

Mystik Radiomacher und Autor Lorenz Marti über Mystik

# «Das Feuer lebendig erhalten»

«Spiritualität ist eine Liebeserklärung an das ganz Gewöhnliche», sagt Lorenz Marti. Die «ZSZ» im Gespräch mit dem Buchautor und Religions-Redaktor von Schweizer Radio DRS.

Interview Viviane Schwizer

**Lorenz Marti, Sie haben kürzlich einmal gesagt: «Um die Welt wäre es besser bestellt, wenn einige Leute in ihrer Agenda ein paar Lücken mehr hätten.» Was meinen Sie damit?**

Mir fällt auf, dass die Hektik und die Geschäftigkeit ständig zunehmen. Immer mehr muss in die zur Verfügung stehende Zeit hineingepresst werden. Der Tag wird von früh bis spät durchorganisiert, sowohl bei der Arbeit wie auch in der Freizeit. Wie eine geölte Maschine soll der Mensch funktionieren. Das tut auf Dauer niemandem gut. Deshalb lieber die Agenda entrümpeln und einen Gang zurückschalten.

**Hat dieses Leerwerden, haben diese Lücken, für die Sie plädieren, etwas mit Mystik zu tun? Das Wort Mystik kommt ja vom griechischen «myein», was soviel bedeutet wie die Augen schliessen.**

Ja. Die Leere und das Nichts sind in der Mystik zentrale Begriffe, und zwar in einem durchaus positiven Sinn. Das Wort Mystik ist übrigens gar nicht so alt. Es entstand erst in der Aufklärung, als die Allmacht der Vernunft propagiert wurde. Mystik war ein Schimpfwort für alles scheinbar Irrationale, Verschröbene und Abgehobene. Diese negative Färbung klebte bis vor kurzem an dem Wort.

**Was verstehen Sie denn unter Mystik?**

Mystik ist eine Ahnung oder eine Erfahrung vom grossen Zusammenhang, in dem mein Leben eingebettet ist. Die Definition von Friedrich Schleiermacher über Religion stimmt für mich auch für die Mystik: Religion sei «Sinn und Geschmack für das Unendliche», schrieb er. Er kommt also über die Sinne zum Sinn. Das Wesentliche sehen, riechen, schmecken usw. Das gefällt mir.

**Mystik ist demnach etwas Sinnliches, kein spezielles Elixier für Menschen, die das Leben in der Abgeschiedenheit gewählt haben?**

Mystik ist tatsächlich eine ganz selbstverständliche und alltägliche Sache. Sie darf nicht auf Innerlichkeit reduziert werden. Mystik ohne Bodenhaftung ist nicht Mystik, sondern Trümerei. Ich sage jeweils, dass das Staunen das Eingangstor zur Mystik ist. Aber auch Dankbarkeit und das Erlebnis von Geborgenheit bringen den Menschen dem Eigentlichen näher. Humor ist zudem wichtig und die Fähigkeit, sich selber nicht gar so wichtig zu nehmen.



Lorenz Marti, geboren 1952, studierte Geschichte und Politikwissenschaft. Seit 1977 ist er Mitarbeiter bei der Redaktion Religion des Schweizer Radios DRS. Er ist verheiratet und Vater einer erwachsenen Tochter. Er lebt in der Nähe von Bern. (vs)

**Es scheint, als würden sich Mystiker nur auf sich selber konzentrieren?**

Nein, es gibt eine Mystik der Begegnung. Sie geht davon aus, dass alles, was mir begegnet, ein Geheimnis in sich trägt. Wenn mir das bewusst ist, verzichte ich darauf, andere Menschen mit Vorurteilen und Etiketten zu behaften. Klischees stehen einer wirklichen Begegnung nur im Wege.

**Gibt es Mystik eigentlich nur im Christentum?**

Am Anfang aller grossen Religionen steht eine mystische Erfahrung. Moses, Jesus und auch Buddha waren alle Mystiker. Mystik will das ursprüngliche Feuer lebendig erhalten. Sie wehrt sich gegen alles Erstarrte und will immer wieder neu aufbrechen. Es geht um die Annäherung an das Mysterium, an das Geheimnis. Ich kann es nie begreifen im Sinne von Festhalten, aber ich kann auf den Geschmack kommen.

**Wie gelingt es denn ganz gewöhnlichen Menschen, mystische Momente in ihren Alltag zu integrieren?**

Mystik hat einerseits etwas mit Achtsamkeit zu tun, andererseits aber auch mit der Fähigkeit, Distanz zu einer Situation zu gewinnen. Nehmen Sie einmal an, es gebe Krach an einer Sitzung. Jemand behauptet stur Dinge, von denen Sie wissen, dass sie nicht stimmen können. Sie können zurückfauchen, sich aufregen oder einmal durchatmen und den Blickwinkel erweitern: Was geht hier eigentlich ab? Wieso reagiert die Person so? Fühlt sie sich abgelehnt, nicht geliebt oder angegriffen? Letztlich wollen alle Menschen ja dasselbe: Leiden vermeiden und glücklich sein. Wenn mir das bewusst wird, kann sich

eine solche Konfliktsituation sehr schnell entschärfen.

**Haben Sie noch mehr solche Beispiele aus dem Alltag?**

Ich bin – wie fast alle Schweizer – ein «Erledigungsmensch». Dies ganz nach dem eingefleischten Motto: erst die Arbeit, dann das Vergnügen. Ich will beispielsweise das lästige Staubsaugen, das Zähneputzen, das Anstehen in der Warteschlange oder das Ausfüllen von Formularen hinter mich bringen, um endlich wirklich frei zu werden und zu tun, was mir gefällt. Doch frei wovon – und wofür? Mit der Zeit merke ich, wie trügerisch es ist, alles von der Zukunft zu erwarten und nichts von der Gegenwart: Der Moment, wo einmal alles erledigt ist, kommt nämlich nie. Das wirksamste Heilmittel für meinen Erledigungswahn ist die Konzentration auf den jetzigen Augenblick. Wichtig ist, dass ich mit ganzem Herzen dabei bin und nichts bloss «erledige».

**Sie plädieren auch immer wieder für einen gnädigeren Umgang mit sich selber. Was meinen Sie damit?**

Der entscheidende Punkt ist, wie ich mit meinen Unvollkommenheiten umgehe. Kritisiere ich mich ständig, oder gelingt es mir zu sagen: «Okay, jetzt warst du wieder nervös, voreilig oder ungerecht. Nicht tragisch, das nächste Mal wirst du gelassener oder souveräner reagieren.» Demut hat auch damit zu tun, sich selber mit seinen Grenzen und Unvollkommenheiten zu akzeptieren und nicht jemand anders sein zu wollen, als man tatsächlich ist. Es geht – bildlich gesprochen – darum, sich nicht zu ärgern, dass man eingeschlafen

ist, sondern sich zu freuen, dass man wieder erwacht ist.

**Sie haben zwei Bücher über Mystik geschrieben (siehe Kasten). Kann man Mystik aus Büchern lernen?**

Es gibt keinen Schnellkurs und keine Rezepte für Mystik. Das Lesen ist für mich zwar eine wichtige Inspirationsquelle, weil es den Horizont weitet. Die persönlichen Erfahrungen werden in einen weiteren Rahmen gestellt, was hilft, sie zu verstehen und zu deuten. Dabei muss das Gelesene immer wieder auf seine Alltagstauglichkeit hin erprobt werden. Lesen und Leben gehören untrennbar zusammen. Ich nehme das Gelesene oft auf meine Spaziergänge mit, um es nachwirken zu lassen. Spazieren ist meine Art der Meditation, und dafür nehme ich mir auch Zeit, wenn ich eigentlich gar keine Zeit habe. Der mittelalterliche Mystiker Meister Eckhart hat einmal gesagt, Mystik sei keine Addition, sondern eine Subtraktion. Also nicht immer mehr, sondern immer weniger. Nichts hinzufügen, sondern weglassen. Das befreit.

## Lorenz Martis Bücher

- Wie schnürt ein Mystiker seine Schuhe? Die grossen Fragen und der tägliche Kleinkram. ISBN Nr. 13: 978-3-451-05687-1, Herder Spektrum (2004). Taschenbuch 18.50 Franken, gebundene Ausgabe 31.70 Franken.
- Wer hat dir den Weg gezeigt? Ein Hund! Mystik an der Leine des Alltäglichen. ISBN Nr. 978-3-451-29474-7, Herder Verlag (2007), 31.70 Franken. (vs)

Studie Forscherteam zeigt, wie Lästern das eigene Handeln beeinflusst

## Klatsch und Tratsch sind sozial wichtig

Das Lästern über nicht anwesende Personen galt lange Zeit als Unsitte. Eine Studie hält nun die nützliche Seite von Klatsch und Tratsch fest.

Ein Team von Forscherinnen und Forschern um den Evolutionsbiologen Ralf Sommerfeld vom Max-Planck-Institut für Evolutionsbiologie ([www.mpilploe.mpg.de](http://www.mpilploe.mpg.de)) konnte beweisen, dass Klatsch und Tratsch für die Erlangung und Verbreitung sozialer Informationen eine wesentliche Rolle spielen.

Die forschersche Motivation des Teams von Evolutionsbiologen aus Plön

und Wien war ursprünglich eine andere: Man wollte herausfinden, inwieweit die Bereitschaft von Menschen untereinander zu kooperieren vom Ruf der jeweiligen Person abhängt. «Menschen helfen anderen Menschen, wenn diese selbst hilfsbereit sind und einen guten Ruf haben», erklärt Ralf Sommerfeld. Dieser Sachverhalt – die sogenannte indirekte Reziprozität – sei zwar in bisherigen Studien auch schon untersucht worden, konnte aber nie konkret aufgezeigt werden. «Unsere Studie hat erstmals die Funktion von Klatsch und Tratsch in diesem Zusammenhang untersucht», führt der Forscher weiter aus. «Es konnte gezeigt werden, dass wir wichtige soziale Informationen über

Klatsch und Tratsch aufnehmen und auch weitergeben. Auf Grund dieser Information scheinen wir auch unser Verhalten anderen gegenüber anzupassen», resümiert er die Forschungsergebnisse.

**Von Gerüchten beeinflusst**

Im Rahmen der Studie wurden mehrere Tests an Studenten durchgeführt. Die Ergebnisse verblüfften: Auch wenn die Probanden alle neutralen und wichtigen Informationen über eine Person haben, lassen sie sich in ihren Entscheidungen massgeblich von Gerüchten beeinflussen. «Überraschenderweise konnten wir zeigen, dass Menschen auch auf Klatsch und Tratsch hören, wenn sie genau wissen, wie hilfsbereit

andere Menschen sind. Unabhängig vom tatsächlichen Verhalten der Teilnehmer, kooperierten 20 Prozent mehr, wenn sie zusätzlich positiven Klatsch hörten, und sie kooperierten um 20 Prozent weniger, wenn sie zusätzlich etwas Negatives gehört haben», erläutert Sommerfeld.

Zudem fanden die Forscher heraus, dass der persönliche Kontext, in dem Gerüchte zwischen Personen kommuniziert werden, von entscheidender Bedeutung ist. Ein Lästern unter befreundeten Personen hat dabei deutlich positivere Auswirkungen als eines zwischen Menschen, die sich nicht leiden können oder in Konkurrenz zueinander stehen. (pte)

Rechtsratgeber

## Ein Name fürs Leben

Georgia Marcionelli

Das neue Namensrecht soll Mängel in der Gleichberechtigung ausmerzen und mehr Wahlfreiheit schaffen.

Das geltende Namensrecht orientiert sich am traditionellen Familienbegriff und am Grundsatz der Einheit der Familie. Der stetige gesellschaftliche Wandel in den letzten Jahrzehnten – fast jede zweite Ehe wird mittlerweile geschieden, und allein erziehende Elternteile oder Patchworkfamilien sind keine Seltenheit mehr – lässt allerdings die bestehende Regelung als Widerspruch zum herrschenden Zeitgeist erscheinen. Dies umso mehr, als die Gleichstellung zwischen Mann und Frau mit der Privilegierung des Männernamens nach wie vor untergraben wird. Diese Missstände sollen nun mit einer Revision der betreffenden Gesetzesartikel im Zivilgesetzbuch beseitigt werden.

Der Vorentwurf sucht das Recht am eigenen Namen als Bestandteil des Persönlichkeitsrechts zu verwirklichen und hält dementsprechend am Prinzip der Unveränderlichkeit des Geburtsnamens fest. Vordergründig soll die Ungleichbehandlung beseitigt werden, dass die Ehefrau bei der Heirat ihren Ledignamen grundsätzlich aufgeben muss und der Name des Ehemannes – auch wenn sie ihren Ledignamen voranstellt – zum Familiennamen wird. Einzig der Weg über eine Namensänderung kann dem Frauennamen bisweilen zum Familiennamen verhelfen. Und wenn der Ehemann seinen Namen nicht mehr führen kann, ist dies mit der Rechtsgleichheit ebenso wenig vereinbar. Im Sinne einer klaren und einfachen Regelung soll daher neu jeder Ehegatte nach der Heirat seinen Ledignamen weiterführen. Wünschen Eheleute dennoch einen gemeinsamen Namen, so können sie erklären, den Ledignamen der Braut oder des Bräutigams als Familiennamen wählen zu wollen. Diesfalls hat der auf seinen Namen verzichtende Ehegatte weiterhin die Möglichkeit, seinen Ledignamen voranzustellen. Ein Ehepaar, das getrennte Namen führt, kann bei der Geburt oder Adoption des ersten Kindes immer noch zu einem gemeinsamen Namen wechseln.

Führen die Ehegatten nun aber getrennte Namen und wollen sie dies im Hinblick auf die Familienplanung beibehalten, so stellt sich bei der Geburt oder Adoption des ersten Kindes unweigerlich die Frage, wessen Name der Nachkömmling erhält. Nun müssen die Eltern wählen, ob das Kind den Ledignamen der Mutter oder jenen des Vaters tragen soll. Die getroffene Wahl gilt dann auch für alle späteren Kinder – eine namensrechtliche Familieneinheit bezüglich der gemeinsamen Nachkommen bleibt folglich bestehen. Was aber, wenn sich die Eltern nicht auf einen der beiden Namen einigen können? Offensichtlich stösst die Gleichbehandlung von Frau und Mann hier an ihre Grenzen. In diesem wohl eher seltenen Fall ist in Anlehnung an die bestehende Regelung bei unverheirateten Eltern vorgesehen, dass das Kind den Namen der Mutter erhalten soll. Bei unverheirateten Eltern will man den Vätern dafür insofern entgegenkommen, als im Falle der gemeinsamen elterlichen Sorge oder der alleinigen elterlichen Sorge des Vaters die Möglichkeit besteht, das Kind nach dem Ledignamen des Vaters zu benennen.

\* Georgia Marcionelli ist Rechtsanwältin bei Kung Rechtsanwälte. Der Rechtsratgeber erscheint jeden ersten Mittwoch im Monat und behandelt Rechtsfragen aus dem Alltag.