

„Das Einzige, was wir wirklich haben, ist das Hier und Jetzt.“ (Sogyal Rinpoche)

Liebe Leserin, lieber Leser!

„Achtsamkeit“ ist ein Schlüsselbegriff jeder authentischen Spiritualität und eine Grundhaltung, in die jede kontemplative Tradition einübt. Heute erhält dieser Begriff aber eine weit darüber hinausgehende Bedeutung, vielleicht auch gerade deshalb, weil unser Lebensrhythmus immer mehr von der Zerstörung der Achtsamkeit im Handeln, Denken und Fühlen gezeichnet ist. Der Verlust der Achtsamkeit hat schwerwiegende Folgen: Er ist eine Ursache für ein unsolidarisches, gefühlloses und religiös entwurzelttes Leben. Wer unachtsam lebt, gibt die Fähigkeit preis, den Unterschied zwischen dem wahren und dem falschen, dem guten und dem schlechten Leben zu erkennen; die Unachtsamen übersehen den „Kairos“, worin sich der Andere in seinem Leid oder in seiner Freude offenbart; sie übergehen die Dinge, wie sie sich uns zeigen, und sie verkennen den Augenblick, der den Zugang zur Transzendenz öffnet.

Gewiss spielt bei der Konjunktur dieses Themas auch die westliche Faszination gegenüber fernöstlichen Spiritualitäten mit, die der Ausbildung der Achtsamkeit seit jeher breiten Raum geben. Auch wenn das Wort als solches nicht diesen Stellenwert hat, die Haltung der Achtsamkeit ist nicht weniger zentral in den monotheistischen Heilslehren. In den Evangelien zum Beispiel wird Jesus von Nazaret als ein Mensch beschrieben, der eine hoch entwickelte Fähigkeit zur Achtsamkeit hatte, ja seine ganze Theologie und Frömmigkeit atmet aus dieser Tugend und Herzenshaltung. Man kann seine Seligpreisungen, die Heilungen und Einweisungen in das Reich Gottes nicht verstehen, ohne selbst von tiefer Achtsamkeit auf die vielfältigen Nöte und das zugesagte und erfahrbare Glück Gottes getragen zu sein.

So dürfen wir Ihnen, liebe Leserin, lieber Leser, wieder eine Reihe wertvoller Beiträge zu diesem aktuellen Thema anbieten. Das Themenheft eröffnet der Autor spiritueller Schriften *Fulbert Steffensky* mit einem inspirierenden Essay über die Achtsamkeit in der christlichen Tradition. Aus den eigenen Reihen der Redaktion bringt der Linzer Liturgiewissenschaftler *Christoph Freilinger* einen profunden Aufsatz zur Achtsamkeit in der Liturgie ein. Der Münchner Religionswissenschaftler und Buddhismusspezialist *Michael von Brück* erschließt die Relevanz der Achtsamkeit in der meditativen Praxis des Buddhismus. Drei weitere Aufsätze arbeiten die Relevanz von Achtsamkeit in verschiedenen „nicht-kontemplativen“ Kontexten heraus. Die ethische Dimension der Achtsamkeit innerhalb der Geschlechterfrage behandelt die evangelische Theologin *Ina Praetorius*. *Erhard Busek*, mit internationalen Aufgaben betrauter Politiker, erschließt das Thema aus der Sicht der EU-Integration. Last but not least zeigt *Ilse Kögler*, Rektorin und Religionspädagogin der Theologischen Fakultät Linz, wo Achtsamkeit im Alltag beginnen muss und eingeübt werden kann: im Zuhören.

Eine kleine Geschichte zum Schluss des Editorials: „Einst kam eine alte Frau zum Buddha und fragte ihn, wie sie meditieren solle. Er wies sie an, sich jeder Bewegung ihrer Hände bewusst zu sein, wenn sie Wasser aus dem Brunnen schöpfte, denn er wusste: Wenn sie darauf achten würde, wäre sie bald in jenem Zustand wacher und weit offener Ruhe, der Meditation ist.“

Ich wünsche Ihnen, geschätzte Leserin, werter Leser, diese Kunst des achtsamen Lebens. Denn in allen Dingen Gott finden vermögen jene, die im Hier und Jetzt zu leben verstehen. Im Namen der Redaktion

Ihr Franz Gruber

Dieser Ausgabe liegen Prospekte der Topos plus-Verlagsgemeinschaft und des Verlages Friedrich Pustet bei. Wir bitten um Beachtung.