

## Meister Eckehart: Religion der Gelassenheit

Thomas Noack

Gelassenheit bedeutet, daß der Mensch die Dinge dieser Welt und letztlich sich selber losläßt. Das kleine, begrenzte Ich klammert sich nur allzu gerne an das, was vor Augen liegt und sinnlich erfahrbar ist. Es kann sich nicht vorstellen, im Falle des Loslassens von einer höheren und inneren Macht getragen zu werden. Gelassenheit ruft den Menschen auf, den Weg des Wenigerwerdens zu gehen, damit dieses geheimnisvolle Etwas im Herzen der Seele mehr werde.

Gelassenheit ist der Beitrag, der zur Eigenleistung des Menschen gehört. Gott der Herr sucht die Seele, das ist gewiß. Er geht ihr nach und läßt sie nicht, aber die Seele muß sich finden lassen. Die ewige Liebe kann nicht anders als am Menschen festhalten. Sie ist uns nahe und bleibt uns nahe, und dennoch, ihre selige Gegenwart verspüren nur die wenigsten Menschen. Warum ist das so?

Nun, sie sind immerfort mit anderen Dingen beschäftigt, eben mit sich selbst und der Welt. Die Seele hat viele Gäste und Freunde, die sich alle mit ihr unterhalten. Die ewige Liebe spricht ihr Wort aber erst dann in die Seele ein, wenn die Gäste und Freunde gegangen sind und es stille geworden ist. Darum muß die Seele ihre Freundschaften lassen. Deswegen ist Gelassenheit der Eigenbeitrag des Menschen. Kein Mensch kann das wahre Leben von sich aus ergreifen. Wer aus eigenem Willensentschluß das in sich Gute verwirklichen will, der muß scheitern. Das wahre Leben ist Gnade und Barmherzigkeit - es gibt sich dem Menschen.

*Das Himmelreich ist gleich einem verborgenen Schatz im Acker, welchen ein Mensch fand und verbarg ihn; und in seiner Freude darüber geht er hin und verkauft alles, was er hat, und kauft den Acker. (Mt 13,44)* Der innere Reichtum, den jeder Mensch im Herzen mit sich trägt - hier dargestellt im Bilde des verborgenen Schatzes im Acker - wird der Seele erst dann gänzlich zuteil, wenn sie alles verkauft, was sie hat. *Wer sein Leben liebhat, der wird's verlieren; und wer sein Leben auf dieser Welt hasset, der wird's erhalten zum ewigen Leben. (Joh 12,25)* Das Leben des Menschen ist seine Seele. Wer sie in der einen Weise liebhat, wird sie in der anderen Weise verlieren.

Daher ist der Mensch aufgerufen, sich selbst und alle Dinge zu lassen. Er soll sein eigenes und ach so begrenztes Denken und Wollen lassen. Er soll einmal wenigstens die Sicherheiten und Rücksichten aufgeben, die ihm so unverzichtbar erscheinen. Was sich dann einstellt, ist die Leere -

ja, aber die wesenhafte Leere, in der der Namenlose wohnt. *Wo der Verstand und das Begehren enden, da ist es finster, da (aber) leuchtet Gott. (EQ 340,27f)*

Gelassenheit ist somit der indirekte Weg ins Göttliche, und einen anderen als den indirekten Weg gibt es nicht, denn das Göttliche wird niemals erobert, sondern stets nur erfahren. Wunderbar spricht Eckehart von dem indirekten Weg in folgendem Kommentar zu einer Markusstelle: *" Wer der Größte sein will, der werde der Geringste unter euch." (Mk 9,-34) Wer jenes sein will, der muß dieses werden. Jenes Sein ist nur zu finden in diesem Werden.*

Und im gleichen Kontext sagt er: *Unser ganzes wesenhaftes Sein liegt in nichts anderem begründet als in einem Zunichtewerden. (EQ 95,23ff)* Dieses Zunichtewerden oder die Selbsterniedrigung heißt im christlichen Sprachgebrauch Demut. Sie ist das einzige, was der Mensch Gott geben kann, ohne es zuvor von ihm empfangen zu haben. *Wer von oben her empfangen will, der muß notwendig unten sein in rechter Demut. (EQ 172,21ff)* Daher ist es wichtig, daß der Mensch die Religion der Gelassenheit praktiziert.

### **Rechtes Haben und Lassen**

*Wer die Dinge läßt, wie sie Zufall sind, der besitzt sie dort, wo sie ein reines Sein und ewig sind. (EQ 224,14ff)* Wo sind die Dinge Zu-fall? Und warum fällt es dem Menschen so schwer, sie dort zu lassen, obwohl er aus dem göttlichen Wort wissen kann, daß der Gewinn unvergleichlich größer ist als der nur scheinbare Verlust?

Beginnen wir mit der zweiten Frage. Der äußere Mensch, und den betrifft dieses Wort, nimmt vom Gesamtgeschehen nur den Verlustteil wahr, und daher hält er das Ganze für ein Verlustgeschäft. Seine fünf Sinne, die ihm treue Berater sind, mit denen er sich oft und gerne bespricht, bestätigen ihn in dieser Ansicht. So wie damals die Schlange zu Eva sprach, so unterhält sich heute die Sinnlichkeit mit dem äußeren Menschen und verführt dadurch den inneren Menschen. Wenn ein Mensch stirbt, dann sagen wir: Er ist nicht mehr. Wir reden so, weil wir die Seele, die unverändert weiterlebt, nicht sehen.

Der äußere Mensch lebt in Täuschungen, die er jedoch zur Gewißheit erhebt. Der äußere Mensch sieht, daß die milde Gabe, die er einem Bedürftigen geben soll, ihn zunächst einmal ärmer macht. Alles weitere, so z.B. der Lohn im Himmel, sind Versprechungen oder vage Aussichten, die man nicht nachprüfen kann. Ein Vorhaben, das ich opfere, ist für mich zunächst ein Verlust. War jedoch Liebe der

Beweggrund der Aufgabe, so ist der Verlust eigentlich ein Gewinn. Doch davon weiß nur der innere Mensch zu berichten, und der sagt es nur ganz leise. Es ist also die Sinnhaftigkeit, die es dem äußeren Menschen schwer macht, der ungewissen Gewißheit zu folgen.

Zur ersten Frage: Zufall sind die Dinge für den äußeren Menschen, denn Zufall, dieses schöne Wort, besagt nichts anderes, als daß die Dinge dem Menschen von außen zufallen. Sie begegnen ihm auf den Wegen des Schicksals und wollen ihm etwas sagen. Hört er das geheime Rufen, dann wird er selig werden; will er sich in seiner Armut jedoch an ihnen bereichern, dann geht er hinaus in die Fremde und entfernt sich von der Heimat, die ihm durch den Anspruch des Zufälligen bereits so nahe gekommen war. Wer das Naheliegende ergreift, wird das Eigentliche verfehlen. Daher sollen wir die Dinge dort lassen, wo sie nur Zufall sind.

### Die drei Menschen

Ein reines Sein sind die drei Dinge für den inneren Menschen und ewig sind sie für den innersten Menschen. Die Lehre von den drei Menschen ist zum Verständnis der Gelassenheit sehr wichtig, daher muß ich sie hier kurz ausführen.

Wie empfinden uns als *eine* Persönlichkeit, und das ist gut so, sonst könnten wir nicht einheitlich handeln. Aber in Wahrheit besteht jeder Mensch aus drei Menschen, die ineinander stecken. Der *äußere Mensch* oder das Wachbewußtsein ist als Regent der Gesamtpersönlichkeit vorherrschend. Der *innere Mensch* und der *innerste Mensch* sind uns normalerweise unbewußt und können daher als das Unbewußte des Menschen bezeichnet werden.

Mit diesem Unbewußten ist der Mensch als begrenzte Persönlichkeit im großen jenseitigen Lebenszusammenhang eingebettet. Diesen Zusammenhang nennen wir die geistige Welt oder einfach das Jenseits, denn er liegt für die meisten Menschen jenseits der sinnlichen Wahrnehmungsfähigkeit; aus diesem Grunde wird seine Existenz ja auch von vielen bestritten.

Von diesen Menschen sagt Eckehart nun ein sehr schönes Wort, das zugleich deren Eigenart charakterisiert: *Alle Kreaturen schmecken als Kreaturen (nur) meinem äußeren Menschen ... Meinem inneren Menschen aber schmeckt nichts als Kreatur, sondern als Gabe Gottes. Mein innerster Mensch aber schmeckt sie (auch) nicht als Gaben Gottes, sondern als ewig. (EQ 272,31ff)*

D.h. das Wachbewußtsein des Menschen und damit wir, so wie wir leben, denken und wollen, sehen Gott nicht; die Gegenwart Gottes bestimmt nicht unser Leben. Wir leben im Angesicht der Geschaffenheit, denn Kreatürlichkeit heißt Geschaffenheit. Wir sehen die Dinge, erkennen aber nicht, was sie meinen. Wir nehmen wahr, daß unsere Pläne gelingen oder mißlingen; der tiefere Sinn des Geschehens wird uns aber nicht bewußt.

Kurz gesagt, der äußere Mensch lebt in der Gottferne, denn er ist der verlorene Sohn, der das Vaterhaus verließ und eigene Wege ging. Der äußere Mensch lebt sich selbst überlassen in eigener Verantwortung. Er kennt das Gefühl der Geborgenheit und des Aufgehobenseins in einem liebevollen Schoß nicht. Lediglich die Erfahrungen der Kindheit, die ihm die fürsorgende Mutter ermöglichte, haben ihn daran erinnert, daß er nicht allein ist. Sie vermittelte ihm das Urvertrauen.

Doch die Zustände der Kindheit sind in den Tiefenschichten der Seele versunken. Als ausgewachsener Mensch hat man sein Leben eigenständig zu meistern. Vielfach gesellt sich besonders heute zum Lebensgefühl der Eigenständigkeit auch das des Ausgesetztseins mit all seinen Bedrohungen. So lebt der äußere Mensch sich selbst inmitten der Geschaffenheit und damit auch der Vergänglichkeit.

Anders der innere Mensch. Er weiß, weil er es empfindet, daß er sich die Dinge nicht selber erarbeiten kann. Sie sind ihm von einer höheren Macht gegeben. Er nimmt sie also als Gaben Gottes wahr. Für ihn sind sie Handreichungen der ewigen Liebe. Für den inneren Menschen bekommen die Dinge als Gaben des himmlischen Vaters plötzlich Sinn und Aussage. Der äußere Mensch kann nicht sinnstiftend wirken, denn Sinn wird stets von oben verliehen. So wird die Schöpfung für den inneren Menschen sprechend. Sie ist ihm Wegweiser in das göttliche Vaterherz.

Der innere Mensch besitzt die Dinge nicht mehr im profanen Sinne des Wortes. Er macht Gebrauch von ihnen - das ist ein großer Unterschied. Und er ist in der Lage, sie zu gebrauchen, weil sich ihm die Bedeutung der Dinge erschlossen hat. Wer die Dinge besitzen will, steckt noch in der Sphäre des äußeren Menschen.

Vielleicht wird dem einen oder anderen jetzt die Bedeutung der Gelassenheit klar. Wer die Dinge als Dinge besitzen will, kann ihren wahren Gehalt für die Seele des einzelnen nicht erkennen. Stumm steht die Schöpfung dem Habenwollenden gegenüber. Er ist tot, und daher sind ihm die Dinge nicht sprachfähig. Wer aber alle Dinge losläßt, der

befreit die gequälte Kreatur aus dem Todesgriff eines unersättlichen Bewußtseins.

Es ist der Hunger nach Leben, der den äußeren Menschen ins Habenwollen und Mehrhabenwollen treibt. Doch auf diese Weise wollte der Lockruf des Lebens nicht verstanden werden. Die leidvolle Erfahrung, niemals satt und zufrieden zu werden und immer der Gehetzte zu sein, soll den äußeren Menschen eines Tages zu der Einsicht bringen, daß er auf einem Irrweg ist und daß die Zufriedenheit eines ausgefüllten Lebens im Geben und eben nicht im Nehmen besteht. Dann wäre er reif für eine neue Lebensqualität, nämlich für die des inneren Menschen.

Der innere Mensch ist auf dem Weg. Zuhause aber ist erst der innerste Mensch, denn er empfindet die Kreaturen auch nicht mehr als Gaben Gottes, sondern als ewig. Wir haben die Fülle des Seins niemals verloren. Aber wir sind eingeschlafen - da erinnere ich an den Adamsschlaf, von dem die Genesis berichtet - und haben somit ein niederes Bewußtsein angenommen.

### **Die Stufenleiter des Lebens**

Wenn wir diese Stufenleiter des Lebens nun überschauen, dann stellt sich die Frage, wie wir von der untersten Stufe des äußeren Menschen auf die mittlere des inneren und schließlich gar auf die oberste Stufe des innersten Menschen gelangen können. Die Antwort gibt uns Meister Eckehart, wenn er von der Gelassenheit spricht.

Was auf der einen Bewußtseinsstufe aufgelöst wird, steigt in die nächste Stufe auf. Das ist die Gesetzmäßigkeit des Lebens: Nichts geht verloren, nur der Wahn schwindet dahin. Der äußere Mensch lebt umgeben von vielen Gütern. Ein einfaches Gemüt könnte nun denken, Gelassenheit würde bedeuten, alle Besitztümer zu verschenken. Dann hätte man sie gewiß losgelassen. Das Ergebnis wäre ein Lebensstil der Armut, der in der Geschichte des Christentums auch tatsächlich praktiziert wurde. Ich denke hierbei nur an den Bettelorden und besonders an Franz von Assisi.

Mit der äußeren Armut ist jedoch nicht viel gewonnen, denn Gelassenheit ist keine äußere Verstümmelung, sondern eine Geisteshaltung. Eckehart bemerkt völlig richtig, daß ein äußeres Leben (wie wir es nun einmal alle leben, solange wir in einem stofflichen Körper sind) ohne ein gewisses Maß an Gütern nicht durchführbar ist.

Man kann sich den Genuß von Speisen zwar dadurch verleiden, daß man Asche darüber streut, aber essen muß man trotzdem. Dann braucht ein jeder ohne Frage auch Kleidung, selbst die Bettelmönche hatten ihre Röcke. Weiter benötigen wir Luft zum Atmen, und schließlich besitzen wir, selbst wenn wir an allem verarmt sind, noch immer den Leib. Davon scheidet uns nur der Tod.

Äußere Armut ist also weder konsequent durchführbar noch macht sie denn Geist gelassener. Der Asket züchtigt sein Fleisch ja nur deswegen, weil er von dessen Lüsten geplagt wird. Die Lüste sind also da.

Das Christentum wurde lange Zeit als Religion der Verdrängung verstanden und praktiziert. Vor diesem Hintergrund kann man die heute vorherrschende Gegenbewegung verstehen: Was lange Zeit lediglich unterdrückt wurde, der sogenannte 'innere Schweinehund', kümmert sich nicht mehr um Moralvorstellungen, sondern bricht hemmungslos nach außen durch. Doch Überwindung ist mehr als Verdrängung.

Denn Überwindung geht vom Geist des Menschen aus; Verdrängung dagegen ist lediglich ein Nichttun des Körpers, obwohl es den Geist weiterhin nach dem Tun gelüftet. Der Geist muß die Dinge loslassen können, d.h. frei von ihnen werden. Es reicht nicht aus, daß der Körper die Dinge möglichst weit von sich wirft.

Wenn wir uns die Frage stellen, wie es möglich ist, die Dinge innerlich loszulassen, ohne sie äußerlich fallen zu lassen, dann fällt mir nur das Bild des Gottessohnes ein. Im Gebot der Nächstenliebe ist die göttliche Antwort enthalten, denn die Liebe will nur haben, um weitergeben zu können. Die Liebe will Nutzen schaffen und setzt ihr ganzes Hab und Gut für den Bedürftigen ein. In der Liebe erkennt der Mensch, daß die ewige Liebe ihm das Leben gab, und daher gehört es ihr. Und was ihr gehört, das darf sie auch einsetzen.

Eckehart spricht von der inneren Abgeschiedenheit, die sich im Wesen der Liebe findet. Er sagt: *Die Liebe ist ganz lauter, ganz entblößt, ganz abgelöst in sich selber* (EQ 387,15) Oder: *Der Tod scheidet die Seele vom Leibe, die Liebe aber scheidet alle Dinge von der Seele.* (EQ 439,9f)

In der Liebe erkennt der Geist sein reines Abgeschiedensein, und in diesem seligen Erkennen wird er befähigt, die Dinge unangefochten zu durchschreiten. Die Liebe befreit; was gebunden ist, das erlöst sie. Und der Mensch beginnt zum ersten Mal das Wunder seiner inneren Natur zu erfahren.

Gelassenheit bedeutet, alle Dinge zu lassen. In der Liebe jedoch erkennt der Mensch, daß es im Grunde nur eines zu lassen gibt, und das ist das eigene Ich. Darin verdichtet sich die Religion der Gelassenheit in christlicher Sicht:

*Hast du (aber) dich selbst gelassen, so hast du (wirklich) gelassen. (EQ 300,25f) Oder: Alle Liebe dieser Welt ist gebaut auf Eigenliebe. Hättest du **die** gelassen, so hättest du die ganze Welt gelassen. (EQ 185, 10ff)*  
D.h. die Weltliebe oder das Verlangen nach den Dingen dieser Welt ist nur auf dem Boden der Eigenliebe oder Selbstliebe denkbar. Sich selbst lassen - darum geht es. Und überall, wo du dich findest, da lasse dich.

veröffentlicht in: Universale Religion 12 (1987) 28-36 und GL 5 (2005) 34-39