

Leseprobe



Hildegard Strickerschmidt

Hildegard von Bingen - Die Seele altert nicht

Wofür es sich zu leben lohnt

128 Seiten, 12,5 x 19,5 cm, gebunden, durchgehend farbig
ISBN 9783746251950

Mehr Informationen finden Sie unter st-benno.de

Alle Rechte vorbehalten. Die Verwendung von Text und Bildern, auch auszugsweise, ist ohne schriftliche Zustimmung des Verlags urheberrechtswidrig und strafbar. Dies gilt insbesondere für die Vervielfältigung, Übersetzung oder die Verwendung in elektronischen Systemen.

© St. Benno Verlag GmbH, Leipzig 2018

Hildegard Strickerschmidt

Hildegard von Bingen
**Die Seele
altert nicht**

**Wofür es sich
zu leben lohnt**

benno

Inhaltsverzeichnis



Mein Dank gilt meinem Mann Klaus, der mir mit großer Liebe und Treue den Rücken frei gehalten hat, dieses und die vielen anderen Bücher zu schreiben.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese
Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie;
detaillierte bibliografische Daten sind im Internet unter
<http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Besuchen Sie uns im Internet:
www.st-benno.de

Gern informieren wir Sie unverbindlich und aktuell
auch in unserem Newsletter zum Verlagsprogramm,
zu Neuerscheinungen und Aktionen.
Einfach anmelden unter www.st-benno.de.

ISBN 978-3-7462-5195-0
© St. Benno Verlag GmbH, Leipzig
Umschlaggestaltung: Ulrike Vetter, Leipzig
Gesamtherstellung: Kontext, Lemsal (C)

Einleitung	7
Altern – was ist das?	13
Das Außen und das Innen	17
Die Seele ist wie Licht	21
Die Seele und die Lebensalter	35
Wertvoll	51
Die Goldkrone des Verstandes	55
Der kostbare Schatz	59
„Du hast sehr viel Einsicht in dir, viel wird von dir verlangt werden.“	75
Die Sehnsucht der Seele	95
Die Seele altert nicht, sie ist unsterblich	107
Praktische Tipps, damit die Seele auch im Alter gern in ihrem Leib wohnt	115
Epilog: Im Alter die Ernte einfahren	123
Lektüreempfehlungen	126



Einleitung



Der Titel dieses Buches lässt viele Menschen aufhorchen. Hat man so etwas schon einmal gehört? Die heilige Hildegard schrieb diesen Satz in ihrem Buch der göttlichen Werke, wo ich ihn vor vielen Jahren entdeckte. Er ließ mich nicht mehr los:

„Die Seele altert nicht!“

Stimmt das? Entspricht dieser Satz unseren Lebenserfahrungen? Auf jeden Fall ist er ungewöhnlich und ungewohnt. Ich wollte wissen, wie die Menschen darauf reagieren und erzählte immer wieder davon, dass ich ein Buch mit diesem Titel schreiben wolle. Ich war wirklich gespannt auf die Reaktionen; mit vielerlei Antworten hatte ich gerechnet, aber nicht damit, was ich dann erlebte. Alle Menschen, ganz gleich welchen Alters – mit einer einzigen Ausnahme –, horchten kurz auf, wurden still und lauschten in sich hinein, um dann sehr nachdenklich zu sagen: „Ja, das stimmt.“ Eine innere Sicherheit schwang darin, wurde nicht weiter begründet und schon gar nicht hinterfragt: Ja, das stimmt. Sogar ein zwölfjähriger Junge sagte: „Das stimmt. Die Seele, das ist doch das innere Wesen des Menschen. Das bleibt immer gleich.“ Ähnliche Antworten lauteten: „Das ist doch das Innerste des Menschen. Das ist unsterblich, dann kann es auch nicht altern.“

Ich höre nicht auf, weiter zu fragen, und merke, wie aus meinem Erstaunen langsam eine Überzeugung wurde: Auch in unserer so rationalen, wissenschaftlich und technisch geprägten Zeit haben die Menschen ein inneres Wissen um

ihre Seele, die nicht in die Abläufe von Raum und Zeit eingebunden ist.

Nur ein Arzt fragte nach kurzem Nachdenken: „Seele, was ist das? Gibt es diese überhaupt?“ Ehrlich gesagt, hätte ich ähnliche Antworten häufiger erwartet. Auch dieser Arzt stellte lediglich eine Frage, verwies diese Feststellung aber nicht in den Bereich des Fabulösen.

Von diesen erstaunlichen Erfahrungen ermutigt, beginne ich das Buch.

Hildegard von Bingen, eine weise Frau

Aus einer zeitlichen Distanz von etwa 900 Jahren erreicht uns die prophetische Stimme der „Seherin vom Rhein“ mit verblüffend aktuellen, zeitlos gültigen Erkenntnissen. Ihr Biograf Döllinger sagte: „Die hl. Hildegard ist die größte geistige Erscheinung des christlichen Abendlandes.“ Immer mehr Menschen fühlen sich von ihr angesprochen, wenn auch heute zunächst die geistige Botschaft etwas in den Hintergrund gedrängt wird von ihren Hinweisen auf eine bekömmliche Ernährung, auf natürliche Heilmittel und eine geglückte, sinnvolle Lebensführung. Es schwingt aber immer das Wissen mit, dass „mehr“ dahinter steht: die visionäre Schau von Kosmos, Mensch und Gott, die aber immer geerdet und vernünftig ist. Hildegard betont immer wieder, dass sie eine besondere Begabung erhalten habe, die „Gabe der Inneren Schau“. „Ich sehe einzig mit den Augen meiner Seele, und was ich nicht schaue, das weiß ich nicht, weil ich ungelehrt bin. Denn in dieser Schau werde ich nicht schreiben gelehrt, wie die Philosophen schreiben“ (Brief an Wibert von Gembloux). Genau diesen Eindruck erweckt sie:

Sie kann nicht eingereicht werden in die Diskussionsrunde von Philosophen und Gelehrten, die aus eigenem Nachdenken Schlussfolgerungen ziehen. Sie spricht mit einer selbstverständlichen Autorität, ihre Worte sind kraftvoll und voll Klarheit. Und immer wieder betont sie, dass sie nichts aus sich selbst sagt, sondern nur eine „Posaune Gottes“ sei, die das tönt, was in sie hineingesprochen wird.

In ihrem ganzen reichhaltigen Werk bestätigt sich ihre Selbstaussage, dass sie Einsicht erhielt in den innersten Sinn der Heiligen Schriften. Von daher bezieht sie ihre Weisheit. Und sie wird von der himmlischen Stimme aufgefordert: „*Verkünde es also laut und schreibe es auf.*“

Hildegard von Bingen, Benediktinerin und Äbtissin, Mystikerin, Visionäerin und „Prophetin Deutschlands“, wird heute völlig überraschend wieder neu entdeckt. Papst Benedikt XVI., der sie am 7. Oktober 2012 zur Kirchenlehrerin ernannt hat, sagt über sie: „Heute steht Hildegard in ihrer ganzen kühnen Universalität vor uns ... Sie ist uns daher nahe als eine Frau, die Christus in seiner Kirche liebte, aber nichts von Weltfremdheit oder Ängstlichkeit zeigte, sondern gerade von ihrer Berührung mit dem Geheimnis Gottes her ihrer Zeit das rechte Wort furchtlos und frei zu sagen vermochte. In der Krise des Menschenbildes, die wir durchschreiten, hat Hildegard Wesentliches zu sagen ... So wünsche ich Ihnen fruchtbare Gespräche, damit die Botschaft Hildegards in ihrer unverblassten Aktualität neu gehört und verstanden wird.“

Die „Krise des Menschenbildes“ ist heute nicht mehr zu übersehen. Papst Benedikt XVI. hat klar erkannt, dass die Botschaften Hildegards genau für unsere Zeit eine „unverblasste Aktualität“ besitzen.

In einer alternden Gesellschaft suchen wir nach lebenswerten Zielen. Die spirituelle Sicht der hl. Hildegard hinterfragt manche eingefahrenen Meinungen und verspricht neue Denkipulse, wie ihre Erkenntnis: **„Die Seele altert nicht.“**

In diesem Buch werden am Anfang jeden Kapitels Originalzitate Hildegards stehen, die jeweils hervorgehoben sind und dann im Einzelnen besprochen werden.



*„Die Seele
hat eine Auseinandersetzung
mit den Kräften der leiblichen Natur,
weil sie den Leib belebt
und durchströmt
und mit ihm gleichsam
wie mit Gefäßen verflochten wird.“*

*„Des Menschen Seele aber,
dieser Geisthauch aus Gott,
hat einen ausdörrenden Reiseweg vor sich,
wie auch die göttliche Weisheit
auf einem ausdörrenden Reiseweg
den Kreis des Himmels umlief.
Mit dieser Weisheit
beginnt der Mensch seine Werke
kraft der sieben Gaben des Heiligen Geistes
und mit Hilfe seiner fünf Sinne
und vollendet sie.“*



Altern – was ist das?



„Gott schafft den Menschen bis zum Tod immer wieder neu.“

So sieht es die hl. Hildegard. Es entspricht aber auch modernen wissenschaftlichen Erkenntnissen, dass die Körperzellen ständig erneuert werden, es wird dabei von einem 7-jährigen Rhythmus gesprochen. Es ist eine biologische Veränderung, eine Entwicklung, die den Menschen aufbaut bis zu seiner vollen Kraft etwa um das 35. bis 40. Lebensjahr. Wir kennen diesen Einschnitt von den Fußballern; wer über 35 Jahre alt ist, gilt als „alt“. Um diese Zeit beginnt die sogenannte „Midlife-Crisis“, die Krise der mittleren Jahre. Spätestens jetzt wird das Altern ein Thema.

Ewige Jugend – ein uralter Menschheitstraum

Der Wunsch, nicht zu altern, ist so alt wie die Menschheit selbst. In der Mythologie und im Märchen wird von einem „Jungbrunnen“ erzählt, in den alte Menschen – meist sind es Frauen – hineinsteigen und als junge Mädchen wieder herauskommen. Heute verwenden wir den Begriff „Anti-Aging“, der wörtlich „gegen das Altern“ bedeutet. Der Alterungsprozess soll möglichst lange hinausgezögert werden. Dafür werden oft keine Ausgaben gescheut, seien es übertriebene Kosmetika, Schönheitsoperationen, teure Medikamente oder ähnliches. Ernsthaft argumentierende Ärzte weisen auf die Wirkungslosigkeit all dieser

Neuorientierung

Versuche hin: Die Uhr des Lebens kann nicht zurückgedreht werden.

Das eigene Altern geht unmerklich vor sich. Unvergessen bleibt mir die humorvolle Bemerkung eines Professors, er habe sich gewundert, dass die Studenten immer jünger würden, bis er gemerkt habe, dass er älter werde. Auch gekrönte Häupter erleben es genauso: Von Kaiserin Katharina von Russland wird erzählt, dass sie nach ihrem 50. Lebensjahr wütend die Spiegel zerschlagen habe, weil ihre Qualität so schlecht geworden sei! Von einer 92-jährigen Frau hörte ich nach dem Besuch in einem Seniorenheim: „Da gehe ich nicht mehr hin, da sind ja nur lauter alte Leute.“ Die Innenwahrnehmung ist: Ich bin doch nicht alt. Ich bin doch immer dieselbe, ich empfinde und erlebe mich immer noch so wie früher. „Die Seele altert nicht.“

Das Altern geschieht uns einfach. Wir werden nicht gefragt, ob es uns gefällt. Der geheimnisvolle Prozess des körperlichen Alterns läuft nach einer inneren Gesetzmäßigkeit ab, er lässt sich nicht anhalten und endet mit dem Tod; er ist ein elementarer Bestandteil des Lebens. Und trotzdem wird er bisher in seinen Abläufen weitestgehend nicht verstanden, auch aus wissenschaftlicher Sicht nicht. Er gehört zu den großen Rätseln des Lebens.

Die Haltung des „Anti-Aging“, das „Dagegen-Sein“, verbraucht unnötig viele Kräfte und endet in einem Misserfolg. Allein auf der Körperebene, wie es heute propagiert wird, lässt sich dieses Problem nicht lösen. Auch gesellschaftliche Events oder teure Urlaubsreisen können uns nicht jung erhalten. Die Angst und die Depression lauern im Hintergrund. Die Frage drängt sich auf: Was hat das alles für einen Sinn? Wofür ist das alles gut? Was bleibt am Ende übrig? Neuorientierung ist gefragt. Die Seele meldet sich zu Wort.

Albert Schweitzer, der Theologe und Arzt, sagte einmal: „Niemand wird alt, weil er eine Anzahl Jahre hinter sich gebracht hat; man wird nur alt, wenn man seinen Idealen Lebewohl sagt.“

Der geistige Hunger treibt den Menschen um. Bei aller körperlicher Satttheit droht der heutige Mensch, spirituell zu verhungern. Das Leben wird fragwürdig, und es ist es wert, nachzufragen. Die Mühe lohnt sich, denn die bleibenden Werte liegen nicht auf der Straße. Schatzsucher brauchen einen Filter, ein Netz, um aus dem vielen Geröll und Staub die Goldkörnchen herauszufiltern. Nicht weniger mühsam ist es, die geistigen Schätze des Lebens aus dem großen Berg der Lebenserfahrungen herauszusieben.

Woran können wir uns orientieren? Es stehen uns erstklassige Quellen zur Verfügung, wenn wir Hilfe annehmen wollen: Wegweisung und Trostworte erwarten uns in der Heiligen Schrift. In den Psalmen lesen wir: „Der Gerechte steht in Blüte wie die Palme. Er gedeiht wie die Zedern des Libanon und ist voll Saft und Frische noch im Alter.“ Im Verständnis der Schrift ist der Gerechte jener Mensch, der sich darum bemüht, sein Tun nach den Weisungen Gottes auszurichten und Gutes zu tun. Hildegard fragt den Menschen: „*Wen hast du dir zum Ratgeber gesucht? Deine eigene Seele, die sich täuschen und betrügen lässt?*“



Das Außen und das Innen



„Der Leib des Menschen und seine Taten können gesehen werden; viel mehr aber liegt inwendig in ihm, was keiner sieht und keiner kennt.“

Der Volksmund wusste das immer schon: Man sieht die Menschen nur von außen, aber man schaut nicht in sie hinein. Normalerweise nehmen wir die Welt und die anderen Menschen von ihrer äußeren Erscheinung her wahr. Die Außenseite des Lebens bestimmt unsere Wahrnehmung in allen Lebensbereichen, sei es in der Medizin, der Pädagogik und in vielen anderen mehr. Doch diese einseitig materielle Sichtweise löst bei vielen Menschen ein Unbehagen aus. Die geistige Seite, die inneren unsichtbaren Kräfte werden nicht thematisiert, und dadurch entsteht ein Mangel Erlebnis. In den letzten fünfzig Jahren beobachten wir mit zunehmendem Wohlstand nicht nur eine Veräußerlichung der Gesellschaft sondern auch eine Verweltlichung und ein Zurückdrängen des christlichen Glaubens.

In dieses religiös-spirituelle Vakuum strömen fernöstliche Heilslehren und esoterische Praktiken ein. Von der Wortbedeutung her meint esoterisch: nach innen gerichtet, das Geheimnisvolle. Es ist die Gegenbewegung zum Materialismus und Rationalismus von Wissenschaft und Technik und das Fehlen von Religion. Dabei werden okkulte und magische Praktiken angewendet, um sich angebliche geheime Mächte nutzbar zu machen, wie Tarot und Orakel jeglicher Art, Horoskope, Astrologie, Handlesen, Wahrsagen, Pendeln, spiritistische Sitzungen, Reinkarnation und



Die Sehnsucht der Seele



In der aktiven Lebensphase sucht der Mensch nach immer neuen Zielen, nach einer Steigerung des Lebensgefühls, des Genusses, des Erfolges und des Glücks: Man will mehr haben, intensiver leben, schneller, weiter, höher. Diesem Sog sind die jungen Menschen genauso ausgesetzt wie die älteren. Oft hält der Reiz des Neuen nur kurze Zeit an, und bei jedem neuen Glücksexperiment wird die Zeit der Faszination kürzer. Langeweile und Enttäuschung melden sich.

„Die Menschen ersticken in ihrem Überfluss.“

Wer nicht weiß, dass Hildegard eine Prophetin aus dem 12. Jahrhundert ist, denkt, dass sie heute lebt. Treffender könnte man die heutige Situation kaum beschreiben. Sie weiß, dass die Seele hungert nach den Werken der Gerechtigkeit und den guten Taten der anderen Tugenden wie Wahrheit, Freigebigkeit, Friedfertigkeit und viele andere mehr. Wenn sich die Sehnsucht auf vergängliche Dinge richtet, welche die Sehnsucht der Seele nicht erfüllen können, dann gerät die Suche in Gefahr, zur Sucht zu werden. Ein gefährlicher Weg führt in die Abhängigkeit von Alkohol, Medikamenten und Drogen. Bei anderen Menschen lösen die vielerlei lockenden Reize eine Überreizung aus, die sich u. a. in Konzentrationsstörungen, Übellautigkeit, körperlicher und seelischer Unruhe oder Schlaflosigkeit äußern können. Die vielen Reize erhöhen die sog. Reizschwelle, sodass immer weniger von dem „Immer-Mehr“ wahrgenommen wird und eine beängstigende innere Leere entsteht. Öfter berichten

mir Menschen, die das 40. Lebensjahr überschritten haben, dass sie eine Veränderung in der Wahrnehmung erleben. Die Welt der Äußerlichkeiten erscheint als hohle Fassade und sie suchen nach einer neuen Lebensorientierung. Dafür gibt es auch einen Namen: „Midlife-Crisis“, die Krise der mittleren Jahre. Jetzt beginnen bei einigen Menschen auch Depressionen und das „Burn-Out-Syndrom“, das Ausgebrannt-Sein.

Der Pastoraltheologe Prof. Paul M. Zulehner hat hierfür ein beeindruckendes Bild gefunden: Der moderne Mensch befindet sich in seinem Auto auf einer Bergfahrt. Alle Möglichkeiten stehen ihm offen: Karriere, Reichtum, freie Liebe, Vergnügen, Ehre und Macht. Der Weg führt immer höher. Es muss doch noch mehr geben. Dabei merkt er nicht, dass er die Kuppe des Berges erreicht hat. Mehr gibt das Leben nicht her, aber kann es nicht wahrhaben. Also tritt er aufs Gaspedal. Er hat nicht gemerkt, dass er sich bereits auf der abschüssigen Strecke befindet. Sein Tempo ist überhöht. Die kurvenreiche Straße wird ihm zum Verhängnis: Es trägt ihn aus der Kurve. Nicht nur das Auto ist demoliert, sondern er selbst ist verwundet.

Die Frage drängt sich auf: Was hat das alles für einen Sinn? Was bleibt am Ende übrig? Die hochfliegenden Pläne der Jugend sind flügellos geworden, die Vergnügen verlieren an Reiz, Schicksalsschläge lähmen die Kraft. Der geistige Hunger treibt die Menschen um. Die bleibenden Werte, das, was uns im Innersten glücklich macht und mit Freude erfüllt, das liegt nicht auf der Straße. Eine etwa 50-jährige Bekannte, die ich als tiefgläubige Christin erlebte, sagte mir: „Vor zwei Jahren hättest du mir nicht mit Gott kommen dürfen. Es waren sehr schwierige Jahre und es hat mich mächtig umgetrieben.“ Es ist so, wie wenn ein Erdbeben das Lebens-

haus ins Wanken bringt. Vielleicht wird auch manche Innenwand beschädigt, sodass eine neue stabile tragende Wand eingezogen werden muss. Für diese Aufgabe bekommt der Mensch die späteren Jahre des Lebens geschenkt, den sogenannten Ruhestand.

Welches Ziel hat die Sehnsucht der Seele?

Wer in sich hineinhört, wird in der Tiefe seiner Seele Folgendes entdecken: Der Mensch sehnt sich nach bedingungsloser Liebe, nach Glück und nach Freude. Diese Sehnsucht ist unabhängig vom Alter, von der äußeren Lebenssituation und von unserer körperlichen Verfassung. Die Seele altert nicht! Die Erinnerungen an Glücksmomente des Lebens haben in jedem Alter die gleiche Qualität. Der Mensch scheint ein ganzes Leben lang auf der Jagd danach zu sein. Das ist ein Geheimnis, dem wir wohl nie auf den Grund kommen werden. Wir fragen deshalb bei der Seherin Hildegard von Bingen nach. Was sagt sie zu dieser in der menschlichen Seele eingewurzelten Sehnsucht nach Liebe, Glück und Freude? Wo kommt sie her?

„Die Seele entstammt den himmlischen Harmonien und vergisst ihr Wissen darum nie.“

Die „himmlischen Harmonien“ sind der Bereich der Engel. In gewaltigen Visionen sieht Hildegard die Engel als „Lichtgeister der Sehnsucht, lebendige Lichtkreise von flammender Liebe. Es könnte gar nicht anders sein, als dass sie strahlen, weil das Licht nicht sein kann, ohne dass es leuchtet. Sie verkündigen beständig Gottes Ruhm mit der Stimme des Lobes

und der Liebe, weil sie nichts anderes ersehnen, als Gott zu schauen und zu preisen. Sie künden von der Gottheit mit den lebendigen Tönen ihrer herrlichen Stimmen, die zahlreicher sind als der Sand am Meer ... Herrlicher ist dieser Klang als die Musik des Äthers ...“ (LDO, 6. Schau). Engel sind selige Geister, reines Lob Gottes.

Die Engel sind „lebendige Lichtkreise von flammender Liebe ... mit lebendigen Tönen ...“ Eine schwache Ahnung davon geben uns moderne Lichtinstallationen, die meist mit Musik kombiniert werden. Sie treffen auf eine Stimmung unserer Seele, die uns glücklich macht. Warum wohl in unserer kalten, technisierten Welt die Engel ein Comeback erleben, allerdings in einer esoterischen Version oder, noch schlimmer, als kommerzialisierte Flügelgestalten? Vielleicht deswegen, weil eine rationalisierte christliche Verkündigung sich von den Engeln weitestgehend verabschiedet hat. Aber die Seele vergisst das Wissen darum nie.

Die Seherin Hildegard hört und schaut diese „Lichtgeister der Sehnsucht“, die strahlen und leuchten und immerzu „Gottes Ruhm mit der Stimme des Lobes und der Liebe verkündigen.“ Das Licht Gottes ist immer das wärmende Licht der Liebe. Und mit diesem Wissen ausgestattet bewohnt die Seele ihren Leib.

Von der Freude, ein Mensch zu sein

Die Seele spricht: „Wie freue ich mich, dass ich in euch gesandt wurde, ihr mein Fleisch und ihr meine Glieder. Denn wenn ihr mit mir übereinstimmt, schickt ihr mich zu den ewigen Belohnungen.“ Die Seele, die aus der himmlischen Harmonie kommt, bringt diese Freude mit auf die Erde und weiß auch, welches ihr Ziel ist. Sie freut sich, dass sie mit

ihrem Leib leben und wirken darf. „Die Seele liebt ihren Leib und hält ihn für ein erfreuliches Gewand und eine schöne Zier.“ Dieser Satz der hl. Hildegard war für mich wie ein Weckruf: So positiv wurde sonst nirgendwo in der christlichen Verkündigung über den Leib gesprochen. Hildegard sagt uns, dass es ein freudiges Ereignis ist, als Mensch zu leben. Die höchste Aufwertung erfuhr der Mensch durch die „Menschwerdung“ des Wortes Gottes. Deshalb hat Gott den Menschen an Seele und Leib so großartig gestaltet.

„Als Gott dem Menschen ins Angesicht schaute, fand er an ihm sein großes Wohlgefallen, hatte er ihn doch geschaffen nach seinem Bild und seiner Ähnlichkeit.“

Der Mensch lebt von der Resonanz. Es gehört zu den schönsten Erlebnissen, wenn mir ein anderer sagt: „Ich freue mich sehr und es ist gut, dass du da bist und so bist, wie du bist.“ Hildegard hat in einer einmaligen Weise erfahren: Gott schaut uns ins Gesicht, und er findet uns wunderschön! Das steht aber auch schon im Schöpfungsbericht: „Gott schuf den Menschen nach Seinem Bilde. Und es war sehr gut.“

Die Antwort des Menschen finden wir in den Psalmen: „Ja, Herr, dich suche ich, dein Antlitz will ich suchen.“ Danach sehnt sich die Seele: liebend angeschaut zu werden. Zwei Menschen, die sich wirklich lieben, verlieren sich darin, sich gegenseitig in die Augen zu blicken. Diese Liebe kommt aus Gott. Ein Liebender findet den anderen immer schön, ganz gleich in welchem Alter. Die Falten spielen keine Rolle, im Gegenteil, es sind die Runen der Lebensgeschichte. Maßgebend für die Schönheit ist die Ausstrahlung eines Menschen, und die kommt aus der Seele. In den alten Weisheits-

schriften steht: „Jakob, der Patriarch, war schön im Alter.“ Der chinesische Philosoph Laotse sagte sogar: „Es gibt nichts Schöneres in dieser Welt als einen gesunden, weisen, alten Menschen.“ Wie haben sich doch die Zeiten geändert!

„Du zweifelst, ob dein Antlitz schön ist; aber jeder sieht von Weitem dein gutes Herz.“

Das ist wieder einer der genialen Sätze Hildegards: Du grämst dich, weil du meinst, andere sehen besser aus, oder sie sind jünger und hübscher. Aber darauf kommt es doch überhaupt nicht an. Du hast ein gutes Herz, bist wohlwollend und mitfühlend. Und das sieht dir jeder am Gesicht an! Freue dich darüber!

Glücklich durch Harmonie von Seele und Leib

Das ist ein Idealzustand, den jeder haben möchte: Gern bei sich selbst zuhause sein. Die Meinungen, wie das zu erreichen sei, sind allerdings verschieden. Soll der Mensch einfach alle äußeren Reize ausschalten, Entspannungsübungen machen, in seine eigene Mitte gehen und meditieren? Das ist sicher eine gute Möglichkeit bei Überforderung und starker Anspannung. Weil der Mensch aber lebenslang in Widersprüchen lebt, wird das allein nicht genügen.

„Die Seele ist eine lebensfördernde Tugendkraft (vitalis virtus) des Leibes, dem sie niemals mit Freude zu sündigen erlaubt.“

(LDO 1/4)

Die Seele ist die Herrin, der Leib ist die Magd. Wenn es der Seele gelingt, den Leib in Übereinstimmung zu bringen, „da erreichen sie in einmütiger Freude den höchsten Lohn“ (WM 80). Die Seele ist die „lebensfördernde Tugendkraft“, die *Grünkraft*, die alle Lebenskräfte im Menschen fördert. Wenn sie, entsprechend ihrer Sehnsucht, mit ihrem Leib Gutes tun kann, dann „steigt sie auf zur himmlischen Wohnstätte, wo sie von der Speise des Lebens erfrischt wird.“ Wir dürfen diese Schau Hildegards sicher so verstehen, dass der Mensch von dieser Freude gekräftigt und erfrischt wird, weil sie für Seele und Leib die heilende Kraft schlechthin ist. Der Mensch kann aber niemals „mit Freude sündigen“. Das Wort „sündigen“ erzeugt beim modernen Menschen ein Unbehagen. Bei Paulus steht: Sündigen heißt, gegen die eigene Überzeugung zu handeln. Der Mensch hat die Freiheit, bewusst gegen die bessere Einsicht zu handeln: Wenn ein Mensch sehr lange Zeit Böses tut, verdunkelt er die Klarheit des inneren Wissens. Dann bringt er sein Gewissen zum Schweigen. Das hat dann nicht nur Folgen im sittlichen Leben, sondern ganz konkret im Körper. Die Vitalität wird geschwächt und der Mensch wird anfällig für Krankheiten, denn Krankheit ist Fehlen von Lebenskraft, weil ihm die Freude genommen ist.

Von der Freude, etwas zu bewirken

„Bei allem, was der Mensch tut, soll er immer nur Freude empfinden.“

Der Mensch ist das einzige Geschöpf, das selbst wieder schöpferisch tätig sein kann. Die Engel sind als Geistwe-

sen reines Lob Gottes, die anderen Geschöpfe loben Gott durch ihr Dasein, nur der Mensch lobt Gott durch sein Werk. Das ist lebensnotwendig für ihn. „*Der Mensch heißt: Geist am Werk*“. Er kann an der Schöpfung mitgestalten; die Welt ist die „*fabrica dei*“ und jeder Mensch hat seine eigene „*Werkbank*“, entsprechend seiner Fähigkeiten. „*Die Seele unterstützt das Fleisch und das Fleisch die Seele, weil durch die Seele und das Fleisch jedes einzelne Werk vollendet wird. Daher lebt auch die Seele auf, wenn sie mit dem Fleisch gute und heilige Werke vollbringt.*“ (WM S. 139) Hildegard betont immer wieder, dass sich der Mensch keine unnötigen Beschwerlichkeiten auferlegen soll, damit er immer mit Freude arbeiten kann. Denn Arbeit bringt Mühe und Anstrengung mit sich, die wir nur tragen können, wenn wir im Grunde gerne arbeiten. „*Übe dich also fleißig bei der Arbeit und du wirst davon Frucht haben. Und wenn du Frucht bringst, dann wirst du auch dafür Lohn erhalten.*“ In der Jugend sollen wir erkennen, welche Fähigkeiten der Mensch hat; in den späteren Jahren ist es notwendig, zu spüren, welche Fähigkeiten erhalten bleiben, um eine sinnvolle Tätigkeit zu finden. Wer sich an kleinen Erfolgen freuen kann, wird jung bleiben.

Liebe zu den Geschöpfen

Wir haben nur diese eine Welt, in der wir leben können. Aber unsere Umwelt ist in Gefahr; die Appelle zur Bewahrung der Schöpfung lassen sich nur schwer überhören. Oder stimmt das Wort: Wer mit Maschinen umgeht, bekommt ein Herz wie eine Maschine? Hildegard, die schonungslose Mahnerin, ruft: „*Jedes Geschöpf nimmt Rücksicht auf ein anderes, nur der Mensch ist ein Rebell.*“ Die Freude bleibt auf der Stre-

cke. Die eigene Bedürfnisbefriedigung mauert unsere Seele ein. Die oft stumpfen, freudlosen Gesichter der Menschen auf der Straße sprechen ihre eigene Sprache.

Glauben und sehen wir noch, dass ein liebender Gott die ganze Schöpfung mit einer unfassbaren Fantasie, Liebe und Freude geschaffen hat? Haben Sie schon einmal das Wunderwerk nur einer kleinen Blume betrachtet und gespürt, wie dabei das Herz warm wird?

„*Die Blumen mit ihren Blüten schenken anderen Blumen den Duft, ein Stein verleiht dem anderen Glanz und jedes Geschöpf sehnt sich nach liebender Umarmung. Die ganze Schöpfung dient dem Menschen und legt ihm freudig ihre Güter ans Herz*“ (MV S. 34). Wir sind eng verwandt mit den anderen Geschöpfen. „*Denn der Mensch ist gewissermaßen ein Licht für andere Geschöpfe, die mit ihm zusammen auf der Erde weilen. Deshalb drängen sie sich vielmals an ihn heran und lecken ihn mit viel Liebe.*“

Gerade in den ruhigeren und oft eintönigen Jahren des Alters wird die Freude an den kleinen Dingen überlebensnotwendig. Hildegard hört die „*Himmlische Freude*“ sprechen: „*Ich aber besitze hier schon die himmlische Heimat, da ich alles, was Gott erschuf, mit rechten Augen ansehe, während du, Weltschmerz, nur von schädlichen Dingen sprichst. Ich nehme die Blüten der Rosen und Lilien und die ganze Grünheit zärtlich ans Herz, indem ich allen Gotteswerken ein Lob singe*“ (LVM).

Von Gott bedingungslos geliebt

Alle Mystiker leben in der inneren Gewissheit, dass Gott in ihrer Seele wohnt. Auch Hildegard von Bingen. Jesus selbst sagt: „*Wer in mir bleibt und in wem ich bleibe, der*

bringt viele Frucht.“ Ist dieses Bewusstsein nicht nur dem heutigen Menschen allgemein, sondern auch den Christen sehr fremd geworden? Ein Grund mag darin liegen, dass die heute herrschende Richtung der historisch-kritischen Exegese (Schriftauslegung) sich ausschließlich mit der wissenschaftlichen Bearbeitung der Bibeltexte befasst. Die spirituellen, seelischen Innenerlebnisse des Menschen werden nicht mehr thematisiert.

„Der spätere Irrtum wird schlimmer sein als der frühere, weil sie Gott in der Schöpfung und in den Seelen gänzlich leugnen werden.“

Die Seele des Menschen bleibt hungrig zurück. Jeder Mensch muss für sich entscheiden, ob er der Botschaft des Evangeliums glauben will, die die frohe Botschaft der Liebe Gottes ist. Die innerste Sehnsucht nach bedingungsloser Liebe kann nie von einem Menschen erfüllt werden, der selbst ein Bedürftiger ist. Deshalb ist die Situation besonders der älteren Menschen heute oft so trostlos, weil sie sich verlassen und ungeliebt fühlen. Ich weiß von Altenheimen, in denen es entweder gar keine Kapelle mehr gibt oder diese kaum mehr besucht wird. Und ich weiß von den dortigen Bewohnern, wie verzweifelt sie sind, sodass sie sich lieber das Leben nehmen würden. Das ist schrecklich.

„Der Unglaube wird überhand nehmen, deshalb wird die Liebe bei vielen erkalten.“

Die Situation ist deshalb so aussichtslos, weil die herrschende Meinung ausschließlich die äußerlichen Dinge kennt, von denen kein Trost zu erwarten ist. Die leisen Töne der Seele

werden übertönt, so dass der Einzelne nahezu machtlos ist. Wo sind die Menschen, amtlich bestellt oder aus eigenem Antrieb handelnd, die die „Frohe Botschaft“ überzeugend weitergeben? Die Lehre der Hildegard von Bingen wird leider auf weite Strecken nur mit ihren Ernährungsratschlägen und Heilmitteln verbreitet, das Wichtigste aber wird achtlos auf der Seite liegen gelassen, ihre aus der inneren Schau gewonnene Gewissheit der Erlösung des Menschen, die ihr ganzes Werk durchzieht.

„Im gesamten Planen und Vorherwissen Gottes war das der Gipfel der höchsten Liebe, dass der Sohn Gottes in seiner Menschheit den verlorenen Menschen heimführte in das himmlische Reich.“

(LDO)

Es ist hier leider nicht der Ort, um die Geheimnisse der Erlösung näher zu erläutern. Ich weiß aber, dass die Ängste und Sorgen der Menschen nur von der Erfahrung der bedingungslosen Liebe Gottes her aufgefangen werden können.

„Gott liebt den gefallenen Menschen mehr als den Menschen im leuchtenden Urzustand, weil er mehr Barmherzigkeit braucht.“ Hildegard hört in ihrer Schau, wie der Mensch jubelt, wenn er auf die Sehnsucht der Seele hört. Und das ist völlig unabhängig davon, wie alt der Mensch ist.

„Stimmt der Mensch bisweilen mit den Sehnsüchten der Seele überein, dann brennt er ganz und gar in der Gottesliebe. Und so fliegt er von Tag zu Tag im Frohsinn ewiger Freude.“

(LDO)



Die Seele altert nicht, sie ist unsterblich



Wir sind am Ende dieses Buches angekommen. Bei der Umfrage nach der Akzeptanz des Satzes: „Die Seele altert nicht“, erhielt ich von gläubigen Christen immer die Antwort: „Das stimmt, denn die Seele ist ja unsterblich.“ Hildegard schaut:

„Und wie in der Winterkälte die Grünkraft, das Blühen und Reifen aller Früchte schwinden, so vergeht der Mensch durch den Tod mit all seinen guten und bösen Taten. Wer aber in seiner Kindheit, seinem Erwachsenensein und Greisenalter gute Werke glücklich vollendet hat, dessen Seele steigt mit diesen Werken leuchtend und wie mit kostbaren Edelsteinen geschmückt empor vor das Angesicht Gottes; und der Leib, der durch sie wirkte, kann kaum erwarten, dass sie in der lieblichen Wohnstatt zusammen wohnen.“

(LDO 1/4)

Hildegard sagt, genauso wie Paulus, dass der Leib eine Umwandlung zu einem geistigen Leib erfahren wird.

Darüber, was nach dem Tod kommt, gibt es konträre Auffassungen. Wenn man den Umfragen glauben darf, dann nehmen mehr als 50 Prozent unserer Bevölkerung an, dass es kein Weiterleben nach dem Tod gibt. Viele Todesanzeigen bestätigen das. Es ist die Rede vom Weiterleben in der Erinnerung, in seinem Werk, in der Liebe der Angehörigen, die (angeblich) immer bleibt, aber nicht vom persönlichen Weiterleben. Bilder von Sonnenuntergängen, vom weiten Meer, von Lichtstrahlen – sie alle künden von einer Sehnsucht nach Ewigkeit. Mehr als peinlich wird es aber, wenn



Epilog: Im Alter die Ernte einfahren



„Ich sättige ihn mit langem Leben und will ihm erweisen mein Heil.“

Psalm 39

Am Ende dieses Buches will ich versuchen, Bilanz zu ziehen. Ich bin jetzt 86 Jahre alt und weiß, dass meine Seele nicht gealtert ist. Ich weiß auch, dass ich damit glücklicherweise nicht alleine bin. Ich weiß natürlich genauso gut, dass mein Leib 86 Jahre alt ist und entsprechend behandelt werden will, wenn ich mein Leben weiterhin als gesegnet und erfüllt erleben will.

- Ich bin sehr dankbar, dass ich auf den Namen Hildegard getauft wurde. Leider habe ich erst im 50. Lebensjahr von dieser wunderbaren Frau erfahren. Dadurch bekam mein Leben eine unerwartete, neue Orientierung, die ich nie mehr missen möchte.
- Mein katholischer Glaube war schon von Kind auf in mir verwurzelt. Ich konnte aber nicht ahnen, welche Tiefe und Weite durch die visionäre Schau Hildegards auf mich warteten. Die Schau der großen Zusammenhänge von Welt, Kosmos, Mensch und Gott ist einfach genial und, da bin ich mir sicher, sie kann unmöglich von einem Menschen ausgedacht sein.
- Unsere Lebensführung und Lebenseinstellung haben sich gründlich geändert. Weil mein Mann und ich damals

gesundheitlich angeschlagen waren, bestand die Notwendigkeit und Möglichkeit, Hildegards Heilkunde in Ernährung und Heilmitteln praktisch zu erproben. Und sie hat dieses Examen mit Bravour bestanden. Weil ich bis heute keine pharmazeutischen Medikamente benötige, bin ich für die Ärzte eine „Rarität“.

- Obwohl ich als Sozialarbeiterin und Diplom Heilpädagogin ausgebildet bin, oder vielleicht gerade deswegen, wurde mein Verständnis der Menschen um viele Dimensionen erweitert. Das schließt auch eine vertiefte Selbsterkenntnis ein. Ich erhielt dadurch immer wieder Hilfen zur Bewältigung von Konflikten und Problemen.
- Ein besonderer Lichtblick ist ein bisher nicht gekanntes Erspüren der Schöpfung; wie Hildegard sagt, „geht ein Weg vom Herzen des Menschen zu allen Elementen“. Zu wissen, dass ein liebender Vater das alles mit nicht fassbarer Liebe und Fantasie für uns Menschen geschaffen hat, erfüllt mich immer wieder mit Freude, Dankbarkeit und Staunen.
- Entscheidend ist für mich geworden, mit welcher Klarheit und Sicherheit die heilige Hildegard die Geheimnisse Gottes schauen durfte. Ihr ganzes umfassendes literarisches Werk ist in seiner Universalität wie aus einem Guss. Der rote Faden ist die Heilige Schrift, deren tiefster Sinn ihr offenbar wurde. Der Angelpunkt ist die Menschwerdung des Wortes Gottes in Jesus Christus, der in seiner Selbsthingabe den verlorenen Menschen aus dem Dunkel seiner Egozentrik befreit hat. Hildegard ringt um Worte, um diese Liebe zu beschreiben.

- Ich wünsche möglichst vielen Menschen diese Beheimatung in der Gottesschau der heiligen Hildegard. Sie gibt Sicherheit, Geborgenheit und eine tiefe Freude. Mit Gottes Hilfe kann die Seele im Laufe des Lebens reich werden an Erkenntnis und Weisheit.

Die Seele altert nicht.

Sie lebt in der „Grünkraft der Ewigkeit“.

Lektüreempfehlungen



Werke der Hildegard von Bingen

- CC = Causae et curae – Ursprung und Behandlung von Krankheiten, Beuroner Kunstverlag
- H.S. = Heilkunde, Übersetzung und Interpretation des CC durch Heinrich Schipperges, Otto Müller Verlag, vergriffen
- LDO = Liber Divinorum Operum – Buch der göttlichen Werke
- LVM = Liber Vitae Meritorum – Das Buch der Lebensverdienste, Beuroner Kunstverlag
- Ph = Heilsame Schöpfung – die natürliche Wirkkraft der Natur. Physica, Beuroner Kunstverlag
- Sc = Liber Scivias – Wissen die Wege, Beuroner Kunstverlag
- LDO = Das Buch vom Wirken Gottes – Liber Divinorum Operum, Beuroner Kunstverlag

Lesetipp:

weitere Bücher von Hildegard Strickerschmidt

Hildegard von Bingen: Vergiss nicht, dass du Flügel hast – Heilende Gedanken. 80 Seiten, 12,5 x 19,5 cm, gebunden, ISBN 9783746241708, St. Benno Verlag, Leipzig

Hildegard von Bingen: Jahreskreis & Lebenskreis – Ein Ratgeber für Leib & Seele. 144 Seiten, 20 x 22,5 cm, ge-

bunden, durchgehend farbig gestaltet, mit zahlreichen Farbfotos, ISBN 9783746244594, St. Benno Verlag, Leipzig

Hildegard von Bingen: Heilung an Leib und Seele – Praktische Ratschläge zur positiven Lebensgestaltung. 144 Seiten, 20 x 22,5 cm, gebunden, durchgehend farbig gestaltet, mit zahlreichen Farbfotos, ISBN 9783746248370, St. Benno Verlag, Leipzig

Fasten mit der heiligen Hildegard – 40 Impulse für Leib & Seele. 80 Seiten, 21 x 22,5 cm, Spiralbindung, durchgehend farbig, mit zahlreichen Farbfotos, mit stabiler Rückwand zum Aufstellen oder zum Aufhängen, ISBN 9783746248882, St. Benno Verlag, Leipzig

Fotonachweis

- Cover: © drubig-photo/Fotolia.de
Seite 6: © fotoaloja/Fotolia.de
Seite 10: © Klaus Strickerschmitt
Seite 12: ©.shock/Fotolia.de
Seite 16: © Lipatova Maryna/Shutterstock.com
Seite 20: © DoraZett/Fotolia.de
Seite 34: © Ermolaev Alexander/Shutterstock.com
Seite 50: © Violetta Honkisz/Shutterstock.com
Seite 54: © OOOlga/Shutterstock.com
Seite 58: © ded/Fotolia.de
Seite 74: © lkunl/Fotolia.de
Seite 94: © Fotoschlick/Fotolia.de
Seite 106: © Tymur Korkishko/Shutterstock.com
Seite 114: © Johanna Mühlbauer/Fotolia.de
Seite 122: © mirpic/Fotolia.de