

## **Durch welche Heilungs- und Reinigungsphasen kann Gott uns führen?**

Der Weg des Gebetes hat grosse heilende und therapeutische Kraft. Das heisst nicht, dass wir unter Umständen keine weiteren Hilfen mehr brauchen. Aber hier wird uns etwas gegeben, was alle psychologischen und medizinischen Therapien uns nicht bieten können.

Der Heilige Johannes vom Kreuz bringt das Bild vom Feuer (Gott) und vom Holz (Mensch). In den Verwandlungsphasen (Läuterungsphasen) ist es, wie wenn man ein Stück Holz ins Feuer wirft. Zuerst stinkt und knistert es, es entwickelt sich Rauch, das Holz wird schwarz, dunkel und hässlich. Dann gibt es einen Zeitpunkt, wo das Holz durchsichtig wird, wo Holz und Feuer eins geworden sind. Dies geschieht auch im Feuer der Kontemplation. Gott und Mensch in ihrer ganzen Verschiedenheit werden gleich. Der Mensch wird so durchdrungen von Gott, dass er sich quasi in Gott verwandelt.

Oder anders gesagt: Die eigene Gottebenbildlichkeit durchdringt den Menschen mehr und mehr und strahlt durch ihn hindurch. Gebrochenheiten, Wunden,... mögen bleiben, aber durch sie strahlen das Licht, die Güte und der Friede Gottes.

Doch vorerst muss es Heilungs- und Reinigungsphasen geben. Mit diesem Dampfen, Stinken und Knistern des Holzes meint Johannes vom Kreuz die verschiedenen Reinigungsphasen, die sich in unserem Alltag, in unseren Lebenserfahrungen ereignen. Johannes spricht in diesem Zusammenhang von aktiven und passiven Nächten der Sinne und des Geistes.

«Aktiv» heisst: Ich kann noch etwas tun. «Passiv»: Ich kann es nur erleiden und durchtragen. In der Nacht sieht man nichts. «Nacht» heisst somit: Ich sehe, spüre, empfinde, höre... nichts mehr. Ich bin leer, komme überhaupt nicht mehr vorwärts. Ich weiss nicht mehr, wie es weitergeht. Ich bin verwirrt, ratlos. Vorher war alles klar und hell, jetzt ist es dunkel.

### **Nacht der Sinne**

Wir haben fünf Sinne: Sehsinn, Hörsinn, Tastsinn, Geruchs- und Geschmackssinn. Damit können wir all die Schönheiten des Lebens geniessen. Geniessen tun wir gerne, manchmal allzu gerne. Wenn wir einen besonders schönen Genuss, ein super Glücksgefühl erlebt haben, dann können wir uns immer wieder danach sehnen. So kann eine Bindung, eine Sucht, eine Abhängigkeit entstehen, die uns fesselt.

Wir erleben uns von vielem umhergetrieben: von Sorgen, Ängsten, Gefühlen wie Eifersucht und Neid. Menschen können gebunden sein ans Geld, an die eigene Ehre, an Zorn, an massloses Essen und Trinken, an Sex, ans Fernsehen, ans Internet, an Ehrgeiz, an die Arbeit... und an vieles mehr. Viele sind abhängig von anderen Menschen: «Ohne den oder die kann ich nicht leben.»

Das Eigentliche einer Bindung ist: Der Mensch ist nicht mehr frei. Johannes nimmt das Bild eines Vogels, der wegfliegen möchte. Ob er an einem dicken Seil oder an einem dünnen Faden angebunden ist, das Resultat ist dasselbe: Er kann nicht abheben und fliegen. Doch der Vogel ist berufen zu fliegen, die Weite und Freiheit des Horizontes einzunehmen.

Um Befreiung von der Ich-Haftung, von emotionalen Bindungen, von eigenen Fantasien und Wünschen geht es in der Nacht der Sinne. Das Loslösen geht nur über einen Entzug. Johannes sagt: «Man muss von den Brüsten der Sinnlichkeit entwöhnt werden.» Diese Entwöhnung geschieht im Alltag. Entwöhnung hat immer mit Verzicht, dem Durchtragen von Spannungen und oft mit Schmerz zu tun. Man lässt sich - bildlich gesprochen - nicht mehr bequem von

den Brüsten nähren, sondern sucht selber Nahrung, eine Nahrung, die nicht mehr abhängig macht und die der eigenen Reifung dient.

Was uns dabei im Alltag begegnet, was uns querläuft, uns an unsere Grenzen bringt, uns so sehr weh tut, usw., ist das, was Gott selbst für uns ausgesucht hat, um uns zu entwöhnen. Die Schwierigkeiten, Enttäuschungen, usw. sind unser Weg, um reif und frei zu werden. Wir können schreien, uns dagegen auflehnen und den «unmöglichen» Menschen die Schuld geben. Doch diese Menschen sind Gottes Mittel, durch die Er uns befreien möchte.

In diesen Nächten geht es darum, von der Ich-Haftung, von all jenem befreit zu werden, was uns an unserem wahren Menschsein und an unserer Entfaltung hindert. Es geht um immer stärkere Erfüllung und grösseres Glück. Es geht darum, beständig mehr geniessen zu können. Denn ein Süchtiger, ein Gebundener kann nicht geniessen.

### **Nacht des Geistes**

Die Nacht des Geistes ist schwieriger zu verstehen. Hier geht es um die Befreiung von Fixierungen, Bildern, Festlegungen in Bezug auf den Geist des Menschen. Johannes vom Kreuz sagt: «Der Mensch muss sich lösen von allem, wie sehr er auch daran hängt. Er muss sich befreien von den Bildern, die seine Vergangenheit geprägt haben.»

Wir alle haben innere Bilder, auch von uns selber. Wie sehr wir an solchen Selbstbildern hängen, offenbart sich in unserer Frage: Wie reden andere über mich? Was halten sie von mir? Des Weiteren haben wir Vorstellungen, wie wir sein möchten. Wir sind bemüht darum, uns selber in einem guten Licht zu sehen. Davon leben wir innerlich. Ebenso haben wir Vorstellungen, wie der Partner, die Kinder, die Mitmenschen, die Wirtschaft, die Kirche, das Wetter, ja auch wie Gott sein sollte. All diese Bilder und Erwartungen gilt es abzulegen. Warum?

Sie engen uns ein. Sie verhindern, mit der Realität in Kontakt zu kommen. Sie machen uns unfrei. Sie hindern uns am «Fliegen».

Das gilt auch für unsere Gottesbilder und Gotteserfahrungen. Wir müssen auch die Art und Weise, wie Er sich uns zeigte, loslassen. Am Anfang erlebten wir Gott als imponierend. Dieses Feeling, diese Gefühle, einfach herrlich! So hat Gott uns zu sich gezogen. Er hat uns gelockt. Er hat gezeigt, wie beglückend Er ist. Daran halten wir uns gern fest - wie Süchtige. Doch Sucht befreit nie. Gott will uns viel mehr schenken als begeisternde Gefühle. Er will uns die Fülle der Freiheit, des Glücks schenken. Der Weg dazu geht nur übers Loslassen der schönen Gefühle, eben über Entwöhnung.

Viele scheitern, weil sie wie Süchtige an diesem Punkt stehen bleiben. «Aber ich fühle ja nichts mehr, also ist Gott nicht mehr da. Also bringt es nichts.» Wir müssen lernen, Trockenheit und Dürre auszuhalten.

Wir müssen lernen, auch dann treu den Weg mit Gott und den Menschen weiterzugehen, wenn nichts mehr mitschwingt, wenn es mir auf dieser Gefühlsebene nichts mehr einbringt, wenn es nur noch mühsam und dunkel ist; eben Nacht in der Wüste.

Da ist es gut, Menschen zu haben, die mir beistehen, denn die Gefahr ist gross, zu denken: «Ich habe mich getäuscht, ich bin auf dem falschen Weg. Es bringt nichts mehr.» Da brauchen wir Menschen, die uns ermutigen: «Nein, du bist auf einem guten Weg. Du siehst den Weg nur nicht, weil es Nacht ist. Darum kannst du nicht einordnen, was passiert. Halte durch. Geh treu weiter. Die Nacht geht vorbei.»

«Aktive Nacht» heisst: Es braucht von uns diese Treue, damit der Befreiungsweg weitergehen kann. Die aktive Nacht ist den Strapazen des Volkes Israel in der Wüste vergleichbar. Die Wüste war nicht das Ziel, sondern der Weg ins Gelobte Land. So gehen all diese «Nächte» vorbei, und was wir danach erleben, ist noch mehr Glück, ein noch besseres Leben.