

Gedanken zur Meditations-Woche 6. bis 12. Juni 2022

Zitat (Thomas von Kempen, 1380 -1471, Mystiker und geistlicher Schriftsteller):
„Lerne Geduld haben mit fremden Fehlern; denn siehe, du hast auch viel an dir, was andere tragen müssen.“

Gedanken dazu:

Noch einmal zum Thema Geduld: Bereits letzte Woche war angeklungen, dass uns bei anderen am ehesten die Fehler auffallen, die wir selbst haben. Wir erkennen uns oft in anderen besser als wir uns selbst kennen. Umso wichtiger ist es, mit uns selbst Geduld zu haben: Wenn es heißt, wir sollten uns mehr um den „Balken“ im eigenen Auge kümmern als um den „Splitter“ im Auge unseres Mitmenschen (Mt 7,3), deutet das darauf hin, dass wir über die Geduld mit uns selbst auch mit den Fehlern anderer besser umgehen lernen. Fehler und auch Schuld bedeuten nicht, dass wir lieblos mit uns selbst umgehen sollen, im Gegenteil! Zwar bedeutet Liebe natürlich auch Konsequenz, Klarheit und manchmal sogar Härte – das wissen wir aus der Erziehung; aber zuerst müssen wir uns um die Erkenntnis von „Richtig“ und „Falsch“ bemühen, das ist auch eine Frage des Herzens. Und wenn wir dem Weg des Herzens folgen, werden wir um unsere Fehler und auch um unsere Schuld wissen, aber wir werden lernen, uns nicht zu verurteilen, weil wir immer wieder neu beginnen können.

Dafür steht auch die Meditation: Wenn wir erkannt haben, dass sie uns guttut, wird sie für uns zu einer Disziplin, durch die wir uns annehmen lernen und Vieles erkennen. So lernen wir auch das Loslassen, insbesondere auch das Loslassen von allem Perfektionismus gegenüber uns selbst. Wir lernen, uns in Geduld anzunehmen, wie wir sind, und versuchen uns immer auf die Stille einzulassen und dann im Leben auch auf die Menschen, mit denen wir zu tun haben. Die Antwort lautet nicht, perfekt sein zu wollen oder von anderen das Perfekte zu erwarten, sondern die Antwort führt über die Geduld zur Akzeptanz dessen, was ist – das ist Liebe. Und aus Liebe resultiert nicht Passivität, sondern Handeln, das von Erkenntnis geprägt ist. Das bedeutet immer wieder einen Neubeginn – wie an Pfingsten. Das Wort „Pfingsten“ bedeutet etymologisch nichts anders als „der Fünzigste Tag“ und deutet so darauf hin, dass wir unterwegs sind, dass etwas reifen muss, bis es zum Durchbruch kommt.

Die Geduld schafft in der Stille die Voraussetzung, dass unser Bewusstsein wächst und klarer wird. Das Bewusstsein steigert die Erkenntnis über und selbst. Die Erkenntnis führt zu einer neuen Einstellung und zu neuem Handeln: Wir lassen los und gehen verändert auf unsere Mitmenschen, auf die Fragen des Lebens und auf unsere Aufgaben zu. In dem Bewusstsein, immer neu anfangen zu können – wie mit dem Mantra in der Meditation – können wir besser loslassen von den Erwartungen an uns selbst und gegenüber anderen. Wir werden freier, das Leben immer neu als Geschenk anzunehmen, und lernen, auch im Unerwünschten und Unangenehmen Gutes zu sehen. Auch unsere Schuld kann ein Segen sein: Sie wird uns neue Erkenntnisse schenken, wenn wir uns nicht in sie hinein vertiefen, sondern auch sie loslassen lernen. Auch von Schuld ist Befreiung möglich – und Vergebung, gegenüber sich und anderen.

Überleitung in die Stille:

Die Stille vergrößert die Geduld und die Geduld vergrößert die Stille. Versuchen wir beides in der Meditation zu mehren – zum Wohle von uns und anderen. Ma-ra-na-tha – komm, Herr...