



Ulrich Mack

Von Luther zu einer zeitgemäßen Spiritualität –
Eine Wegbeschreibung in die Stille

Erschienen im November 2016

ISBN 978-3-87336-591-9, Gerhard Hess Verlag, Bad
Schussenried

142 Seiten, kartoniert, 14,80 €

Der ev. Pfarrer Dr. Ulrich Mack, Zenlehrer und Kontemplationslehrer der Linien von Willigis Jäger, beginnt sein Buch mit Luthers „Gewittererfahrung“, die weg von der Leistungsfrömmigkeit zur Erfahrung einer Gnadenfrömmigkeit geführt hat. Luthers Glaubensmystik ist ein erkennendes Erfahren Gottes, das zur Glaubensgewissheit führt. Meditieren heißt bei ihm ernstes und sorgfältiges Denken, wobei üblicherweise biblische Texte immer wieder laut gesprochen wurden (Wiederkäuen, ruminatio).

Die Stellung der Mystik in der Theologie wird beleuchtet, um anschließend den Übergang von der Mystik zur Spiritualität aufzuzeigen. Hier treten Sinnfragen in den Vordergrund, Gottessuche und -erkenntnis, erlebt durch eine nicht gegenständliche Form der Meditation. Haben sich die Grundfragen nicht geändert, so doch die Grundsituation des Menschen mit den Herausforderungen der Moderne. Gott will nicht nur geglaubt, sondern vor allem auch erfahren werden. Eine der Methoden für diesen Zugang ist die Meditation, ist die „Einheitserfahrung“, die in die Persönlichkeit integriert werden muss. Damit die Meditation (Kontemplation ist als „Stille Meditation“ definiert) nicht als bloße Erfahrungspraxis stehen bleibt, werden im 2. Teil des Buches die wissenschaftlichen Grundlagen der Meditation dargestellt. Anfängen von J.J. Rousseau, H. Hesse bis zu den Wüstenvätern und V.v. Weizsäcker werden die in der Meditation erlebten und wahrgenommenen

Phänomene und Inhalte im Licht der Naturwissenschaft

(Quantenphysik), Philosophie und des „Leibes“ beleuchtet. Natürlich darf hier nicht das legendäre Beispiel vom „Geschmack eines Schluckes Tee“ fehlen, der letztendlich die Dualität übersteigt. Ganz praxisbezogen ist dann der letzte Teil des Buches: Die Voraussetzungen und Grundlagen für die Stille Meditation, eine Beleuchtung der Konsequenzen für das eigene Leben und die Ziele der Meditation. Schlussendlich wird die Praxis der stillen Meditation und die eventuellen Gefahren dargestellt.

Das Buch liest sich flüssig. Jedes Kapitel macht schon auf das nächste neugierig. Der Informationsgehalt ist hochverdichtet, schnörkellos und von klerikaler Einfärbung befreit, so dass religions- und konfessionsneutrale Inhalte vermittelt werden. Der sehr belesene Autor bleibt keine Antwort schuldig und hat deshalb ein umfangreiches Glossar mit über 250 Textstellen/Autoren angefügt.

Dr. Dr. Peter Macher

Die Buchbesprechung ist erschienen in der Zeitschrift „Mystik und Kontemplation“, Zeitschrift des Würzburger Forum der Kontemplation e.V., 1/208, Verlag Vianova, S. 52.