

# Meditation

Ein aufschlußreiches Werk über die Meditation liegt von Dr. Dr. Friso Melzer vor: „Konzentration-Meditation-Kontemplation“. Der erste Teil führt über die innerliche Sammlung zum „zentrierten Menschen“. Der zweite bringt eine große Auswahl meditativer Übungen. Der dritte Teil ist eine „Meditation des Todes“ (meditatio mortis).

Es führt zu weit, das Werk von Melzer hier zu besprechen. Es ist in der Gegenwart eine sogenannte „Meditationswelle“ zu beobachten. Vergleichen Sie auch das Kapitel über die Transzendente Meditation hier in diesem Buch.

Bezeichnend für diesen Trend unserer Zeit ist z. B. die Tatsache, daß in Bad Boll die Tagungen über Meditation sehr besucht und meistens überbelegt sind.

Wir bekommen hier in Bad Boll auch gleich Aufschluß über die Quellen, aus denen die Meditation fließt oder mindestens Impulse erhält.

Hans Heinz Pollack schrieb über die Bad-Boll-Tagung folgendes: „Studentenpfarrer Albrecht Strebel will nicht auf der gegenwärtigen Jogawelle mitschwimmen. Das schließt jedoch nicht aus, daß der Theologe, selbst ein Kenner des fernöstlichen Zen, Elemente des Joga in der von ihm veranstalteten Meditation verwendet.“

Manche Schüler der Meditation sagen: „Wir wollen nur aus der Technik des Joga, nicht aus seinem Inhalt etwas lernen.“

Eine neuartige Form der Meditation tritt uns in der Graphotherapie von Frau Dr. Hippus (Free Clinic, Todtmoos) entgegen. Als besondere meditative Übung wird das meditative Zeichnen praktiziert. Die Zeichnungen oder Malereien sollen nicht bewußt intellektuell erarbeitet werden, sondern sollen das Unbewußte aufschließen und damit den ganzen Menschen auflockern. Die Kunstwerke, die entstehen, „erinnern immer wieder an die Malerei des Zen“. So schreibt wiederum H. Pollack.

Da nun schon mehrmals das Wort „Zen“ auftauchte, muß mit einem Satz gesagt werden, was das ist. Zen ist eine japanische Form des Buddhismus, die auf dem Weg der geistigen Konzentration und Meditation zu einer Selbstbefreiung führen soll.

Es geht also um Selbsthilfe. Niemand kann verwehren, daß der Mensch versucht, mit seinen Problemen fertig zu werden. Das gehört zur Selbsterhaltung. Nirgends aber hat in den fernöstlichen Systemen die Meditation der Versuchung widerstanden, auf dem religiösen Sektor die Selbsterlösung praktizieren zu wollen.

Dieser Geruch der Selbsterlösung dringt oft auch durch die Rit-

zen westlicher Meditationspraxis.

Gehen wir in die Praxis. Durch seelsorgerliche Tätigkeit in Ost und West sind mir Einblicke in das Wesen und in die Praxis der Meditation ermöglicht worden.

B 206 1969 wohnte ich zwei Wochen bei Pastor Tharchin in Kalimpong an der tibetanischen Grenze. Tharchin ist der einzige Tibeter, der Pfarrer ist. Die wundervollste Taufe, die Pfarrer Tharchin in seinem Leben vollziehen durfte, war 1963 die Taufe von David Tenzing. David war Oberpriester von insgesamt 22 Klöstern im östlichen Tibet. Tharchin gab ihm 1962 ein Neues Testament und zeigte ihm den Weg zu Jesus. Tenzing traf eine radikale Entscheidung. Als intellektueller Buddhist hatte er Philosophie und Logik studiert und betrieb regelmäßig verschiedene Formen der Meditation. Als ihn die Missionarin Margarete Urban einmal fragte: „Meditieren Sie heute noch?“ antwortete Tenzing: „Nein.“ Wer in Ostasien zu Jesus kommt und damit eine Lebenserneuerung erfährt, gibt die buddhistische Meditation auf. Aber im Westen wird sie von vielen kritiklos übernommen. Ich gebe Ausschnitte aus zwei Zuschriften.

B 207 Ein gläubiger Bruder aus Stockholm, Valter Öhman, schrieb mir: „Zur Zeit gewinnt die fernöstliche Meditation in Schweden Boden. Viele meinen, es sei reizvoll und aufbauend zu meditieren, und doch zeigt sich der verführerische Charakter der Meditation. Wenn die Meditation nicht mit christlichem Inhalt gefüllt ist, leitet sie zu heidnischer Geistesgemeinschaft. Meditation, auf falschen Ideologien aufgebaut, führt mit falschen Geistern und einer falschen Gottheit zusammen. Sie bringt dann keine Befreiung, sondern Belastung und Besessenheit.“

B 208 Das Informationsblatt des Blauen Kreuzes ‚Bla Korset‘ brachte in diesem Zusammenhang ein packendes Zeugnis. Der Schwede Kjell Wallgren kam in seinem Suchen nach Wahrheit bis zum Himalaja. Dort führte ihn ein buddhistischer Mönch, ein Meister der Meditation, in die Kunst des Meditierens ein. Der Schwede erreichte durch seine Übungen einen solchen Grad der Selbstbeherrschung, daß er seine Seele vom Körper trennen und aussenden konnte. - Seine Meditation hatte also im Spiritismus geendet. - Bei seiner Exkursion der Seele durchwanderte er die unsichtbare Welt. Er begegnete dabei Seelen, die gleich ihm selbst durch Meditation in diesen Zustand geraten waren. Das Streben nach Erlösung durch Meditation hatte sie mit der verlorenen Geisterwelt in Verbindung gebracht. In dieser Hoffnungs-

losigkeit fühlte der Schwede plötzlich eine Kraft, die er später als die Macht Jesu erkannte. Diese Kraft zog ihn zurück zu seinem Körper.

Der geängstigte Mann brach damit seine Meditation ab und versuchte, nach Schweden zurückzukommen. Da er keine Geldmittel mehr besaß, gelang es ihm nur unter größten Schwierigkeiten, die Heimat wieder zu erreichen. Völlig vom Buddhismus enttäuscht, war er nun bereit, christliche Botschaften anzuhören. Er besuchte die Evangelisation eines afrikanischen Christen, der in Schweden arbeitete. Unter dessen Verkündigung lernte er die Hauptbotschaft gegen alle Meditation, Joh. 14,6:

„Ich bin der Weg, die Wahrheit und das Leben. Niemand kommt zum Vater, denn durch mich.“

Es gibt nur einen Weg zum Vater, nur einen Weg zum Himmel, nur einen Weg zur Erlösung - Jesus Christus. Der enttäuschte Asienwanderer nahm diese Wahrheit in sein Leben auf, und alles verwandelte sich.“

Das ist ein Stück des schwedischen Briefes. Aus Stuttgart nun ein anderer Briefausschnitt:

B 209 Eine Frau R. G., Mitglied meines Rundbriefkreises, schrieb mir unter anderem: „Neulich kam im Radio ein über Stunden sich hinziehender Vortrag mit Übungen in Meditation. Der Redner sagte, Joga sei nicht nur als körperliche Übung zu verstehen, sondern geistig-geistlich. Dieser Geist würde Besitz vom Menschen ergreifen. Es bestünde eine weltweite Einheit, von den westlichen Mystikern angefangen bis zu den östlichen Religionen. Der ganze Vortrag war gewürzt mit biblischen Zitaten, davor und dahinter praktische Übungen. Eine dämonische Sache! Man muß doch die Gläubigen warnen!“ Das ist hiermit geschehen.

An einem folgenden Erlebnis will ich zeigen, daß selbst Gläubige manchmal den Zeitströmungen verfallen.

B 210 Ein Beamter mit Universitätsbildung bekam Depressionen. Da er ein kirchlich orientierter Mann ist, suchte er einen Seelsorger auf, den ich kenne. Dieser Pfarrer gilt auch in den Kreisen der Gemeinschaften und Freikirchen als gläubig, und er ist es auch. Er empfahl dem depressiven Mann Jogaübungen. Zum Beispiel sollte er auf eine brennende Kerze blicken und meditieren. Der so beratene Mann folgte diesem Rat, wurde aber seine Depressionen nicht los. Dann machte er sich die Mühe und reiste zu mir. Er wunderte sich, als ich ihm den Rat gab, sofort mit seinen Jogaübungen aufzuhören, ja sogar, sich völlig vom Joga

loszusagen und sein Leben Christus anzuvertrauen. Ich wundere mich, daß ein gläubiger Pfarrer einen solchen Rat geben und einem bedrängten Menschen Meditation plus Joga als Heilmittel anpreisen konnte.

Ein weiteres negatives Meditationsbeispiel im Kreis gläubiger Pfarrer und Evangelisten schockierte mich.

B 211 Ein sehr guter Bekannter von mir war Pfarrer und Evangelist. Er ist inzwischen gestorben. Eines Tages besuchten wir beide eine Konferenz, auf der auch das Thema „Meditation“ behandelt wurde. Nach dem Vortrag kamen wir beide mit einem Zuhörer ins Gespräch. Da erzählte mir dieser Konferenzteilnehmer, daß er auch schon viele Jahre die Meditation praktiziere. Er hatte sogar eine Spezialität entwickelt. Er meditierte über Menschen. Er berichtete, wenn er drei Tage sich in der Meditation auf einen Menschen konzentriere, dann wüßte er alle Geheimnisse dieses Menschen, seine Pläne und Absichten, seine Vergangenheit, seine Sünden, seine gegenwärtigen Schwierigkeiten und anderes mehr. Mir wurde es bei diesem Bekenntnis unheimlich. Genau wie der Schwede, von dem oben berichtet worden ist, ist dieser Pfarrer mit seiner Meditation im Okkultismus und dämonischen Hellsehen angelangt. Vielleicht hängt es damit zusammen, daß Gott diesen Pfarrer und Evangelisten ganz rasch aus seinem Dienst wegnahm, obwohl er erst die 50 überschritten hatte.

Man mag mir nun entgegenhalten, daß ich nur negative Beispiele gebracht habe. Das ist richtig. Ich lehne auch die Meditation nach fernöstlichem Muster radikal ab. Vergleichen Sie auch das Kapitel über Joga in diesem Buch.

Gibt es keine positive Meditation? Doch, es gibt eine christlich legitime Meditation, für die wir offen sein müssen:

Treues Bibellesen unter gläubigem Gebet -  
Nachdenken über das Wort der Wahrheit -  
Erforschen des Heilsplans Gottes -  
Gewissensprüfung im Lichte Gottes -  
Alles und noch mehr unter der Leitung des Heiligen Geistes,  
der in alle Wahrheit leitet.

Wir brauchen kein Versenken in uns selbst, sondern ein Versenken in den, der am Kreuz für uns starb. Wir benötigen keine Entdeckung des Tiefen-Ichs, sondern die Entdeckung unseres Herrn und Heilandes. Wir können uns durch keine Technik und „Kunstgriffe“ „entleeren“ - da strömen nur andere Mächte ein -, sondern wir müssen gefüllt werden mit dem Geist des Vaters und

des Sohnes, die zu uns kommen wollen, um Wohnung bei uns zu machen (Joh. 14,23).