

Meditation (von lat. *meditari* = nachdenken, nachsinnen; einüben), in der abendländ. Tradition Bezeichnung für ein in sich gekehrtes Nachdenken, das seine eigenen Voraussetzungen erwägt. Zu diesen gehören oft letzte Prinzipien, die in der Tradition mit dem Göttlichen identifiziert werden, so dass zur engeren philosoph. Bedeutung von M. häufig eine religionsphilosoph. bzw. religiöse tritt und M. verschiedene Formen einer inwendigen Praxis entfaltet hat.

I. Antike. In einem psychagog. Sinn erfolgt bei → Platon im In-Sich-Kehren der → Seele die Erkenntnis der Idee des Guten als höchster und verpflichtender, die im Höhlengleichnis (*Politeia* 518 d) zur Umwendung (griech. *metastrophē*) weg vom Schein führt. Der zum Tode verurteilte Sokrates bestimmt rechtes Philosophieren als Streben zum Tod (*Phaidon* 64a); Seneca (*Epistula* 54,2; 70), Hieronymus u. a. greifen diese *meditatio mortis* auf. Die beiden Elemente des Nachdenkens über das Vergängliche und des darin Gott-ähnlich-Werdens / Gott-nahe-Kommens gehören, vermittelt über den Neuplatonismus (→ Platonismus), von nun an zum festen Bestand der M. Augustinus wie das frühe Mönchtum

greifen auch altisraelit. und frühjüd. Frömmigkeit auf. Ps 1,2 spricht vom »Murmeln über seine [Gottes] Weisung bei Tag und Nacht«. Die hebr. Wurzel murmeln (in der Vulgata als *meditari* übersetzt) verweist auf die Praxis der Rezitation von → Gebeten, Formeln und Schriftziten, die in der Alten Kirche als »Wiederkäuen« der Offenbarungsworte in Herz und Geist weiter geübt wurde, teils unablässig, teils zu festen Zeiten (Benediktregel).

II. Christl. Tradition. In christl. Tradition wurde diese meditative Methode der Gottverbundenheit zunehmend theolog. reflektiert (R. und H. v. St. Viktor, 12. Jh.) und systematisiert. Gegenstand der M. sind die eigene Umkehr und das Leben und Leiden Christi. Anthropolog. Lehren vom geistlichen Sinn und Seelenvermögen spiegeln sich in Phasen der M.; die Vier-Stufen-Folge der *lectio divina* – *meditatio* – *oratio* – *contemplatio* bildet sich aus. Die *contemplatio* wird auch als → Ekstase, Vereinigung oder Herausgerissensein charakterisiert und ist von der → Gnade Gottes zu bewirken. Auch das Lesen der hl. Schrift und geistlichen Literatur ist eine Phase der M. Die ostkirchliche Tradition (→ Hesychasmus, → Orthodoxes Christentum) verfolgt mit dem Herzensgebet (unablässige Anrufungsformel an Jesus kombiniert mit einer bestimmten Atemweise) den Aspekt der dauernden Verbundenheit mit Gott. Auch Anselm v. Canterbury (1033–1109) verwendet M., um den spirituellen Effekt geistlicher Lektüre zu erzielen. Daneben wird M. mit seinem *Monologion* zur literar. Gattung, in der mit einem Letztprinzip, dem Verstand, ein Gegenstand (hier: der Glaube) ergründet wird. In Descartes *Meditationes de prima philosophia* (1641) und Husserls *Cartesischen Meditationen* (1932) wird M. als hochdifferenziertes methodisches Erwägen (Zweifel, Reduktion), geprägt durch starke Imaginationskraft und die Inwendung ins → Bewusstsein, fortgeführt. Daraus entspringen, vergleichbar dem → raptus, unhintergehbare Gewissheiten (Descartes' Selbstgewissheit) und eine *unio* (Husserls Implosion der Welt in einen Bewusstseinsgehalt; → Einigung). Im ausgehenden Mittelalter wird die M. von der extramonast. »devotio-moderna«-Bewegung gefördert; sie wird für klösterliche Reformen ebenso fruchtbar wie für die einschneidenden *Exercitia spiritualia* (1563) des Ignatius von Loyola, einer *Psychologie avant la lettre*. Eine ebensolche Wirksam-

keit erlangt die M. »Übung der Gegenwart Gottes« (*Introduction à la vie dévote*, 1608) des Franz von Sales im 17./18. Jh. (bes. im → Pietismus), die Gottes und Jesu Anwesenheit imaginiert.

III. Moderne. (1) Im 20. Jh. wird M. zu einem Element moderner Religiosität. Sie dient zur Ergänzung oder Belebung innerhalb der sozialisierten Religion oder dient der spirituellen Selbstversorgung oft auch außerhalb spezif. religiöser Zusammenhänge. Einflussreich waren die Rezeption des buddh. → Zen (z. B. als Weg unmittelbarer Seinserfahrung für rationalist. entfremdete Westler) und des hinduist. → Yoga (z. B. mantra-Murmeln zur Steigerung von Gesundheit, Kreativität und übersinnlichen Fähigkeiten; neohinduist. → Transzendente M.). (2) Die Theorie der M. verändert sich zunehmend durch Kognitionswissenschaft und → Religionspsychologie, die M. als »veränderten Bewusstseinszustand« untersuchen. Aus kognitionswissenschaftlicher Sicht sind manche Attribute der M. als phänomenal ohne neurophysiolog. Korrelat zurückzuweisen (z. B. K. Engels Unterscheidung in intro- und extrovertierte M.). Was in einer M. vom Meditierenden erlebt wird, ist von der deutenden Texttradition geprägt (Austin). Dieser semantische Faktor ist durch keine neuropsycholog. Erkenntnisse eliminierbar. So liefern kognitive Kategorienbildung (J. Barrett, P. Boyer), die Erforschung von Gedächtnis-, Tradierungsleistungen (M. → Bloch) und Hemmung oder Aktivierung von Hirnarealen (D'Aquili/Newberg) wertvolle, doch nicht hinreichende Einsichten in die Bedingungen der M. AK

Lit.: D. Jonte-Pace, The Swami and the Rorschach: Spiritual Practice, Religious Experience, and Perception, in: R. Forman, The Innate Capacity, 1998, 137–60. – J. Austin, Zen and the Brain, 1998. – K. Engel, M. Geschichte, Systematik, Forschung, Theorie, 1999. *Zs.*: Journal for M. and M. Research.