

Das kontemplative Gebet der Via Integralis

Das kontemplative Gebet überschreitet die üblichen Vorstellungen von Beten, weil es nicht mehr unsere Worte und Gedanken sind, mit denen wir mit Gott in Verbindung treten; es ist unser einfaches DASEIN vor und in Gott.

Kontemplation ist Übung: Wir üben uns ein in eine Haltung, in der wir immer mehr gewahr werden, wie wir in jedem Augenblick, bei jedem Atemzug in Gottes Gegenwart eingebettet SIND. Wir üben zu lassen: die eigenen Worte, die inneren Bilder, Pläne und Gedanken, um leer zu werden für die Erfahrung von Gottes Gegenwart in uns.

In der **Via Integralis** wird uns dazu ein entsprechender Weg, ein Setting angeboten, das aus der Tradition des Zen-Buddhismus kommt: Zazen, Sitzen in Stille, Sammlung des Herz-Geistes. Diese über viele Jahrhunderte entwickelte spirituelle Praxis verbindet bzw. integriert in optimaler Weise die Kräfte unseres Körpers, der Seele und des Geistes und lässt sie durch regelmäßige Übung immer mehr zu einer Einheit werden.

Auch die christliche Tradition kennt den **Weg der Einkehr und des Loslassens**: in der Mystik, im Apophatischen Weg der Wüstenväter, im Herzensgebet der Ostkirche. Die Früchte dieses Weges sind vielfach beschrieben. Aber es gab und gibt bis heute keine dem Zazen vergleichbare Anleitung für den Weg der Bewusstseinsreinigung und Bewusstseinsleerung, die uns „Normalchristen“ zur Verfügung stünde.

In der Kontemplation üben wir mit derselben äußeren Sitzhaltung wie im **Zazen** und mit derselben Klarheit der inneren Haltung, mit der wir alle Worte, Bilder und Gedanken je neu loslassen und uns im Atem einsammeln. Wir übernehmen auch die bewährten Abläufe für größere Meditationseinheiten, wenn wir über mehrere Tage das kontemplative Gebet praktizieren.

Was uns von unseren buddhistischen Geschwistern unterscheidet, sind die Kategorien, mit denen wir das, was wir erfahren, deuten lernen. Um besser zu verstehen, was während der Kontemplation in uns geschieht, was mit uns „passiert“, helfen uns die Zeugnisse jener Christinnen und Christen, die vor uns den Weg der Bewusstseinsreinigung und -leerung gegangen sind und beschrieben haben: Meister Eckhart, Teresa von Avila, Johannes vom Kreuz, Pater Lassalle und viele andere.

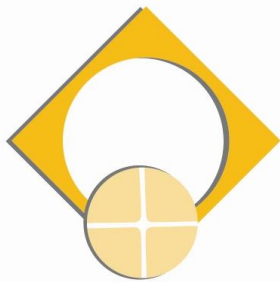
Unter dem Titel „Ehe Abraham wurde, bin ich“ haben Niklaus Brantschen, Pia Gyger und Hildegard Schmittfull schon vor Jahren damit begonnen, Bibelworte mit *koan*-ähnlichem Charakter als **Schlüsselworte für einen christlichen Einweg** zusammenzustellen. Damit ist eine neue Etappe eingeleitet, auf der westlich geprägte Menschen, analog zur Koan-Praxis auf dem Zen-Weg, christliche Glaubensinhalte von innen her zu „schmecken“ beginnen. Sie werden auf diesem Erfahrungsweg von autorisierten Lehrern und Lehrerinnen im Dialog begleitet.

So fließen in der Via Integralis die Erfahrungen von zwei großen spirituellen Traditionen der Menschheit zusammen – die der christlichen Mystik und des Zen-Buddhismus. **Pater Hugo Enomiya Lassalle SJ (1898-1990)**, Pionier des interreligiösen Dialogs, beschreibt das darin verborgene Wagnis wie folgt: „*Dialog besteht darin, dass man das Wagnis auf sich nimmt, sich gewissermaßen in die andere Religion hineinzugeben, um ihr auch auf dem Weg der Erfahrung begegnen zu können.*“

Ein solcher spiritueller interreligiöser Weg wäre vor wenigen Generationen noch undenkbar gewesen. Heute, zu Beginn des 21. Jahrhunderts, ist er höchst aktuell. Warum? Die Welt wächst zusammen und wir müssen schmerzlich erkennen, dass wir mit den herkömmlichen Mitteln von Technik, Politik und Kommunikation unsere Probleme nicht lösen können. Weder unser Herz, noch die Religionen und Institutionen der Menschen sind darauf vorbereitet, was es heißt in EINER Welt zu leben.

Wie ist EINHEIT erfahrbar, wenn alle Worte schon gesagt sind, und die religiösen oder politischen Appelle eher separieren und spalten, anstatt die Menschen zusammenzuführen? Sie wird nur gelingen, wenn sie in unserem Herzen beginnt – aus der Erfahrung der STILLE heraus. **Via Integralis** ist ein Weg dazu.

Das Emblem der Via Integralis verbindet symbolisch ihre wichtigsten Grundzüge:



via integralis

- Die vier Seiten / Himmelsrichtungen unserer Welt, in der wir leben
- Die im Buddhismus bekannte LEERE ohne Gestalt und Form, und doch in allem Seienden präsent
- Der Kreis, welcher unsere Erfahrung der Vielfalt im Leben zur Einheit zusammenfügt
- Eine Einheit, die nach christlicher Tradition geheiligt und transformiert ist im Kreuz: es führt das OBEN und das UNTEN, Innen und Außen in der einen Mitte zusammen.

In der **Lassalle-Kontemplationsschule Via Integralis** kann Kontemplation kennen gelernt, eingeübt und vertieft werden. Regionale Gruppen ermöglichen darüber hinaus die regelmäßige Praxis der Kontemplation im Alltag. Eine dreijährige Ausbildung zum Kontemplationslehrer/-lehrerin wird erneut ab Januar 2013 angeboten für Personen, die selber schon intensive Erfahrung auf dem spirituellen Weg haben und andere Menschen begleiten wollen. (Nähere Informationen siehe www.viaintegralis.ch).

Bernhard Stappel

Die **Lassalle-Kontemplationsschule Via Integralis** wurde 2003 von **Pia Gyger ktw** und **Niklaus Brantschen SJ** gegründet.

Beide kamen als christliche Ordensleute über **Pater Lassalle SJ**, der der Schule den Namen gibt, in Kontakt mit dem spirituellen Erfahrungsweg des Zen. Sie absolvierten ihre Zen-Ausbildung in Japan und Hawaii und wurden von Bernie Glasman anerkannt als Lehrer und Meister des Zen. Mit dem Einverständnis ihrer Lehrer haben sie die Praxis des Zazen für den kontemplativen Weg zugänglich gemacht. Sie haben im Januar 2012 die Leitung an **Hildegard Schmittfull** und **Bernhard Stappel** weitergegeben.

Via Integralis ist die Frucht des interreligiösen Engagements der beiden Gründer und ist inspiriert durch den christlich-buddhistischen Erfahrungsaustausch, wie er seit vielen Jahren im Lassalle-Haus Bad Schönbrunn gepflegt wird. Ihr Ziel ist es, die christliche Mystik in Verbindung mit der Zen-Meditation zu einem qualifizierten Schulungsweg für die Gestaltung des Lebens in Kirche und Welt werden zu lassen..

Via Integralis ist ein spirituelles Projekt des **Katharina-Werkes**.