



## Spiritualität von unten

### Einen Weg abseits der bekannten Formen suchen

Letztens habe ich ein kleines Büchlein mit dem Titel „Spiritualität von unten“ gelesen. Das Buch an sich war jetzt gar nicht so der Hammer, aber der Titel und die Erklärung dessen sind für mich sehr wichtig geworden. Ich lebe diese Spiritualität von unten, ich konnte es nur nicht benennen.

Blöderweise kann ich es nur erklären, indem ich die Spiritualität von oben dagegen setzte. Es geht mir bei diesem Vergleich nicht um ein Richtig oder Falsch, sondern darum meinen Weg zu erklären. Ich bin mir sicher, dass ich auf diesem Weg nicht alleine unterwegs bin, daher ist es auch für den ein oder anderen wertvoll.

Spiritualität von oben stellt uns Ideale vor Augen, denen wir nacheifern und die wir dann irgendwann erfüllen. Wenn wir das eine erreicht haben, kommt das nächste. Dies ist gerade für junge Menschen wichtig. Für mich ist es nicht mehr das Richtige, zu nah am Größer-schneller-weiter unserer Welt. In meiner Begegnung mit meinem Gott will ich ausbrechen aus diesem Schema der Welt, alles immer besser zu machen und perfekt zu sein.

Meine Spiritualität hat sich verändert. Viele Lobpreisexte, um nicht zu sagen fast alle mir bekannten, sprechen mich nicht mehr an. Ich kann Gott nicht mehr zurufen, „Komm“, wenn ich fest daran glaube, dass er schon da ist. Die meisten Lobpreisexte sind aus einer Spiritualität von oben. Ich fühle mich nicht wohl in all den bekannten Gottesdienstformen. Lobpreis, Predigt, es redet einer über ein Thema, obwohl doch ganz viele da sind, die darüber diskutieren und sich austauschen könnten. Vielen meiner Freunde geht es so. An all die Einzelkämpfer in unserer Welt, die ihr an Jesus glaubt und es in keinem Gottesdienst mehr aushaltet: Ihr seid nicht allein. Wir sind ge-

nauso die Gemeinschaft der Heiligen wie diejenigen, die sich über ihren Gottesdienst freuen, mit dem wir nicht

mehr klar kommen. Versteht mich nicht falsch, all diejenigen, die ihr glücklich seid im vorhandenen System, seid weiter glücklich. Diejenigen, die wir es nicht mehr sind, müssen uns aufmachen einen Weg zu finden, wie wir es wieder werden können.

### Wie kann er ausschauen der Weg? Woran kann ich mich orientieren?

Lass mich Teile meines Weges aufzeigen. Ich erlebe Jesus am Tisch. Der Tisch ist für mich zu einem Symbol der Gemeinschaft geworden. Ganz oft essen wir zusammen mit Freunden. Wir teilen Zeit und Essen miteinander. Vieles andere folgt dem. Jesus hat dies oft getan. Manchmal ist es nur ein schnelles Zusammenkommen, aber oft kommen auch die großen Themen des Tages, des Lebens auf den Tisch und wir bereichern uns gegenseitig. Versuch es, essen muss jeder, niemand muss ausgeschlossen sein.

Des Weiteren habe ich mich mit den christlichen Wüstenvätern und Müttern der christlichen Geschichte auseinander gesetzt. Einige Texte der „alten“, aber auch der „neuen“ vielleicht sogar noch lebenden Mönche und PriesterInnen, wie zum Beispiel Theresa von Avila oder Madeleine Delbrél haben meinen Weg beeinflusst. Einiges davon ist auf meinem Blog [www.urbanespilgern.de](http://www.urbanespilgern.de) zu sehen und zu lesen. Kontemplatives Gebet, also betrachtendes Gebet oder auch wahrnehmendes Gebet, einfach vor Gott sein und sich zu leeren, hat mich sehr gepackt. Kein einfacher Weg, aber einer, der sich meiner Meinung nach lohnt.

Henrik Begemann lebt mit seiner Frau Daggi in Lemgo.

