

Christliche Meditation

Autor/in: Bernhard Dobrowsky



Was ist Christliche Meditation? Die christliche Meditation lehrt die Fähigkeit, mit Gott in eine Beziehung zu treten. Dies geschieht durch das Überdenken der Heilstaten Gottes, durch Sprechen, Singen, stilles Versenken. Die Meditation kann allein im stillen persönlichen Gebet oder in der Gemeinschaft erfolgen. Eine Form des Meditierens des frühen Mönchtums geschieht durch dauerndes Wiederholen von Gebeten und Atemkontrolle, durch die Konzentration auf die Glaubenswahrheiten, das Beten von Psalmen und Schrifttexten. Dabei kommt es nicht auf das Verständnis einzelner Worte an, sondern auf die Haltung der Hingabe, die Bereitschaft, auf das Vertrauen (z.B. Rosenkranzgebet).

Der Meditierende kommt zu einer neuen Sicht seiner Abbildhaftigkeit und Rückbesinnung. Durch die Versenkung in Jesus kommt es zur Nachfolge in seiner Lehre, seiner Geschwisterlichkeit und seiner Botschaft. Bei einzelnen Menschen (Teresa v. Avila) kommt es zu mystischen Erfahrungen. Darunter versteht das Christentum die Erfahrung der Einheit mit Gott durch Christus. Dabei zeigt sich das unterschiedlich Christliche: eine personale Vereinigung von Gott und Mensch, von Schöpfer und Geschöpf, ohne Aufgabe der eigenen Person und ohne Identitätsverlust.

(K. Rahner, Frömmigkeit früher und heute, J. Sudbrack, M.-Theorie und Praxis, O. Stegink, Mystik)

Unterscheidungsmomente In den letzten Jahren haben Zen-Meister Christen die Erlangung der Erleuchtung attestiert. Christen sehen ebenso wie Buddhisten die Möglichkeit, Zen ohne Verlust ihrer religiösen Identität zu integrieren. Eine solche Integration erscheint so lange möglich, als die Erleuchtung einerseits jene Offenheit, Leere und Selbstentäußerung darstellt, die - frei von Bildern und Gedanken - das Äußerste ist, zu dem menschliches Vermögen "ekstatisch" fähig ist, andererseits der Mensch in diesem Akt des Lassens nicht nochmals in subtiler Weise über jene Möglichkeiten zu verfügen sucht, die - christlich gesagt - nur Gott zugugestehen sind. Anders gesagt, der wahrhaft Erleuchtete wird seine Erleuchtung nicht eigenmächtig als Selbsterlösung vorstellen.

Jede Meditation ist auf das Letztlich-Umfassende, Endgültige, Nicht-zu-Begreifende ausgerichtet, dem sich der Mensch nur stellen, über das er aber nicht verfügen kann. Die Frage verschärft sich, wo es darum geht, zu entscheiden, ob die sich dem Menschen mitteilende letzte Wirklichkeit personal ansprechbar ist oder aber, - wie weithin in den meditativen Formen des Zen-Buddhismus - nicht nur unaussprechbar, sondern auch unansprechbar, namenlos und unpersönlich bleibt. Der Christ steht dabei in der besonderen Situation, dass er mit seinem Glauben an Jesus von Nazaret seine eigene meditative Erfahrung als Teilhabe an der Gotteserfahrung Jesu versteht.

(Dom Le Saux, Indische Weisheit - Christliche Mystik, J.A. Cuttat, Asiat. Gottheit - christlicher Gott)

Die in diesem Verzeichnis vorgestellten Therapien und Methoden werden zum Teil seit Jahrhunderten praktiziert und sind auch in heutiger Zeit in Kursen und Seminaren unterrichtet worden. Sie können bei gesundheitlichen Problemen Rat und Hilfe eines Arztes nicht ersetzen. Der Betreiber dieses Verzeichnisses übernimmt keine Haftung für Schäden, die sich aus dem Gebrauch oder etwaigem Missbrauch der hier vorgestellten Therapien und Methoden ergeben.

Alle Inhalte dieser Website copyright ©Heilverzeichnis/Heal24.com und der jeweiligen Rechte-Inhaber. Weiterverbreitung der Inhalte ohne vorherige schriftliche Genehmigung ist nicht zulässig. Alle Rechte vorbehalten