

Liebe Leserinnen und Leser

Ein neugeborenes Baby ist immer wieder ein Wunder und lässt uns staunen. Leben entsteht neu und zeigt die ungebremste Schöpferkraft Gottes. Menschen wirken als Mütter und Väter in unterschiedlicher Weise im unendlichen Schöpfungsgeschehen mit.

Ab der Zeugung wächst der Mensch. Zunächst ist der Embryo eng mit seiner Mutter verbunden, wächst in ihrem Bauch und wird von ihr genährt. Wenn der Säugling mit der Geburt diesen Schutzraum verlässt, kann und muss er selbst atmen; er kann eigenständig leben, auch wenn menschliche Kinder relativ lange auf die Fürsorge der Eltern angewiesen sind.

Menschen wachsen und verändern sich ihr ganzes Leben hindurch. Es entsteht Neues, und wir können immer wieder von vorne anfangen. Gebären und Geboren-Werden ist in vielen Kulturen und Religionen eine Metapher für Entwicklungsprozesse, inneres Wachstum und Leben und spielt in Mythen und Märchen eine wichtige Rolle. Auch für die Mystiker und Mystikerinnen war Geboren-Werden und Geboren-Sein ein wichtiges Thema.

Geburt und Tod sind die Eckpunkte unseres Lebens. Zwischen diesen Grenzen, unterschiedlich lange, leben wir. Dass wir geboren werden und sterben müssen macht menschliches Dasein aus. Die beiden wichtigsten christlichen Feste Ostern und Weihnachten sind in diesen grundlegenden Erfahrungen verankert.

Der Redaktionsbeirat hat die Themenschwerpunkte Geburt und Tod bewusst hintereinander gewählt, zeitlich den Hochfesten zugeordnet. Wir möchten in diesem Heft darüber nachdenken, was es für unser Leben und unseren Glauben bedeutet geboren zu werden.

Alle Bewohnerinnen und Bewohner der Erde werden geboren, die meisten Frauen bringen Kinder zur Welt. Trotzdem hat das Thema Geburt in der abendländischen Philosophie und Theologie im Vergleich zur Beschäftigung mit dem Tod nur eine geringe Rolle gespielt.

Wir glauben, dass in Jesus von Nazareth Gott geboren wird. Dieses Geheimnis des Weihnachtsfestes lässt sich wohl nur annähernd verstehen, wenn wir uns des Geborenseins als Menschen bewusst werden.

Hiltraud Laubach

Geburt und spirituelle Erfahrung

Im Schauer der Geburten
Auferstehung feiernd
Wortlos gerufen
schiffte sich Göttliches ein –
*Nelly Sachs*¹

Geburt – das Gebären, das Beistehen wie auch die Geburt selbst – ist eine spirituelle Erfahrung. Kaum ein Paar wird dieser Aussage widersprechen. Männer berichten davon, wie sie, sprachlos geworden, im Beistehen bei der Geburt ihres Kindes die Tiefen des Lebens ausgekostet haben. Ein neugeborenes Kind in den Armen zu halten und zu versorgen kann unbeschreiblich glücklich machen. Für viele Frauen ist die Geburt der Kinder zwar nicht – wie oft ideologisiert – das Schönste im Leben, wohl aber die Erfahrung, in der sie die Grenzen ihres Lebens ausgelotet und neues Leben geschaffen haben, eine Erfahrung, in der sie sich zutiefst selbst finden und ihr eigenes Erleben nochmals in eine ungeahnte Weite hinein überschreiten.

Geburt – Erfahrung des Heiligen

Spiritualität, das ist für uns zunächst Leben aus dem Geist, ist eine Haltung der Geistes-Gegenwart, die den tragenden, geheimnisvollen und wunderbaren Kräften des Lebens begegnet. Dieses Geheimnisvolle und Heilige erkennen wir und berühren es manchmal; wir sind von ihm ergriffen und erschüttert, manchmal den eigenen Grenzen ausgeliefert.

Wir haben unsere erste Schwangerschaft ersehnt und uns auf unser Kind gefreut. Die Geburt erlebten wir in einer Klinik, in der dem natürlichen Prozess des Gebärens viel Aufmerksamkeit geschenkt wurde und die Medizin im Hintergrund stand. Wir haben diese Geburt sprichwörtlich mit Mühe durchgestanden: auf wehenfördernde Mittel verzichtend lagen zwischen den Eröffnungswehen und der Geburt fast drei Tage, eine Zeit mit langen Ruhepausen und Spaziergängen für uns beide, mit Gesprächen und gemeinsamem Bad, eine Zeit, in der wir uns auf unser Kind einstellen konnten, aber auch Phasen großer Schmerzen und Erschöpfung, ja Qual. Es dauerte lange, bis ich (Irmgard) zur Kraft in mir fand und den Gebärschmerz zuließ, bis ich in meine Wehen hineingehen konnte. Es gab einen Moment, in dem ich vor Erschöpfung nicht mehr gebären, einfach möglichst schnell mein Kind in den Armen halten wollte. „Ich kann nicht mehr!“, so groß war mein Schmerz. „Macht alleine weiter. Ich will nicht mehr.“ Heute weiß ich, dass es vielen Frauen so geht, aber damals hat mich dieses Gefühl erschüttert. Und ich (Peter) erlebte ein Wechselbad von Gefühlen der Hoffnungslosigkeit und zuversichtlichen Nähe. Das ging mir schon gegen den Strich, nichts tun zu können und dem Betrieb einfach ausgeliefert zu sein. (Mit wachsender Erfahrung habe ich mich bewusst und zum Erstaunen mancher Fachkräfte aktiv an der Geburt beteiligt – im Unterstützen der Wehen, beim Abnabeln – für mich der erste bewusste Schritt in die Eigenständigkeit, ein Urvorgang, um Vater zu werden –, beim Baden und Waschen.) Wir hatten Angst. Angst, dass die Geburt nicht gut ausgeht. Beide waren wir dem ausgeliefert, was da passierte. Wir konnten nichts mehr für uns tun und mussten gleichzeitig hart

arbeiten, bis uns unser Kind in den Schoß fiel. Wir waren beide einer Urgewalt ausgeliefert. Wir haben unsere Grenzen überschritten, alle unsere Vorstellungen, wie die Geburt verlaufen könnte, haben wir hinter uns gelassen. Heute noch können wir uns genau an den Augenblick erinnern, in dem wir kurz nach der Krise nicht mehr festhielten und uns dem Gebären vertrauten. Wir haben beide gespürt: hier passiert etwas, was größer ist als wir und trotzdem mitten in uns. Dem dürfen wir uns ur-vertrauend überlassen. Die eigentliche Geburt verlief dann rasch. Plötzlich war Dominik da. Wir atmeten sprichwörtlich durch. Auf Schmerz und Ohnmacht: reine Freude, Rausch, unbeschreibliche Fülle und Farbigkeit.

Geburt in seiner ganzen existenziellen Tiefe ist ein unbeschreibliches spirituelles Ereignis. Heute können wir sagen, dass wir in unseren Geburten das Heilige erfahren haben. Das Heilige haben wir erspürt, als wir im unbeschreiblichen Glücksgefühl von unserem neugeborenen Kind ergriffen wurden und zu dritt eine selige Zeit erfahren durften. In dieser Geburtsruhe verloren wir das Gefühl für Raum und Zeit, staunten miteinander und schwiegen, hielten ehrfürchtig vor dem Geheimnis inne. Das Heilige ist an der Grenze zum Leben aufgebrochen, an der wir auch Leid und Tod geahnt haben und den heilenden Trost erfahren durften. Aus dem Gefühl heraus, nichts mehr tun zu können, wuchs die Ahnung: da wirkt ein Anderer.

Gebären – Gottes Nähe mit-erschaffen

Christliche Spiritualität verstehen wir als eine „Erfahrung des Geistes“ (Karl Rahner), des Leben schaffenden Geistes, durch den ermutigt wir uns aufmachen zu Gott, der uns immer schon nahe ist, des Geistes, durch den wir in unseren eigenen Herzen erfahren dürfen, dass Er zu uns Menschen gekommen und Schmerzen gelitten hat, des Geistes, der uns Kraft gibt und im Gottfinden in allen Dingen stärkt.

Neun Monate ist dieses Kind in meinem Bauch herangewachsen. Schon mit den ersten Anzeichen der Schwangerschaft habe ich mein Leben ganz auf dieses Kind hin umgestellt. Mit der hormonellen Umstellung ändern sich meine Ernährung und Lebensgewohnheiten. In einer meiner Schwangerschaften liege ich die meiste Zeit. Mehr als sonst komme ich in Kontakt zu mir, spüre mich selbst und die Veränderungen in mir: den ersten Tritt im Bauch, Bewegungen und Reaktionen meines Kindes auf Geräusche von außen (mein Mann liebt es, mit dem Kind durch den Bauch zu sprechen und das Strampeln zu spüren). Ich ahne das Wunder der Schöpfung und erlebe, wie ich selbst als Frau an diesem Schöpfungsprozess in mir bis hin zur Geburt beteiligt bin. Die Geburt selbst ist für mich Steigerung des schöpferischen Schaffens: das Leben, das neun Monate gewachsen ist, will ans Licht. Ich gebe meine ganze Kraft in diesen Schöpfungsprozess hinein – ohne mich geht es auch nicht weiter. Aus meinem Bauch heraus wird Neues. Meine Schmerzen sind Schmerzen zu neuem Leben hin. In den Tagen nach unserer Geburt erahne ich, was es heißt, dass ein Mensch nach Gottes Bild geschaffen ist. Mein Kind ist mir von Gott geschenkt. Es trägt göttliche Kraft in sich. Ich liebe es, staune. Mit Gewissheit kann ich sagen, dass ich mich wenigstens an diesem Punkt meines Lebens einem Geheimnis überlassen habe, mich fallen ließ und erahnte, dass da viel Größeres um mich wird.

So erleben wir Geburt auf zweierlei Weise: wir lernen Schöpfung tiefer verstehen und arbeiten an dieser Schöpfung mit. Das Gebären selbst ist ein schöpferischer Akt:

wir müssen unseren Anteil daran tun, Irmgard sehr aktiv, Peter unterstützend, damit dieses neue Leben auf die Welt kommt. Dorothee Sölle wagt sich sehr weit vor, trifft aber unsere Erfahrung, wenn sie sagt, dass der Geburtsschmerz ein Schmerz zu neuem Leben hin ist, dass das Stöhnen in den Wehen ein Stöhnen der Kinder Gottes und ein Anbrechen der neuen Herrlichkeit Gottes sei, die Geburt selbst Anteilhabe an der ganzen Schöpfung, und folgert: „Der Schmerz der Geburt ermutigt uns und vergewissert uns des Lebens. Wie ein Stückchen Brot uns Gottes gewiss machen kann, so ist dieser Schmerz, wie konnte uns das je entfallen, ein Sakrament, ein Zeichen der Gegenwart Gottes.“² Wir glauben: nicht der Schmerz, wohl aber das entstandene Leben ist Zeichen, dass Gott nahe ist.

Geburtshelfer(in) sein – eine veränderte Lebenspraxis

Spirituelle Erfahrungen prägen unsere Lebenspraxis. Carlo Martini sagt, dass diese spirituelle Praxis „die Befolgung von vier wesentlichen Aufforderungen voraussetzt: Sei aufmerksam, sei klug, sei verantwortlich, sei fähig, dich ins Spiel zu bringen, so weit es dir gut und richtig erscheint.“³ Lebenshaltung und Lebensform gewinnen an Kraft.

Unsere Lebensgewohnheiten haben sich für uns beide radikal geändert. Mit der ersten Geburt ist unser Alltag schlagartig anders. Am Wochenende ausschlafen können, spontan bummeln und einkaufen, einfach so ins Kino gehen – alles ist auf einmal nicht mehr. Manch zwischen uns beiden mühsam ausgehandelte Spielregel ist verloren, zwischen Babyweinen und Stillen herrscht eben das ganz normale Chaos der Familie. Die Belastung in Familie, Partnerschaft und Beruf steigt. Werde ich als Vater und Mutter alles richtig machen? Können wir für unsere Familie sorgen? Unser Verhältnis zur Zeit ändert sich; von jetzt ab sind wir rund um die Uhr in Beschlag genommen. Eigene Interessen stehen auf einmal im Hintergrund, wir müssen uns ja an unserem Kind ausrichten. Das ist die eine Seite. Andererseits gilt: „Ich hätte mir nie gedacht, dass ich solche Kraftreserven habe!“ Was uns ein Freund sagt, trifft auch auf uns zu. In der Geburt erfahren wir Stärke, eine Stärke, die uns neue Kraft gibt und uns mit uns selbst tiefer in Berührung bringt, unsere körperlichen und psychischen Spannkkräfte weckt. Die Wucht der Geburt verändert uns, sie macht uns beide fähig, mit Hingabe in durchwachten Nächten und durchstandenen Krankheiten unser Kind zu lieben. Gegen die Zwänge des Alltags entdecken wir immer wieder neu, was wertvoll ist, wir lernen neu, in Achtsamkeit füreinander da zu sein. Geburt ist ein Höhepunkt des Lebens. Sie eröffnet einen spirituellen Lernprozess, der weit über diesen Höhepunkt hinaus in den Alltag führt. Gebären setzt sich im Alltag fort und ist für uns ein Versuch, dem Leben über die Geburt hinaus mehr Lebensqualität zu geben. Kurzgefasst: Wir haben Verantwortung und Barmherzigkeit als Lebenshaltungen entdeckt. Mit der Geburt entsteht ein Umfeld, das das Gespür für den Anderen stärkt. Ich lerne, mich hinzugeben. In den kleinen und alltäglichen Tätigkeiten übe ich Treue und Verlässlichkeit ein. Ich nehme Rücksicht. So üben wir uns in unumgänglichen Alltagstugenden. Veranlasst durch die Geburt erwächst ein Lebensstil, der auf ein lebensförderliches Umfeld in Gemeinschaft setzt.⁴ Unser Leben hat sich durch die Geburt unserer Kinder verändert. Im Rückblick ist das Gebären selbst eine großartige Leistung, die unsere Lebenssicht verändert hat. Wir

bringen unter allergrößter Anstrengung dieses Kind auf die Welt und be-kommen ein Kind. Es kommt zu uns, ist uns geschenkt.

Gottes Geburt

Der Durchgang durch die Geburt hat unser Gottesbild geprägt. „Du bist es, der mich aus dem Schoß meiner Mutter zog, mich barg an der Brust meiner Mutter. Von Geburt an bin ich geworfen auf dich, vom Mutterleib bist Du mein Gott.“ (Ps 22, 10f) Der Psalmist preist seinen Gott als Geburtshelfer. Er tut dies in einem Psalm, der mit Gottverlassenheit beginnt und im Gottvertrauen endet. Ob das nicht unser Gebären in einen ganz anderen Horizont stellt?

Anmerkungen

- ¹ Schon mit der Mähne, aus: Sachs, Nelly: Fahrt ins Staublose. Gedichte, Frankfurt 1988, S. 98
- ² Sölle, Dorothee: Gegenwind. Erinnerungen, Hamburg 1995, S. 158.
- ³ Martini, Mein spirituelles Wörterbuch, Augsburg 1998, S. 150.
- ⁴ Vertiefend: Irmgard und Peter Abel, Familienleben, Münsterschwarzach ²2002.

Irmgard und Peter Abel leben mit ihren drei Kindern in Hildesheim. Veröffentlichung zum Thema Familienleben, Münsterschwarzach ²2002.

Mehr noch: Gott liebt seiner selbst wegen und wirkt alle Dinge um seiner selbst willen, das heißt: er liebt um der Liebe, und er wirkt um des Wirkens willen; denn zweifellos hätte Gott seinen eingeborenen Sohn in der Ewigkeit nie geboren, wäre das Geborenhaben nicht dem Gebären gleich. Darum sagen die Heiligen, dass der Sohn so ewiglich geboren *ist*, dass er doch ohne Unterlass noch geboren *wird*. Auch hätte Gott die Welt nie geschaffen, wenn Geschaffen-sein nicht mit Erschaffen eins wäre. Drum: Gott hat die Welt in der Weise geschaffen, dass er sie immer noch ohne Unterlass erschafft. Alles, was vergangen und was zukünftig ist, das ist Gott fremd und fern.

Meister Eckhart, DW, Buch der Göttlichen Tröstung 2