

Gedanken zur Meditations-Woche 28. Juni bis 4. Juli 2021

Zitat (Hedwig Dransfeld, 1871 – 1925, deutsche Politikerin):

„Nicht, was du bist, bestimmt deinen Wert, sondern wie du es siehst. Jenes entscheidet dein Geschick, dieses du selbst.“

Gedanken dazu:

Die Worte der Gründerin des Deutschen Katholischen Frauenbundes führen uns vor Augen, dass wir es selbst in der Hand haben, zu wertvoll handelnden Menschen zu werden – dadurch, wie wir auf uns selbst und die Dinge schauen. Zwei Erfahrungen dazu aus der vergangenen Woche:

Die erste knüpft an die Bootsgeschichte der vergangenen Woche an. Jetzt fängt die Reisezeit an, die Straßen werden wieder voller. Das fiel mir bei meiner Fahrt nach Berlin letzten Dienstag auf. Die Fahrt ging glatt, nur ein kleiner Stau wegen einer Baustelle in Richtung Berlin; auf der Gegenfahrbahn ein kilometerlanger Stau wegen eines Unfalls. Glück gehabt! – Da fiel mir ein, dass auch die Meditation sich bisweilen wie ein Stau anfühlen kann: Es gibt manchmal zähflüssigen Verkehr, „Stopp and Go“, oder wir kommen eine Zeitlang gar nicht voran. Dann quälen wir uns wieder – manchmal Meter für Meter – nach vorn. Aber wenn wir ans Ziel kommen wollen, müssen wir da durch! Aussteigen ist keine Option, hieß es schon letzte Woche. - Im Stau der Meditation auch nicht! Wir müssen nur darauf vertrauen, dass sich der Stau irgendwann auflöst. Und wenn wir diese Erfahrung schon ein- oder mehrmals gemacht haben, steigt unsere Zuversicht und der Ärger und die Ungeduld mit uns selbst nimmt ab. Vielleicht wird dann auch so mancher Stau auf der Autobahn des Lebens erträglicher...

Wir müssen den Kontrollverlust manchmal akzeptieren: Damit hat auch das zweite Erlebnis der Vorwoche zu tun, bei dem ich an die Meditation denken musste: In Berlin hatten wir alles für eine virtuelle Konferenz erster Güte vorbereitet. Alles lief glatt – „hochglanz“ sozusagen. Und dann stürzte auf einmal das System ab: Blackout! Digitale Welt – von Eins auf Null! Und natürlich totaler Kontrollverlust. Aber im Saal blieb es ruhig, keine Panik, kein zur Schau gestellter Ärger. Einfach Warten, bis es wieder geht – in aller Demut. Die hatten alle Podiumsteilnehmer. Bewundernswert! Im Nachhinein war dies ein ganz zentraler Zusatzwert der Veranstaltung: Wir wussten, gemeinsam kommen wir da durch, und das verbindet weiter!

Überleitung in die Stille:

Die Meditation halten wir in der Regel ja auch einmal in der Woche in der Gruppe ab. Auch da sind wir gemeinsam unterwegs. Es hilft oft weiter, zu wissen, dass wir nicht allein nach festem Grund suchen. Der ehemalige Bischof von Innsbruck, Reinhold Stecher, hat einmal gesagt: „Wir brauchen das Erlebnis ‚Fels‘ in unserem Leben. Wir brauchen den Felsen gültiger Wahrheit, der nicht zerbröselt und zerbricht, und wir brauchen den festen Griff der Überzeugung, mit dem wir uns an dieser Wahrheit festhalten.“ Wohl dem, der „gültige Wahrheit“ in sich entdeckt. In der Stille der Meditation machen wir uns gemeinsam auf den Weg dorthin. Egal, ob die Straßen frei sind oder nicht, wir können die Zuversicht haben, dass wir ans Ziel gelangen. Andere an der Seite zu wissen, ist dabei eine Ermutigung. Maranatha...