

Gedanken zur Meditations-Woche 13. bis 19. September 2021

Zitat (Dag Hammarskjöld, 1905 -1961, ab 1953 Generalsekretär der Vereinten Nationen):

„Das mystische Erlebnis ist jederzeit: hier und jetzt. In Freiheit, die Distanz ist, in Schweigen, das aus Stille kommt.“

Gedanken dazu:

Die Worte von Dag Hammarskjöld, dessen 60. Todestag wir in dieser Woche begehen, sind eine wunderschöne Anregung, die Augen für das Hier und Jetzt des Lebens zu öffnen und die Geschehnisse des Lebens aus dem Schweigen und aus der Stille heraus besser verstehen zu lernen. Unentwegt war der zweite UN-Generalsekretär im Dienst für die Menschen und für den Frieden unterwegs. Umso bemerkenswerter ist es, dass gerade er um die Bedeutung der Stille wusste und man ihn deshalb zugleich als einen der großen Mystiker des 20. Jahrhunderts bezeichnen kann. In seinem Buch „Zeichen am Weg“ zum Beispiel gibt es zahlreiche Ermutigungen für eine kontemplative bzw. meditative Lebenseinstellung und Lebenspraxis.

Allerdings wusste Dag Hammarskjöld auch um die damit verbundenen Mühen und dass es nicht leicht ist durchzuhalten. So sagte er: „Wenn der Weg unendlich scheint und plötzlich nichts mehr gehen will, gerade dann darfst du nicht zaudern.“ Aber diese Aussage gilt eben nicht nur für das, was wir in unserem Leben erreichen wollen, sondern gerade auch für unseren inneren Weg. Und das, was uns dabei zum Weitermachen und Vorgehen ermutigt, so sagt uns dieser Große, ist erstaunlicher Weise das Kleine:

- In seiner von Demut geprägten dienenden Lebenseinstellung war Hammarskjöld selbst ein Vorbild. Dazu erhalten wir auch in den Liturgischen Texten am kommenden Sonntag einen deutlichen Hinweis: „Wer der Erste sein will, soll der Letzte von allen und der Diener aller sein.“ (Mk 9, 36) Wie gut wäre es, wenn die Großen der Welt nach dieser Devise handelten!
- Das Kleine, das große Unterschiede macht, ist zum Beispiel auch das „Gebet“ einer Kerze, die wir bewusst für andere entzünden: Sie brennt in Stille weiter, wenn wir schon wieder (in Eile) unterwegs sind. Und wie viel Trost kann es anderen schenken, wenn wir ihnen sagen, dass wir für sie ein Kerzchen angezündet haben. Das tut auch uns gut!
- Und welchen großen Unterschied macht es für uns, wenn wir an dem einen kleinen Wort festhalten in der Meditation – an unserem Mantra. Es verändert alles: Der Weg des Mantra wird tatsächlich ein Ziel, das zentrale Ziel unserer Aufmerksamkeit, auch wenn wir in unserem Leben ein ganz großes Ziel haben - das wir in Demut leichter erreichen!

Überleitung in die Stille:

Machen wir uns wieder auf – in Demut, in das Licht der Stille und in dem Vertrauen, dass das Mantra uns das Ziel erkennen lässt und dort hinführt. Ma-ra na-tha - komm, Herr!