

GÜTERSLOHER
VERLAGSHAUS



Christoph Kreitmeir

SEHNSUCHT
Spiritualität

Gütersloher Verlagshaus

»Sehnsucht und Spiritualität sind eng miteinander verbunden. Die Sehnsucht führt mich zur Spiritualität. In dem Maße, wie ich mich nach Gott sehne, kann er in meinem Leben wirksam werden.«

51-JÄHRIGE FACHÄRZTIN

»Wie gestaltet sich die Begegnung mit Gott? Er kommt ja nicht wie ein Gast, den ich in mein Wohnzimmer lasse und dem ich Kaffee und Kuchen serviere.

Er kommt in mein Herz. In meinem Herzen biete ich ihm einen Platz an. Solch einen kleinen Ort in meinem Herzen zu schaffen, ist gar nicht so schwer. Gott diesen kleinen Platz freizuräumen ist viel wert, doch man kann das mit Worten gar nicht richtig beschreiben.

Dieser Raum entsteht durch die Sehnsucht, die ich nach Gott aussende. Wenn ich mich auf ihn konzentriere, mich mit allen meinen Sinnen, mit Herz und Verstand auf ihn ausrichte, dann kommt er. Ich muss nicht einmal dabei beten, ich spüre nur, dass da etwas mit mir geschieht und ich fange zu lächeln an.«

46-JÄHRIGE HAUSHALTSHILFE

»War bisher der Verstand die einzige Instanz, der ich vertrauen konnte, erfahre ich nun, dass es etwas gibt, das weit über mich und meinen Verstandeshorizont hinausgeht, das zuverlässig da ist und auch spürbar, wenn ich mich darauf ausrichte, das auch mich selbst heller und kraftvoller sein lässt, wenn ich mich darauf einlasse. Das bedeutet eine große Entlastung – ich muss nicht alles allein schaffen! Es ist die Ahnung einer Zusage an mich entstanden, die ich noch nicht recht begreifen kann.«¹

ERFAHRUNG EINER BISHER DER RELIGION FERNSTEHENDEN FRAU, DIE »WERTIMAGINATION« ALS WEG ZUR »DIMENSION DER TIEFE« (PAUL TILlich) KENNENLERNTE

Inhalt

1. Warum dieses Buch?	9
2. Sehnen und Suchen	18
3. Sehnsucht und Sucht	25
4. Sehnsucht und Spiritualität in der deutschen Romantik	31
5. Spuren der Sehnsucht in heutiger Zeit	45
6. Sehnsucht – ein unstillbares Gefühl und ein schlafender Riese	72
7. Arten der Sehnsucht	85
8. Die Psychologie der Sehnsucht	109
9. Sehnsucht als Sprache der Seele und Stimme des Herzens	121
10. Innere Wege zur Sehnsucht und Spiritualität	128
11. Wünsche(n)	132
12. Phantasiereisen	143
13. Träume	149
14. Tagträume	157
15. Aktive Imagination	165
16. Wertimagination – ein existenzieller Weg zu Sehnsucht, Spiritualität und Sinn	179
17. Sehnsucht (nach) Spiritualität	206
Literaturverzeichnis	255
Anmerkungen	267

1. Warum dieses Buch?

»Die Seele ist wie ein Wind, der über die Kräuter weht,
und wie ein Tau, der auf die Gräser träufelt,
und wie die Regenluft, die wachsen macht.
Genau so ströme der Mensch sein Wohlwollen aus
auf alle, die da Sehnsucht tragen.
Ein Wind sei er, indem er den Elenden hilft,
ein Tau, indem er die Verlassenen tröstet,
und Regenluft, indem er die Ermatteten aufrichtet
und sie mit der Lehre erfüllt wie Hungernde:
indem er ihnen seine Seele hingibt.«²

HILDEGARD VON BINGEN

Sehnsucht ist heute zu einem Zauberwort geworden, das müde Materialisten neu aufhorchen lässt. Hier schwingt Leben, Weite, Seindürfen, Einfachheit, Phantasie und Romantik mit. Sehnsucht zeigt sich in Blautönen und sphärischer Musik, so wie es die Stadt Nürnberg Anfang Mai 2014 in ihrer »Blauen Nacht 2014« zum Thema machte. Gut 130 000 Besucherinnen und Besucher aus Deutschland, Österreich, den Niederlanden und sogar den USA flanierten durch die in blaues Licht gehüllte abendliche Altstadt und erlebten Sehnsucht pur. Mit »Sehnsucht« wurde ein Thema aufgegriffen, das Menschen von heute neu und auf existenzielle Weise anspricht. »Die genannten Persönlichkeiten waren alle von einem starken Willen, etwas Neues zu entdecken, ›über den Tellerrand zu schauen«, in die Ferne zu reisen, zu forschen, zu erfinden, von der Sehnsucht nach Freiheit erfüllt.«³ Sehnsucht will Verlorenes, Verschüttetes in uns wieder lebendig werden lassen. Sehnsucht baut Brücken zu dem, was wir wirklich brauchen beziehungsweise verloren haben, und zur Geistigkeit des Menschen, die sich in Spiritualität verschiedenster Ausprägungen zeigt.

Sehnsucht und Spiritualität sind zwei entscheidende Grundmotive menschlichen Suchens und Strebens, die in der heutigen Zeit viele Zeitgenossen wieder stärker bewegen. Die Sehnsucht nach Stabilität in einer durchgewirbelten Welt, die Sehnsucht nach Kreativität als Antwort auf funktionalisierte Abläufe, die Sehnsucht nach echter Partnerschaft als Gegenpol zu Unverbindlichkeit und »Lebensabschnittsgefährten«, die Sehnsucht nach Erfahrung und das Spüren von Spiritualität als Kontrast zu institutionalisiertem Glauben und Kirche. Die Sehnsucht nach GOTT in einer oft so gottlos erfahrenen Welt – alle diese Sehnsüchte – und noch einige mehr – nehmen in den letzten Jahren eindeutig zu und auch ich spüre dies in mir.

Als Seelsorger und Lebensberater begegnet mir in vielen Gesprächen mit ratsuchenden Menschen das Grundgefühl der Sehnsucht. Viele Menschen ahnen einen »Mehrwert« in ihrem Leben und können ihn nicht finden. Dieser gespürte Mehrwert ihres Lebens tangiert Gefühle der Wehmut, der Melancholie, der Sehnsucht. »Ach, wenn ich nur wüsste, was mir fehlt, wenn ich es nur finden könnte, was mich innerlich traurig, aber auch unruhig-suchend macht.« Nicht wenige Menschen ahnen auch, dass dies nicht nur mit Liebe, Freiheit, Lebendigkeit u.v.m. zu tun hat, sondern auch mit etwas, das »Gott« genannt wird. Viele Menschen suchen nach Gott und können ihn nicht finden.

Und doch erleben wir Menschen manchmal Situationen, wo wir ganz stimmig, ganz mit uns, mit der Welt, mit unserem Leben in Verbindung sind. Solche besonderen Momente begegnen uns beim Frischverliebtsein oder im achtsamen Erleben der Wunder des Alltags. So schreibt zum Beispiel der bengalische Dichter Rabindranath Tagore (1861–1941) folgende Sätze, die uns aufhorchen lassen, weil wir deren

Wahrheitsgehalt ahnen: »Über viele Jahre unter großen Kosten reiste ich durch viele Länder, sah die hohen Berge, die Ozeane. Nur was ich nicht sah, war der glitzernde Tautropfen im Gras gleich vor meiner Tür.«⁴

Wir alle kennen sie, diese Situationen, wo wir »fast wie im Paradies sind«, weil wir in der Natur, beim geliebten Menschen, im selbstvergessenen Versinken in eine Tätigkeit, in der Meditation ... glücklich sind. Solche Erlebnisse vergessen wir nie wieder, solche Erfahrungen lassen in uns die »Sehnsucht nach mehr« wach und lebendig werden.

Wer zum Beispiel fröhlich und mit Hingabe in einer Tätigkeit aufgeht, empfindet tiefes Glück, ein freudiges und selbstvergessenes Einssein mit sich, mit der Umwelt, mit der Natur, mit Gott. Der US-Amerikaner ungarischer Herkunft und emeritierte Psychologieprofessor Mihály Csikszentmihály (geboren 1934) entdeckte das Geheimnis echten Glücks, das er »Flow«⁵ nennt. Dies ist ein Zustand, in dem man sich ganz gegenwärtig fühlt. Man ist eins mit der Welt und dem Leben. Im Bewusstsein herrscht Ordnung. Innerer Friede, Zufriedenheit und Glück breiten sich aus.

Natürlich habe ich auch persönliche Gründe, mich mit Sehnsucht und Spiritualität zu beschäftigen. Vor gut 30 Jahren – ich war ein junger Mann von 22 Jahren – fand ich nach längerem und teils schwerem Suchen eine neue Heimat in der Spiritualität des Heiligen Franz von Assisi und trat dem Franziskanerorden bei. Viel Zeit ist ins Land gegangen. Ausbildungen, verschiedene Arbeitsfelder in der Seelsorge, Höhen und Tiefen des Lebens, nicht selten nüchterner Alltag eines vielbeschäftigten Menschen in moderner Zeit. Ab und an und immer wieder rührt sich aber ein Gefühl der Wehmut und der Sehnsucht, das mich zum Eigentlichen meines

Lebens, auch meines religiösen Lebens (zurück)führen will. Was wollte ich einmal? Warum habe ich damals diesen Weg eingeschlagen? Warum bin ich geblieben?

Solche Fragen kennen alle Menschen, die innerlich und äußerlich lebendig bleiben und lebendig werden wollen. Solche Fragen sind notwendig und helfen, Haltungen wie Freude, Dankbarkeit, Liebe und Sinnhaftigkeit zu spüren und zu leben. Sie betreffen Lebensentwürfe, Lebensentscheidungen, Partnerschaften und vieles mehr. Nach dem Wiener Psychiater und Begründer der Logotherapie und Existenzanalyse Viktor E. Frankl (1905–1997) ist der Mensch immer ein vom Leben Befragter. Normalerweise stellen wir dem Leben unsere Fragen und bekommen dann mehr oder weniger befriedigende Antworten. Frankl dreht dieses Fragen um: »Das Leben selbst ist es, das dem Menschen Fragen stellt. Er hat nicht zu fragen, er ist vielmehr der vom Leben her Befragte, der dem Leben zu antworten – das Leben zu verantworten hat.«⁶ Und damit wandelt sich der einen Ruf nach Sinn hörende Mensch vom Fragenden zum Hörenden, der dann seine bestmögliche und authentische Antwort geben kann und soll.

Letztes Jahr erreichte mich im Urlaub wieder so ein innerer Ruf nach Sinn, der bis heute anhält. Ich war mit Freunden mehrere Tage in einer Sehnsuchtsstadt, wo ich schon seit Jahren hinwollte: in Istanbul. Viel durfte ich dort erleben, Eindrücke und Erfahrungen einer anderen Welt genießen. Zu einem »Muss« bei der Besichtigung dieser Stadt gehört auch das Miterleben des »Tanzes der Derwische«. Diese mystische Drehbewegung der Sufis im Islam entwickelte im Laufe der Jahrhunderte eine Art spirituellen Tanz, bei dem die Tänzer sich in Gott versenken können.

Da dies bei Touristen sehr beliebt ist, wird es überall angeboten, auch in vielen Hotels und Touristentreffpunkten. Meinen Freunden und mir war klar, dass wir so etwas miterleben wollten, aber nicht als Touristennepp. Als wir also wieder einmal auf Tour waren, wurden wir wie so oft als Touristen auf der Straße erkannt und angesprochen. Meist nahmen wir die Werbeflyer gar nicht mehr an. Auch diesmal nicht, aber ... eine Stimme in mir ließ mich zum Anbieter zurückkehren und mir das Angebot genauer erklären. Ein Tanz der Derwische wurde bei einem türkischen Kulturverein irgendwo in einer verwinkelten Straße Istanbuls angeboten. Ich nahm den Flyer an mich und wir entschieden dann, dorthin zu gehen. Gott sei Dank haben wir das gemacht, denn diese Erfahrung gab meiner unterschwelligten Sehnsucht nach Spiritualität, meiner Sehnsucht nach Gott, neue Nahrung. Die Stimme in mir war wohl die Stimme der Sehnsucht und wahrscheinlich auch ein »Wink des Himmels«.

Beim Kulturverein angekommen, fanden wir eine nüchterne, ja fast heruntergekommene Einrichtung vor, wo wir aber sehr freundlich begrüßt wurden. Wenige Besucher fanden sich ein. Als dann die Musiker begannen, für unsere westlichen Ohren so fremde orientalische Lieder zu spielen, war ich schon seltsam berührt. Als dann vier Sufi-Mönche kamen und nach einem bestimmten Ritus ihren schwarzen Mantel ablegten (dies bedeutet soviel wie das Ablegen des Ego) wurde ich ganz Aug und Ohr. Auch meine Freunde waren seltsam berührt. In weißer Kleidung (als Sinnbild für die reine Seele), die unter dem schwarzen Mantel erschien, waren diese Männer ganz in sich versunken. Die Männer interessierten sich nicht für die Besucher und Touristen, sie begannen für sich und für Gott nach bestimmten Abläufen zu der eigenartig anmutenden Musik zu tanzen. Ein junger Mönch von Anfang zwanzig fiel mir dabei besonders auf.

Sein Ausdruck, sein Tanz, seine Bewegungen waren so stimmig, so intensiv, so echt: Ich konnte meinen Blick gar nicht mehr von ihm abwenden. Innerlich sehr berührt folgte ich dem Geschehen. Was durfte ich da erleben?

Ein junger Mensch lebt die Hingabe, die Hingabe an die Musik, den Tanz, die Hingabe an seine Religion, die Hingabe an Gott. Und dies rührte an meiner Sehnsucht... Ich hatte als junger Mann, als junger Franziskaner doch auch einmal so eine liebende Hingabe gespürt, gelebt und ausgedrückt. Wo ist sie geblieben? Vor meinem äußeren Auge tanzen die Liebe und die Hingabe an Gott, in meinem Inneren werde ich davon berührt und spüre Wehmut und Sehnsucht und mir laufen Tränen über das Gesicht. Wehmut, weil ich so etwas wie eine junge Liebe zu Gott in meinem christlichen Glauben auch schon leben und erleben durfte, diese aber mit der Zeit nüchterner wurde. Sehnsucht, weil ich so etwas wieder erleben will.

Bis in die frühen Morgenstunden tauschte ich mich mit meinen Freunden über das Erlebte aus und noch Tage später redeten wir immer wieder darüber, denn auch sie waren innerlich bewegt worden.

Sehnsucht zeigt sich als eine oft unbewusst schlafende Macht im Menschen, die geweckt und fruchtbar gemacht werden will. Wer sich seinen Sehnsüchten stellt, dem werden sich neue Wege der Kraft, der Freude und der Lebendigkeit erschließen. Das Leben wird stimmiger, ganzheitlicher und erfüllender. Flow (Glück) kann erlebt werden.

In diesem Buch will ich den verschiedenen Arten der Sehnsucht auf die Spur kommen, ich will dieses »ehrlichste Gefühl des Menschen« (Ernst Bloch) ausloten und nach Wegen suchen, die Sehnsucht wieder lebendig werden zu lassen.

Wer seiner Sehnsucht und Spiritualität auf den Grund kommt, entdeckt dabei das grundlegende Programm menschlichen Lebens und seiner eigenen Identität. Der Mensch wird zufriedener, glücklicher, ruhiger. UND: Er erfährt dabei, dass es Gott wirklich gibt. ER will gefunden werden. Dieser Gott, an den ich glaube, hat mir und allen Menschen eine Stimme ins Herz gelegt, die immer wieder neu zur Suche nach ihm aufruft: die Stimme der Sehnsucht.

Bei der Arbeit am Buch habe ich auch Zeugnisse von heutigen Menschen in Bezug auf Sehnsucht und Spiritualität mit aufgenommen, um den Inhalt des Gelesenen zu verlebendigen. Auch wenn Menschen oft recht unterschiedlich sind, so sind wir alle doch in bestimmten Grundempfindungen miteinander verbunden. Die Sehnsucht und in irgendeiner Weise auch die Suche nach Gott gehören zu diesen Grundprogrammen der menschlichen Natur. Die Wege der Sehnsucht und / oder der Gottessuche sind dabei oft verzwickelt, verschlungen, schmerzhaft, aber auch beglückend, energetisierend und heilend. So fühle ich mich mit sehr vielen Menschen verbunden auf der Suche nach tieferem Leben, wie es auch mein Ordensvater Franz von Assisi tat, der sich geschwisterlich mit den Menschen und der gesamten Schöpfung verbunden sah.

In diesem Buch werden Sie Zitate zu allen möglichen Themenbereichen finden. Dies habe ich vor allem auch deswegen gemacht, weil ich weiß, dass viele Leser und Leserinnen zu dem einen oder anderen Punkt sich noch genauer informieren möchten. Die Quellen- und Literaturangaben wollen hierbei behilflich sein. Wer dieses Buch als E-Book liest, wird sogar durch Anklicken der Literaturangaben aus dem Internet gleich mit den »Ursprungsquellen« verbunden werden.

Hermann Hesse sah seine Aufgabe als Dichter darin, nicht Wege aufzuzeigen, sondern Sehnsucht zu wecken. In einem seiner Gedichte bringt er für mich die verschlungenen Wege der Sehnsucht und der Gottessuche in wunderbare Worte:

Oft ist das Leben lauter Licht
und funkelt freudefarben
und lacht und fragt nach denen nicht,
die litten, die verdarben.

Doch immer ist mein Herz bei denen,
die Leid verhehlen
und sich am Abend voller Sehnen
zu weinen in die Kammer stehlen.

So viele Menschen weiß ich,
die irren leidbeklommen,
all ihre Seelen heiß ich
mir Brüder und willkommen.

Gebückt auf nasse Hände
weiß ich sie abends weinen,
sie sehen dunkle Wände
und keine Lichter scheinen.

Doch tragen sie verborgen,
verirrt, und wissen's nicht,
durch Finsternis und Sorgen
der Liebe süßes Licht.⁷

Verborgen und oft unbewusst tragen wir in uns neben »der Liebe süßem Licht« lebensfördernde Grundkräfte der Sehnsucht und der Spiritualität. Die Romantik ist in eine von

Funktionalität bestimmte Welt zurückgekehrt und zeigt sich in einer Lebendigkeit mit neuem Gewand, die staunen lässt.

Sehnsucht ist wie ein schlafender Riese, der zunehmend neu entdeckt und aufgeweckt wird. Die Psychologie und die Medizin, die Philosophie und die Theologie entdecken die Sehnsucht neu und staunen über ihre Kraft. Sehnsucht will uns zu uns selbst, zu inneren tragenden Werten, zueinander, zu mehr Achtsamkeit und Lebendigkeit und zur Suche nach dem Grund von allem (Gott und Spiritualität) führen. Die Wege sind in einer säkularen Gesellschaft hierbei vielfältig und weisen doch auf Grundlegendes hin: Wer bin ich? Was will ich? Wie kann ich gut leben? Worin liegt der Sinn meines Lebens? Gibt es Gott? Was ist das Leben und was kommt danach?

Ich möchte Sie zu einer Reise ins Land der Sehnsucht und der Spiritualität einladen, die Sie verändern wird. Diese Reise wird von außen nach innen führen, sie wird viel Erkenntnis mit sich bringen und vor allem wird sie uns mit uns selbst und dem, was alles im Innersten zusammenhält, in Kontakt bringen.

Seit vielen Jahren begleitet mich ein geistlicher Spruch, der mich nicht mehr loslässt. Im Laufe der Zeit habe ich auf vielfältige Weise für mich selbst und auch in meiner Arbeit mit Menschen erfahren dürfen, dass sein Inhalt wahr ist: »Wenn du dich wirklich auf die Suche machst, dann kommt dir das Gesuchte entgegen.«

2. Sehnen und Suchen

»Kein Sehnen bleibt unerfüllt. ... Das Leben besteht nicht aus Wohlbefinden, sondern aus Suchen und Streben.«

KHALIL GIBRAN

Nach Nelly Sachs »beginnt« alles »mit der Sehnsucht«. Jeder von uns kennt sie wohl in irgendeiner Gestalt. Bilder, Gerüche, Klänge, Bücher, Filme oder Gedichte können Sehnsucht auslösen. Ein 48-jähriger Geisteswissenschaftler (verheiratet, katholisch) schreibt:

Meine Gedanken zum Stichwort ›Sehnsucht‹ niederzuschreiben, fällt mir schwer. Da tun sich in mir sofort Abgründe auf. Sehnsucht ist ein ganz wunder Punkt in meinem Leben. Manchmal reicht ein Lied im Radio oder ein gehörter Satz und meine Sehnsüchte brechen in mir auf wie ein Vulkan. Oft kommen mir dann spontan Tränen in die Augen. Da ist vor allem eine wirklich abgrundtiefe Sehnsucht nach Liebe, Wärme, Geborgenheit und Angenommensein in mir. Woher diese rührt, kann ich nur erahnen, wirklich ergründen werde ich es wohl nie. Vielleicht haben mir meine Eltern, insbesondere meine Mutter, das nötige Quantum an Liebe nicht zukommen lassen. Möglicherweise spielt auch meine Internatsvergangenheit eine Rolle. Jedenfalls steckt diese Sehnsucht so abgrundtief in mir drin, dass sie viele Entscheidungen meines Lebens – ob bewusst oder unbewusst – erheblich beeinflusst hat. Sicherlich hat sie auch dazu beigetragen, dass ich falsche Entscheidungen getroffen habe. Es ist mir bislang nicht geglückt, diese Sehnsucht zu stillen, auch nach 20 Jahren Ehe nicht.

Möglicherweise ist ein einzelner Mensch bzw. Partner damit auch überfordert. Ich fürchte insgeheim, ich werde diese Sehnsucht mit ins Grab nehmen. Darunter leide ich sehr. Vielleicht wird es wirklich einmal erst Gott selbst sein, der diese Sehnsucht erfüllt – wer weiß?

Die letzten Sätze dieser Schilderung klingen eher resignativ und zeigen eine Seite der Sehnsucht: Sie »ist eine ›geträumte‹ Lösung für unsere ungelösten Lebensthemen und Probleme und ein bittersüßes Gefühl, da sie von intensiven Wunschvorstellungen begleitet wird, die oft unerreichbar bleiben. Bleiben diese Wunschvorstellungen tatsächlich unerreichbar, nach denen wir uns sehnen, kann Sehnsucht auch sehr wehtun.«⁸ Dies wusste schon Goethe, als er im »Wilhelm Meister« schrieb: »Nur wer die Sehnsucht kennt, weiß, was ich leide!«

Diesen Leidensaspekt der Sehnsucht findet man auch im 32-bändigen »Deutschen Wörterbuch«, begonnen 1838 von den Gebrüdern Grimm und 1961 von anderen Autoren vollendet. Bis heute spricht man dabei vom größten und umfassendsten Wörterbuch der deutschen Sprache. Dort wird das Wort »Sehnsucht« aus dem mittelhochdeutschen Wort »sensuht« hergeleitet, was so viel bedeutet wie »Krankheit des schmerzlichen Verlangens«, was sogar zu einer Art »Siechtum« führen kann. Sie wird als »ein inniges Verlangen nach einer Person, einer Sache, einem Zustand oder einer Zeitspanne, die/den man liebt oder begehrt (angenommen). Sie ist mit dem schmerzhaften Gefühl verbunden, den Gegenstand der Sehnsucht nicht erreichen zu können.«⁹

Das mittelhochdeutsche »suochen« und das althochdeutsche »suohhen« meinen grundsätzlich ein suchendes Nachgehen und Nachspüren, ein »sich Bewegen«, etwas im Blick haben,

auf etwas anderes oder jemand anderen bezogen sein.¹⁰ Hier zeigt sich schon die tiefere Bedeutung des »Suchens«: Der Suchende ist immer auf etwas außerhalb seiner selbst ausgerichtet. Die Psychologie nennt dies »Selbstranzendenz«, die Theologie »Transzendenz«.

Das Sehnen vor dem Suchen im Wort »Sehn-Sucht« lässt sich über das mittelhochdeutsche »senen« (schmachtend verlangen oder sich grämen) bis auf das althochdeutsche »senén« (kraft-, lustlos sein) zurückverfolgen.¹¹ »Wenn es doch nur anders wäre, als es ist« steht hinter dem Sehnen. Ein starkes gefühlsmäßiges Verlangen mit dem gleichzeitigen Wunsch nach Veränderung, nach baldiger Veränderung drückt das Sehnen aus. Der Romantiker Matthias Claudius formulierte dieses Gefühl sehr ansprechend in folgendem Gedicht:

Dann saget unterm Himmelszelt
Mein Herz mir in der Brust:
Es gibt was Bessers in der Welt
Als all ihr Schmerz und Lust.

Ich werf' mich auf mein Lager hin
Und liege lange wach
Ich suche es in meinem Sinn
Und sehne mich danach.¹²

Die Auseinandersetzung mit der je eigenen Sehnsucht hat aber auch eine andere Seite, die eine wichtige Aufgabe erfüllt: Sehnsucht kann dem Menschen dabei helfen, mit seinem unvollkommenen Leben, der eigenen Unfertigkeit, den Verlusten und dem nicht perfekten Leben umzugehen. Gleichzeitig kann sie dem Leben eine Richtung geben und dabei helfen, sich Ziele in den verschiedenen Lebensberei-

chen und Lebensabschnitten zu setzen, wenn der richtige Zeitpunkt dafür gekommen ist.

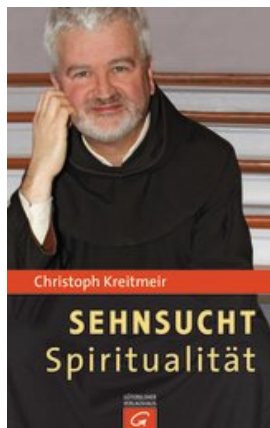
Folgende Zeilen einer 48-jährigen selbstständigen Geschäftsfrau (geschieden, katholisch) können so einen richtigen Zeitpunkt beschreiben, die verstaubte Kiste der Sehnsucht wiederzufinden und zu öffnen:

Lange hatte ich mir schon vorgenommen, den Dachboden zu entrümpeln. Vieles wurde dort abgestellt und einiges liegt dort schon viele Jahrzehnte. Wie ich so aufräume, finde ich einen kleinen Karton. Ich öffne ihn. Ich werde ganz still, denn ich schaue auf Spielsachen, die mir meine Kindheit wieder präsent werden lassen – mit all meinen Gefühlen, Wünschen und Sehnsüchten. Ich spüre meine Unbekümmertheit, meine Freude, meine Neugier (auf das »Erwachsenwerden« und auf »das Leben als Erwachsener«). Eine kleine Krone ist auch dabei. Ich setze sie auf und sehe mich im Spiegel an. Ich spüre, dass ich immer noch die gleiche bin, ich sehe in meinem Gesicht die Spuren des Alters. Ja, mein Alter ist nicht zu übersehen. Bin absolut kein Kind mehr.

Und wie sieht es aus mit meinen Sehnsüchten? Haben die sich verändert? Einige Sehnsüchte meiner Kindheit sind erfüllt worden und das ist heute ein gutes Gefühl. Ich denke an meine beiden Kinder, die ich mir gewünscht habe. Mit meiner Ehe ist es nicht so glücklich gelaufen, wir mussten uns trennen. Meinen Traumberuf habe ich nicht verwirklicht, aber mein heutiger Beruf erfüllt mich und ich arbeite gerne.

Ich habe Freude, Leid, Glück, Trauer, Frieden, Schmerz, Leichtigkeit, Angst, Mut, und Einsamkeit erlebt. Heute verstehe ich diese Zustände. Das Leben verstehen lernen, indem man durch das Leben geht. Es ist Entwicklung.

UNVERKÄUFLICHE LESEPROBE



Christoph Kreitmeir

Sehnsucht Spiritualität

Gebundenes Buch mit Schutzumschlag, 288 Seiten, 12,5 x 20,0 cm
ISBN: 978-3-579-08514-2

Gütersloher Verlagshaus

Erscheinungstermin: September 2014

»Wenn du dich wirklich auf die Suche machst, dann kommt dir das Gesuchte entgegen.«
Alte spirituelle Weisheit

Sehnsucht und Spiritualität sind zwei Grundmotive des menschlichen Suchens und Ringens, denen Christoph Kreitmeir in seinem neuen Buch nachgeht. Die Sehnsucht bekommt in einer immer komplizierter werdenden Welt wieder neuen Auftrieb und viele Menschen suchen heute nach gangbaren Wegen persönlicher Spiritualität – innerhalb und außerhalb der Kirchen. Wer seiner Sehnsucht nach Spiritualität folgt und sich auf die Suche macht, dessen Leben wird stimmiger, ganzheitlicher und erfüllter. Zeugnisse heutiger Menschen füllen das Erzählte mit Leben.



[Der Titel im Katalog](#)