

Anselm Grün
Trau dich
neu zu werden



Anselm Grün

Trau dich
neu zu werden

*Verwandeln
statt verändern*

Vier-Türme-Verlag

Bibliographische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliographie. Detaillierte bibliographische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

1. Auflage 2016

© Vier-Türme GmbH, Verlag, Münsterschwarzach 2016

Alle Rechte vorbehalten

Umschlaggestaltung: Thomas Uhlig, www.coverdesign.net

Umschlagmotiv: Wilfried Martin / Imagebroker RM / www.f1online.de

Druck und Bindung: Pustet, Regensburg

ISBN 978-3-7365-0001-3

www.vier-tuerme-verlag.de

Inhalt

Einführung 7

- I **Verwandlung in den Märcen** 15

- II **Verwandlung bei C. G. Jung** 27

- III **Bilder von Verwandlung** 35
 - 1 Der brennende Dornbusch 36
Ex 3,1–12
 - 2 Die ägyptischen Plagen 43
Ex 7,1–11,10
 - 3 Der Durchzug durch das Rote Meer 48
Ex 13,17–14,31
 - 4 Wasser aus dem Felsen 52
Ex 15,22–24 und Ex-17,1–7

- IV **Wege der Verwandlung** 55
 - 1 Jakob – Israel 56
 - 2 Der Prophet Elija 64
 - 3 Saulus – Paulus 73
 - 4 Maria von Magdala 78

- V **Wandlungsgeschichten** 85
- 1 Die Verklärung des Mose 87
Ex 34,28–35
 - 2 Die Verklärung Jesu 90
Lk 9,28–36
 - 3 Die Verwandlung von Wasser zu Wein 94
Joh 2,1–12
 - 4 Die Verwandlung in der Eucharistie 101
Lk 22,14–20
 - 5 Die Verwandlung von Leid in Hingabe 108
Joh 10,17f und Joh 15,13
 - 6 Die Verwandlung des Kreuzes in Herrlichkeit 112
Joh 12,31–33 und Joh 17,1–5/Lk 24,26 und Lk 23,48
 - 7 Die Verwandlung des Todes 120
Lk 24,1–12
 - 8 Pfingsten als Fest der Verwandlung 128
Apg 2,1–13
 - 9 Gebet und Verwandlung 142
Apg 16,19–34
 - 10 Askese und Verwandlung 146
Lk 13,18–21

Schluss 153

Literatur 157

Einführung

Heute ist es modern, dass Firmen ständig umstrukturiert und verändert werden. Doch häufig bewirken die Vorstände oder die Sanierer bei den Mitarbeitern Widerstand. Der Widerstand hat zwei Gründe.

Einmal verunsichert Veränderung immer. Aber natürlich muss sich jede Firma auch wandeln. Sie kann nicht stehen bleiben. Diesen ersten Widerstand muss man ernst nehmen. Aber zugleich ist er eine Herausforderung, sich auf das Neue einzustellen.

Der zweite Grund für den Widerstand ist jedoch, dass in der Veränderung häufig etwas Aggressives steckt. Der Sanierer vermittelt den Mitarbeitern: Alles, was ihr bisher getan habt, war nicht gut. Es muss ganz anders werden. Ihr seid nicht gut, ihr müsst euch ändern. Die Firma muss eine andere Firma werden. Eine solche Ausstrahlung mancher Veränderer löst berechtigten Widerstand aus. Denn es verletzt die Würde der Mitarbeiter, wenn das Bisherige nicht gewürdigt, sondern verurteilt wird.

Die christliche Antwort auf Veränderung ist Verwandlung. Verwandlung ist wesentlich sanfter als Veränderung. Und Verwandlung entspricht sowohl dem Weg des einzelnen Menschen als auch der Entwicklung einer Gemeinschaft, einer Firma. Verwandlung sagt: Alles, was die Firma bisher getan hat, wird gewürdigt. Es durfte so sein, wie es war. Aber die Firma hat noch nicht ihre eigentliche Gestalt gefunden: die Gestalt, wie sie heute so auftreten

kann, dass sie Erfolg hat. Die Verwandlung einer Firma ist sanfter als die Veränderung, die oft frustrierte und verletzte Mitarbeiter hinterlässt.

Was in den Firmen an Umstrukturierungsprozessen abläuft, das geschieht auch auf der persönlichen Ebene. Es werden heute so viele Ratgeberbücher angeboten, die uns zeigen wollen, wie schnell wir uns verändern können: Wir können unsere Angst verändern, unsere Gefühle, unseren Erfolg programmieren.

Als ich in Rio de Janeiro in der Flughafenbuchhandlung die Bücher anschaute, fand ich eines mit dem Titel: »Wie du dich in sieben Tagen vollständig verändern kannst«. Es war von einem amerikanischen Autor geschrieben. Ein solches Buch wird nur Frustration hervorrufen. Denn es ist eine Utopie, sich in sieben Tagen vollständig zu verändern. Sie entspricht der typisch amerikanischen Macher-Mentalität. Wir können alles machen, wenn wir es nur wollen. Wir brauchen nur positiv zu denken, dann können wir uns vollständig verändern. Die Seele rebelliert gegen solche illusionären Vorstellungen oft genug mit Depression. Die Seele zeigt uns, dass diese Mentalität nicht stimmt.

Ich kenne Menschen, die sich seit zehn Jahren ändern wollen, die ständig an sich arbeiten, um sich zu verändern. Aber es ändert sich gar nichts. Der Grund dafür: Das Verändern hat etwas Aggressives an sich. Ich kämpfe gegen etwas. Und das, wogegen ich kämpfe, das wird erst einmal Gegenkräfte entwickeln. Zum anderen steckt im Verändern eine Verurteilung meiner selbst: Ich bin so, wie ich bin, nicht gut. Es muss alles anders werden. Ich muss ein anderer werden.

Doch wenn wir die deutsche Sprache genau anschauen, so ist »ander« eine Ordnungszahl, ein anderes Wort für »zwei«. Verändern heißt also: Ich soll ein zweiter Mensch werden, oder negativ ausgedrückt: Ich soll zweite Wahl werden.

Verwandlung ist dagegen sanfter. Verwandlung meint. Alles in mir darf sein. Ich würdige mich so, wie ich geworden bin. Aber ich spüre zugleich: Ich bin noch nicht der, der ich von meinem Wesen her sein darf. Das Ziel der Verwandlung ist, dass das ursprüngliche und einmalige Bild, das Gott sich von mir gemacht hat, in mir zum Vorschein kommt. Aber dieses Bild will durch alles, was in mir ist, hindurchstrahlen. Veränderung hat das Ziel, dass ich ein anderer Mensch werde. Verwandlung dagegen zielt darauf hin, dass ich ganz ich selbst werde, mehr und mehr dieser einmalige Mensch, der ich bin.

Verwandeln würde bedeuten, dass zunächst alles gut ist, was ist, dass aber vieles unser Wesen und unsere Wahrheit verstellt. Verwandeln bestünde darin, das Urbild aus dem Gestrüpp der Bilder herauszubilden und das Eigentliche aus dem Uneigentlichen wachsen zu lassen. Verwandlung setzt eine absolute Zustimmung zum Sein voraus. Alles darf sein, alles hat einen Sinn. Ich müsste nur erforschen, was für einen Sinn etwa meine Leidenschaften, meine Krankheiten, meine Konflikte, meine Probleme hätten.

Verwandlung ist für mich die typisch christliche Weise der Veränderung. In der Verwandlung ist der Aspekt der Gnade. Gott selbst verwandelt den Menschen. Das wurde in der Menschwerdung seines Sohnes offenbar, in der er unsere menschliche Natur verwandelt und vergöttlicht hat. Verwandlung ist auch der Schlüsselbegriff für eine Spiritualität, die nicht versucht, alle Fehler und Schwächen in Griff zu bekommen und möglichst alle Sünden zu

vermeiden. Sie vertraut vielmehr darauf, dass alles in uns einen Sinn hat, selbst unsere Sünde, und dass Gott alles in uns verwandeln möchte, damit sein Licht und seine Herrlichkeit immer mehr in uns aufscheinen.

Die Frage ist, wie Verwandlung geschieht. Es gibt verschiedene Wege der Verwandlung:

Der erste Weg der Verwandlung besteht darin, dass ich alles, was in mir ist, Gott hinhalte. Ich verdränge nichts, sondern ich schaue an, was in mir auftaucht. Und ich halte es in Gottes Liebe hinein. Ich stelle mir vor, dass Gottes Liebe in meine Angst, in meine Ohnmacht, in meine Verzweiflung, in meine Leere, in meine Unruhe, in meine Traurigkeit, in meinen Ärger, in meine Eifersucht einströmt. Und indem Gottes Liebe, Gottes Geist dort einströmt, wandeln sich meine Gefühle.

Der zweite Weg geht über das Gespräch mit dem, was in mir auftaucht. Ich spreche mit meiner Angst und frage sie, was sie mir sagen möchte und wovor ich wirklich Angst habe. Ich spreche mit meiner Depression und frage sie nach ihrem Sinn. Und ich spreche mit meinem Ärger, mit meinem Neid, mit meiner Eifersucht, mit meiner Wut, mit meiner Sexualität und mit meiner Sucht. Indem ich mit meinen Emotionen und Leidenschaften spreche, erkenne ich ihren Sinn. Und dadurch wandeln sich die Leidenschaften. Sie beherrschen mich nicht mehr, sondern sie werden zu Freunden, die mir mein wahres Wesen aufdecken und mir Schritte zur Lebendigkeit und Freiheit weisen.

Der dritte Weg der Verwandlung besteht darin, dass ich innehalte und dem bisherigen Leben einen Widerstand entgegensetze. Der Vorgang, mit dem Wasser in Strom verwandelt wird, kann dies illustrieren. Ich baue einen Damm und stau das Wasser an, damit es durch die Turbine fließen kann und in Elektrizität verwandelt wird. So brauchen wir manchmal die Askese, die ein Hindernis gegenüber den bisherigen Gewohnheiten aufbaut. Die Askese ist ein Training, das wir auf uns nehmen, damit sich in uns etwas wandelt. Indem ich zum Beispiel in der Fastenzeit auf etwas verzichte, wächst in mir das Gefühl von Freiheit und Unabhängigkeit. Ich tue also etwas, ich setze mir ein Programm, damit sich in mir etwas wandelt.

Der vierte Weg besteht im Ausprobieren. Indem ich ein neues Verhalten ausprobiere, wandelt sich meine Seele, wandeln sich meine Gewohnheiten, wandelt sich mein Inneres. Das wird für mich deutlich in dem Satz, den Jesus zu dem Gelähmten am Teich von Betesda spricht: »Steh auf, nimm dein Bett und geh!« (Joh 5,9) Der Gelähmte wartet auf ein Wunder von Jesus. Doch Jesus sagt ihm ein Wort. Wenn er dieses einfach ausprobiert, wird er erfahren, dass sich sein Leben wandelt. Ich habe das oft erlebt. Wenn etwas in mir stockt und nicht weiter geht, dann sage ich mir dieses Wort Jesu: »Steh auf, nimm dein Bett und geh!« Dann wandelt sich in mir die Verkrampfung. Ich traue mich aufzustehen. Und auf einmal fühle ich mich wie verwandelt. Ich bekomme Mut. Ich kann gehen. Verwandlung geschieht durch Gott. Aber auch wir müssen unseren Teil dazu beitragen. Wir müssen unsere Wirklichkeit Gott hinhalten und wir müssen Haltungen ausprobieren, damit sie uns Halt geben. Im Tun und im Ausprobieren von Haltungen und Tu-

genden geschieht in uns Verwandlung, die aber immer auch geprägt ist von der Gnade Gottes, die all unser Tun begleitet.

Auf das Thema »Verwandlung« wurde ich durch einen Traum gestoßen. Ich träumte, dass ich eine Primizpredigt halten sollte. Ich fand mein Manuskript nicht. Ich war nervös, als ich auf die Kanzel stieg und wusste nicht, was ich predigen sollte. Da hatte ich im Traum auf einmal einen Geistesblitz: »Ich predige über den Priester als Wandler und Verwandler.«

Dieses Thema der Verwandlung hat mich dann nicht mehr losgelassen. Als ich mich damit beschäftigte, bekam ich eine Anfrage, bei der pädagogischen Werkwoche in Salzburg einen Vortrag zu halten zum Thema »Ändern oder Umdeuten – Der Wandlungsweg des Glaubens«. Seit 1991 führt die Abtei Münsterschwarzach das Recollectiohaus, ein Haus für Priester und Ordensleute, die in eine Krise geraten oder ausgebrannt sind. Zu Beginn einer Eucharistiefeier in der Gruppe dieser Priester und Ordensleute sagte ich ein paar Gedanken über Verwandeln statt Verändern. Ich war überrascht über das Echo, das die Gedanken bei den Teilnehmern fand. Sie spürten, dass sie nicht alles selbst machen müssen, dass nicht alles, was bisher war, falsch war, sondern dass Gott selbst sie – durch alle Krisen und Konflikte hindurch – wandeln will. Sie erkannten, dass ihre Krise, in die sie geraten waren, eine Chance war, mit der Gott die neue und wahre Gestalt aus ihnen hervorlocken möchte.

Seit dieser Zeit habe ich viele Führungsseminare gehalten. Auch dort habe ich oft von Verwandlung statt Veränderung gesprochen. Und ich habe immer wieder Zustimmung erfahren. Die Manager spürten: Nur durch ständiges Verändern und Umstrukturi-

rieren helfe ich weder meiner Firma noch mir selbst. Der Gedanke der Verwandlung war für sie wie eine Entlastung. Ich darf mich selbst und die Firma, in der ich arbeite, würdigen. Und ich schaue, in welche Gestalt ich selbst und die Firma wachsen möchten. Und ich muss nicht alles selbst machen. Da ist auch Gott, der bei allem, was ich tue, die eigentliche Verwandlung bewirkt.

I

Verwandlung in den Märchen

Die Gespräche mit den Gästen, denen ich von Verwandlung erzählt habe, machten mich neugierig, über das Thema »Verwandlung« zu lesen, was mir in die Hände kam. Dabei fand ich kaum etwas in theologischen oder spirituellen Lexika, wohl aber beim Schweizer Psychologen Carl Gustav Jung und in den Märchen. Vor allem faszinierte mich das Märchen »Die drei Sprachen«. Es drückte in einem Bild genau das aus, was ich erahnte und wofür ich doch keine Worte fand. Ich möchte das Märchen vollständig erzählen und dann auslegen. Es sagt für mich etwas Wesentliches über die Verwandlung des Menschen:

In der Schweiz lebte einmal ein alter Graf, der hatte nur einen einzigen Sohn, aber er war dumm und konnte nichts lernen. Da sprach der Vater: »Höre, mein Sohn, ich bringe nichts in deinen Kopf, ich mag es anfangen, wie ich will. Du musst fort von hier, ich will dich einem berühmten Meister übergeben, der soll es mit dir versuchen.« Der Junge ward in eine fremde Stadt geschickt und blieb bei dem Meister ein ganzes Jahr. Nach Verlauf dieser Zeit kam er wieder heim, und der Vater fragte: »Nun, mein Sohn, was hast du gelernt?« – »Vater, ich habe gelernt, was die Hunde bellen«, antwortete er. »Dass Gott erbarm«, rief der Vater aus, »ist das alles, was du gelernt hast? Ich will dich in eine andere Stadt zu einem anderen Meister tun.« Der Junge ward hingebracht und blieb bei diesem Meister auch ein Jahr. Als er zurückkam, fragte der Vater

wiederum: »Mein Sohn, was hast du gelernt?« Er antwortete: »Vater, ich habe gelernt, was die Vögel sprechen.« Da geriet der Vater in Zorn und sprach: »Du verlornen Mensch, hast die kostbare Zeit hingebracht und nichts gelernt und du schämst dich nicht, mir unter die Augen zu treten? Ich will dich zu einem dritten Meister schicken, aber lernst du auch diesmal nichts, so will ich dein Vater nicht mehr sein.« Der Sohn blieb bei dem dritten Meister ebenfalls ein ganzes Jahr, und als er wieder nach Haus kam und der Vater fragte: »Mein Sohn, was hast du gelernt?«, so antwortete er: »Lieber Vater, ich habe dieses Jahr gelernt, was die Frösche quaken.« Da geriet der Vater in den höchsten Zorn, sprang auf, rief seine Leute herbei und sprach: »Dieser Mensch ist mein Sohn nicht mehr, ich stoße ihn aus und gebiete euch, dass ihr ihn hinaus in den Wald führt und ihm das Leben nehmt.« Sie führten ihn hinaus, aber als sie ihn töten sollten, konnten sie nicht vor Mitleiden und ließen ihn gehen. Sie schnitten einem Reh Augen und Zunge aus, damit sie dem Alten die Wahrzeichen bringen konnten.

Der Jüngling wanderte fort und kam nach einiger Zeit zu einer Burg, wo er um Nachtherberge bat. »Ja«, sagte der Burgherr, »wenn du da unten in dem alten Turm übernachten willst, so gehe hin, aber ich warne dich, es ist lebensgefährlich, denn er ist voll wilder Hunde, die bellen und heulen in einem fort, und zu gewissen Stunden müssen sie einen Menschen ausgeliefert haben, den sie auch gleich verzehren.« Die ganze Gegend war darüber in Trauer und Leid und konnte doch niemand helfen. Der Jüngling aber war ohne Furcht und sprach: »Lasst mich nur hinab zu den bellenden Hunden und gebt mir etwas, das ich ihnen vorwerfen kann; mir sollen sie nichts tun.« Weil er nun selbst nicht anders wollte, so gaben sie ihm etwas Essen für die wilden Tiere und brachten ihn hinab zu dem Turm. Als er hineintrat, bellten ihn die Hunde nicht an, wedelten mit den Schwänzen ganz freundlich um ihn herum, fraßen,

was er ihnen hinsetzte, und krümmten ihm kein Härchen. Am anderen Morgen kam er zu jedermanns Erstaunen gesund und unversehrt wieder zum Vorschein und sagte zu dem Burgherrn: »Die Hunde haben mir in ihrer Sprache offenbart, warum sie da hausen und dem Lande Schaden bringen. Sie sind verwünscht und müssen einen großen Schatz hüten, der unten im Turme liegt, und kommen nicht eher zur Ruhe, als bis er gehoben ist, und wie dies geschehen muss, das habe ich ebenfalls aus ihren Reden vernommen.« Da freuten sich alle, die das hörten, und der Burgherr sagte, er wolle ihn an Sohnes Statt annehmen, wenn er es glücklich vollbrächte. Er stieg wieder hinab, und weil er wusste, was er zu tun hatte, so vollführte er es und brachte eine mit Gold gefüllte Truhe herauf. Das Geheul der wilden Hunde ward von nun an nicht mehr gehört, sie waren verschwunden, und das Land war von der Plage befreit.

Über eine Zeit kam es ihm in den Sinn, er wollte nach Rom fahren. Auf dem Weg kam er an einem Sumpf vorbei, in welchem Frösche saßen und quakten. Er horchte auf, und als er vernahm, was sie sprachen, ward er ganz nachdenklich und traurig. Endlich langte er in Rom an, da war gerade der Papst gestorben und unter den Kardinälen großer Zweifel, wen sie zum Nachfolger bestimmten sollten. Sie wurden zuletzt einig, derjenige sollte zum Papst erwählt werden, an dem sich ein göttliches Wunderzeichen offenbaren würde. Und als das eben beschlossen war, in dem selben Augenblick trat der junge Graf in die Kirche, und plötzlich flogen zwei schneeweiße Tauben auf seine beiden Schultern und blieben da sitzen. Die Geistlichkeit erkannte darin das Zeichen Gottes und fragte ihn auf der Stelle, ob er Papst werden wolle. Er war unschlüssig und wusste nicht, ob er dessen würdig wäre, aber die Tauben redeten ihm zu, dass er es tun möchte, und endlich sagte er: »Ja« Da wurde er gesalbt und geweiht, und damit war eingetroffen, was er von den Fröschen unterwegs gehört und was ihn so bestürzt gemacht hatte, dass er der heili-

ge Papst werden sollte. Darauf musste er eine Messe singen und wusste kein Wort davon, aber die zwei Tauben saßen stets auf seinen Schultern und sagten ihm alles ins Ohr.

Wilhelm Laiblin, ein Schüler C. G. Jungs, hat mich auf dieses Märchen aufmerksam gemacht. Für mich ist es ein Märchen, das die Verwandlung eines »dummen« Jungen zum Papst wunderbar beschreibt. Wenn wir das auf uns beziehen, heißt es: es beschreibt, wie wir aus unserem oft oberflächlichen Leben heraus verwandelt werden zu einem spirituellen Menschen. Der Papst steht für den spirituellen Menschen. Wir müssen erst die Sprache der bellenden Hunde lernen. Das heißt für mich: Ich muss die Sprache meiner Leidenschaften, Emotionen und meiner psychischen Probleme lernen. Ich muss lernen, wie ich mich mit meinen Leidenschaften und Gefühlen unterhalten kann.

Dann muss ich die Sprache der Vögel lernen. Das ist die Sprache des Geistes. Ich muss mich über meine Leidenschaften und Gefühle erheben. Ich muss mein Leben von einer höheren Warte aus betrachten, indem ich die Vogelperspektive einnehme. Und dann kann ich es wagen, in das Unbewusste einzutauchen und die Sprache der Frösche lernen, die vor allem im Traum zu mir sprechen.

Das Märchen zeigt den zweiten Weg der Verwandlung: den Weg des Gespräches, den Weg über die Sprache. Ich lerne die Sprache meiner Seele kennen, die sich in meinen Leidenschaften und Emotionen ausdrückt. Und ich spreche mit meinen Gefühlen und mit allem, was in meiner Seele auftaucht. Der Graf möchte, dass sein Sohn etwas Gescheites lernt, das ihn lebensfähig macht. Doch der

Sohn lernt das, was ihn zu einem ganzen Menschen macht, ja was ihn letztlich zu einem Menschen mit spiritueller Kompetenz werden lässt. Das ist mit dem Bild vom Papst gemeint.

Wilhelm Laiblin fasst die Botschaft dieses Märchens so zusammen: »Lerne zuerst einmal die Sprache der bellenden Hunde in dir verstehen und nähere dich ihnen als Freund und Bruder. Dann werden sie dir sagen, dass sie, die Verstoßenen, Verachteten und Gefürchteten, nur darum so unruhig sich gebärden, weil sie als deine treuesten und besten Freunde deine Aufmerksamkeit auf den verborgenen Schatz lenken wollen, der im Grunde deiner Seele auf dich wartet und den zu heben deine eigentliche Aufgabe ist.« (Laiblin 297)

Die bellenden Hunde können meine Leidenschaften sein, meine Wut, meine Eifersucht, meine Sexualität, meine Empfindlichkeit, meine depressiven Stimmungen, meine Ängste. Ich soll sie nicht in den Turm einschließen, sonst bin ich selbst irgendwann einmal aus dem Haus meines Lebens ausgeschlossen. Ich soll vielmehr mit ihnen reden. Sie bellen deshalb so laut, weil sie einen Schatz hüten. Überall dort, wo es mich drückt, wo ich mit mir nicht zurechtkomme, wo ein Konflikt sich lauthals meldet, wo eine Krankheit unüberhörbar schreit, da liegt auch ein Schatz bereit. Gerade dort, wo es in mir brodelt, will etwas in mir zum Leben kommen und aufblühen.

Verwandlung meint, dass ich nichts in mir ausschliesse, sondern dass ich mit meinen Leidenschaften, Krankheiten, Konflikten, Problemen, ja auch mit meinen Sünden ins Gespräch komme. Dann werden sie mich zu dem Schatz führen, der in mir verborgen liegt: zu neuen Lebensmöglichkeiten, zu einer neuen Qualität, die ich bisher unterdrückt habe. Dort, wo ich mich ohnmächtig fühle

und auf meine Unfähigkeit stoße, meine Fehler, meine Schwächen, meine Probleme in den Griff zu bekommen, dort liegt auch ein Schatz begraben.

Statt meine Energie dazu zu verwenden, die Fehler gewaltsam zu beseitigen oder zu unterdrücken, sollte ich mit meinen Fehlern und Sünden, mit meinen Konflikten und Problemen ins Gespräch kommen. Dann können diese mir den Schatz zeigen, der auf dem Grund meiner Seele darauf wartet, geborgen zu werden, und sie können mir zugleich auch den Weg zu diesem Schatz weisen.

Die Art, wie unsere Leidenschaften oder Krankheiten »bellen«, gibt uns auch an, wie wir durch sie hindurch zur Quelle in uns vordringen können. Das verlangt aber ein Umdenken in unserer Spiritualität. Unsere Spiritualität war oft zu männlich, zu animus-besetzt, zu sehr darauf aus, zu unterdrücken, zu beherrschen, in den Griff zu bekommen und zu beseitigen. Wir haben in unserer Askese zu sehr unseren Willen eingesetzt, der kraftvoll und gewaltsam etwas überwindet oder vernichtet. Unsere Spiritualität müsste der anima in uns mehr Raum geben, sie müsste weiblicher und mütterlicher sein. Verwandlung entspricht dieser animageprägten Spiritualität. In der Verwandlung darf alles sein, da darf etwas wachsen, aufblühen und neu geboren werden. Wie die Mutter bewerte ich nicht, was in mir ist. Ich wende mich diesem zu, damit es sich wandeln kann.

Was das Märchen von den drei Sprachen meint, ist mir ganz konkret bei der Begleitung einer Ordensschwester aufgegangen. Die Schwester hatte immer wieder mit Husten zu tun, bei ihr »bellten« die Hunde also im wahrsten Sinne des Wortes. Der Arzt hatte die Behandlung mit der Begründung abgelehnt, dass der Husten psychische Ursachen hätte. Im Gespräch versuchten wir gemein-

sam zu erkunden, was der Husten ihr sagen, zu welchem Schatz er sie führen wollte.

Husten hat etwas mit Aggression zu tun. Der Volksmund sagt ja auch: »Ich huste dir etwas.« Husten ist für die Zuhörer bei einer Predigt oder einem Vortrag oft die einzige Weise, ihre Aggressionen zu äußern. Zumindest sagt die Stärke des gemeinsamen Hustens etwas über die Akzeptanz beziehungsweise Ablehnung des Vortrags aus. Der Schwester fielen gleich ihre Aggressionen ein, die sie als Kind hatte, weil ihre Geschwister immer im Mittelpunkt standen und sie gleichsam nur unter der Decke lebte. Das gleiche Gefühl, nur unter der Decke zu leben, hatte sie oft auch in ihrer Schwesterngemeinschaft. Sie kam gar nicht richtig zum Zuge, die anderen standen immer im Mittelpunkt. Sie konnte oder traute sich nicht das Wort zu ergreifen.

Der Husten zeigte ihr nun, dass sich ihr innerster Kern dagegen wehrte, dass sie nicht mehr nur so dahinvegetieren wollte. Mit dem Husten sprechen, das würde bedeuten, seine Botschaft zu verstehen: »Ich will auch leben. Ich will nicht mehr unter der Decke leben. Ich will selbst sein: frei, echt, authentisch. Ich will Lust am Leben haben.«

Der Husten gab der Ordensschwester den Impuls, die Decke wegzuziehen, unter der sie lebte, die Fesseln zu zerbrechen, die sie gefangen hielten, und zu sich selbst zu stehen. Inzwischen hat sie neue Lebensmöglichkeiten in sich entdeckt. Sie lebt wirklich und wird nicht mehr gelebt. Sie traut sich, sich in Diskussionen einzumischen und Stellung zu beziehen. Ja, sie ist auf einmal kreativ, es gehen von ihr neue Ideen aus, sie hat Vorstellungen davon, was da in ihr wachsen möchte. Sie hat in sich den Schatz einer neuen Lebensqualität entdeckt und ausgegraben.

Neulich erzählte sie mir, der Husten sei für sie kein Problem mehr, er komme aber immer dann wieder, wenn sie nicht auf ihre innere Stimme höre, wenn sie sich nur nach den Erwartungen der anderen richte. Ich sagte ihr: »Das ist wunderbar, du hast immer einen Hund bei dir, der dann bellt, wenn du nicht wirklich du selbst bist.« Der Husten ist für sie also wirklich der bellende Hund, der sie immer wieder zu ihrem Schatz führt: zur Echtheit, zur Freiheit, zu sich selbst, zu ihrem eigentlichen Wesen. Anstatt den Husten mit Medikamenten in Griff zu bekommen, hört sie immer wieder auf ihn. So wird ihr Leben echt, sie kommt in Berührung mit ihrer Freiheit, mit ihrer wahren Gestalt.

Für mich ist das Märchen eine gute Hilfe für meine geistliche Begleitung geworden. In der Begleitung begegne ich oft Menschen, die sofort die Sprache der Vögel lernen wollen. Sie wollen zu schnell spirituelle Menschen werden.

Das geht aber nicht, denn sie müssen erst ihrer eigenen Wirklichkeit begegnen. Das war für die frühen Mönche klar. Evagrius Ponticus sagt: »Willst du Gott erkennen, lerne vorher dich selbst kennen.« Nur Menschen, die sich selbst kennen, können die Sprache des Geistes lernen. Erst dann können sie sich auf einen geistlichen Weg machen. Und wenn sie ein Gespür haben für die Sprache des Geistes, dann finden sie auch den Mut, die Sprache ihres Unbewussten zu lernen – das ist die Sprache der Frösche – und sich ohne Angst den Tiefen ihres Unbewussten auszusetzen. Sie machen sich dann vertraut mit der Sprache der Frösche, die im Traum zu ihnen sprechen. Dann wird die Sprache des Geistes auch zur Sprache des Heiligen Geistes, der alles in ihnen zu verwandeln vermag.

Die Bibel sieht im Heiligen Geist jenen Beistand, den Jesus uns sendet, um uns in alle Wahrheit einzuführen. Gott offenbart uns aber nur dann die Geheimnisse der Transzendenz, wenn wir, wie der junge Mann im Märchen, in den Turm unserer Leidenschaften hinabsteigen, um mit den bellenden Hunden in uns zu reden. Geistliche Erfahrung setzt das Vertrautwerden mit den eigenen Leidenschaften voraus. Und Gott lehrt uns die Sprache des Geistes, wenn wir auch bereit sind, die Sprache des Unbewussten, die Sprache unserer Träume zu sprechen, in denen Gottes »vergessene Sprache« zu uns spricht.

Beim Lesen zum Thema »Verwandlung« bin ich auf viele Märchen gestoßen, die von der Verwandlung von Menschen in Tiere oder Pflanzen und von der Wandlung der Tiere in Prinzen oder Prinzessinnen erzählen. Im Märchen »Die sechs Schwäne« muss die Schwester sechs Jahre lang schweigen und Sternenhemden nähen, um die sechs Brüder zu erlösen, die von einer bösen Zauberin in Schwäne verwandelt wurden. Ein König hatte bei der Jagd eine alte Frau getroffen, die ihn nur unter der Bedingung aus dem Wald führte, dass er seine Tochter heirate. Nach der Heirat merkt er, dass er eine Hexe neben sich hat. »Von seiner früheren Frau hatte er sechs Knaben und ein Mädchen. Als er merkte, dass seine neue Frau die Kinder töten wollte, verbirgt er sie in einem einsamen Schloss in der Mitte des Waldes und besucht sie heimlich. Die Hexe findet es heraus, und nachdem sie sechs Zauberhemden genäht hat, folgt sie den Spuren des Königs zum Schloss. Da die Jungen denken, es sei ihr Vater, eilen sie hinaus, um ihn zu begrüßen, doch da wirft die Königin die Hemden über sie, so dass sie in sechs Schwäne verwandelt werden.« (Franz 112) Das Mädchen

kann sich retten. Sie erfährt, dass sie ihre Brüder nur dadurch erlösen könne, dass sie sechs Jahre lang stumm bleibe und sechs Hemden aus Sternblumen für sie nähe. Sechs Jahre lang muss sie in ihrer Liebe ganz auf die Brüder ausgerichtet sein, im Schweigen darf sie sich in der wohlwollenden Aufmerksamkeit auf die Brüder nicht stören lassen. Diese bewusste und intensive Liebe verwandelt sie wieder zu Menschen. Das Mädchen wird von der Zauberin verleumdet und auf den Scheiterhaufen gebracht. Doch gerade als man das Feuer entzündet, fliegen die sechs Schwäne herbei. Das Mädchen »hatte die Hemden mitgebracht und wirft sie nun über die Vögel, die im selben Augenblick zu Männern werden, nur der jüngste Bruder hat anstelle des einen Armes einen Flügel« (Franz 112).

Das Hemd kann die Projektion bedeuten, die einen Menschen verwandeln kann. Negative Projektionen, falsche Bilder, die wir einem anderen überwerfen, können das Tierische im Menschen hervorlocken. Projektion kann sich magisch auf Menschen auswirken und sie verzaubern. Das Sternblumenhemd drückt eine positive Projektion aus. »Das Mädchen macht eine lange und hingebungs-volle Anstrengung, um den Schwänen eine Form zu verleihen, mittels derer sie in menschliche Gestalt zurückkehren können.« (Franz 121)

Es wäre eine eigene Untersuchung wert, die vielen Wandlungsmärchen anzuschauen und unsere Wege der Verwandlung darin wieder zu entdecken. Ich möchte mich in diesem Buch aber auf Bilder und Geschichten von Verwandlung beschränken, die mir in der Bibel begegnet sind.

Die Heilige Schrift des Alten und Neuen Testaments ist voll vom Thema »Verwandlung«. Man könnte die Konkordanz nach den

Worten »Wandeln« und »Verwandeln« untersuchen. Gott selbst verwandelt unser Klagen in Tanzen (vgl. Ps 30,12), er wandelt das Meer in trockenes Land (vgl. Ps 66,6), den Fels in strömendes Wasser (vgl. Ps 114,8) und das Wasser in Blut (Ps 105,29).

Verwandeln hat mit wenden zu tun (lateinisch: *convertere*). Der Psalmist bittet: »Wende doch, Herr, unser Geschick!« (Ps 126,4) Und er bekennt voll Freude: »Als der Herr das Los der Gefangenschaft Zions wendete, da waren wir alle wie Träumende.« (Ps 126,1) Im Neuen Testament drückt Paulus mit dem Wort »verwandeln« das Ziel unseres geistlichen Lebens aus: Wir werden durch den Geist Christi »in sein eigenes Bild verwandelt, von Herrlichkeit zu Herrlichkeit« (2 Kor 3,18).

Noch ergiebiger als der Blick in die Konkordanz ist, die Bilder, Geschichten und Wege der Verwandlung zu meditieren und sich selbst darin wieder zu finden. Dabei gelten die Grundsätze der Auslegung, die ich in dem Band über »Tiefenpsychologische Schriftauslegung« dargelegt habe.