

Gedanken zur Meditations-Woche 21. bis 27. November 2022

Zitat:

„Die Welt muss mehr Beethoven hören, um gerettet zu werden.“

Gedanken dazu:

Diese Worte von Leonard Bernstein fielen mir ein, als bei einer Veranstaltung in der vergangenen Woche in Bonn die letzten Töne eines Beethoven-Quartetts verklungen waren. Wann könnten diese Worte aktueller sein als in dieser unruhigen Zeit?

Ich habe dann tatsächlich daheim Beethoven gehört, und es war wunderbar. Die himmlische Musik zog mich ganz in ihren Bann – mit Erinnerungen, Gedanken, die ich nicht mehr „ausformulieren“ musste, und jener Sehnsucht, die uns die eine Verbundenheit mit Menschen spüren lässt, die uns ans Herz gewachsen sind - egal, ob sie noch auf dieser Welt sind oder ob sie uns schon vorausgegangen sind in eine andere Welt. Es scheint alles in einem Moment zusammenzukommen und in einem „unendlichen“ Glücksmoment zu kulminieren.

Ich denke, jeder von uns kennt solche Momente auf die eine oder andere Art und Weise. Ich habe mir vorgenommen, mir künftig wieder mehr Zeit für Beethoven zu nehmen, um meine Seele von diesen Klängen berühren zu lassen.

Warum dann noch in die Stille gehen? Ganz einfach: Weil die Stille auch die Töne umgibt, die unser Herz so bewegen können. Wir können nicht immer glücklich sein und vor Glück und Freude springen. Es gibt ganz lange Durststrecken im Leben – wie auch in den Zeiten der Meditation. Aber sie können Zeiten der Vorbereitung sein, sodass unsere Sinne offen sind für solche besonderen Momente und wir diese ganz intensiv erleben können. Ich bin überzeugt davon, dass mir die Meditation geholfen hat, solche tiefen Erfahrungen zu erleben.

Und doch ist die Meditation kein garantierter Weg zum Glück. In der Meditation selbst kann es auch zu Glücksmomenten kommen, aber in aller Regel passiert nichts. Wir befinden uns dann in den Räumen zwischen den einzelnen Noten der Musik, in dem weißen Hintergrund, eines Blattes, der uns erst die Buchstaben und Worte sehen lässt, in der Pause von unseren Aktivitäten, die wir immer wieder in der Stille „erden“. Meditation ist Demut, aber aus Demut erwächst Großes – für jeden, der sie praktiziert.

Überleitung in die Stille:

Lassen wir uns wieder ein auf die Stille, die das Gute hervorbringt, vielleicht auch Belastendes; aber auch das ist umgeben von einer Kraft, die alles umgibt. Und wenn wir diese Kraft einmal erfahren oder vielleicht nur erahnt haben - vielleicht auch nur erahnen wollen – wird sie uns immer stärken, ohne dass wir sie festhalten könnten. In der meditativen Stille lassen wir los – alles, das Gute, das Belastende und auch unsere Glücksmomente. Sie kehren dann auf ganz andere Art wieder zu uns zurück. Bleiben wir wachsam, auch in der Stille.

Ma-ra-na-tha – komm, Herr...