Marcus Lübbering

ACADEMIE KLOSTER EBERBACH

Gedanken zur Meditations-Woche 25. bis 31. Oktober 2021

Zitat:

„Leuchttürme sind unheimlich!“

Gedanken dazu:

In der letzten Woche hatten wir unser achtjähriges Enkelkind zu Besuch an der Nordsee und wir haben natürlich auch die eine oder andere abenteuerliche Unternehmung gemacht. An einem Abend gingen wir im Dunkeln ans Meer und öffneten unsere Sinne für alles, was dort wahrnehmbar war: Hinter eine Düne sahen wir dann auch den Lichtkegel eines Leuchtturms, der die Finsternis kurz erhellte. Unser Enkelkind wollte erst nicht mehr weitergehen, druckste ein bisschen herum und machte dann die Aussage, dass Leuchttürme eben unheimlich seien.

Im Grunde empfinden das wohl die meisten von uns ähnlich. Warum ist das so? Der Leuchtturm bietet doch den Schiffen Sicherheit auf Ihrer Fahrt auf dem Meer entlang der Küste. Aber natürlich ist das Meer – gerade in stürmischen Zeiten – nicht immer ein „friedlicher Geselle“, und um die Leuchttürme ranken sich manch dramatische Geschichten.

Ist es vielleicht ähnlich mit der Meditation – jedenfalls in dem Sinne, dass es auch hier Ängste gibt, die uns davon abhalten, nach dem „sicheren Hafen der Stille“ zu suchen? Wir müssen ja in der Meditation auch erst einmal durch manche Wellen hindurch, die aus dem Meer unserer Gedanken kommen. Und was erwartet uns im windstillen Hafen – wirklich Sicherheit?

Weil viele Menschen manch Belastendes mit sich herumschleppen, es aber nicht angehen in dem Sinne, dass sie ihm in die Augen sehen, und es deshalb nicht beim Namen nennen können, verdecken sie es lieber, weichen aus, kehren es unter den Teppich oder lenken sich ab. Manche – so hat es ein amerikanischer Sozialwissenschaftler ausgedrückt – „vergnügen sich gar zu Tode“; und wenn sie einmal auf diesem Trip sind, ist es schwer, da wieder herauszukommen. Dann ist die Orientierung am Leuchtturm der Stille eine echte Herausforderung.

Wir können den Menschen aber Mut machen, dass die „Einkehr in die Stille“ zwar vielleicht die eine oder andere Welle der Überraschung bereithält, dass aber, sobald wir die Schwelle in die Stille überschritten haben, die Stille alles Unheimliche verliert: Das, was uns vorher nicht klar war, löst sich – oft wie von selbst – auf, dann finden wir Erklärungen auf dem Weg, sehen das Leben und die meisten Lebenssituationen anders und befinden uns generell in ruhigerem Fahrwasser. Das kann man kaum theoretisch beschreiben, das muss man erfahren. Es passiert ansatzweise oft schon beim ersten Mal, wenn wir uns auf die Stille einlassen. Dann aber braucht es die Disziplin und die Bestimmtheit, an dem Kurs durch das stille Gewässer festzuhalten. So verliert auch der größte Gedanken-Leuchtturm mit der Zeit, was wir an ihm unheimlich fanden.

Überleitung in die Stille:

„Die Erfahrung sollte ein Leuchtturm sein, der uns den Weg weist, kein Liegeplatz, an dem man festmacht.“, so ein Ausspruch, den ich im Internet fand. Es trifft genau das, worum es auch in der Meditation geht. So sollten wir uns aufmachen auf den Weg zur Erfahrung: Maranatha…

Academie Kloster Eberbach – Werte in Wirtschaft und Gesellschaft e.V., Kloster Eberbach, 65346 Eltville
ANSCHRIFT Bahnhofstraße 40, 65185 Wiesbaden TEL +49 (0) 611 94 58 94 70 FAX +49 (0) 611 94 58 94 71
MAIL info@kloster-academie.de WEB www.kloster-academie.de BANK Deutsche Bank Wiesbaden IBAN DE60 5107 0021 0400 1590 00
VORSTAND Marcus M. Lübbering (Vors.), Martina Mattick (Stv. Vors.), Thomas Köhler (Schatzmeister), Katja Rodtmann (Schriftführerin), Klaus Hamburger, Dr. Beate Martens-Düring, Detlef Mühlbrandt, Thomas Zimmermann. VEREINSREGISTER Nr. 4227