

Gedanken zur Meditations-Woche 14. bis 20. Juni 2021

Zitat (Ephraim Kishon, 1925 -2005, israelischer Satiriker ungarischer Herkunft):

„Der Mensch bringt sogar Wüsten zum Blühen. Die einzige Wüste, die ihm noch Widerstand leistet, befindet sich in seinem Kopf.“

Gedanken dazu:

Die Wüste im Kopf und die Gedanken, die auch in der Oase wie die Affen auf dem Baum von einem Ast zum anderen Springen und den Frieden (zer)stören – wir kennen das nur allzu gut. Zunehmend wissen viele Menschen damit nicht mehr umzugehen. Die Folgen sind Depression, Verzweiflung und im schlimmsten Fall auch Gewalt gegen sich selbst und andere. Wieviel davon in unserer Welt existiert, können wir manchmal nur erahnen. Vieles ist nicht mehr selbstverständlich: Begriffe wie „gewaltfreie Kommunikation“ sind auch bei uns in Mode gekommen. Dabei wird jedoch oft nur an Symptomen kuriert und die Ursache – die innere Verfasstheit unserer Gesellschaft und auch von uns selbst – außer Acht gelassen. Echte Gewaltfreiheit und echten Frieden gibt es nur, wenn das Innere des Menschen zur Ruhe kommt. Dann werden wir selbst beunruhigende Nachrichten und Angriffe gegen unseren (inneren) Frieden besser mit Gelassenheit abzuwehren wissen, wir werden solche Störungen auch ganz anders empfinden - und umschalten von „Abwehr“ auf „Offenheit“, die uns neu ausrichtet.

In einem faszinierenden Vortrag über die „Sehnsucht nach dem Himmel“ im Rahmen der „Eberbacher Impulse“ der Akademie Kloster Eberbach, der auf unserer Homepage zu finden ist, hat Norbert Feinendegen Anfang Juni beschrieben, wie C. S. Lewis einer Erfüllung seiner Sehnsucht ganz nahe war: und zwar in Situationen, die er selbst gar nicht herbeigeführt hat, sondern die ihm völlig unerwartet ganz einfach geschenkt wurden. Sein Zutun bestand nur in der Offenheit für solche Momente, die meist nur kurz aber erfüllend waren. So war er „Überrascht durch Freude“, wie auch in einem Buch-Titel von C. S. Lewis heißt.

Was können wir also tun? Eigentlich nichts - oder jedenfalls nicht viel: Wir können uns auf verschiedenste Art und Weise auf die Suche begeben, wir können analysieren, uns mit anderen austauschen oder der Lyrik hingeben. Aber auch Worte können oft nur unzureichend das Wesentliche – gerade auch in uns – beschreiben. „So manches Lied dir schon die Erde sang, davon nicht eins dir ganz entsprechen kann.“, heißt es in einem Sprichwort. Gibt es deshalb vielleicht Mendelssohns „Lieder ohne Worte“, weil selbst ehrliche Worte unser Inneres nicht ganz erfassen können? Vielleicht liegt die Antwort einfach nur darin, dass wir unseren ganz normalen Alltag leben, aber bewusst und in aller Offenheit – und eben auch meditieren: In der Stille lernen wir Offenheit durch Annahme unserer selbst. So wächst auch unsere (Selbst-) Erkenntnis. Und durch die regelmäßige Zeit der Stille in der Meditation lernen wir nicht nur, uns immer besser kennenzulernen, sondern auch anzunehmen – selbst bei Wüstenerfahrungen.

Überleitung in die Stille:

Wenn die Stille durch unsere Zeiten der Meditation zunehmend zu einem Teil von uns wird, wenn wir uns in ihr mehr und mehr selbst (wieder-) finden und wenn sie in unser Leben hineinwirkt, wird am Ende ein noch schöneres Lied erklingen als alle, die wir schon kennen. So kann auch die Wüste wieder neu erblühen. Hören wir also (immer) wieder in die Stille hinein und lassen wir unser Mantra erklingen: Maranatha – Komm, Herr! Ma-ra-na-tha...