

Stille, Ekstase, Glück

„Wie ich als Mönch meditieren lernte und spirituelles Tantra entdeckte“: Armin Heining lebte zehn Jahre als Mönch in den Klöstern Metten und Niederalteich bevor er einen anderen Weg einschlug und sich selbst fand

1980 tritt Armin Heining als Novize ins Kloster Metten ein. Zehn Jahre später bittet er um die Rückversetzung in den Laienstand und die Entlassung aus dem Orden.

Was ist passiert? In seiner romanhaften Biografie „Stille, Ekstase, Glück“ erzählt der inzwischen 60-Jährige von seiner Liebe zu Gott, seinen Jahren als Mönch, dem schwierigen Ringen um ein authentisches Leben zwischen Spiritualität und Sexualität und wie er schließlich sein Glück im spirituellen Tantra fand.

Seinem Herzen folgend gründete er 1992 in Nürnberg GAY-TANTRA und lebt heute als Großstadtmönch in Berlin. Von dort bereist der Autor und Regisseur zahlreicher wegweisender Lehr- und Ratgeberfilme die Welt. Als internationaler Coach lehrt er auf zwei Kontinenten seine Philosophie:

„Meditation ist die intimste Weise, mit sich – und die tantrische Vereinigung die intimste Weise, mit einem Menschen zu sein“, schreibt Armin Heining.

Tantra: Die wenigsten von

uns haben eine genaue – geschweige denn richtige – Vorstellung davon, was das ist. In jedem Fall steht der Begriff in krassem Gegensatz zum Mönchsleben im katholischen Kloster, das dem strikten Zölibat unterliegt und Sexualität per se ausklammert.

Aber Armin Heining ist nicht einfach von einem Extrem ins andere gefallen.

Dass er als Jugendlicher überhaupt den Wunsch entwickelt, Mönch zu werden und im Kloster zu leben, ist wohl nicht nur die Folge tiefer Gläubigkeit, sondern auch seines schwierigen Verhältnisses zu den Eltern, insbesondere zum Vater. Denn der ist streng und gibt seinem Sohn das Gefühl, nie zu genügen. Mit ihm darüber zu sprechen, dass er sich zu Männern hingezogen fühlt, ist völlig ausgeschlossen.

Als Jugendlicher in den 70er Jahren und noch dazu katholisch erzogen, schämt sich Armin seiner sexuellen Ausrichtung und hofft, seine Gefühle durch die totale Hingabe an Gott in den Griff zu bekommen.

Ein sechstägiger Besuch im Kloster Metten gibt den Ausschlag: Endlich einmal fühlt sich Armin zugehörig und als Mensch angenommen, die festen Abläufe und klare Struktur geben ihm Halt und Sicherheit.

In der festen Überzeugung, dass die klösterliche Lebensgemeinschaft die zu ihm passende Lebensform ist, entscheidet er sich nach dem Abitur 1980, ins Kloster einzutreten und findet als Frater Christoph in Metten eine neue Heimat.

Zunächst steht alles zum Besten. Keine sexuellen Gedanken mehr, Armin glaubt, seinen Platz in der Gemeinschaft gefunden zu haben. Doch dann beginnt sein Stu-

dium der Katholischen Theologie am Studienkolleg St. Benedikt der Münsterschwarzacher Mönche in Würzburg. In Ermangelung der gewohnten rigorosen Struktur gerät der junge Student aus dem Tritt, er fühlt sich überfordert von den vielfältigen Angeboten und Reizen.

Zugleich ist man hier ist offener für andere religiöse Einflüsse und pädagogische Konzepte, Armin lernt die Eutonie kennen, das Herzensgebet und die Praxis des Zen. „Nur in der stillen Meditation erfüllt sich mein Wunsch nach Rückverbindung mit dem Urgrund und der Heilung der seelischen Wunde, die mich seit Kindertagen begleitet“, schreibt Armin.

Doch dann zieht in die Zelle neben ihn ein neuer Student namens Amatus ein. Auf der Stelle fühlt Armin sich zu ihm hingezogen, und als Amatus die Initiative ergreift, erliegt er der sexuellen Versuchung.

Wer steht dem jungen Mönch in den finsternen Momenten innerer Zerrissenheit bei? Wer versteht Armin aus tiefstem Herzen und kann ihm einen neuen Weg weisen?

„Wie ich nach den verwirrenden Erlebnissen der vergangenen Monate die ewigen Gelübde ablegen soll, ist mir absolut unklar“, schreibt Armin. Und: „Mit niemandem kann ich über mein persönliches Ringen, meine Zweifel sprechen. ... Sexualität ist absolut kein Thema, das ich mit irgendjemandem hier ansprechen könnte. Wir in Metten sind anders, der Tradition verpflichtet. Und so muss ich jetzt eben auch sein. Angepasst. Mit diesem Strom schwimmend...“

Der Versuch scheitert. Zum einen, weil die Selbstverleugnung keinen wirklichen inneren Frieden zulässt.

Zum anderen, weil man in

Metten von seiner Beschäftigung mit anderen, „esoterischen“ Versenkungswegen erfährt und diese Aktivitäten nicht gutheißt. Kann Armin die Bedenken anfangs noch zerstreuen, verstärkt sich die Entfremdung von seinem Heimatkloster in der folgenden Zeit immer mehr.

1986 wird seine anstehende Weihe zum Diakon und zum Priester für ein Jahr ausgesetzt – und im darauffolgenden Jahr erneut verschoben. Der junge Mönch ist der Verzweiflung nahe und zieht sich im Sommer für eine Woche in die Einsamkeit zum Meditieren zurück.

Und hier erhält er die „Botschaft aus dem Urgrund“ seiner Seele: „Du brauchst keine Angst zu haben vor deiner Sexualität. Sie ist dir direkter Weg ins Geistige.“

Im März 1986 wird Frater Christoph im Kloster Metten zum Diakon geweiht. Die Priesterweihe bleibt ihm dennoch verwehrt – dass Vertrauen des Seniorenrat des Klosters kann er nicht zurückerobern.

Aber auch Armins Zweifel wachsen. „Hinter diesen Klostermauern werde ich mich nie entfalten dürfen oder wahrhaft ich selbst sein.“

In der Nachbarabtei Niederalteich findet er vorübergehend eine neue geistige Heimat. Vom Kloster Metten offiziell abgestellt, tritt er eine Stelle als Erzieher im Internat in Niederalteich an, parallel dazu absolviert er eine Ausbildung an der Fachakademie für Erzieherberufe in Deggen-dorf.

In Metten verbringt Armin immer weniger Zeit – offiziell ist ein Prüfungsjahr vereinbart, in dem sich weisen soll, ob er und die Klostergemeinschaft noch zusammenpassen.

Armin nutzt diese Zeit zur Orientierung. Wie kann die



Verbindung von Spiritualität und Sexualität gelingen?

Der Anblick eines Buches und die Bekanntschaft mit einer jungen Frau aus seiner Meditationsgruppe weisen ihm den Weg – zum Tantra.

„Das Kloster kann mich nichts mehr lehren. Gott habe ich mit allen meinen Sinnen erfahren. Nun ist es an der Zeit, einen anderen Weg zu beschreiten, neue Erfahrungen mitzunehmen“, teilt Armin dem Mettener Abt 1990 mit. Man scheidet im Einvernehmen, Ende Juli geht die Klosterzeit offiziell zu Ende. Nach Jahren tiefer innerer Auseinandersetzung und therapeutischen Prozessen verlässt er 1990 die Abtei.

Heiliger oder Gosse, Orden oder Orgasmus, Kloster oder sexuelle Ekstase – 30 Jahre später erzählt Armin Heining in seiner ungeschönten Autobiographie nun packend von seinen prägenden Jugendjahren. Dabei bemüht er sich,

nicht zu urteilen oder zu verurteilen. Seine Jahre im Kloster beschreibt er als Station seiner persönlichen Entwicklung. Die seinem Buch innewohnende Botschaft lautet schließlich, dass auch der verschlungenste Weg einem Plan folgt und jeder Mensch schauf die Suche nach dem wahren Kern seines Lebens machen sollte.

Andrea Weidemann



Armin Heining:

Stille, Ekstase, Glück: Wie ich als Mönch meditieren lernte und spirituelles Tantra entdeckte, Romanhafte Biografie, Tredition Verlag Hamburg, 272 Seiten, Hardcover: ISBN: 978-3-347-05032-7, 22,99 Euro, Paperback: ISBN: 978-3-347-05031-0, 14,99 Euro, e-Book: ISBN: 978-3-347-05033-4, 4,99 Euro. Webseite:



Infos: www.armin-heining.com

