

ALBERT BIESINGER

INWIEFERN MEDITATIVE ZUGÄNGE FÜR RELIGIÖSE ERZIEHUNG BEDEUTSAM SIND

Vorüberlegungen zu einer Theorie meditativen Glaubenslernens

In Weiterführung der psychologischen Analyse einschlägiger Forschungsergebnisse über Meditationsprozesse stellte sich in unserem Forschungsseminar das Problem, inwiefern die weitverbreitete Praxis meditativer Übungen für den Prozeß des Glaubenslernens sinnvoll ist. Häufig wird bei der Begründung meditativer Zugänge in der religiösen Erziehung in Schule und Gemeinde von der These ausgegangen, daß durch Meditation Glaubenserfahrung ermöglicht werde. Dabei ist der Begriff "Glaubenserfahrung" ebenso wie der Begriff "religiöse Erfahrung" bisher nur unbefriedigend zu definieren. Vorsichtiges analytisches Weiterfragen und selbstkritische Rückfragen führen zu folgenden Gesichtspunkten, die durch empirische Untersuchungen bestätigt werden müssen:

- Entsprechend den von Theodor Wolfram Köhler vorgestellten psychologischen Ergebnissen zur Prozeßanalyse der Meditation wird durch konzentrierte Meditationsmethoden die Aufmerksamkeit auf eine bestimmte Person, einen bestimmten Gegenstand, Symbol in einer bestimmten Qualität hingelenkt. Konzentrierte Meditation als Prozeß bewirkt also zunächst (lediglich) eine graduell verschiedene Intensität der Aufmerksamkeitslenkung. Dies ist unter schulpädagogischen als auch unter religionspädagogischen Gesichtspunkten nicht unwichtig, sondern für Lernprozesse sogar sehr bedeutsam: Es ist ein Grundfaktor von Lernen, daß die Lernenden ihre Aufmerksamkeit auf das zu Lernende ausrichten (Richtungslenkung).

- Konsequenterweise ergibt sich die Rückfrage, was konzentrierte Meditationsmethoden dann von anderen Methoden unterscheidet, die ebenfalls die Aufmerksamkeit auf einen bestimmten Lerngegenstand zu lenken in der Lage sind.

Ohne eine Analyse der verschiedenen Ebenen des Glaubenslernens läßt sich aber kein sinnvolles Ergebnis finden. Weiter muß geklärt werden, welche Bedeutung dann konzentrierte Meditationswege für diese verschiedenen Ebenen haben und warum sie gerade für Glaubenslernen bedeutsam sind.

Ich versuche an einem Fallbeispiel, zwei wichtige Ebenen des Glaubenslernens darzustellen und beziehe mich dabei auf die Aussagen von Schülern:

Fallbeispiel - Zwei Ebenen des Glaubenslernens

Bei der Schülerin A zeigt sich, daß sie in ihren Kategorisierungsprozessen auf der automatisierten Ebene verbleibt. Sie kann am Ende einer Unter-

richtseinheit zum Thema "Jesus, der Christus" in theologisch fundierter, hermeneutisch sicherer Weise wichtige christologische Titel interpretieren.

Die Schülerin B kann am Ende einer Unterrichtseinheit, in der ich in ähnlicher Weise die christologischen Titel erschlossen habe, darüberhinaus aber das Jesus-Gebet mit der Klasse mehrfach "geübt" habe, ebenfalls theologisch fundiert und hermeneutisch methodisch sicher die christologischen Titel interpretieren. Sie behauptet aber, durch die Übung des Jesus-Gebetes zur Person, die hinter diesen Titeln steht, Jesus Christus, eine personale Beziehung aufgenommen zu haben.

Reflexion des Fallbeispiels (I)

Um diesen Qualitätsunterschied in der Selbsteinschätzung des Lernprozesses bei der Schülerin A und bei der Schülerin B sinnvoll reflektieren zu können, bediene ich mich der grundsätzlichen Unterscheidung von zwei Weisen der Glaubenzustimmung bei John Henry Newman.¹ Die logisch argumentative Zustimmung (notional assent) und die ganzheitliche, existentielle Zustimmung (real assent).

Die Schülerin A kann im hermeneutischen Zirkel theologischer Argumentation die christologischen Titel interpretieren. Ihre Argumentation hält einer wissenschaftlich reflektierten theologischen Kontrolle stand. Der Begriff von Glaube, der dieser Form der Zustimmung zugrunde liegt, ist als Lehre über den Glauben zu verstehen. Es ist die Ebene der Schlußfolgerung, der Konklusionen und der hermeneutischen Argumentation.

Die Schülerin B läßt sich auf diesen Lernprozeß ebenso ein, transzendiert jedoch diese Ebene und kommt zur realen, ganzheitlichen, ihre Existenz betreffenden Zustimmung, indem sie sich in der Beziehung zu Jesus Christus als Betroffene interpretiert und diese Beziehung von ihrer Seite aus realisiert, d.h. (theologisch ja lediglich) beantwortet.

Dieses Fallbeispiel zeigt zwei wichtige, sich gegenseitig nicht notwendigerweise ausschließende, sondern ergänzende Dimensionen des Glaubenlernens. Während die schlußfolgernde Glaubenzustimmung ohne die reale-existentielle Glaubenzustimmung auskommt, bedarf - sowohl nach J. H. Newman als

¹ Vgl. Essay in Aid of a Grammar of Assent, zit. nach der durchgesehenen Neuausgabe der Übersetzung von Theodor Haecker (Bd. VII der Ausgewählten Werke von John Henry Kardinal Newman, hrsg. von M. Laros und W. Becker, Mainz 1961). Der Rückbezug auf John Henry Newman in diesem Zusammenhang ist trotz mancher Bedenken gegenüber seinem erkenntnistheoretischen Ansatz in diesem fundamentaltheologischen Zusammenhang sehr sinnvoll. Eine fundierte Auseinandersetzung mit seiner Zustimmungstheorie erwarte ich von der Dissertation von J. Kuld, die derzeit von G. Biemer, Pädagogisch-Katechetisches Seminar der Universität Freiburg, angeleitet wird.

auch nach den neueren Erkenntnissen lernpsychologischer Forschung - die reale-existentielle Glaubenszustimmung in der Regel auch der schlußfolgernden Argumentation der Glaubenszustimmung.

Reflexion des Fallbeispiels (II)

Die Schülerin A setzt sich auf der begrifflichen Ebene mit Interpretationsmöglichkeiten der christologischen Hoheitstitel auseinander. Sie verbleibt auf der Ebene der sachlichen Argumentation, ähnlich wie viele Christen über griechische Göttervorstellungen sachgemäß argumentieren können, ohne daß sie das in ihrer Beziehung zu Gott verändert bzw. ohne daß sie eine Beziehungsebene mit Zeus u.a. eingehen.

Die Schülerin B läßt sich über diese sachlich argumentative Auseinandersetzung hinaus auf die Beziehungsebene zu dem in diesen Begriffen Reflektierten, nämlich Jesus Christus, ein.

Ist es der Unterschied zwischen der Sachebene und der Beziehungsebene, der den qualitativen Sprung bei der Schülerin B ausmacht?

Hypothetisch ist anzunehmen, daß - zumindest nach der Berichterstattung und Selbsteinschätzung der Schülerin B - sich aufgrund der Jesusgebet-Meditation eine zusätzliche Handlungsrelevanz im Sinne der Schaffung einer Beziehungsebene ergibt. Zu fragen ist, ob durch die Übung des Jesusgebetes nach der noch zu beschreibenden Anleitung eine spezielle Zielauswahl in die Handlungen dieser Schülerin eingegangen ist.

Methodologische Zwischenüberlegung:

Die Vorgehensweise, an zwei Fallbeispielen dieses Problem näher anzugehen, muß dort ihre Grenzen haben, wo zum einen die Selbsteinschätzung dieser beiden Schülerinnen nicht näher untersucht werden kann, und zum anderen, wo aus einem solchen Fallbeispiel verallgemeinernde Konsequenzen gezogen würden.

Festzuhalten ist, daß dieses Fallbeispiel lediglich zur Hypothesenbildung anregt.

Kehren wir jetzt zur Ausgangsfrage zurück, ob diese Lernmöglichkeit, die zur realen-existentialen Glaubenszustimmung führt, durch die Übung der Jesusgebet-Meditation gefördert wurde. Zunächst stelle ich diesen Meditationsweg kurz vor:

Anleitung zur Jesusgebet-Meditation²

Grundsätzlich gebe ich keine Anweisungen für andere, sondern formuliere die Anweisungen im Blick auf mich selber und bitte die Teilnehmerinnen und

² Aufrichtige Erzählungen eines russischen Pilgers. Erste vollständige deutsche Ausgabe, hrsg. und eingeleitet von E. Jungclaussen, Freiburg 1974.

Teilnehmer, sich selbständig in eigener Entscheidung in meine Selbstanweisung einzuschalten.

In vielen Schulklassen, Jugendgruppen, aber auch in Erwachsenenbildungsgruppen habe ich zur Übung der Jesusgebets-Meditation wie folgt angeleitet: Die Meditationsform, die wir jetzt gemeinsam üben können, hat eine lange Tradition. Sie geht zurück auf die Wüstenväter in Ägypten. In der Beschreibung "Aufrichtige Erzählungen eines russischen Pilgers" können Sie die Erfahrungen, die ein Glaubender der Ostkirche mit diesem Meditationsweg gemacht hat, nachlesen. Er konzentrierte sich auf die Wiederholung folgenden Gebets:

HERR JESUS CHRISTUS, SOHN GOTTES, ERBARME DICH MEINER.

Diese Meditation kann auch mit abgekürzten Worten HERR JESUS CHRISTUS ERBARME DICH MEINER oder JESUS CHRISTUS geübt werden.

Diese Form der Meditation ist leicht zu lernen. Es handelt sich um die Konzentration der Aufmerksamkeit auf die Wiederholung dieses Gebetes.

I. Induktive Phase

Ich setze mich aufrecht und entspannt hin. Entspanne Nacken, Wirbelsäule, mein Becken und meine Beine und Arme. Die Hänge lege ich ineinandergelegt, nach oben geöffnet auf die Oberschenkel. Ich schließe meine Augen und mache sie noch ein paarmal auf und zu und lasse sie dann geschlossen. Ich atme tief ein und aus. Damit ich mich leichter konzentrieren kann, wiederhole ich dieses tiefe Ein- und Ausatmen etwa zehnmal.

Sie können die Zeit vergessen, ich werde Sie nach zwanzig Minuten an die Zeit erinnern und Sie auffordern, die Übung zu beenden.

Damit beginne ich jetzt die Meditation.

Ich beginne jetzt, das Gebetswort, für das ich mich entscheide - entweder in der Langform, der abgekürzten Form oder der Kurzform -, vor mich hinzudenken. Ich denke mein "Wort" vor mich hin, überlasse mich diesem Wort und lasse sämtliche anderen Gedanken und Assoziationen, die mir dabei kommen, stehen, ohne sie zu verdrängen. Ich gehe immer wieder zurück auf mein "Wort".

II. Konzentrierte Phase

Während dieser konzentrierten Phase wiederhole ich für mich das Jesusgebet, behalte jedoch die Teilnehmer im Auge, so daß ich damit letztlich nicht in die konzentrierte Phase komme.

III. Eduktive Phase

Diese Phase beginnt damit, daß ich die Teilnehmer bitte, die Meditationsübung zu beenden und ein paarmal die Augen zu öffnen und zu schließen,

um sich an die Helligkeit zu gewöhnen. Ich schlage ihnen vor, sich zu recken und zu strecken, um die Entspannung zu beenden.

Neue Zugänge zur Jesus-Christus-Beziehung durch diese Meditation?

Wie Theodor W. Köhler zu Recht darauf hinweist, handelt es sich in der induktiven Phase lediglich um eine Aufmerksamkeitslenkung. Diese kann - wie ich bereits hingewiesen habe - auch durch andere Weisen der Aufmerksamkeitslenkung zustande kommen. Die sich für mich aus dem Fallbeispiel ergebende Frage muß vielmehr durch eine Analyse der konzentrativen Phase gelöst werden, jener Phase des Meditationsprozesses also, während derer der Meditand mit seiner Aufmerksamkeit vollständig auf das Meditationsobjekt, hier die Wiederholung des Jesusgebets, eingestellt ist. Das wichtigste, was sich während dieser konzentrativen Phase vollzieht, ist die Entautomatisierung der Kategorisierungsprozesse (vgl. die genaue Erläuterung dieses Vorgangs bei Th. W. Köhler in diesem Heft). Indem sich während dieser konzentrativen Phase (Entautomatisierung der Kategorisierungsprozesse) neue, überraschende, subjektspezifische, damit auch biographisch gestimmte Kategorisierungen, auch in neuen Anordnungen, Gewichtungen, Farbschattierungen ergeben, kann sich beim Jesusgebet eine andere Beziehungsqualität zu JESUS CHRISTUS ergeben. Auch kann sich die Kluft zwischen rationaler Argumentation und existentieller Betroffenheit aufheben - was diese andere Qualität der Glaubenszustimmung bei der Schülerin B erklären könnte.

Es kann eine neue GESTALT, eine neue JESUS-CHRISTUS-Gestalt entstehen, die eine solche Beziehungsqualität schaffen kann. Fraglich ist, welche Konsequenzen diese Erlebnisse in der konzentrativen Phase, in der eduktiven Phase, also der Rückbindung auf den (Normal-)Zustand der automatisierten Kategorisierungsprozesse haben.

Es muß - will man die Aussage der Schülerin B weiter verfolgen - einen Rückkoppelungsprozeß auf die Glaubenszustimmung in der Zeit nach der konzentrativen und der eduktiven Phase der Meditation geben.

Hypothetisch erkläre ich ihn wie folgt:

Indem sich während der konzentrativen Phase und den davor herrschenden entautomatisierten Kategorisierungsprozessen sich andere Qualitäten der Kategorisierung, andere Zuordnungen, Zusammenhänge und Ganzheiten ins Erleben gebracht werden, kommt es nach der eduktiven Phase zu einer Spannung, diese Erlebnisse mit der automatisierten Kategorisierungsebene in Verbindung zu bringen. Es entsteht aufgrund dieser Spannung die Möglichkeit zu neuen Problemlösungen und letztlich auch zu neuen Sinnorientierungen.

Festgehalten werden muß: Diese Ergebnisse haben hypothetische Bedeutung. Sie müssen im Rahmen eines großen Forschungsprojektes empirisch überprüft werden. Falls sie sich allerdings als überprüfbar nachweisen und bestätigen

ließen, müßten dieser Meditationsweg und entsprechend andere untersuchte Wege für ein Theoriekonzept der Katechetik erheblich stärker berücksichtigt werden, als dies derzeit der Fall ist. Immerhin geht es bei der Weitergabe des Glaubens um die Erschließung der Beziehung zu Jesus Christus. Meditative Lernprozesse als Erschließung der Gottesbeziehung?

Sich selbst leiten gegen manipulative Verzweckung dieser Meditation³

Für die Katechetik muß festgehalten werden, daß die Übung des "Jesusgebetes" nicht als technologischer Lernweg mißbraucht wird.

Die sich jedem Individuum stellende Aufgabe, sich selbst zu leiten, schließt die Entscheidung der Richtungslenkung, der Lenkung der Aufmerksamkeit notwendigerweise mit ein. Dies nicht nur auf der Ebene der Richtungslenkung im Sinne der Entspannungsmethoden (Autogenes Training und anderer Entspannungstechniken), sondern auch auf der Ebene einer sinnorientierten Aufmerksamkeitslenkung auf religiöse Symbole.

Ich gehe von der These aus, daß ich als für meine Sinnorientierung hochgradig Mitverantwortlicher mich selbst zu lenken habe, meine Aufmerksamkeit auf das Eigentliche, den tiefsten Grund, die personale Ermöglichung, nämlich auf "Jesus Christus" hinzulenken habe.

Die Übung des "Jesusgebetes" ist eine Möglichkeit unter vielen. Sie ist aber insofern eine spezifische Möglichkeit, weil es sich dabei um einen Intensivprozeß handelt.

Bei der Darstellung der psychologischen Analyse von Meditationsprozessen hat sich gezeigt, daß zusätzliche, theologische Kriterien eingeführt werden müssen, um einen Meditationsprozeß als christliche Meditation zu qualifizieren bzw. als Meditationsprozesse, die auf einer solchen Ebene der Glaubenszustimmung im Sinne des Fallbeispiels Schülerin B anzusiedeln sind.

Die mystische Tradition innerhalb des Christentums hat hier Vorgaben und Ansprüche geliefert, die in der derzeitigen geistesgeschichtlichen Situation einer Revitalisierung dringend bedürfen.

Prof. Dr. Albert Biesinger
Institut für Katechetik und Religionspädagogik
an der Theologischen Fakultät der Universität Salzburg
Universitätsplatz 1
A - 5020 Salzburg

³ Vgl. die ansatzhafte Diskussion in A. Biesinger, *Meditation im Religionsunterricht. Theoretische und schulpraktische Perspektiven*, Düsseldorf 1981.