

□ Lesezeit: 12 min.

Die christliche Spiritualität wird oft als das ausschließliche Erbe privilegierter Seelen wahrgenommen, weit entfernt vom konkreten Leben derer, die in der Welt leben. Der heilige Franz von Sales stellt diese Sichtweise mit einem radikalen Vorschlag auf den Kopf: Gott findet sich nicht in einem idealen Anderswo, sondern im schlagenden Herzen der gewöhnlichen Existenz. Als Bischof, geistlicher Begleiter und Schriftsteller des 17. Jahrhunderts entwickelte Franz von Sales einen Weg der Heiligkeit, der allen zugänglich ist – dem Kaufmann, der Ehefrau, dem Soldaten, dem Bauern –, ohne die Aufgabe des eigenen Lebensstandes zu fordern. Der folgende Text erkundet die Säulen dieser Spiritualität des Alltags: die liebevolle Annahme der eigenen Lebensumstände, die konkrete Ausübung der Tugenden, die Begegnung mit Gott in den Ereignissen jedes Tages und die Verklärung des Gewöhnlichen durch die Nächstenliebe.

Gott offenbart mir seinen Willen und seine Liebe im und durch das tägliche Leben, das somit der vorsehungsgemäße Ort ist, an dem ich ihm begegnen kann. Der Mensch ist ständig versucht, ihn anderswo zu suchen, in einer anderen Epoche oder in einem anderen Lebenszustand als dem eigenen, während Gott im Leben eines jeden gegenwärtig ist. Man denkt vielleicht spontan, dass das geistliche Leben einer Elite vorbehalten und in Büchern eingeschlossen ist, die für gewöhnliche Sterbliche offensichtlich unverständlich sind.

Franz von Sales schlägt eine Spiritualität des „gewöhnlichen Lebens“, des Alltags vor. Er sagt dies ausdrücklich im Vorwort zur *Philothea*: Meine Absicht – schrieb er – ist es, diejenigen zu unterweisen, die „aufgrund ihres Standes gezwungen sind, äußerlich ein gewöhnliches Leben zu führen“. Äußerlich scheint sie nichts von anderen zu unterscheiden; innerlich entflammt sie das Feuer der Liebe. Wenn Franz von Sales als Patronin seiner Kongregation Unsere Liebe Frau von der Heimsuchung gewählt hat, dann deshalb, weil „die hochheilige Jungfrau diesen feierlichen Akt der Nächstenliebe vollbrachte, indem sie die heilige Elisabeth in der mühsamen Zeit ihrer Schwangerschaft besuchte und ihr diente, und dennoch das *Magnificat* verfasste, den süßesten, erhabensten, geistlichsten und beschaulichsten Gesang, der je geschrieben wurde“.

Man muss blühen, wo Gott uns gepflanzt hat

Dieser Satz, der Franz von Sales zugeschrieben wird, definiert zweifellos einen der grundlegenden Züge dieser Spiritualität. Sie besteht in erster Linie darin, den eigenen Lebensstand aufrichtig zu lieben. Der Grund ist klar:

Wenn wir nach unserem Willen heilig sind, werden wir niemals richtig heilig sein; wir müssen es nach dem Willen Gottes sein. Nun, der Wille Gottes ist, dass ihr aus Liebe zu Ihm die Pflichten eures Lebensstandes aufrichtig liebt.

Hier berührt man mit dem Finger den spirituellen Realismus von Franz von Sales, der nichts so sehr fürchtet wie die Vermehrung fruchtloser Wünsche. Man muss Gott dienen – sagte er zu einer jungen Novizin, die nach sofortiger Vollkommenheit dürstete – „nach menschlicher Art, die der Zeit eigen ist, in der Erwartung, es eines Tages auf göttliche oder engelhafte Weise tun zu können, nach der Art, die der Ewigkeit eigen ist“.

„Es ist gut, viel zu wünschen, aber man muss auch Ordnung in die Wünsche bringen und sie in Werke umwandeln, sobald der richtige Zeitpunkt und die Möglichkeit dafür gegeben sind. [...] Das vollbrachte Werk, auch wenn es sehr begrenzt ist, ist immer nützlicher als die großen Wünsche nach Dingen, die außerhalb unserer Möglichkeiten liegen. Gott verlangt von uns eher die Treue in den kleinen Dingen als den Eifer für die großen, die nicht von uns abhängen.“

Er sagte auch: „Wir verlieren oft so viel Zeit damit, gute Engel sein zu wollen, während wir vernachlässigen, gute Männer oder gute Frauen zu sein.“

Es ist also notwendig zu lernen, uns daran zu erfreuen, dort zu sein, wo wir sind. Franz von Sales, der sich gänzlich sträubte, Bischof zu werden, lernte jeden Tag, das zu lieben, was Gott von ihm gewollt hatte. Johanna von Chantal musste lernen, ihren Witwenstand zu lieben, weil Gott es zugelassen hatte, dass dies geschah.

Ein gewohnter Satz von ihm lautet: „Man darf nicht wünschen, die Vollkommenheit auf einen Schlag zu erreichen; man muss den gemeinsamen und gewöhnlichen Weg

gehen, der der sicherste ist.“ Nicht nur sind alle zur Vollkommenheit der Liebe berufen, in der die Heiligkeit besteht, sondern die Vollkommenheit ist für alle zugänglich. Die Schlussfolgerung von Franz von Sales ist unumstößlich: „Wo auch immer wir leben, können und müssen wir nach dem vollkommenen Leben streben.“

Die Ausübung der Tugenden

Bisher scheint diese Spiritualität eher passiv zu sein: Man muss das Leben so annehmen, wie es sich darbietet, weil es unsere Realität ist, und sich bemühen, es als Ausdruck des Willens Gottes und seiner Liebe zu uns zu lieben. Aber das ist nur der Ausgangspunkt. Es geht darum, eine positive Haltung des Eingreifens beizubehalten, die Franz von Sales „die Ausübung der Tugenden“ nennt.

Nachdem man den gegenwärtigen Moment und den vorsehungsgemäßen Ort, an dem Gott „uns gepflanzt hat“, erkannt und angenommen hat, muss man „blühen“ und Früchte tragen, jedoch immer unter Berücksichtigung der konkreten Situation und der Berufung eines jeden. Der klassische Text, der die Art der Heiligkeit definiert, zu der alle berufen sind, verdient es, zitiert zu werden:

Bei der Schöpfung befahl Gott den Pflanzen, Früchte zu tragen, jede nach ihrer Art: Genauso befiehlt er den Christen, die die lebendigen Pflanzen seiner Kirche sind, Früchte der Frömmigkeit zu tragen, jeder nach seiner Eigenschaft und seinem Beruf.

Im christlichen Leben ist alles Frucht der Gnade des Heiligen Geistes, aber das Geschenk der Gnade erfordert die aktive Mitarbeit des Menschen. Der Erwerb der Tugenden erfordert auf jeden Fall eine gute Portion Anstrengung, Mut, Beständigkeit und Großzügigkeit. Es handelt sich hier um eine wahre Übung (das ist der Sinn des Wortes Askese), die in einem Klima der Gelassenheit und des Vertrauens auf Gott vollzogen wird. „Fürchtet die Laster mehr, als ihr die Tugenden liebt“, schrieb er an eine verheiratete, ungeduldige und skrupulöse Frau.

Noch einmal präzisiert er, dass die Tugenden gemäß der Berufung eines jeden praktiziert werden müssen und dass „man die besonderen Gebote beachten muss,

die jeder aufgrund seiner Berufung hat“.

Die Bischöfe haben das Gesetz, die ihnen anvertraute Herde zu besuchen, sie zu unterweisen, zu korrigieren und zu trösten; und ich kann die ganze Woche im Gebet verharren, mein ganzes Leben lang fasten, aber wenn ich das nicht tue, gehe ich verloren. Eine verheiratete Person kann Wunder wirken, aber wenn sie die Pflichten gegenüber dem Ehepartner nicht erfüllt und sich nicht um die Kinder kümmert, ist sie schlimmer als ein Ungläubiger, wie der heilige Paulus sagt. Und so verhält es sich mit allen anderen.

Aber um nicht vom Weg abzukommen, indem man die Prioritäten umkehrt, muss man wissen, dass es eine Hierarchie der Tugenden gibt. Für Franz von Sales, und das steht außer Zweifel, gebührt der erste Platz der Liebe, während die anderen Tugenden sie begleiten oder ihr folgen:

Die Bienenkönigin fliegt nicht auf die Felder, wenn sie nicht von ihrem ganzen kleinen Volk begleitet wird; genauso tritt die Nächstenliebe niemals in ein Herz ein, ohne das gesamte Gefolge der anderen Tugenden mit sich zu ziehen, die sie aufstellt und schult, wie ein Hauptmann es mit seinen Soldaten tut.

Die anderen Tugenden, insbesondere die Sanftmut, hängen von der Nächstenliebe ab; sie sind deren konkrete Ausdrucksformen und Verwirklichungen oder auch Mittel, um sie zu erlangen, so sehr, dass allein die Nächstenliebe „uns zur Vollkommenheit gelangen lässt“. Es gibt jedoch Tugenden von so universellem Gebrauch, dass sie es erfordern, ständig einen guten Vorrat davon anzulegen. Es sind nicht die Tugenden der Engel, sondern die von Männern und Frauen aus Fleisch und Blut:

Wenn es Gott gefällt, uns zu den engelhaften Vollkommenheiten zu erheben, werden wir auch gute Engel sein, aber in der Zwischenzeit üben wir uns mit

Einfachheit, Demut und Frömmigkeit in jenen kleinen Tugenden, deren Erwerb uns von Unserem Herrn in Reichweite gelegt wurde, wie die Geduld, die Güte, die Abtötung des Herzens, die Demut, der Gehorsam, die Keuschheit, die Zärtlichkeit gegenüber dem Nächsten, das Ertragen seiner Unvollkommenheiten, der Fleiß und der heilige Eifer.

Es gibt noch andere Listen von Tugenden, in denen zum Beispiel die Mäßigung, die Ehrlichkeit, der Mut, die Einfachheit, die Bescheidenheit, die Herzlichkeit und die Freundlichkeit vorkommen. Außerdem werden einige geistliche Haltungen hervorgehoben, die von Franz von Sales sehr geschätzt werden, die man aber eher als Früchte der Tugenden oder besser des Heiligen Geistes betrachten sollte, wie die Freude, der Friede, das Vertrauen und die Hingabe an Gott.

Was wird in diesem Rahmen der Tugenden aus den traditionellen asketischen Übungen? Sie werden nicht abgeschafft, aber der Akzent wird verschoben. So empfiehlt der Autor der *Philothea* die Arbeit eher als das Fasten, die Mäßigung in den Freuden eher als die Enthaltung. Anstatt als Buße immer das Schlechteste zu wählen, ist es besser, auf die Wahl zu verzichten:

Ich halte es für eine größere Tugend, zu essen, ohne das auszuwählen, was man vorgesetzt bekommt, und zwar in der Reihenfolge, in der es einem gereicht wird, ob es einem nun schmeckt oder nicht, als stets das Schlechteste zu wählen. Denn obwohl diese zweite Lebensweise strenger erscheinen mag, verlangt die andere doch eine größere Hingabe, weil man in diesem Fall nicht nur auf den eigenen Geschmack, sondern auch auf die eigene Wahl verzichtet. Und außerdem ist es keine geringe Form der Askese, den eigenen Geschmack zu verändern und ihn vom Zufall abhängig zu machen. Hinzu kommt, dass diese Art der Abtötung nicht sichtbar ist, niemanden stört und gerade für das gesellschaftliche Leben geeignet ist.

Gott in den Ereignissen des Alltags begegnen

Das von Franz von Sales skizzierte geistliche Leben ist nicht „nur dazu da,

außergewöhnlichen Ereignissen zu begegnen, sondern hauptsächlich, um inmitten der unbedeutenden Dinge des Alltags zu leben“. Mitten im banalsten Alltag kann die Begegnung mit Gott stattfinden. Die Hirtin Rahel tränkte ihre Herde am Brunnen, führte ihre Schafe täglich auf die Weide, schöpfte täglich Wasser am Brunnen, und mitten in diesen ihren täglichen Handlungen begegnete sie ihrem Bräutigam.

Wenn es einen wichtigen Punkt in der salesianischen Spiritualität gibt, dann ist es die „heilige Indifferenz“, zusammengefasst in der Formel: „Nichts erbitten, nichts ablehnen“. Der Autor geht von dem Grundsatz aus, dass alles, was im Leben geschieht (außer der Sünde), von Gott gewollt oder zumindest von ihm zugelassen ist. Folglich bereitet sich derjenige, der Gott wirklich liebt, darauf vor, jedes Ereignis, was auch immer es sei, mit einer „einfachen Haltung“ anzunehmen, als käme es vom „göttlichen Wohlgefallen“.

Gott gibt sich im Ereignis zu erkennen, sei es, indem er es sendet, sei es, indem er es einfach zulässt. Sobald es eingetreten ist, bleibt die Person gelassen und nimmt es an. Dies ist eine passive Haltung der Resignation, die ein wenig beunruhigend erscheint, zumal das Vokabular des „Wohlgefallens“ zu sehr an den Absolutismus des irdischen Fürsten erinnert. Man muss jedoch bedenken, dass der Wille, sich bereitzuhalten, zu warten, sich vorzubereiten, auch einen aktiven Aspekt beinhaltet, den man nicht vernachlässigen darf. Es ist eine Haltung des Willens, die von Franz von Sales am meisten empfohlen wird. Sie gründet, wie gesagt, auf dem Vertrauen in die Vorsehung, ohne die nichts auf dieser Welt geschieht. Aber sie kann auch als eine menschliche Tugend betrachtet werden, die sehr dazu beiträgt, eine gleichbleibende Stimmung zu bewahren, besonders in schwierigen Momenten des Lebens. Die Indifferenz, lehrte Franz von Sales die Visitantinnen, ist eine Tugend, die man nicht in fünf Jahren erwirbt, „man braucht zehn dafür“.

In Bezug auf die Passivität und die heilige Indifferenz, die zu einer extremen Gleichgültigkeit des Willens gegenüber dem wird, was geschehen wird, stellt der Bischof von Genf die Dinge klar, indem er das Beispiel der Krankheit nimmt. „Wenn Sie krank sein werden“ – empfiehlt er Philothea –, „gehören Sie dem Arzt, nehmen Sie die Medikamente, die Nahrungsmittel oder andere Heilmittel aus Liebe zu Gott“. Dann fügt er hinzu: „Wünschen Sie zu genesen, um ihm zu dienen; aber weigern Sie sich nicht zu leiden, um ihm zu gehorchen, und bereiten Sie sich sogar darauf vor zu sterben, wenn es ihm gefällt, um ihn zu preisen und zu genießen“.

Das Ereignis anzunehmen wird umso leichter sein, je mehr man mit dem heiligen Paulus davon überzeugt ist, dass „alles zum Guten derer mitwirkt, die Gott lieben“.

Er sagt alles, das heißt nicht nur die Freuden und Tröstungen, sondern auch die Prüfungen, die Drangsale und die Übel dieses Lebens, einschließlich der Sünden. „Ja, sogar die Sünden, vor denen Gott uns in seiner Güte bewahre, werden von der göttlichen Vorsehung zum Wohl derer gelenkt, die ihm angehören.“

Gebet und Leben vereinen

Wenn er das Thema des Gebets behandelt, bemüht sich der Autor der *Anleitung zum frommen Leben* zunächst, Philothea davon zu überzeugen, dass es sich um eine lebenswichtige Notwendigkeit handelt. Der klassischen Unterscheidung folgend, betrachtet Franz von Sales drei Arten des Gebets: das mündliche, das geistige und das lebendige.

Er schätzt und empfiehlt das *mündliche* oder äußere *Gebet*, sei es liturgisch, gemeinschaftlich oder persönlich. Aber die Qualität eines solchen Gebets kommt aus dem Inneren, aus dem Herzen des Betenden: „Ein einziges *Vaterunser*, mit Gefühl gesprochen, ist mehr wert als viele, die in Eile heruntergerattert werden.“

Der Bischof von Genf schätzte besonders das *geistige Gebet*, das er allen empfahl, auch den Laien. Es ist vorzuziehen, weil es dem Inneren tatsächlich den Vorrang vor dem Äußeren gibt. Seine Qualität hängt von der Liebe ab, denn das Gebet ist so viel wert wie die Liebe, mit der es verrichtet wird. Dieses geistige Gebet, das er auch herzlich nennt, hat zwei Formen: die Meditation und die Kontemplation. Beide nähren das geistliche Leben, wie Essen und Trinken das Leben des Körpers erhalten: „Meditieren bedeutet essen, und kontemplieren bedeutet trinken.“

Wenn das geistige Gebet erfordert, dass man einen bestimmten Teil des Tages dieser besonderen Übung widmet, gibt es jedoch eine dritte Form des Gebets, die dem Leben viel näher ist und mit jeder Art von Beschäftigung vereinbar ist. Es ist das vitale Gebet, das man auch gelebtes Gebet oder einfach Vereinigung mit Gott nennen könnte. Die Beschäftigungen sollten die Vereinigung mit Gott in keiner Weise behindern, und diejenigen, die diese Form des Gebets praktizieren, laufen nicht Gefahr, Gott zu vergessen, ebenso wenig wie Verliebte Gefahr laufen, einander zu vergessen:

Die Liebenden einer menschlichen und natürlichen Liebe haben fast immer alle ihre Gedanken auf das geliebte Objekt gerichtet, das Herz voller Zuneigung für es, den

Mund überfließend von seinem Lob, und sie verpassen keine Gelegenheit, in seiner Abwesenheit ihre Leidenschaften durch Briefe zu bezeugen, noch lassen sie einen Baum vorübergehen, ohne in seine Rinde den Namen dessen zu ritzen, den sie lieben.

Mitten in den täglichen Aktivitäten dessen, der „von zeitlichen Dingen bedrängt“ lebt, ist es immer möglich, einen Moment der Einsamkeit zu finden, um das Herz mit Gott zu vereinen:

Denken Sie daran, sich immer, o Philothea, in die Einsamkeit Ihres Herzens zurückzuziehen, während Sie mit dem Körper inmitten von Gesprächen und Geschäften sind; diese Einsamkeit des Geistes kann nicht im Geringsten durch die Menge derer behindert werden, die um Sie herum sind, denn sie sind nicht um Ihr Herz, sondern nur um Ihren Körper, so dass Ihr Herz ganz allein in der Gegenwart Gottes allein bleibt.

So lässt das wahre Gebet die Pflichten des täglichen Lebens nicht vernachlässigen, vorausgesetzt, man ahmt die starke Frau der Bibel nach, von der gesagt wird, dass sie „ihre Hände für große Unternehmungen gebraucht hat und ihre Finger die Spindel gehandhabt haben“. Daher seine Empfehlungen an die Baronin von Chantal, die vielleicht zu Beginn ihres geistlichen Lebens schlecht beraten war: „Meditieren Sie, erheben Sie Ihren Geist, tragen Sie ihn zu Gott, oder besser, ziehen Sie Gott in Ihren Geist: Das sind die kraftvollen Dinge. Gleichzeitig aber vergessen Sie nicht den Spinnrocken und die Spindel: Spinnen Sie den Faden der kleinen Tugenden und beugen Sie sich in die Praxis der Übungen der Nächstenliebe. Wer das Gegenteil lehrt, täuscht und lässt sich täuschen.“

Auf jeden Fall wird dies nicht ganz einfach sein. Das Gebet mit dem Leben zu vereinen, sich im Leben so zu verhalten, wie man sich im Gebet verhält, die Vereinigung von Herz und Leben zu verwirklichen, all das erwirbt man nicht durch Zauber. Man muss sich davor hüten, das innere Gleichgewicht zu verlieren, das erforderlich ist, um voranzukommen, ohne über Hindernisse zu stolpern. Machen wir es wie die Seiltänzer und Gleichgewichtskünstler: „Diejenigen, die auf dem Seil gehen, halten immer den Gegengewichtsstab in der Hand, um den Körper genau auszugleichen, entsprechend den Bewegungen, die sie auf einem so gefährlichen Untergrund machen müssen.“ Indem er das Kreuz Christi mit dem Gegengewichtsstab vergleicht, der das Gleichgewicht garantiert, erinnert Franz von Sales daran, dass das tägliche Leben voller gefährlicher Gelegenheiten ist und eines Schutzes bedarf.

Der verklärte Alltag

Das tägliche Leben wird von Momenten bestimmt, aber „in diesen Momenten unseres Lebens ist, wie in einem Kern, der Keim der Ewigkeit eingeschlossen“. Die Uhr gibt uns das quantitative Maß der Zeit, aber ihre Qualität hängt von uns ab. Wenn wir es wollen, können wir „all unsere Jahre, unsere Monate, unsere Tage und unsere Stunden verbringen und sie durch einen guten und treuen Gebrauch heilig machen“.

Neben „großen Werken“ versucht der Autor der *Philothea* uns davon zu überzeugen, dass es wichtig ist, die „kleineren und bescheideneren“ Aktivitäten zu berücksichtigen: „die kleinen Ungerechtigkeiten, diese kleinen Ärgernisse, diese wenig wichtigen Verluste, die täglich geschehen“, die „kleinen Gelegenheiten“, die „täglichen kleinen Gesten der Nächstenliebe“, „diese kleinen Unannehmlichkeiten“, „diese kleine Demütigung“, „diese kleinen Leiden“. Nun, all dies, all „diese Gelegenheiten, die sich bei jedem Schritt bieten, sind eine großartige Möglichkeit, wenn man sie gut zu nutzen weiß, um viele geistliche Reichtümer anzuhäufen“. Der kleinste dieser Momente kann einen außergewöhnlichen Wert erlangen, wenn er mit Liebe gelebt wird.

Es geschieht oft, dass eine Person, die an Körper und Geist schwach ist und sich nur in kleinen Dingen übt, diese mit so viel Nächstenliebe tut, dass sie das Verdienst großer und erhabener Taten bei weitem übertrifft; denn gewöhnlich werden erhabene Taten mit weniger Nächstenliebe vollbracht, aufgrund der Aufmerksamkeit und der verschiedenen Überlegungen, die man über sie anstellt.

Während des letzten *Gesprächs* mit den Schwestern der Heimsuchung von Lyon, zwei Tage vor seinem Tod, wird er seine Lieblingslektion wiederholen: „Nicht die Menge der Werke, die wir tun, macht uns Gott wohlgefällig, sondern die Liebe, mit der wir sie tun.“ Es ist auch nicht die Größe unserer Taten, durch die wir Gott gefallen: „Eine Schwester, die in ihrer Zelle mit einer kleinen Arbeit beschäftigt ist, wird mehr Verdienst erwerben als eine andere, die mit wichtigen Angelegenheiten beschäftigt ist, die jedoch mit weniger Liebe getan werden. Die Vollkommenheit unserer Taten wird durch die Liebe bestimmt.“

Das beschauliche Leben ist an sich besser als das tätige Leben, aber „wenn im tätigen Leben eine innigere Vereinigung [mit Gott] erreicht wird, ist es besser“.

Deshalb, „wenn eine Schwester, die in der Küche arbeitet und den Kochtopf am Feuer handhabt, all dies mit mehr Liebe und Nächstenliebe tut als eine andere, wird das materielle Feuer sie nicht ablenken, im Gegenteil, es wird ihr helfen, Gott wohlgefälliger zu sein“. Die Einsamkeit mit Gott ist gut, aber es geschieht oft, „dass man sowohl in der Tätigkeit als auch in der Einsamkeit mit Gott vereint ist“.

Die Liebe ist das Geheimnis der salesianischen Alchemie, bis zu dem Punkt, dass das, was uns betrübt, einen außergewöhnlichen Wert annehmen kann, dank der Vereinigung unseres Willens mit dem Wohlgefallen Gottes.