Ausgabe Herbst / Winter 2026 | 69. Jahrgang, Nr. 2

reflecture

REFORMIERTE SPIRITUALITÄT UND REFLEXION



MUT ZU DEMUT UND SANFTMUT

Als hätte das Universum über uns gewacht

Galit Gindi

Die israelische Kunstkuratorin Galit Gindi (62) befand sich am 30. September auf dem Flydubai-Flug FZ1073 nach Tel Aviv, als der Co-Pilot das Flugzeug mit 174 Passagieren an Bord zum Absturz bringen wollte. Im Interview mit der Zeitung DIE WELT vom 5. Oktober berichtet sie von den dramatischen Szenen an Bord.

« ... Ich wusste, dass ich sterben würde. Eine Frau hinter mir, die ich kannte, sagte zu mir: Galit, ich werde sterben. Ich sagte: Ich weiss, aber du wirst es nicht allein tun. Wir werden alle gemeinsam sterben. Dann schaltete ich ab und wurde vollkommen ruhig. Wie viele Menschen hatte ich mich oft gefragt, wie meine letzten Minuten aussehen würden. Aber so ein Szenario hatte ich mir nie ausgemalt ...
Ich sah, wie wir dem Boden entgegenrasten. Ich dachte, wenn wir bei dieser Geschwindigkeit aufprallen, werden wir nichts davon spüren. Diese Momente spielen sich seitdem immer wieder vor meinem inneren Auge ab.

Irgendwann kam ein Mann aus dem Cockpit und verkündete, dass es gelungen sei, das Flugzeug zu stabilisieren. Ein Wunder, denn der Attentäter hatte mit einer Axt viele Instrumente zerstört. Es dauerte eine Weile, bis ich Erleichterung spürte. Allmählich empfand ich tiefe Dankbarkeit. Es fühlte sich an, als wäre etwas, das grösser ist als wir, auf unserer Seite gewesen. Als hätte das Universum über uns gewacht. Ich hatte das Gefühl, selbst Zeugin eines Wunders geworden zu sein.

Bald begannen alle an Bord, das Lied «Am Yisrael Chai» (Das Volk Israel lebt) zu singen. Uns verband das Gefühl, gemeinsam überlebt zu haben, obwohl jemand versucht hatte, uns zu töten, nur weil wir Juden sind ...

Erstaunlicherweise empfinde ich noch immer diese innere Ruhe, die sich in mir einstellte, als das Flugzeug auf den Boden zuraste. Alles, worüber ich mich vorher geärgert habe oder was mir wichtig erschien, wirkt plötzlich klein und unbedeutend. Es fühlt sich an, wie eine zweite Geburt. Als hätte man mir zusätzliche Zeit auf dieser Erde geschenkt ... »

(Interview in Auszügen)

Cover: Willi Hartung, «Mutter mit Kind in den Hagrosen», 1978/79, 56 × 48 cm, Aquarell und Gold

Liebe Leserinnen und Leser

MUT ZU DEMUT UND SANFTMUT – die Thematik dieses Hefts ist in der Regel keine Maxime des modernen Menschen. Demut und Sanftmut zeigen uns aber eine Alternative im Umgang mit der Mitwelt und den Mitmenschen. «Lernt von mir», sagt Jesus im Evangelium, «denn ich bin sanftmütig und von Herzen demütig; so werdet ihr Ruhe finden für eure Seelen.» (Mt. 11, 29)
Einer, der von Jesus lernen wollte, war Franz von Assisi, dessen 800. Todestag in diesem Jahr begangen wird. Der Kapuzinerbruder Niklaus Kuster stellt ihn im Beitrag **«Mutige Sanftmut und gewagte Demut»** als Nachfolger des gewaltlosen Wanderpredigers aus Nazareth vor. Sein Beispiel inspiriert auch im 21. Jahrhundert zu einem Leben im Dienst der Schöpfung und der Mitmenschen. Einem seiner Geistesverwandten ist der Gehdichter im Bericht **«Am Anfang war das Rad»** auf der Spur, der in den Ranft zum Wirkungsort von Niklaus von Flüe pilgert, wo der Gottesmann ein Leben als Beter, Ratgeber und Friedensstifter führte.
Kunstwerke des Zürcher Malers **Willi Hartung** verbreiten die Anmut und Schönheit der Schöpfung, interpretieren aber auch biblische Szenen neu, wie bei den Bildern in diesem Heft zu entdecken ist. Bei der Rubrik Wort im Bild zeichnet sein Biograf Gerhard Piniel das Schaffen des Künstlers nach.
Rettung aus Todesnot ist Anlass zu Dankbarkeit und Demut. Ein Rettungswunder haben die Passagiere eines Flugs nach Tel Aviv erfahren, als ein Attentäter das Flugzeug zum Absturz bringen wollte. Im Eingangstext **«Als hätte das Universum über uns gewacht»** berichtet eine Zeugin davon. «Wer in Israel nicht an Wunder glaubt, ist kein Realist», bekannte 1956 David Ben-Gurion, erster Ministerpräsident des Landes. Ich wünsche diesen Realitätssinn auch für unser Leben, in welcher Lage wir uns auch immer befinden mögen.

Richard Kölliker

Beachten Sie bitte die Beilage «SPV Aktuell, Mitteilungen des Schweizerischen Protestantischen Vereins».

Die gesunde Gechilltheit aus dem Glauben

Christian Kaiser im Gespräch mit Maja Storch

Die bekannte Psychologin Maja Storch lebt in einem «spirituellen Bermudadreieck», wie sie es nennt: neben Kirche und Pfarrhaus in einer alten Kaplanei – mit verdichteter Energie und auf spirituellem Boden. In der Kirche nebenan spielt sie an drei Wochenenden pro Monat in den Gottesdiensten die Orgel. Im Gespräch mit Reflecture betont sie die Heilkraft des Heiligen und das Evangelium als Quelle für praktische Lebenshilfe.

Frau Storch, viele Ihrer Berufskolleginnen sind recht religionskritisch eingestellt. Was kann die Psychologie von der Religion lernen?

Religion ist psychotherapeutisch betrachtet eine Anleitung zu einem geglückten Leben und Sterben: die Gebete, die Evangelien, die Psalmen. Der Psalter bildet sämtliche menschliche Existenzlagen ab. Egal, wie es Ihnen geht, Sie werden immer einen Psalm finden, der Ihre Situation beschreibt. Wer sich mit den biblischen Schicksalsgeschichten beschäftigt, kommt zum Schluss: Seit Tausenden von Jahren ergeht es Menschen genauso wie mir.

Das tröstet und befreit?

Mehr als das. Oft zeigen die Psalmen auch die Lösung auf: Vertrauen fassen, resilient und optimistisch werden. Auch wenn Sie einen guten Gottesdienst besuchen – mit guter Liturgie, schöner Kirchenmusik und einer einleuchtenden Predigt – geht es Ihnen hinterher garantiert besser als davor.

Sie sagen, dass Spiritualität eine grosse Quelle bietet, um Ressourcen freizusetzen. Man müsse das Heilige abholen – wie machen Sie das bei Ihren Klienten?

Indem ich zum Beispiel frage: Sind sie gläubig in irgendeiner Form? Man muss das ja nicht konfessionell binden. Gestern habe ich einen Yogalehrer getroffen, der hat seinen Baum im Wald. Zu dem geht er jeden Tag und umarmt ihn. Er spürt ihn, nimmt seine Baumkraft in sich auf und spricht mit ihm. Das ist für mich auch Spiritualität, ganz klar; er nimmt Kontakt auf mit kosmischen Kräften, die nicht menschlich sind, übermenschlich.

Da gibt es ja auch eine entsprechende christliche Tradition, zum Beispiel in der Schöpfungstheologie des Franziskus oder bei Bernhard de Clairvaux oder auch bei Hildegard von Bingen.

Genau. Für mich als Therapeutin ist entscheidend, ob es für die Klienten «eine Kraft da draussen gibt», die mehr ist als der Mensch. Das bezeichne ich als Spiritualität. Und sobald jemand sowas hat, was das Menschliche übersteigt und er sagen kann, «ja, ich glaube da an irgendwas», kann ich das als Ressource nutzen in verzweifelten Situationen. Etwa beim Sterben oder bei der Sterbebegleitung.

Ein konkretes Beispiel aus dem christlichen Kontext?

Hiobs-Themen gibt es an jeder Ecke. Nehmen wir eine junge Katholikin, die wird im Job gemobbt und ist völlig verzweifelt, wie sie das überstehen soll. Ihr Selbstwert ist am Boden. Da hilft es schon, wenn sie an die Mutter Gottes glaubt, dass sie sich zum Beispiel vorstellt, dass Maria ihren himmelblauen Schutzmantel über sie ausbreitet.

Diese innere Vorstellung, die kann ich dann auch körperlich werden lassen, indem ich frage: Wo und wie spürst du diesen Schutz? Und dann hat diese Person eine andere Verfassung und geht nicht mehr wie eine arme Nacktschnecke in ihr ➜



Maja Storch ist Mitbegründerin und wissenschaftliche Leiterin des Instituts für Selbstmanagement und Motivation Zürich ISMZ, einem Spin-off der Universität Zürich. Sie studierte Psychologie, Philosophie und Pädagogik und arbeitete als Jung'sche Psychoanalytikerin, Trainerin und Psychodramatherapeutin. Bekannt wurde sie vor allem durch das Zürcher Ressourcen Modell (ZRM), welches sie zusammen mit Frank Krause entwickelte. Ihre wissenschaftliche Arbeit rund um «Selbst und Selbstbestimmung» wurde ausgezeichnet, u.a. mit dem renommierten Egnér-Preis. Storch ist Autorin zahlreicher Sachbücher. In «Spirituelles Embodiment» befasste sie sich mit dem Körper «als Schlüssel zu unserem wahren Selbst». Ihr aktuelles Buch heisst «Der Glückskind-Effekt – Wie Chaos dir helfen kann, die Realität zu gestalten».
www.majastorch.de

Büro, wo diese mobbende Kollegin sitzt, sondern sie hat sich durch ihre eigene Haltung einen Schutz verschafft, der gekoppelt ist an Maria. Das ist dann natürlich sehr wirkmächtig.

Würden Sie so weit gehen zu sagen – wie das auch C. G. Jung schon getan hat –, dass gesunde Spiritualität Voraussetzung ist für geistige Gesundheit?

Ich finde schon, wobei ich jetzt nicht auswendig wüsste, welche Studien das zeigen. Aber meine persönliche, feste Überzeugung ist tatsächlich: Diese nackte Existenz in diesem chaotischen, unüberschaubaren Universum, findet in dem Moment, wo ich tatsächlich glaube, zu einer gesünderen Lebensform, weil ich durch diesen Glauben eine Form von Gechilltheit habe.

Glauben woran? Egal woran, Hauptsache spirituell?

Glaube, dass es etwas gibt, was mir grundsätzlich gut gesonnen ist und was mich führt und was mit mir eine gute Absicht verfolgt. Wenn ich das wirklich glauben kann – also im Sinne von den Glauben spüren, nicht nur im Kopf glauben, sondern so, dass ich mich geborgen und gehalten fühle – dann habe ich eine Stressreduktion, wie man es wissenschaftlich profan ausdrückt.

Dieses Glauben ist angstlindernd, es ist affektregulatorisch, da kann ich dann auch in schlimmen Krisensituationen meinen Parasympathikus-Nerv aktivieren und zur Ruhe kommen. Und das ist natürlich gesund, weil das gut für das Immunsystem ist und für den Stoffwechsel, für den Darmhaushalt usw.

Das klingt pragmatisch: Ich glaube, weil es nützt. Sie hatten ja gesagt, Religion biete Anweisung für ein gelingendes Leben. Was kann die Kirche da besser machen?

Soll ich jetzt einen Tipp geben, wie Kirche überlebt oder was?

Ja, bitte.

Was ich sehr spannend finde und was ich glaube, was die Kirchen auch wieder voller machen würde, das wäre halt dieser Aspekt der Lebenshilfe, den Sie pragmatisch nennen. Wenn es nützt, spricht doch nichts dagegen: eine Lebenshilfe, mit der du ganz konkret ein schöneres, besseres, zufriedeneres, angenehmeres Leben hast, wo du besser mit Konflikten umgehen kannst. Das könnte man in Lesungen und Predigten mit Verweis auf die Bibel herausstreichen.

Wie das?

Indem man signalisiert: Schau, so kannst du besser kommunizieren mit anderen Menschen, du lernst über dich nachzudenken und zu deinen eigenen Fehlern zu stehen. Es gibt ja viele Stellen im Evangelium, in welchen Jesus sagt, was die wunderbaren Eigenschaften sind einer reifen, entwickelten Persönlichkeit, die gut mit anderen auskommt, die sich aber auch gut um sich selber kümmern kann, die sich um andere kümmert, fürsorglich ist usw.

Ein Einwand: Das Schöne am Glauben und an der Religion ist ja, dass man da einmal einfach sein darf, ohne dass man sich ständig optimieren muss, wie das die Gesellschaft zu verlangen scheint. Jetzt soll also der Zwang zur Selbstverbesserung auch Einzug in die Kirchen halten?

Sie meinen so im Sinne von: «Die letzten werden die ersten sein» oder «die Lilien auf dem Felde»? Wieso nicht beides? Es gibt ja dieses schöne Gefühl, dass Gott dich liebt, so wie du bist, und dass er dir trotzdem Tipps gibt, wie du dich entwickeln kannst. Da liesse sich einiges aus den Evangelien herauslesen, wie du bestimmte Dinge so machen kannst, dass du ein schöneres Leben hast. So dass man gleich, wenn die Kirche aus ist und man nach Hause geht, sagen kann: Mensch, das wäre doch eine gute Idee, das könnte ich mal ausprobieren.

Wann spüren Sie selber die Existenz von etwas Grösserem als der Mensch ist am meisten? Wenn Sie hinter der Orgel sitzen, wenn Sie alleine sind oder bei einem Seminar mit lauter spannenden Leuten, wo es um die ganz grossen Fragen geht?

Beim Orgelspielen, auf jeden Fall. Da ist es am einfachsten für mich, mich zu verbinden. Orgel und Bach. Eine Freundin von mir musste gerade Sterbebegleitung machen und ihr habe ich jetzt meine absolute Lieblingssterbekantate geschickt: «Bist du bei mir, gehe ich mit Freuden»*, kennen Sie die? Die will ich unbedingt auch bei meiner Beerdigung haben. Das ist so eine schöne Kantate, so eine wunderbare Musik zum Thema Sterben.

Da spürt man, wie sich jemand aufgehoben fühlt und geborgen und an der Hand genommen, und so verliert das Sterben absolut den Schrecken und das Entsetzliche. Nichts kann das so wie dieser Glaube: Bist du bei mir, gehe ich mit Freuden. Oft ist da auch eine Art innerer Stimme in mir, wenn es mir gelingt, gut abzuwarten, bis da ein Anruf kommt von dem, was ich «Telefondraht zum Universum» nenne oder zu Gott.

Die Verbindung kommt in der Stille, in einer rezeptiven Haltung?

Ja, so kann man das nennen. Aber ich sitze dafür nicht in der Ecke und starre in eine Kerze und meditiere. Ich habe ein ganz normales Leben, es geht mehr um die innere Ruhe; da gibt es auch Momente, wo Gewissheit auftaucht. Und diese Gewissheit, das ist wieder eher etwas Körperliches. Es ist nicht gedacht, sondern «gefühlt gewiss». Und diese Gewissheit, das betrachte ich auch als einen Fingerzeig von oben. Damit bin ich in meinem Leben sehr gut gefahren.

** Die Kantate ist eine Arie aus Gottfried Heinrich Stölzels Oper Diomedes (1718 uraufgeführt). Sie existiert in einer Bearbeitung von Johann Sebastian Bach von 1725.*



«Sanftmut den Männern!»

...wünscht ein neueres Kirchenlied, gesungen auf eine eingängige südafrikanische Melodie. Auch der ursprüngliche Text – in Zulu-Sprache: «S'phamandla Nkosi! Okungesabi! S'phamandla Nkosi! Siyawadinga!» – kommt aus Südafrika. Seine wörtliche Verdeutschung findet sich im Evangelisch-reformierten Gesangbuch (840.3): «Gott, gib uns Stärke und mach uns furchtlos. / Gott, gib uns Stärke, weil wir sie brauchen.» Seine poetische Paraphrasierung stammt vom ostdeutschen Liedermacher Gerhard Schöne. (https://www.youtube.com/watch?v=aneVH3pusjg).

Weiblich-weiche Tugend Sanftmut?

Sanftmut ist nach Auskunft des Grimm'schen Wörterbuchs ein «mildes, weiches, nachsichtiges Temperament». Sie steht im Gegensatz zu Zorn, Gewalttätigkeit und Rachsucht. Ist der Nachsicht und Geduld, der Mässigung, Freundlichkeit und Zartheit benachbart, verschwistert mit der Demut. Sanftmütige Tiere gelten als zahm und zutraulich. Sanftmütige Pflanzen sind Heilpflanzen.

Grammatisch ist Mut maskulin, Sanftmut feminin, was nicht nur etwas übers sprachliche Genus aussagt, sondern sich auch mit stereotypen Geschlechterrollen verbunden hat. Ikonographisch wird die Sanftmut als Mädchen mit Lamm im Arm personifiziert. «Kluge Sanftmuth sei des Weibes unwiderstehlichste Waffe», ist beim Dramatiker August von Kotzebue zu lesen. Wer Männern Sanftmut wünscht, äussert – so gesehen – einen queeren Wunsch. «Ein Junge darf alles, nur nicht sanft», betitelt Thomas Balmer im SRF-Newsletter seine Empfehlung des unbedingt sehenswerten Coming-of-Age-Dramas «Close» von Lukas Dhont.

Antidot zu einer toxischen Männlichkeit

Aus unserem alltäglichen Sprachgebrauch sind «Sanftmut» und «sanftmütig» fast verschwunden. «Sanftmut den Männern!» liegt schon gar nicht im Trend. Dabei galt sie einst als Tugend der Herrscher, wie etwa Friedrichs II. von Sachsen, der wie einige andere den Beinamen «der Sanftmütige» trug. Unter den antiken Kardinaltugenden war Sanftmut der Tapferkeit zugeordnet.

Doch für egomanische, despotische und willkürliche Regenten und skrupellos kontrollsüchtige Tech-Milliardäre ist Sanftmut ein Fremdwort. Und jene, die sich enthemmt in den Internet-Foren und Social-Media-Kanälen der Mannosphäre tummeln, haben für Sanftmut nicht einmal ein müdes Lächeln übrig. Dabei sollten sie sie fürchten, ist sie doch ein Antidot zu ihren toxischen, von extremem Frauenhass verseuchten Männlichkeitsidealen.

Sanftmut – oder: berechtigter Zorn unter Kontrolle

In der Nikomachischen Ethik (IV,11) bestimmt Aristoteles Sanftmut nicht im Gegensatz zum Zorn. Sie ist ihm vielmehr ein Mittleres zwischen einem Zuviel und einem Zuwenig an Zorn: «Sanftmut ist die Mitte bei den Zornesaffekten. [...] Wer nun zürnt, worüber er soll, und dazu wie, warum und solange er soll, wird gelobt, und so wäre er denn der Sanftmütige, wenn anders die Sanftmut Lob erhält. Denn der Sanftmütige soll ein Mann sein, der sich nicht verwirren und von seinem Affekt fortreissen lässt, sondern in der Art, der Veranlassung und in der Dauer seines Zornes nur der Vernunft Gehör gibt.»

Sanftmütige Menschen sind also weder unempfindlich, teilnahmslos und gleichgültig noch cholerisch und aggressiv aufbrausend. Wenn sie zornig werden, dann zur rechten Zeit, im rechten Mass und aus berechtigtem Anlass. Sie haben ihre Wut im Griff, lassen sich nicht von ihr beherrschen, geraten nicht in ungezügelte Rage. Ihr Umgang mit ihren Mitmenschen und Mitgeschöpfen in Flora und Fauna ist rücksichtsvoll und einfühlsam, sachte und zart, behutsam und schonend.

Sanftmut in der Nachfolge Christi

Im Neuen Testament begegnet einem Sanftmut (praotês) als Selbstcharakterisierung Jesu (Mt 11,29f.; 21,5). Sanftmut zählt für den Apostel Paulus zu den «Früchten des Geistes» (Gal 5,22f.), verdankt sich also dem Wirken des göttlichen Geistes und ist kein selbstgenerierter Habitus. Sanftmut, Demut und Geduld zeichnen ein Leben aus, das der Berufung in die Nachfolge Christi entspricht (Eph 4,2). Wie der Gerechtigkeit und der Liebe gilt es auch der Sanftmut nachzujagen (1Tim 6,11). Sie ist also höchst erstrebenswert und gehört zu einem weisen und verständigen Lebenswandel (Jak 3,13). Lehrende sollen sich im Korrigieren ihrer Schüler:innen durch Sanftmut auszeichnen (2Tim 2,25), geschwisterliche Ermahnungen mögen im Geist der Sanftmut geschehen

(Gal 6,1) und auch Gottes Wort gilt es in Sanftmut anzunehmen (Jak 1,21). Ein sanftmütiges Verhalten – gepaart mit Ehrfurcht und gutem Gewissen – vermag die zu beschämen, die christliches Leben in Verruf zu bringen suchen (1Petr 3,16).

Für die Sanftmütigen hält die Bergpredigt Jesu eine überraschende Verheissung parat: «Glücklich zu preisen sind die Sanftmütigen, denn sie werden die Erde erben» (Mt 5,5; vgl. Ps 37,11). Doch wer genau diese Sanftmütigen sind – das zu ergründen, ist eine längere Geschichte.

Sanftmütig sein hat seine Zeit und zornig sein hat seine Zeit

Bei allem biblischen Lob der Sanftmut kann ich mich nicht darauf verstehen, die Sanftmut gegen den Zorn auszuspielen. Müssen uns Unrecht und Gewalt, Hunger und Krieg, himmelschreiendes Elend und der Triumph der Lüge nicht zornig machen, wie auch der biblische Gott dem Bösen zürnt und Jesus in heftiger Reaktion auf Missstände und Fehlverhalten vor Empörung aus der Haut fahren konnte (z. B. Mk 3,5; Joh 2,13–17)?! Wenn alles seine Zeit hat (Koh 3), dann doch auch das Sanftmütig- und Zornigsein. Wobei es entschieden darauf ankommt, wem unser Zorn gilt und von welcher Sanftmut die Rede ist.

Anders als die deutsche Sprache kennt die englische bei Sanftmut die Unterscheidung von gentleness und meekness. Während erstere auf Milde und Freundlichkeit zielt, meint meekness eher ein duckmäuserisches Verhalten: sich alles gefallen lassen, alles ertragen, grenzenlos duldsam sein. Eine als meekness (miss-) verstandene Sanftmut erweist sich als schwach und ohnmächtig und steigert Ressentiments eher, als dass sie sie überwindet.

Wer dagegen gentleness zeigt, kapituliert nicht vor dem Bösen, sondern bietet ihm – kontrastethisch – mit Milde, Güte und Behutsamkeit mutig, verwegen und risikobereit die Stirn. Das ist Stärke, nicht Schwäche! Das ist vernünftig und – hoffentlich – effizient und nachhaltig. In diesem Sinne: Sanftmut uns allen!

Magdalene L. Frettlöh, Prof. em. Dr., lehrte bis 2025 Dogmatik und Religionsphilosophie an der Theologischen Fakultät der Universität Bern.



Willi Hartung, Verkündigung, 1957, 44 × 36 cm, Tempera auf Leinwand.

Ein Bild sollte Achtung und Liebe ausdrücken

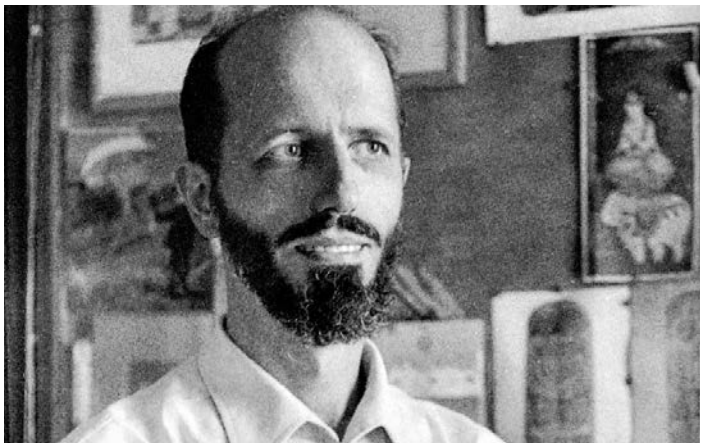
Gerhard Piniel über den Maler Willi Hartung

Drei bedeutungsvolle Werke erinnern im vorliegenden Heft an den Zürcher Maler Willi Hartung (1915–1987), Sohn des aus dem Thurgau stammenden Vaters Wilhelm Hartung, Maler der gegenständlichen Richtung, aus der Willi um 1950 mit eigenem Namen ausbrach.

Entscheidend wurde zunächst die Begegnung mit der italienischen Malerei der Gotik – Duccio, Giotto, Fra Angelico –, deren Werke er in Paris, Florenz und Rom kennen gelernt hatte. Hier knüpfte er an mit der Kraft seines Willens. Er verwarf den bürgerlichen Glückstraum eines abgesicherten Lebens. «Von Natur eher hager und zerbrechlich, war er in jeder Situation absolut furchtlos», beschrieb ihn eine alte Bekannte. Seine Biografie ist von vielen Reisen und Aufenthalten bestimmt. Ab 1958 brach er in fünf Sommern nach Griechenland auf. 1967–1969 unterrichtete er Zeichnen an einer Day School in Princeton USA, weitere zwei Jahre schlossen sich in Mexiko mit reicher Ernte an. Zurück in der Schweiz, liess er sich in Wigoltingen TG nieder. Grössere Reisen zu fremden Kulturen unternahm er noch 1974 nach Sri Lanka, 1977 nach Tonga und Viti Levu im Stillen Ozean. Ein vielfältiges Unterwegssein, nimmt man die vielen Malaufenthalte im Inland hinzu, zuletzt jährlich in Guarda. Jeden Juni war er zudem im Zürcher Oberland in Sternenberg im Gasthof Sternen zu Gast.

An diese Landschaft erinnert das wunderbare Coverbild «Mutter mit Kind in den Hagrosen», gewiss auch eine Hommage an Martin Schongauers Marien-Altar in Colmar. Nur hat Willi Hartung keine «Maria mit Jesus» gemalt. Schon der Titel hebt das Thema auf eine undogmatische, menschliche Ebene, und in diesem Sinne hat Hartung das Thema oftmals gestaltet – nach dem Tode seiner Mutter (1952), die ihm ein Vorbild war mit ihrem Gottvertrauen. Das Einbetten in die Natur zeigt zugleich eines der zentralen Anliegen, das Wunderbare der Naturdinge aufscheinen zu lassen, teils durch Detailtreue, teils als Einbruch einer fremden Wirklichkeit, wie hier durch das Strahlen der Sonne an einem goldenen Himmel. Die Natur zeigt sich als ein kosmisches Schauspiel.

Mit allen christlichen Themen setzte sich Hartung auf unorthodoxe Weise auseinander. Zur «Verkündigung» (S. 6) kommt ein Engel ohne Flügel. Aber der Vorgang wird durch die Körpersprache des sanft schreitenden «Engels» mit Handzeichen und



Willi Hartung, um 1960

der demütig empfangenden, sitzenden «Maria» rechts deutlich genug, ja auf ergreifende Weise noch versinnlicht durch die Sterne, die durch die Szene strömen und sich in der Betenden verdichten.

Im Bild «Der zwölfjährige Jesus vor dem Tempel» baut Hartung für den Tempel eine phantastische Architekturkulisse mit Kuppeln auf, angeregt durch Eindrücke des Markusdoms in Venedig. Hilflos steht Jesus vor der chaotischen Pracht, ohne den Eingang zu finden, ein köstliches Beispiel von Hartungs kritischem Humor. Das doppelte Datum 1963/78 bedeutet, dass der Künstler oftmals frühere Arbeiten nachgebessert hat durch kräftigere Farben.

Alles Machtstreben verbannt

Sehr früh und bewusst hat Willi Hartung alles Machtstreben aus seinem malerischen Universum verbannt. So fehlt auch aus dem Leben Jesu die für den Christen zentrale Kreuzigung. Trotzdem konnte er eine Reihe von Glasfenster-Zyklen im Wallis ausführen. Zwei Chorfenster schuf er zuletzt für die Reformierte Kirche in Raperswilen TG. Dort steht bei der Kirche auch sein Grabstein.

Willi Hartung erschuf auf festen Aquarellblättern eine eigene Welt, die er durch gemalte Rahmen abgrenzte. Es ging ihm dabei nicht um eine heile Welt. Er schaute diese Welt an und durchschaute sie gleichsam, um ihre vom Denken unberührbare Tiefe

zu verherrlichen. Einmal berichtet er von einem Schlüsselerlebnis auf einem Spaziergang: «Da schaue ich zurück, sehe den Waldrand und die Büsche und ein Bächlein, das aus dem Wald herausfliesst, und auf einmal sehe ich das auf eine ganz andere Art, so intensiv, wie Himmel und Hölle zugleich.» In einem Rückblick schrieb er, er möchte gerne «die Welt über uns in den Bildern mitklingen lassen. Ich lernte viel von der gotischen Malerei, besonders der italienischen. Auch von der religiösen Kunst Indiens und Chinas habe ich viel gelernt. Alle diese religiösen Welten haben mich sehr beschäftigt. Langsam fand ich dann die Form, wie ich jetzt male. Es hat nun auch etwas Ähnliches mit dem, was ich als Kind malte, da die ganze Welt noch eine Einheit war.» Die Frage, was er mit seinen Bildern mitteilen wolle, beantwortete er selbst so: «Ein Bild sollte Achtung und Liebe zum Ausdruck bringen: zum Nächsten, zu mir selber, zu allen Menschen, zu allem Leben, zur ganzen Natur. Und auch Achtung und Liebe zum Unbekannten, zu dem, was wir noch nicht gesehen haben, nicht wissen, nicht verstehen.»

Vom grossen Charme seiner Kunst im Umgang mit Farben, Spannungsmomenten der Komposition spricht er nicht, obwohl sie vielleicht das primäre Faszinosum seines Schaffens sind. Jedenfalls fand seine Kunst breiten Anklang in der Region, zumal in Zürich und im Thurgau, aber auch in den USA. 1984 erlebte er seine erste und einzige, überaus erfolgreiche Museumsausstellung im Kunstmuseum des Kantons Thurgau in der Kartause Ittingen.

Manchen mag Hartungs Idealismus zu exklusiv und naiv erscheinen. Das ist wohl auch der Grund dafür, dass seine Kunst nicht in die massgebende Kunstszene Eingang gefunden hat, in die Umschlagplätze der Gegenwartskunst, wo das Schräge, Krude, Banale und oftmals Brutale den Ton angibt.

Gerhard Piniel (Jg. 1941) war Kantonsschullehrer für Deutsch und Kunstgeschichte in Winterthur, daneben Kunstkritiker für den «Landboten». Er verfasste mehrere Monographien über Schweizer Kunstschaffende, so über Willi Hartung (Pendo Verlag, 1995). Gerhard Piniel lebt in Winterthur.



Willi Hartung, «Der zwölfjährige Jesus vor dem Tempel». 1963/78, 33 × 38 cm, Aquarell

Mutige Sanftmut und gewagte Demut

Das Vorbild von Franz von Assisi (1182–1226)

Niklaus Kuster

Vor genau 800 Jahren verstarb der Heilige Franz von Assisi. Der Kapuziner und Franziskus-Experte Niklaus Kuster fasst für reflecture die Eckpunkte von Franziskus› Theologie zusammen; sie steht auf den Säulen von Armut, Sanftmut und Demut und kann auch für moderne Christen ein Leitstern in Sachen mutige Nachfolge sein.

Das Bild ist weltbekannt: In schlichter Kutte und mit blossen Händen begegnet Franz von Assisi einem Wolf, der die Stadt Gubbio bedroht. Es gelingt ihm, ebenso mutig wie sanftmütig, die «reissende Bestie» mit der Stadt auszusöhnen. Fortan streift der Wolf friedlich durch die Gassen und wird von der Bürgerschaft gefüttert. Die Geschichte ist erst 150 Jahre nach dem Tod des «Poverello» fassbar. Das Bemerkenswerte daran: In keiner anderen Tiergeschichte macht der Bruder ein wildes Tier zu einem Haustier. Vielmehr schickt Franz zutrauliche Wildtiere in ihre natürliche Lebenswelt zurück.

Den inneren Dämon bezähmen

Ob der Wolf von Gubbio, der zum Wolfshund wird, für einen Raubritter steht oder einen despotischen Bürgermeister, wie einige Interpreten vermuten? Peter Janssens hat die Episode in seinem Franziskus-Musical psychologisch gedeutet: «weisst du – bruder wolf – ich versteh dich gut, ich, dein bruder franz … ich hab auch den wolf im blut! … aber ich habe den wolf in mir gezähmt, ich hab den wolf in mir mensch werden lassen, ich hab einmal aufgehört mit den wölfen zu heulen … , bin über meinen schatten gesprungen, bin ausgestiegen».

Tatsächlich vollzieht Franz von Assisi als Aussteiger einen markanten Wandel. Als er 1202 mit Pferd, Rüstung und Schwert in den Städtekrieg gegen Perugia zieht, träumt der junge Textilkaufmann von Karriere, Sieg und dem Aufstieg in den Ritterstand. Dazu muss er sich militärisch auszeichnen: unerschrocken, mutig, heldenhaft. Troubadoure singen damals von König Artus und seiner Tafelrunde.

Karriereträume und Traumata

Die Ritterromane beflügeln die Fantasie des Kaufmannssohnes. Das Debakel der Schlacht gegen Perugia, ein Jahr Kriegsgefangenschaft und eine schwere Krankheit zerschlagen die kühnen Träume. Tief erschüttert, tastet sich Franz ab 1204 durch zwei Krisenjahre. Die Erfahrung menschlicher Fragilität öffnet ihm die Augen für die sozialen Schattenseiten der Stadt: Hat der junge Kaufmann zuvor Bettelnde aus dem Modegeschäft geworfen, weil sie Kundinnen abschrecken, berühren sie nun sein Herz. ➜









Ihre leeren Hände führen ihm die eigene Not vor Augen: den Verlust der Lebensfreude und traumatische Erfahrungen, die seine Seele verdunkeln. Gefährten erinnern sich an Begegnungen, die ein neues Mitgefühl ausdrückten. Franz lädt nun Arme an seinen Tisch, überrascht Bedürftige mit Geschenken und setzt sich bei einer Wallfahrt nach Rom unter Bettelnde vor der Peterskirche: Solche Perspektivenwechsel helfen, Welt, Gesellschaft und Menschen mit anderen Augen zu sehen – und lassen einen über unsensibles Verhalten gegenüber Mitmenschen erschrecken.

Wenn das Herz erwacht

Zum Aussteiger wird Franz aufgrund von drei überraschenden Erfahrungen.

1) Im verlassenen Kloster San Masseo am Fuss der Stadt entdeckt Franz eine Krypta. Sie spiegelt äusserlich, was er innerlich fühlt: In den dunklen Raum dringt ein wenig Licht durch schmale Apsisfenster. Die Sehnsucht nach Licht lehrt ihn hier, den «Höchsten» – die Romanik stellt ihn dar als «lichtvolle Sonne der Sonnen» hoch über dieser Welt – zu bitten, «das Dunkel seiner Seele» zu erhellen. Franz stellt sich seinen Erfahrungen, fasst seine Sehnsucht in Worte und richtet diese an einen fernen Gott. Es ist diese Selbstsorge, die den Suchenden innerlich weckt.

2) An derselben Via Petrosa, die von Assisi zum Benediktinerpriorat San Masseo führt, fanden Aussätzige zwei Kilometer weiter ausserhalb der Stadt in der Ebene Zuflucht in einem Hospiz. Die Begegnung mit einem leprosen Mann bewegt Franz derart, dass er sie später im Lebensrückblick als Durchbruch bezeichnet. Sie habe «sein Herz geweckt». Nach dieser ersten Umarmung des Aussätzigen begibt sich der junge Kaufmann fortan immer wieder ins Leprosenhospiz. Der frühere Karrieremensch, der in die soziale Elite der Stadt aufsteigen wollte, tritt eine Karriere nach unten an!

Die Demut Gottes

Solch bewegende zwischenmenschliche Begegnungen bereiten Franz auf ein Erlebnis mystischer Art vor.

3) In der ärmlichen Landkirche San Damiano, die unweit von San Masseo liegt, entdeckt er eines Tages eine Ikone, die sein Gottesbild revolutioniert. Betet der Suchende bisher zu einem lichtvoll fernen Gott, überrascht dieser ihn hier in einem Ikonenkreuz: nicht herrschaftlich, sondern ganz menschlich, halb nackt, verletzlich am Kreuz, zugleich auferstanden, liebevoll mit weit offenen Armen, einem offenen Ohr und offenen Augen. Nach diesen sozialen und mystischen Erfahrungen bricht Franz mit seinem Kaufmannsleben. Er zieht vor die Mauern und sorgt mit Randständigen dafür, dass «der arme Christus» von San Damiano wieder ein Dach über den Kopf bekommt. Zwei Jahre später erkennt der Kirchenbauer seine neue Aufgabe: wie die Jünger Jesu in Galiläa unterwegs in der eigenen Zeit «Frieden in die Häuser und Städte zu tragen».

Friedensmission mit leeren Händen

Wegweisend dafür werden die Bergpredigt mit den Seligpreisungen (Mt 5), der Rat Jesu an den Reichen (Mk 10) und die Aussendung der Jünger (Lk 10). Mit Gefährten, die Franz bald gewinnt, durchwandert er zunächst Mittelitalien schutzlos und ohne materielle Sicherheit. Die Brüder arbeiten auf den Feldern der Bauernfamilien, in städtischen Bürgerhäusern und in Hospitälern, verdienen damit ihr Brot und suchen mitten im Alltag der Menschen, «Gebeugte aufzurichten, Ausgeschlossene zu integrieren, Zwanghafte zu befreien» und in Konflikten zu vermitteln (Mt 10).

Nach drei Jahren schliessen sich den Brüdern mit Klara und ihren Gefährtinnen Schwestern an. Während erstere durchs Land ziehen, leben die Frauen nach dem Vorbild von Marta und Maria in Betanien, engagiert und kontemplativ zugleich, gastfreundlich und mit wachem Blick für die Nöte der Menschen (Lk 10). Auch hier geschehen mit leeren Händen oft kleine Wunder – befreiende Zeichen, heilsame Gesten und ermutigende Begegnungen.

Sanftmut gegen Kriegstreiben

Die Friedensmission der Brüder weitet sich aus. 1217 brechen Expeditionen in alle vier Himmelsrichtungen auf, westwärts nach Spanien, nordwärts nach Frankreich, ostwärts nach Syrien und südwärts nach Tunesien. Während die Afrikaexpedition dem Islam provokativ begegnet, werden die anderen Gruppen zu friedfertigen Brückenbauern zwischen den Kulturen. Franz selbst greift vier Jahre später in den Fünften Kreuzzug ein, der im

Nildelta eskaliert und sich gegen Kairo, die Residenzstadt von Sultan Muhammad al-Kāmil, richtet. Franz erinnert die Kreuzritter prophetisch an die Botschaft der Bergpredigt. Als er kein Gehör findet, geht er ebenso sanftmütig wie wagemutig mit einem Gefährten über die Frontlinie, wagt sich ins Lager des Sultans und gewinnt diesen zum Freund.

Die respektvolle Begegnung zwischen dem sunnitischen Oberherrscher und dem Mystiker aus Assisi bleibt als politische Vermittlung zwar erfolglos, trägt jedoch erstaunliche Spätfrüchte: Die Franziskaner wurden im frühen 14. Jahrhundert zu den einzigen Lateinern, die durch alle Zeiten im Nahen Osten geduldet waren – sie hüten dort die Heiligen Stätten der Christenheit, empfangen Pilgernde und verbinden die Welt-Religionen. Seit 1986 treffen sich die grossen Religionen und Kirchen der Welt in Assisi, um gemeinsam für eine friedlichere, gerechtere und menschlichere Welt einzustehen. Im Oktober 2026 tun sie es erneut.

Weltweite Bruder- und Schwesternschaft

Genau 800 Jahre nach der Begegnung von Sultan und Bruder im Nildelta unterzeichneten Papst Franziskus und Grossimam Ahmed al-Tayyeb in Abu Dhabi 2021 «die christlich-islamische Erklärung zur Geschwisterlichkeit aller Menschen». Sie verurteilt jede Gewalt und Intoleranz im Namen Gottes, geht in die Enzyklika «Fratelli tutti» ein und bewegt die UNO, den 4. Februar als Tag der Unterzeichnung zum Weltgedenktag der «Human Fraternity» zu erklären.

Franz lernt von der Islamischen Weisheit der «99 schönsten Namen», dass Gott mit vielen Namen zu preisen ist; so nennt er Gott die pure Schönheit, tiefe Ruhe, grenzenlose Liebe, Tatkraft, Hoffnung, Zärtlichkeit – und Demut. Im lateinischen Wort (humilitas) für Demut steckt «humus»: Gott ist geerdet, erdnah, erdverbunden. Seit seiner ersten mystischen Erfahrung erlebt Franz Christus in dieser Welt auf Augenhöhe, zugewandt und schlicht, arm und demütig in seinem irdischen Leben. Die franziskanischen Theologen werden die alte Frage, warum Gott Mensch wurde, auf dieser Spur deuten. Gottes Sohn wagt sich verletzlich, schlicht und ganz menschlich in die Welt, weil Liebe nicht auf Distanz bleiben kann, weil sie Nähe sucht und gemeinsame Wege gehen will. Daher und dazu legt sich Gott Menschen in die Arme, vertraut sich mütterlicher Sorge an und macht sich mit Menschen auf den Weg. Franz und seine Brüder, Klara und ihre Schwestern tun es ihm gleich, «folgen den Fussspuren Jesu in Armut und Demut» und «umarmen arm den armen Christus».



Niklaus Kuster (64) ist Kapuziner und promovierte in franziskanischer Spiritualität. Er lehrt diese an Hochschulen in Rom, Madrid und Münster sowie allgemeine Spiritualitätsgeschichte an der Universität Luzern. Seit 2021 trägt er das ökumenisch offene Kloster zum Mitleben in Rapperswil mit und vernetzt mit dem Tauteam franziskanische Gemeinschaften und Kreise in der Schweiz. Seine mittlerweile über 60 Fachbücher behandeln Themen der Geschichte und dem franziskanischen Spirit heute, widmen sich Franz und Klara von Assisi, inspirieren zu einem Leben mit Tiefe und Weite und ermutigen zum Dialog der Religionen.

Vom Autor erschienen zuletzt folgende Titel:

Martina Kreidler-Kos – Niklaus Kuster, **Bruder Feuer und Schwester Licht. Franz und Klara von Assisi – Zwei Lebensgeschichten im Dialog**. Sonderausgabe zum Jubiläumsjahr, (Patmos) Ostfildern 2026.

Niklaus Kuster, **Das Vermächtnis des Franz von Assisi. Prophetische Schriften für heute gelesen.** (Patmos) Ostfildern 2026.

Niklaus Kuster, **Ein Lied auf das Leben. Der Sonnengesang des Franz von Assisi.** (BuBe) Kevelaer 2026 – ein Aufstellbuch.

Am Anfang war das Rad: ein Gang zur Mitte

Christian Kaiser (Text und Bilder)

Es ist ein Kraftort für Kraftworte, dort unten an der Melchaa beim Schweizer Nationalheiligen. Aber zuerst ging es bei Stans erst einmal tüchtig aufwärts. Der Gehdichter pilgerte zu Bruder Klaus nach Flüeli-Ranft – und sinnierte über Traktoren und heilige Räder.

Der Weg gibt das Thema vor, so hatte ich es bei meiner Ausbildung zum Pilgerbegleiter gelernt. Zu erfahren, was mich hier in Nidwalden erwartete, war das Ansinnen und so fuhr ich schon mal meine Antennen an Sinnen aus, verpasste aber vom Kirchplatz aus irgendwie den rechten Einstieg. Doch da kommt ein Dreikäsehoch auf seinem Kinder-Rad angebraust und weist mir ungefragt fachkundig den Weg, als kenne er mein Ziel. Und warnt mich gleich noch vor den Baustellen, empfiehlt gar einen Umweg.

Wir sind erstaunt und sofort gut gelaunt über den netten Empfang und weil die Arbeiter gerade Mittagspause haben, wagen wir den Marsch an der Absperrung vorbei über den aufgerissenen Strassenbelag, entlang von schmucken Innerschweizer Holzhäuschen. Auf dem Fenstersims des etwas in die Jahre gekommenen «Chalet Daheim» blühen üppig die Geranien. Und gleich beim ersten Anstieg wimmelt es in den Vorgärten nur so an Ermahnungen an die Vorbeipilgernden, die geschindelten Hauswände sprechen Bände an Lebensweisheiten.

Pakete ablegen und seinen Weg gehen

Auf das Glas in einem alten Fensterrahmen hat eine «Nur hören ist nicht zuhören / Nur sehen ist nicht wahrnehmen / Nur schmecken ist nicht geniessen / Nur funktionieren ist nicht Leben ... » gepinselt. Jaja, sie hat ja recht, aber eigentlich bin ich hier unterwegs, um die kreisenden Gedanken für einmal abzustellen und das ewige Selbstoptimierenmüssen ruhen zu lassen. Auf einem alten runden Spiegel an der Hauswand nebenan steht: «Gehe deinen Weg! Lache und geniesse den Moment. Glaube an dich und lebe deine Träume. Sei mutig und folge deinem Herzen. Tue was dich glücklich macht! Es ist dein Leben.»

Könnte es vielleicht sein, dass hier eine Pädagogin haust? An einem ihrer grünen Fensterläden hängt ein steinernes Herz auf dem steht: «Herrgott isch das Läbä schön.» Da widerspreche ich nicht. Ein paar Schritte weiter stehen in einem Eingangsbereich neben diversen Töpfen mit Kakteen und Sukkulenten zwei Schilder mit handgemalter Aufschrift: «Manchmal muss man einfach abschalten und seine eigene Gesellschaft geniessen!!», daneben ein jubelndes Strichmännlein. Und auf dem anderen mit Blümchenverzierung: «Pakete bitte Hier!» Ja, gern, lasse ich das eine oder andere belastende Päckchen hier. Die Bewohner scheinen die wahre Kunst des Pilgerns erkannt zu haben: In die Ruhe kommen, Altes ablegen und mit leichtem Gepäck weiterschreiten und vor allem; Genuss zelebrieren, ganz mit sich allein. Nicht im Sinne von Luxustourismusbroschüren, sondern dank dem Einfachen, Überraschenden, das vor der Haustüre liegt.

Gärten voller Geduldsfäden und Galgenhumor

Zwei Häuser weiter steckt ein Schild in einer blauen Schale voller blühender Kamelien: «Nichts bringt uns besser voran als eine Pause!» Sehr richtig, wer pilgert, gönnt sich eine Blaupause im Alltag, aber für eine Pause ist es jetzt noch zu früh. Etwas weiter grüsst als Abdeckung auf einem Zaunpfahl ein umgekehrter blauer Blumentopf mit einem Smiley, der dazu einlädt, einen Blick in den üppigen Garten zu werfen: die mehrköpfigen Sonnenblumen sind gigantisch, haushoch, die paar Gartenzwerge darunter erscheinen geradezu winzig.

Daneben ragt ein umgekehrt gepflanzter Wurzelstock voller Wollfäden aus dem Boden, der mit «Geduldsfadenbaum» angeschrieben ist. Die Stanser scheinen nicht nur einen ausgeprägten Sinn für hübsche Gärten mit allerlei Blumen und Gemüse zu haben, sondern auch Lebensweisheit, Gottvertrauen und Humor – und ein bisschen eine Maxime von Joseph Beuys inhaliert: jeder ein Künstler, alles ist Kunst. Was so anfängt, kann ja heiter werden. Mein Ziel ist klar: das Tobel, in welches ein Pilger abgestiegen ist, um zum Einsiedler zu werden und dort die innere Reise zu Gott anzutreten. Niklaus von Flüe sucht sein «einig Wesen» im Rückzug von der Welt und von seiner Frau Dorothea und zehn Kindern, die weiter oben im Bauernhof hausten – die Geschichte des Schweizer Nationalheiligen ist hinlänglich und weltweit bekannt.

Unsere Unterkunft heisst Paxmontana und ist einiges luxuriöser als die Zelle von Bruder Klaus. Pax Montana, Bergfriede – in der chinesischen Kalligraphie ist das Zeichen für Gott ein Mensch, der auf einem Berg steht. Der Ranft hingegen steht ganz im Zeichen eines Menschen, der in die Schlucht steigt, um Gott zu suchen. Er wagt den Abstieg für den Aufstieg.

Friede sei den Gehorsamen

Angeblich lebte er jahrelang von nichts anderem als der heiligen Kommunion in seiner kargen Zelle. Viele halten ihn für einen Erleuchteten mit prophetischen Visionen, in Indien wäre der Asket wohl als Sadhu oder Guru durchgegangen. Die Klause des Gottsuchers und das nebenan erbaute Kapellchen wurden nach seinem Tod zu einem der wichtigsten Pilgerziele des Landes. Aber er wurde schon zu Lebzeiten aufgesucht und um Rat gefragt, auch von Politikern. Er gilt als Mann des Friedens, ja als gescheiter, wohlüberlegter Friedensstifter. Sein Schreiben an den Rat von Bern von 1482 ist unter dem Titel «Von Liebe wegen schreibe ich euch mehr» berühmt geworden: «Der Name Jesus sei euer Gruss, und wir wünschen euch viel Gutes und danken euch viel Gutes und der Heilige Geist sei euer letzter Lohn», heisst es in der Anrede.

Und dann schreibt Bruder Klaus von Liebe wegen Folgendes: «Gehorsam ist die grösste Ehr, die es im Himmel und auf Erden gibt. Darum sollt ihr schauen, dass ihr einander gehorsam seid, und Weisheit ist das allerliebst deswegen, weil sie alle Dinge zum besten anfängt. Fried ist allweg in Gott, denn Gott ist der Fried.» Selig seien also die Sanft- und Demütigen, die Weisen und Friedfertigen. Der Brief ist ein Dankesschreiben an die Berner, die sich davor bei ihm für eine Friedensvermittlung mit einer Geldgabe von 40 Pfund für eine zu erstellende Kapelle im Ranft bedankt hatten. Da will ich hin, an diesen Friedensort.

Zwischen Stans und dem Flüeli fallen die Etappe 7 der Via Jacobi (Jakobsweg) und der Bruderklausenweg weitgehend zusammen. Bei Ennetmoos hat die Pfarrgemeinde einen sechsteiligen Stationenweg mit den Eckdaten aus dem Leben von Bruder Klaus errichtet: Bergbauer, Offizier, Richter, Politiker, Einsiedler und Mystiker. Der Klausenweg ist mit dem Radbild des Bruder Klaus' gekennzeichnet – Symbol der meditativen Praxis des Klausners: ein Rad mit einem sechsstrahligen Stern, drei Zacken führen nach innen, drei nach aussen.





Von Traktoren und Meditationsrädern

Der Weg ins Flüeli führt uns immer wieder vorbei an einsamen Höfen, wo aus Unterständen und Garagen Oldtimer von Traktoren und Kutschen hervorlugen, über den Scheunentoren sind alte Wagenräder angeschraubt. Das Symbol des Lebensrades begegnet uns auf Schritt und Tritt, erinnert an das buddhistische Rad der Wiedergeburt, an den nie enden wollenden Kreislauf von Werden, Sein, Vergehen und die Kreisform als das göttliche Prinzip der Vollkommenheit und Einheit von allem. An die Abrundung eines gelungenen Lebens. Und was ist das Meditations-Rad des Bruder Klaus anderes als eine runde Herausforderung, sich immer wieder in der dreifaltigen Göttlichkeit einzumitten? Die Bewegung des Rades steht symbolisch für den Weg in die Vervollkommnung, sie bringt Ortsveränderung und Befreiung. In der spirituellen Symbolik steht das Rad auch für den Geist, das Wort, das am Anfang aller Dinge stand.





Die alten Designschönheiten mit viel PS unter der Haube haben es mir angetan. Nur schon dieses Wort! «Traktor» kommt von lat. trahere, ziehen, er ist eigentlich ein Zugpferd mit dickem Motor (von lat. movere: bewegen), der schiebt. Als wollten die herausgeputzten Bührer, Hürlimanns und Fords am Wegesrand die Frage stellen: Wo zieht es dich hin? Was von dem Alten hält dich zurück? Und was ist es, was dich dennoch in Bewegung zu versetzen vermag? Was macht ein rundes Leben aus?

Mein Grossvater Paul besass so einen alten grasgrünen Bührer. Als Teenager fuhr ich ihn selber, und nach seinem Tod habe ich als Andenken aus seinen alten Traktorenschlüsseln einen springenden Gockel geschweisst. Auch seinen wirklich antiken Traktorenwagenheber besitze ich noch; was für ein sonderbar bewegendes Symbol! Es ist ein uralter Eichenstock mit schmiedeeisernen Beschlägen, Kurbel und Winde, schwer wie ein Unspunnenstein, nicht suvakompatibel bewegbar.

Was für eine Übersetzung mag er wohl in seinem Innern haben, um ein tonnenschweres Gerät in die Lüfte zu heben? Welch ein Moment, wenn die Traktorenräder vom Boden abheben! Das Zuggerät, das mit Pflug im Acker wühlt, lernt fliegen. Wünschen wir uns nicht ab und zu auch ein solches Tool, das uns hilft, ein plattes Rad auszuwechseln, damit wir wieder die Kurve kriegen, ohne zu eiern? Als ich mich verstohlen auf einen der alten Bührer am Weg setze, strahle ich wie damals der freche Bengel auf Grossvaters Schoss.

Mut und Demut im Gebet

Das letzte Stück von St. Niklausen aus – wir sind jetzt in Obwalden aber unterhalb vom Firnerenwald – gehen wir im Schweigen. Von der Müsli-Kapelle aus haben wir einen wunderbaren Blick auf die Schlucht der Melchaa. Viele sagen, es sei ein Kraftort, auch Schamanen kommen, um am Fluss unterhalb der Einsiedelei im Kreis ihre Rituale abzuhalten. Ein Kraftort für Kraftworte. Das Gebet des Bruder Klaus ist ein überliefertes Zeugnis seiner inbrünstigen Demut:

Mein Herr und mein Gott, nimm alles von mir,
was mich hindert zu dir.
Mein Herr und mein Gott, gib alles mir,
was mich fördert zu dir.
Mein Herr und mein Gott, nimm mich mir
und gib mich ganz zu eigen dir.

Hier ist es wieder, das einig Wesen mit Gott, das der Niklaus von Flüe suchte. Allerdings ist es unklar, wie genau Bruder Klaus dieses Gebet betete. In einer älteren, überlieferten Version stehen die Bitten 1 und 3 in umgekehrter Reihenfolge. In den Weltkatechismus hat das Gebet jedoch wie oben Eingang gefunden, entsprechend ist es auch in Liedform vertont: Erst die Reinigung, dann die Zuwendung, schliesslich die Vereinigung – so lautet der Dreischritt der Himmelsleiter des Klaus', die fast schon eine praktikable Meditationsanleitung ist. Sie könnte durchaus auch als (natürliche?) Abfolge für den inneren Prozess der idealen Pilgerreise gelten. Und hiesse ein bisschen fürs 21. Jahrhundert aufgemotzt: Die Pull- und Push-Faktoren, der Traktor und der Motor, pflügen den Acker für die Saat und bringen schliesslich die Ernte ein:

«Herr, sei mein Attraktor und mein Motor, zieh mich hin und beweg mich auf dich zu, schlag den Bogen zu mir und mach einen ganzen Kreis aus mir und dir.»

Die reale Schöpfung ist viel wundersamer als alle Erfindung

Als wir schliesslich endlich vor des Klausners Klausens Klause stehen, überrascht uns ein Wolkenbruch. Und wie wir nach der Besinnung mit Gesang und Gebet wieder aus der Kapelle treten, tröpfelt es noch immer, aber vor uns bricht das Licht durch den wolkenverhangenen Himmel, und wie zur Betonung, dass die Verheissung vom Bund Gottes mit allen Geschöpfen auch garantiert wahr ist, baut sich von oben herab ein doppelter Regenbogen über dem Ranft auf, der die beiden Pilger-Kapellen, die untere und die obere, zu berühren und miteinander zu verbinden scheint. Sie mögen jetzt sagen: «Wer's glaubt», doch wahrlich so war es! Manchmal ist die Realität wundersamer als alle Fiktion und der Himmel auf Erden viel näher als jemals erhofft.

Am Ende dieser Mini-Pilgerreise zu diesem nicht nur geografischen Mittelpunkt der Schweiz, der einen in die eigene Mitte führt, fühlte ich mich reichst beschenkt und dachte: Der Mann im Flüeli hiess wohl nicht ohne Grund «Niklaus»; der Chlaus macht einem tatsächlich unverhofft Geschenke wie sein heiliger Namensvetter. Herrgott, isch diz Läbä schee!

Demut – Hymne an eine Tugend

Elisabeth Weik

Als ich angefragt wurde, dieses Buch zu rezensieren, musste ich erst einmal leer schlucken. Demut? Ist dieses Wort nicht etwas aus der Zeit gefallen? Ungefähr so wie Hymne, und Tugend …

Und dann die Bedeutung des Wortes Demut, also diese Tugend oder Geisteshaltung; schwingt da nicht manch Fragwürdiges mit, sowas wie Unterwürfigkeit und Demütigung? Dann aber fiel mir ein, dass der Mangel an Demut mich (und unzählige Menschen mit mir) zurzeit sehr beschäftigt. Hochmut, Machthunger, Geldgier und extremer Narzissmus sind das pure Gegenteil von Demut, und leider sind diese destruktiven Untugenden allgegenwärtig. Sie bedrohen den Weltfrieden, die Menschenwürde und die Demokratie. Kulturelle Errungenschaften und Gewissheiten sind in Gefahr und wir schauen ungläubig zu, wie Klimaveränderungen und ungebremste Autokraten unser bisher so behagliches Leben erschüttern.

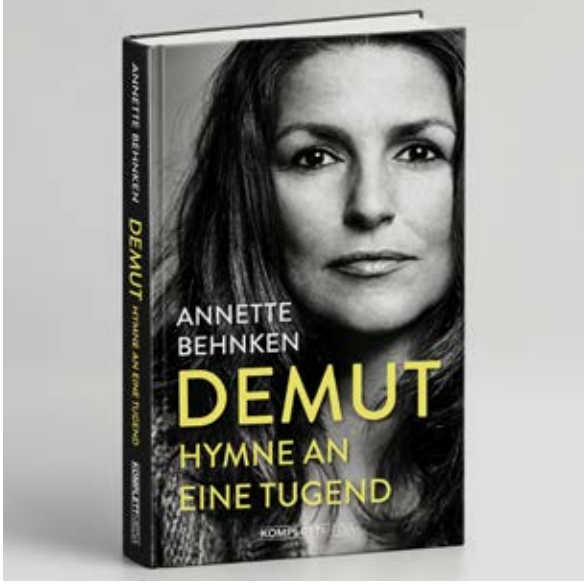
Der Natur haben wir alle seit langem viel zu wenig Demut und Respekt gezollt – das müssen wir unverzüglich ändern, indem wir uns demütig als Teil davon erkennen. Die Mächtigen dieser Welt jedoch kennen weder das Wort Demut, noch diese Haltung; masslose Selbstüberschätzung hat sie blind und taub werden lassen – und eiskalt.

Das alles ging mir durch den Kopf, während ich auf das bestellte Buch «Demut» wartete, denn das Thema hatte mich gepackt und ich war sehr gespannt, was die Autorin dazu zu sagen hätte. Frau Behnken arbeitet als Pastorin und Studienleiterin sowie als Fernsehmoderatorin bei der Sendereihe «Das Wort zum Sonntag».

Das Puzzleteil, das fehlt

In ihrem Vorwort bezeichnet sie die Demut als das «Puzzleteil, das fehlt, und das ein respektvolles Zusammenleben erst möglich macht. Demut als radikale Form der Ehrlichkeit und Zuwendung. Demut als gute Kraft, die den Irrsinn des Neoliberalismus und unseres ganzen Wirtschaftens entlarvt. Demut als Dünger für den Humus, in dem wir alle wurzeln, aus dem wir alle unsere Kraft ziehen: Als Individuen, als Gesellschaft, als Menschheit insgesamt.»

Da fühlte ich mich gleich abgeholt und machte mich mit Freude an die Lektüre. Das Buch gliedert sich in die drei übergeordneten Kapitel Staub, Atmen und Lieben, mit teilweise überraschenden



Annette Behnken: Demut, München 2021

Untertiteln wie Wurstbrot, Gin und Ginlichkeit, Pumps und Chaos oder Baden im Champagnerfass.

Der Autorin gelingt es, persönliche Erfahrungen geschickt mit Gedanken zum Thema Demut zu verweben. Gleich zu Beginn des Buchs erzählt sie von einem Roadtrip in Indien, den sie kurz nach dem Abitur mit einer Freundin unternahm, lebenshungrig, lebenslustig – von Demut noch weit entfernt. Später erfahren wir, wie sie den Tod ihrer kleinen Tochter erleben und erleiden musste, was die Trauer mit ihr machte, und was diese Erfahrung mit Demut zu tun hat. Es ist also ein persönliches Buch, das mich an manchen Stellen sehr berührt hat.

Sie schreibt: «Und so verstehe ich die Demut als tiefe Verwobenheit mit dem Leben, die in der Hingabe an den Augenblick das Leben feiert, in seinem Schmerz genauso wie in seiner Schönheit. An den Grenzen des Lebens und in der Hingabe an den Moment verschwimmen die Konturen zwischen Liebe, Schmerz und Tod.»

Demut ist ein anspruchsvolles Buchthema. Man muss sich sehr achtsam und geduldig darauf einlassen – es lohnt sich. Gestolpert bin ich bei einzelnen Fachausdrücken, aber da hilft ja Dr. Google. Seit dem Satz: «Im Modus des Kairos ist Vergangenes

und Zukünftiges, Diesseitiges und Jenseitiges, Zeitliches und Ewiges aufgehoben in absolute Gegenwärtigkeit...» weiss ich nun auch, was Kairos heisst, nämlich der günstige, entscheidende oder richtige Zeitpunkt für eine Handlung.

Vor allem im ersten Viertel des Buches haben mich die zahlreichen Zitate ermüdet oder auf zwei Buchseiten ganze neun Namen von Persönlichkeiten, die sich in irgendeiner Form zum Thema äusserten. Alles lesenswerte Zitate, natürlich, von Gottfried Keller über Rilke, Fischli/Weiss, Einstein, Canetti... bis David Steindl-Rast... und von vielen (für mich zu vielen) anderen mehr.

Der Augenblick macht was mit uns

Gemerkt habe ich mir das folgende Zitat (aus Richard Linklaters Film «Boyhood»):

«Weisst du, alle sagen doch immer: Mach was aus deinem Leben, mach was aus jedem Augenblick. Aber ich weiss nicht, irgendwie glaube ich, es ist andersherum. Der Augenblick macht was mit uns.»

Annette Behnken schreibt auch über die Zeit, über Entschleunigung und ihre Mitgliedschaft beim «Verein zur Verzögerung der Zeit» mit der Verpflichtung zum «Innehalten und mit der Aufforderung zum Nachdenken dort, wo blinder Aktivismus und partikulares Interesse Scheinlösungen produzieren.»

Und sie erinnert daran, dass Künstler Räume schaffen mit ihrer Kunst, die uns in ein Resonanzgeschehen hineinnimmt, wobei wir erleben können, dass die Zeit dann anders strömt. Und so kommt sie auf die serbische Konzeptkünstlerin Marina Abramovic zu sprechen und auf die Abramovic-Methode zum Einüben von Präsenz und Konzentration: Diese besteht aus vier Disziplinen:

– Wasser trinken
– Reis zählen
– langsam gehen
– in die Augen schauen.

Diese Achtsamkeitsübungen werden so anschaulich und begeistert beschrieben, dass man am liebsten gleich damit beginnen würde! Nach viel Theorie und Weisheit, an denen der Leser, die Leserin mit aufmerksamem Verstand drangeblieben ist, haben wir nun Lust auf eigene Aktivität, etwas selbst ausprobieren – mir geht es jedenfalls so, zumal ich mich im Zürcher Kunsthaus bereits mit dem Schaffen von Frau Abramovic bekanntmachen durfte.

«Auf einem der kleineren unter den Millionen von Gestirnen leben seit einer kurzen Spanne Zeit Menschenwesen. Für wie lange? Irgendeine Herabsetzung oder Steigerung der Temperatur der Erde, eine Achsenschwankung des Gestirns, eine Hebung des Meeresspiegels oder eine Änderung in der Zusammensetzung der Atmosphäre kann ihrem Dasein ein Ende setzen.» Albert Schweitzer schrieb diesen Satz in weiser Voraussicht vor über 100 Jahren, und immer wieder ermahnte er zur «Ehrfurcht vor dem Leben». Die Autorin stellt fest, dass uns diese Ehrfurcht weitgehend abhandengekommen ist und zwar nicht nur, wenn es um Menschenleben geht, sondern in zunehmend erschreckender Weise auch bei unserem Umgang mit Tieren.

Die Botschaft des Buchs lässt sich in dem Satz zusammenfassen: «Ihr könnt euch nur retten, wenn es euch nicht mehr nur um euch geht. Demut heisst, den eigenen Platz im Ganzen finden.»

Ich empfehle die Lektüre dieses Buches den Menschen, die dem Puzzleteil Demut wieder zu seinem gebührenden Platz verhelfen möchten. Also eigentlich allen!

Elisabeth Weik ist als begeisterte Leserin und Schreiberin unterwegs – in ihrem kleinen Leben ebenso wie in der weiten Welt.

IMPRESSUM reflecture (vormals Kirche+Volk)

Herausgeber: SPV. Schweizerischer Protestantischer Verein www.spv-online.ch **Redaktion:** Richard Kölliker 8200 Schaffhausen, 079 960 73 03 praesident@spv-online.ch Christian Kaiser, 8400 Winterthur kaiser@silbensilber.ch Ernst Ritzi, 8583 Sulgen ek.ritzi@bluewin.ch **Autoren dieser Ausgabe:** Prof. em., Dr. Magdalene L. Frettlöh, c/o Uni Bern; Christian Kaiser, Schriftsteller, Erwachsenenbildner, Ausserdorfstrasse 15, 8400 Winterthur; Richard Kölliker, Ringkengässchen 16, 8200 Schaffhausen; Br. Niklaus Kuster, Dr. theol., Kapuzinerkloster 8640 Rapperswil; Gerhard Piniel, Tachlisbrunnenstrasse 47, 8400 Winterthur; Ernst Ritzi, Kradolfstrasse 62, 8583 Sulgen; Maja Storch, Dr., c/o Institut für Selbstmanagement und Motivation, 8006 Zürich; Elisabeth Weik, 5734 Reinach **Layout:** Caroline Bussinger, 8246 Langwiesen **Inserate:** Tarif beim Herausgeber (keine MWST). Nachdruck von Texten auf Anfrage an die Redaktion. reflecture erscheint zweimal jährlich und kann für CHF 20 (Sozialtarif CHF 10, zusätzliche Verteilabos je CHF 10, ab 3 Ex. je CHF 5) bei der Redaktionsadresse bestellt werden. SPV Schaffhausen, IBAN CH33 0900 0000 8000 1442 4. Das Abo ist für Mitglieder des SPV im Jahresbeitrag enthalten. Verteil- und Probeexemplare bei der Redaktion. Die nächste Ausgabe erscheint Ende April 2027. **Redaktionsschluss:** 19. April 2027