

Maria Zepster

Gottes und der Liebe gedenken

In der therapeutischen Begleitung erlebe ich es immer wieder, dass sich den Menschen nach der Bearbeitung ihrer traumatischen Trauer- oder Verlusterlebnisse plötzlich eine neue Innerlichkeit eröffnet. Der Wunsch, das Erlebte in seiner Tiefe zu erfassen, geht oft über in ein Bedürfnis, dieser Inwendigkeit auch im Alltag mehr Raum zu geben. Die Sehnsucht nach größerer Nähe, gefühlter Anbindung, nach Geben und Spüren von Liebe wird zugelassen. Das Leben erfährt so eine neue Hinwendung, eine neue Ausrichtung, oft auch hin zu der Dimension Gott. Die Beziehung zu einem höheren Sein, zu einer Geborgenheit und Liebe, die alles umfasst, wird wichtig.

Das Ziel aller spirituellen Wege ist es, unser Herz für die Liebe zu öffnen und dies auch für den Nächsten fühlbar zu machen. Es geht darum, in einem lebenslangen Prozess unsere Fähigkeit des Liebens mehr und mehr zu entfalten. Die Methoden und Wege, dies zu erreichen, sind so zahlreich wie die Atemzüge eines Menschen, besagt eine alte Sufi-Weisheit.

Sufismus oder Sufitum, im Arabischen Tasswawuf, ist der allgemeine Name für die islamische Mystik, für den inneren Kern der islamischen Religion, wie ihn auch andere Religionen in ihrer Art haben. Für die Sufis ist die Liebe der Beweggrund für die Schöpfung, ihr Weg und ihr Ziel. Sie sind überzeugt, in die Vollkommenheit der Liebe, in die Begegnung mit Gott, schon in dieser Welt eintauchen zu können, nicht erst im Jenseits. Ihr wichtigstes Tun ist daher die Anrufung Gottes – das *Dhikr* (Gottesgedenken) –, das sie für sich allein oder in einem gemeinsamen Ritual mit anderen praktizieren. Die Sufis, um mit einem Bild des großen andalusischen Mystikers Muheddin Ibn Arabi zu sprechen, reinigen ihre Seele von den Verschmutzungen und Anhaftungen des Ich, befreien sie von ihrem Rost und polieren sie so lange, bis sie glatt wird wie ein Spiegel, in dem sich dann nur mehr das eine spiegelt – der Alleine selbst.

Liebe ist eine Aktivität und kein passiver Affekt. Sie ist immer auf ein Gegenüber, auf ein Du, bezogen. Durch die Liebe verliert jedes Gesetz seine Strenge.

Eine große Mystikerin des 8. Jahrhunderts in der islamischen Welt war Rabbia al Adawiya aus Basra im heutigen Irak. Sie brachte den Begriff der reinen Gottesliebe in den bis dahin eher asketisch praktizierten mystischen Islam. Viele berühmte Gelehrte der damaligen Zeit zählten zu ihren Schülern. Einmal, so heißt es, soll sie sich verzweifelt an Gott gewandt und ihn gefragt haben, ob er sie denn gar nicht mehr liebe oder sie völlig vergessen habe. Denn seit drei Wochen hätte er ihr nur mehr Geschenke gebracht.

Von Rabbia al Adawiya gibt es viele schöne Aussagen. Eine davon ist:

*„Oh Allah, in der Menge rufe ich dich an ‘Oh, mein Herr!’,
aber in der Stille der Nacht rufe ich dich ‘Oh, mein Geliebter!’*

Maria Zepter
Dipl.-Psych., Psychotherapeutin in München
Maria.Zepter@t-online.de
