

Anselm Grün



Das kleine Buch
der Sehnsucht

HERDER

Anselm Grün



Das kleine Buch
der Sehnsucht

HERDER

Anselm Grün

*Das kleine Buch
der Sehnsucht*

Herausgegeben von Anton Lichtenauer



HERDER 
FREIBURG · BASEL · WIEN

© Verlag Herder GmbH, Freiburg im Breisgau 2009
Gekürzte Ausgabe von: Bleib deinen Träumen auf der Spur.
Buch der Sehnsucht © Verlag Herder GmbH 2004
Alle Rechte vorbehalten
www.herder.de

Umschlagkonzeption und -gestaltung:
R·M·E Eschlbeck / Hanel / Gober
Umschlagmotiv:
© Mauritius Images

Datenkonvertierung eBook: le-tex publishing services GmbH, Leipzig

ISBN (E-Book) 978-3-451-33622-5
ISBN (Buch) 978-3-451-07104-1

Vorwort

von Anton Lichtenauer

Nie ist die Sehnsucht unbändiger als in der Jugend. Die erste Liebe, die große Freundschaft – und der Himmel steht offen. Alles scheint möglich – irgendwann, nein: bald. Leben muss phantastisch sein, und es fängt gleich hinter dem Horizont an. Nichts wie hin. Und später? Eine Straßenbahnlinie, die ihre immer gleiche Strecke abfährt, hat Tennessee Williams zum beiläufigen Sinnbild des Lebens gemacht: „A Streetcar Named Desire.“ „Endstation Sehnsucht“ ist der deutsche Titel dieses Stücks über ein Leben, das festgefahren ist in den Gleisen des Scheiterns. Die Umsteigelinie heißt „Cemetery“ und führt – zum Friedhof. Das Stück handelt von Menschen, die im Wirbel von Wünschen und Begierden, Sehnsüchten und Trieben am Ende sich selbst zerstören. Und die zentrale Aussage: „Tod – der Gegensatz dazu heißt Sehnsucht.“ Der Banalität verweigern sich beide, die jugendliche Sehnsucht und die Verzweiflung Erwachsener. „Göttlich sind die Liebenden, die Spötter / alles Verzweifeln, Sehnsucht, und wer hofft.“ Gottfried Benns Satz trifft sich mit dem, was Tennessee Williams in seinem Stück sagt. Verzweiflung und Hoffnung, Zynismus und Sehnsucht sind nah beieinander, weil sie weit über das Gegebene hinaus wollen. Es ist diese Grenzüberschreitung, die den spirituellen Autor Anselm Grün an der Sehnsucht interessiert. Sehnsucht ist überall. Die Plakatsäulen unserer Städte, die Hochglanzanzeigen der Illustrierten verheißen: Tausche Geld gegen Glück! Hier und jetzt und ohne Warten,

gegen cash. Nicht ein Auto kauft man, sondern Vitalität und Vorsprung. Die Kreditkarte, das ist Verfügung über Träume. Der Bausparvertrag – Selbstverwirklichung. Eine Versicherungspolice – Geborgenheit. Zigaretten stehen für wilde Ungebundenheit oder kultivierten Stil, je nach Marke. Und der Diamant als Geschenk verspricht: unvergängliche Liebe. Sehnsucht macht der Kauflust Dampf und vernebelt Kopf und Herz. Die Versicherung: Haben kann man alles. Und: Was man haben kann, das ist auch schon alles. Der reinste Versicherungsbetrug. Das Hamsterrad der Gier gibt keine Ruhe, immer schneller wird die Drehung, angetrieben vom Wunsch nach immer mehr. Sehnsucht trägt ein doppeltes Gesicht. Sie erfüllt – oder zehrt und nagt. Sie kann die Seele wärmen oder sie auch schier verbrennen. Und der Traum, das Paradies hier auf Erden zu verwirklichen, hat in der Vergangenheit immer wieder auch eine zerstörerische Kraft freigesetzt, die alles kurz und klein schlug. Wer den Mangel empfindet, kennt die Sehnsucht. Aber auch, wer einmal das berauschte Glück erlebt hat: „Wirklich oben ist man nie“, sagen die Bergsteiger, die nach der Gipfelbesteigung beim Abstieg ins Tal vom nächsten Gipfel träumen. Wo Leere ist, ist Sehnsucht. Aber auch das ist Sehnsucht: Ein Versprechen liegt in der Luft, ein Traum lockt. Sehnsucht zielt auf Erfüllung und verheißt dem Leben Sinn, Ziel, Bedeutung, Glanz. Wie die Liebe. Liebe und Sehnsucht gehören zusammen. Auch die Liebe will Grenzen überspringen, die dem eigenen Ich gesetzt sind. Nach der griechischen Mythologie ist Eros ein Dämon, ein Zwischenwesen zwischen den Göttern und den Menschen. Penia, die Armut, ist seine Mutter und sein Vater der Gott Poros. Weil er an beiden Welten teilhat, kann Eros zwischen dem Göttlichen und dem Menschlichen vermitteln. Er weiß, dass Menschen bedürftig sind: arm und liebeshungrig. Und

er hält die Sehnsucht nach der Liebe wach. Die Sehnsucht träumt davon, all das aufzuheben, was an uns Begrenzung ist. Und im Eros lebt die Lust auf ein Glück, das nie aufhört: „Alle Lust will Ewigkeit.“ Sehnsucht hofft, endgültig und für immer, in allem unerlösten Lärm das entscheidende Wort zu hören, das Trost gibt und Geborgenheit. Im hektischen Auf und Ab des Alltags den erfüllten Augenblick zu erleben, in dem die Zeit ganz aufgehoben ist. In all der Lust die Liebe, die mich meint, zu finden. Wenn wir dieser Sehnsucht in uns folgen, so Grün, führt uns das auf unsere eigentliche Lebensspur. Natürlich weiß Anselm Grün um das Doppelgesicht der Sehnsucht. Trotzdem hält er sie für die wichtigste spirituelle Kraft in uns. Sie zeigt den Weg zum wahren Glück. Eine sehnsuchtslose Welt wäre ein Alptraum – wenn das Leben nur die „letzte Gelegenheit“ wäre, alles noch in sich hineinzustopfen, oder alles zu horten in der Gefriertruhe des Ego. Anselm Grüns Vorstellung vom Glück ist anders: Das Feuer in der Seele nicht ausgehen lassen, sondern es schüren, damit die Welt nicht erkaltet und verhärtet. Die Ziele weit stecken – und so Raum lassen für Hoffnung und Traum. Das Herz weit machen, denn in unserer Sehnsucht erst finden wir wirkliche Heimat. Geborgenheit suchen – aber nicht stehen bleiben beim einmal Erreichten. Sein Rat: Lass deine Träume nicht versanden. Suche Räume, in denen du sein und werden kannst, was du bist. Lebe Beziehungen, die heilsam sind. Verlass die starren Gleise des Gewohnten, bleib auf dem Weg. Geh deiner Sehnsucht auf den Grund – und halte sie wach. Nichts anderes ist übrigens Spiritualität. Anthony de Mello, auf den sich Anselm Grün gerne bezieht, hat einmal gesagt: „Um in dem Abenteuer, genannt Spiritualität, Erfolg zu haben, muss man fest entschlossen sein, aus dem Leben so viel wie möglich herauszuholen. Viele Menschen

begnügen sich mit Nichtigkeiten wie Reichtum, Ruhm, Bequemlichkeit und Sozialprestige.“ Ziele, die viel zu klein sind, im Vergleich zu dem, was wirklich möglich ist. Also: Endstation Sehnsucht? Nein – Sehnsucht ist der Anfang jeder Lebenskunst. Mehr noch: Sehnsucht ist der Anfang von allem.

I.
Die Sprache der Seele



Eine Emotion voller Kraft

Das deutsche Wort Sehnsucht ist kaum in andere Sprachen zu übersetzen. Und auch das griechische Wort, das der Sehnsucht zugrunde liegt, hat nicht die Bedeutungsfülle, die die Sehnsucht in der deutschen Sprache angenommen hat. Das griechische Wort *epithymía* meint eigentlich Verlangen. Es kommt aus dem *thymós*, aus dem emotionalen Bereich. *Thymós* heißt ursprünglich Luft, Sturm, das Bewegte und Bewegende, die Lebenskraft. Ursprünglich meint das griechische Wort also eine Erregung, ein heftiges Verlangen, das mit der ganzen Vitalität des Menschen gefüllt ist. So benutzt es noch Lukas, wenn er von Jesus sagt: „*Epithymía epethýmesa* = mit Sehnsucht habe ich mich danach gesehnt, dieses Paschamahl mit euch zu essen“ (Lukasevangelium 22,15). Jesus spricht hier von einer Sehnsucht nicht nur des Geistes, sondern seiner ganzen Person, von einer Sehnsucht, die voller Kraft ist, voller Erregung des Herzens. In der griechischen Philosophie wird das Wort häufig abgewertet als Begehren des Fleisches, das dem Geist widerspricht. Und auch in der Bibel wird das Wort meistens in dieser negativen Weise benutzt, als etwas Sündiges, Gottwidriges.

Das lateinische Wort *desiderium* meint ursprünglich „Verlangen, Begehren“. Es hat offensichtlich mit *sidus* = „Gestirn“ zu tun. Die lateinischen Schriftsteller sprechen vom Feuer der Sehnsucht oder von der brennenden Sehnsucht nach etwas, das man nicht hat. Die Sterne kann man nur sehen. Aber man kann sie nicht greifen.

In der stoischen Philosophie wurde das Begehren häufig mit *desiderium carnis*, mit dem fleischlichen Verlangen,

gleichgesetzt. Doch bei Augustinus bekommt dieses Wort wieder seine ursprüngliche Bedeutung von Sehnsucht. Er spricht davon, dass jedes menschliche Verlangen und Begehren letztlich über diese Welt hin auszielt. Thomas von Aquin hat diese Vorstellung des Augustinus aufgegriffen und die Lehre vom desiderium naturale entwickelt. Der Mensch hat eine angeborene Sehnsucht nach der Gottesschau, nach der Vereinigung mit Gott. Er kann seine Menschwerdung nur vollenden, wenn er mit Gott eins wird.

Inneres Gespanntsein

Das deutsche Wort „Sehnsucht“ ist zusammengesetzt aus den zwei Bestandteilen: „Sehne“ und „Sucht“. Es erinnert an die Sehne, die gespannt ist, wenn der Mensch zum Sprung ansetzt, oder an die Bogensehne, bevor der Pfeil abgeschossen wird. Sehnsucht hat also mit einem inneren Gespanntsein zu tun. Mit seiner ganzen Energie wartet der Mensch auf den Sprung, um das zu greifen, worauf seine Sehnsucht zielt, oder auf den Schuss, der ins Ziel trifft.

Der Duden sagt, dass das Wort „sich sehnen“ nur im deutschen Sprachgebiet gebraucht werde. Er verbindet es nicht mit der „Sehne“, sondern mit dem mittelhochdeutschen Wort „senen = sich härmen, liebend verlangen“. Es klingt das Schmerzliche mit und erinnert an eine Liebe, die noch nicht erfüllt ist. Der Verliebte sehnt sich nach der Freundin, um sich ihrer Liebe zu vergewissern. Sehnsucht kann auch wehtun. Wer verliebt ist, ist ganz und gar auf den geliebten Menschen ausgerichtet und wartet darauf, dass seine Liebe erwidert wird. Er hat den Eindruck, er würde sterben, wenn seine Liebe ins Leere ginge.

Das Wort „Sucht“ kommt ursprünglich nicht von „suchen“, sondern von „siech sein, krank sein“. Sucht meint also ein krankhaftes Verlangen, eine krankhafte Abhängigkeit. Sehnsucht ist aber keine Abhängigkeit von einem Stoff wie Alkohol oder Drogen, auch nicht von Geltung oder Ruhm. Die Sehnsucht zielt auf etwas anderes, auf Heimat, Geborgenheit, Glück, Liebe, Schönheit, Erfüllung. Sie zielt auf die Vollendung. Aber wie der Mensch sich manchmal krank vor Liebe fühlt, so kann auch die Sehnsucht nach dem Ewigen in ihm so stark werden, dass er keinen Geschmack

mehr am Alltäglichen findet. Dann fühlt er sich krank vor Sehnsucht.

Die Verbindung von Sehnen und Sucht hat wohl dazu geführt, dass im letzten Jahrhundert das Wort „Sehnsucht“ verpönt war. Man assoziierte damit eher etwas Krankhaftes. Menschen geben sich ihrer Sehnsucht nach Unerfüllbarem hin, anstatt sich den konkreten Herausforderungen der Gegenwart zu stellen.

Die Romantik war noch voller Sehnsucht. Eichendorff und Novalis sind Zeugen dieser romantischen Sehnsucht. Für sie und ihre Zeit ist es ein durchaus als positiv und wertvoll verstandenes authentisches Gefühl. Doch als die Sehnsucht als Flucht vor der Wirklichkeit verfälscht wurde, mied man lange Zeit dieses Wort. Es verschwand aus dem Wörterbuch der positiven Emotionen. Erst in unserer Zeit ist es wieder zu einem Urwort geworden. 1997 hielt der Deutsche Katechetenverein seine Tagung unter dem Titel „Stimmen der Sehnsucht“ ab. Die Veranstalter waren überzeugt: „Gibt man die Spannkraft menschlicher Sehnsucht auf, dann verliert man die Bereitschaft, auszugreifen und berührungsfähig zu sein. Sehnsucht zielt ins Offene. Ich riskiere den Satz: Wo keine Sehnsucht, da kein Ansatz für Religion“ (Wilhelm Albrecht). Und: „Was Menschen ersehnen“ war der Titel einer Tagung, die sich auf aktuelle „Spurensuche“ in der Kinder- und Jugendliteratur, in populären Songs und neuen Geschichten begab.

Die Menschen spüren, dass unser Leben ohne Sehnsucht langweilig wird. Es verliert die Spannung, die Offenheit für das Geheimnis, die Weite und Lebendigkeit. Sehnsucht gehört zum Menschen. Wir leben in der Spannung zwischen der Kraft, die in der „Sehne“ steckt, und der krankhaften Trägheit der Sucht. Wenn nur ein Pol – Ruhe oder

Anspannung – gelebt wird, wird der Mensch krank. Wer nur die Ruhe sucht, versinkt leicht in Bequemlichkeit. Wer nur auf seine Sehne, auf seine eigene Kraft baut, verausgabt sich. Dann reißt die Sehne. Wenn er süchtig wird, verliert er seine Freiheit.

Die Anstrengung des Sehns muss in die angespannte, aber zugleich gelassene Haltung der Sehnsucht einmünden. Und die Sucht muss in die Dynamik und Kraft der Sehnsucht verwandelt werden. Nur so kann sie geheilt werden.

Vielleicht sind viele der Süchte, die wir heute beobachten, Ausdruck verdrängter Sehnsucht. Daher ist es höchste Zeit, und nicht ein Ausdruck von Wirklichkeitsflucht, sondern ein Zeichen von Realismus, sich wieder seiner eigenen Sehnsucht zu stellen. Nur wenn wir uns ihr stellen, sie anerkennen und in unser Leben integrieren, können wir frei werden von der Sucht, die uns im Griff hat.

Die Sehnsucht hält uns nicht fest. Sie weitet unser Herz und lässt uns frei atmen. Sie verleiht unserem Leben seine menschliche Würde.

II.

*Wie wir sind. Und wie wir sein
könnten*



Ein Frosch im Brunnen

„Ein Frosch, der im Brunnen lebt, beurteilt das Ausmaß des Himmels nach dem Brunnenrand.“ So lautet ein mongolisches Sprichwort. Die Mongolen sind ein Volk, das die Weite der Steppe liebt. Ihre Beweglichkeit und ihr Drang nach Offenheit sind aus der Geschichte bekannt. Und diese Eigenschaften prägen noch heute die nomadisierenden Stämme. Das zitierte Sprichwort macht ihre Weisheit gegenüber jeglicher geistigen Enge deutlich.

Manchmal gleichen wir selbst dem Frosch, der das Ausmaß des Himmels nach dem Brunnenrand beurteilt. Wir sehen nur das Vordergründige. Der Frosch schwimmt im Wasser und blickt nur manchmal nach oben. So schwimmen wir in den vielen Aufgaben unseres Alltags. Ab und zu erheben wir unseren Blick und sehen den Himmel. Doch wir erkennen nicht seine unendliche Weite. Nur wer die Sehnsucht nach dem Unendlichen in sich trägt, kann die Unendlichkeit des Himmels wahrnehmen. Und darin liegt ein Paradox: Nur der, der nach innen blickt, vermag richtig nach außen zu sehen. Nur wer in sich die Sehnsucht nach einer Welt trägt, die alles Diesseitige übersteigt, hat den rechten Blick für diese Welt. Sie ist nicht mehr alles für ihn. Die Sehnsucht korrigiert das, was er sieht, so dass alles sein rechtes Maß bekommt.



Zigeuner im Sessel

Anthony de Mello erzählt gerne Geschichten, die uns über unsere eigene Realität aufklären. Wir sind im Käfig der Gewohnheiten eingesperrt, sagt er einmal, wie jener Bär, der in seinem sechs Meter langen Käfig hin- und hergeht. Als die Gitterstäbe nach mehreren Jahren entfernt werden, geht der Bär weiter diese sechs Meter hin und her, her und hin. So als ob der Käfig noch da wäre. Für ihn war er da. Seine Sehnsucht war durch die lange Gefangenschaft abgestorben.

In anderen kurzen Erzählungen nimmt de Mello auch die Vorstellung von Sehnsucht auf den Arm. Er zeigt, wie klein sich die Sehnsucht nach dem Unendlichen manchmal gebärden kann:

„Nach dreißig Jahren gemeinsamen Fernsehens sagt ein Mann zu seiner Frau:

„Lass uns heute Abend etwas wirklich Aufregendes unternehmen“

Sofort tauchen vor ihrem Auge Visionen von einer Nacht in der Stadt auf.

„Phantastisch“ sagt sie. „Was wollen wir machen?“

„Wir könnten einmal die Sessel tauschen.““

Für den Mann bestand die ganze Sehnsucht nach etwas Aufregendem darin, – den Sessel zu tauschen. Offensichtlich kannte er keine größeren Sehnsüchte, keinen weiter ausgreifenden Drang. Das dreißig Jahre lange Fernsehen hat ihn so genügsam gemacht in seiner Sehnsucht, dass wir darüber unwillkürlich lachen müssen.

Aber stimmt es nicht wirklich? Auf welch kleines Maß hat sich heute die Sehnsucht vieler Menschen reduziert!

Humor ergibt sich aus der Spannung zwischen Idealität und Realität. Seine Funken sprühen, wenn die Welt, so wie sie sein könnte, mit der Wirklichkeit zusammenprallt, wie sie nun einmal ist.

Eine andere Geschichte de Mellos – ebenfalls mitten aus dem Leben erzählt. „Der Zigeuner“, so nennt er sie:

„In einer kleinen Grenzstadt lebte ein alter Mann schon fünfzig Jahre in dem gleichen Haus. Eines Tages zog er zum Erstaunen seiner Umgebung in das Nachbarhaus um. Reporter der Lokalzeitung sprachen bei ihm vor, um nach dem Grund zu fragen: ‚Ich glaube, das ist der Zigeuner in mir‘, sagte er mit zufriedennem Lächeln.“

Das muss man nicht mehr kommentieren. Das „sitzt“: So treffsicher hat de Mello unsere klein gewordene, durch unsere Selbstzufriedenheit geschrumpfte Sehnsucht beschrieben.

Wir machen uns kleiner als wir sind.
Viel kleiner.