verstehen, dass die eine die andere nicht ausschliesst, sondern dass sie sich gegenseitig durchdringen, dass sie je für sich ihren berechtigten Anspruch haben und dass sie diese gegenseitig unterstützen. Vermischt man hingegen die beiden Ebenen, entstehen Unsicherheiten, unerwünschte Interferenzen, Blockierungen und Konfusionen<sup>6</sup>.

---

<sup>6</sup> Diese Unterscheidung zwischen bedingter und unbedingter Freiheit ist insbesondere auch zwischen Psychotherapie und Seelsorge zu beachten. Erstere bezieht sich auf biographisch bedingte Themen, letztere auf existentielle (vgl. *Neuenschwander* 2009). Dabei ist wichtig, dass die „Angrenzung“ zwischen beiden gelingt (*Petzold* 2000k).

Für die Übung der Mystik der Freiheit ist dies relevant. Sie versucht nicht, die konkrete Arbeit an der bedingten Freiheit zu ersetzen, und sie richtet keinen Widerspruch zu ihr auf. Auch wenn sie die Durchdringung von bedingter und unbedingter Freiheit sucht, so proklamiert sie nicht eine Abfolge von Entwicklungsschritten oder eine Auflösung der einen in die andere. Für die Mystik der Freiheit ist die unbedingte Freiheit gegenüber der bedingten nicht höherwertig oder umfassender. Sie respektiert die Welt als Welt und Gott als Gott, auch wenn sie die Integration des Widerspruchs und seine Überschreitung sucht. Beide Ebenen, die weltliche und die mystische, bleiben ein Leben lang im Menschen unvermischt, aber auch ungetrennt voneinander bestehen und wollen entsprechend bearbeitet werden.

Die Mystik der Freiheit fokussiert nun also auf die Übung der unbedingten Freiheit. Diese Freiheit ist ein unverfügbares Ereignis. Sie bedarf also einer Methode oder Technik, die tut, was möglich ist, aber auf den Ereignisaspekt dieses Ereignisses zentriert bleibt. Die Übungsform, welche dies leistet, hat die Form der Heuristik. Eine Heuristik versucht nicht, ein bereits definiertes Ergebnis herzustellen, sondern beschränkt sich darauf, die Form der Suche zu regeln, durch welche mögliche Ergebnisse gefunden werden können. Sie bleibt also bescheiden, aber gibt doch ein Instrument in die Hand, mit welchem man arbeiten kann.

Die Heuristik, die sich für die Mystik der Freiheit bewährt, ist eine Frage, die sich auf verschiedene Weisen formulieren lässt. Eine mögliche Formulierung lautet folgendermassen: Was ist die Handlung, die aus der Mitte zwischen gegensätzlichen Polen kommt? Oder christlicher formuliert: Wie zeigt sich der Wille Gottes aus der Mitte zwischen den bestehenden Gegensätzen? Die Frage zielt also darauf, sich 1. bewusst zu machen, welches Thema in der konkreten Situation mit welchem Thema im Widerspruch steht, sich 2. in die Mitte zwischen beiden zu bewegen, 3. darin den bedingungslosen Impuls zu suchen, welcher mitten im Widerspruch mit einer klaren Handlung zu einer Lösung führt und 4. diesen Impuls als Handlung konkret zu vollziehen. Etwas konkreter formuliert, könnte dies etwa so aussehen, dass man sich vorstellt, man stehe aufrecht da und hätte den einen Pol in der einen und den andern in der andern Hand (z.B. den Willen etwas zu tun bzw. nicht zu tun), fühle das Zerren zwischen den beiden Polen, suche zwischen diesen in seinem Körper die Mitte und daraus den klaren und unbefangenen Impuls, der den Konflikt zwischen den beiden Seiten löst, sobald er konkret ausgeführt wird. Die hier vorgeschlagene Heuristik unterstellt also, dass die Mystik der Freiheit geschieht, indem man nach dem Impuls der Mitte zwischen den Differenzen sucht und dass diese Suche das Herz der Übung ist. Sie folgt damit ihrer Logik mit den vier Setzungsvarianten und realisiert, dass diese Logik ihre Übung formt und ihr den Weg weist<sup>7</sup>.

Eine so konzipierte Übung lässt sich grundsätzlich nicht auf bestimmte Übungszeiten und Übungsräume beschränken, sondern kann jederzeit und überall stattfinden. Ihr Ort ist das Hier, und ihre Zeit ist das Jetzt. Üben heisst, hier und jetzt den Impuls der Mitte realisieren, auf das Geheimnis des Herzens hören und dieses gestalten, die unbedingte in der bedingten Freiheit realisieren, den Willen Gottes tun. Sie steht also in der Tradition des paulinischen „Betet ohne Unterlass“ (1Thess 5,17) und sucht die Kultivierung einer Haltung, die dieses immer selbstverständlicher in den unterschiedlichen Alltagssituationen zu praktizieren in der Lage ist.

---

<sup>7</sup> Das buddhistische Pendant zu der hier vorgeschlagenen Heuristik ist das vor allem in der Tradition des Rinzaï-Zen verwendete Koan. Ein Koan ist traditionellerweise ein rätselhafter Spruch, der den Schüler dazu motivieren soll, in der unbedingten Freiheit zu erwachen und zu handeln (*Neuenschwander 1998*).

Dies schliesst nun allerdings nicht aus, dass die Mystik der Freiheit Rituale entwickelt, in denen die Übung intensiviert und vertieft wird. Die Ermutigung, jederzeit zu üben und gerade so im Hier und Jetzt Freiheit, Sinn und Widerstandskraft zu schöpfen, kann in einer Gesellschaft sozialer Beschleunigung ins Gegenteil kippen und zu einer Überforderung werden. Die Kultivierung geeigneter Rituale schafft demgegenüber Freiräume, die helfen, dass man nicht vom Alltag überrollt wird und dass man sich der Übung überhaupt zuwendet. Ich möchte deshalb zum Schluss noch kurz etwas über solche Rituale zur Übung der Mystik der Freiheit sagen.

Die christliche Tradition der mittelalterlichen Mystik hat uns hier aufgrund ihres grossen Erfahrungsschatzes einiges zu bieten. *Bernard McGinn* hat sie mit seinem umfangreichen vierbändigen Werk „Mystik im Abendland“ in wunderbarer Weise erschlossen.<sup>8</sup> Erinnern möchte ich zunächst an die beiden Grundelemente, die den Rahmen für die Übung stecken: *solitudo* (Einsamkeit) und *silentium* (Schweigen). Ersteres sorgt für Distanz von den Dingen und Erlösung aus der Verlorenheit in sie, letzteres für Distanz von Worten und Befreiung von der Verstricktheit in Sprachspiele. Neben diesen beiden Elementen ist heute aber nicht weniger auch jener Vierschritt von Bedeutung, der für mittelalterliche Mystik zur normalen Praxis gehört: 1. *lectio* (Lesung) des Bibeltextes, welche die kirchlich-gemeinschaftliche Basis bildet. 2. *meditatio* (Besinnung), also die persönliche Aneignung des Gelesenen. 3. *oratio* (Gebet), durch welches das Angeeignete in einen lebendigen Bezug zu Gott gebracht wird. Und 4. *contemplatio* (Schau [Gottes]), die Übung der Präsenz in der Stille, die in der unmittelbaren Gegenwart Gottes die Mystik der Freiheit realisiert. Ein heutiges Verständnis der Mystik der Freiheit mit ihrer vierwertigen Logik lässt sich bestens in diesen vier Schritten üben. Indem sie sich an ihrer Frage nach dem Impuls der Mitte orientiert, hat sie einen Leitgedanken für *lectio* und *meditatio* des Textes, für seine Übertragung in die *oratio* und seine Überschreitung in die Unmittelbarkeit der *contemplatio*. Theoretisches Nachdenken und praktisches Tun verschränken sich auf diese Weise ineinander und sorgen dafür, dass die Mystik im Übenden vertieft, in sein Leben integriert und so in der Welt gestaltet wird.

Übung macht den Meister, heisst es, und Übung zeigt den Weg! Ich möchte damit aufhören. An Hinweisen für die Übung mangelt es nicht. Wirksam werden sie allerdings erst durch die Umsetzung. Aber für diese können ja wir besorgt sein!

---

<sup>8</sup> *Mc Ginn, Bernard* (1996): *Mystik im Abendland*. Band 2: Entfaltung, Freiburg im Breisgau: Verlag Herder, 201-230.

## Zusammenfassung: Das Geheimnis des Herzens. - Ein Plädoyer für eine Mystik der Freiheit

Die westlichen Gesellschaften verändern sich nicht nur in der Zeit, sondern ändern ihre Zeitstruktur. Ihr Leitwert heisst Beschleunigung. Dies stellt uns persönlich, aber auch Institutionen und die Gesellschaft vor die Schwierigkeit, im zunehmenden Veränderungsdruck mitzuhalten und den Überblick zu behalten. In dieser Situation schafft Mystik der Freiheit in uns Zeitsouveränität, Sinn und Widerstandskraft. Der Artikel beschreibt, was Mystik der Freiheit ist (1), warum sie sich gerade heute bewährt (2) und wie sie geübt und kultiviert werden kann (3).

**Schlüsselwörter:** Mystik, christliche Mystik, Freiheit, Beschleunigung, Übung, Souveränität.

## Summary: The Secret of the Heart. - A Plea for a Mysticism of Freedom

Western societies do not only change with time, but alter their time structure. The key word is called acceleration. To deal with the mounting pressure to change is a challenge not only to ourselves, but also to institutions and the whole society as such in order not to lose control. In this situation Mysticism of Freedom gives us sovereignty in the face of time, sense and power of resistance. This article describes 1) what Mysticism of Freedom is, 2) why it works in today's society, and 3) how it can be practised and cultivated (3).

**Keywords:** Mysticism, Christian mysticism, freedom, acceleration, practise, sovereignty.

## Literaturverzeichnis

- Bieri, Peter* (2001): Das Handwerk der Freiheit. München: Hanser.
- Evangelisch-reformiertes Kirchengesangbuch* (1998): Gesangbuchverein (Hrsg.), Zürich: Theologischer Verlag Zürich.
- Mc Ginn, Bernard* (1994): Mystik im Abendland. Band 1: Ursprünge; (1996): Mystik im Abendland. Band 2: Entfaltung; (1999): Mystik im Abendland. Band 3: Blüte; (2008): Mystik im Abendland. Band 4: Fülle. Freiburg im Breisgau: Verlag Herder.
- Meister Eckhart* (1993): Werke I und II. Frankfurt a.M.: Deutscher Klassiker Verlag.
- Neuenschwander, Bernhard* (1998): Mystik im Johannesevangelium. Eine hermeneutische Untersuchung aufgrund der Auseinandersetzung mit Zen-Meister Hisamatsu Shin'ichi. BIS 31. Leiden: Brill Verlag.
- Neuenschwander, Bernhard* (2007): Säkulare Mystik. In: *Sieper, Johanna / Orth, Ilse / Schuch, Waldemar* (Hg.): Neue Wege Integrativer Therapie. Klinische Wissenschaft, Humantherapie, Kulturarbeit – Polyloge –. Festschrift für *Hilarion Petzold*. Bielefeld: Edition Sirius.
- Neuenschwander, Bernhard* (2009): Säkulare Mystik im Herzen. Entwicklung und Wandel von Lebenszielen und Lebensinn über die Lebensspanne. *Integrative Therapie* 4, Wien, 417-429.
- Neuenschwander, Bernhard* (2011): Mystik in der Lebenskunst. Ein Weg der Integration, *Polyloge* 7. Eine Internetzeitschrift für "Integrative Therapie": <http://www.fpi-publikation.de/polyloge>.
- Petzold, Hilarion G.* (1983): Nootherapie und "säkulare Mystik" in der Integrativen Therapie, in: *Petzold, H.G.* (Hg.), *Psychotherapie, Meditation und Gestalt*, Paderborn, 53-100.
- Petzold, Hilarion G.* (2000k): Sinn – Sinnerfahrung – Sinnstiftung als Thema der Psychotherapie heute. *Integrative Therapie* 4, 403-414.
- Petzold, Hilarion G.* (2012h): Integrative Therapie – Transversalität zwischen Innovation und Vertiefung. Die „Vier WEGE der Heilung und Förderung“ und die „14 Wirkfaktoren“ als Prinzipien gesundheitsbewusster und entwicklungsfördernder Lebensführung, *Integrative Therapie* 3: <http://www.fpi-publikationen.de/textarchiv-hg-petzold>.
- Rosa, Hartmut* (2012, 9. Auflage): Beschleunigung. Frankfurt a.M.: Suhrkamp.
- Sturm, Hans-Peter* (1996): Weder Sein noch Nichtsein. Der Urteilsvierkant (catuskoti) und seine Korollarien im östlichen und westlichen Denken. Würzburg: Ergon Verlag.
- Wittgenstein, Ludwig* (1984): *Tractatus logico-philosophicus*, Frankfurt a.M.: Suhrkamp Verlag.

**Anschrift:**

Dr. Bernhard Neuenschwander  
Waldblickstrasse 26  
CH - 3084 Wabern  
SCHWEIZ

**E-Mail-Adresse**

[bn@ritualart.ch](mailto:bn@ritualart.ch)

**Web-Adresse**

[www.ritualart.ch](http://www.ritualart.ch)