

Gedanken zur Meditations-Woche 12. bis 18. Dezember 2022

Zitat (Friedrich von Weech, 1837 – 1905, deutscher Archivar und Historiker):

„Nicht was wir geben, sondern wie wir es geben, bestimmt den Wert der Gabe.“

Gedanken dazu:

Die Vorweihnachtszeit ist in jeder Hinsicht eine Zeit der Vorbereitung, insbesondere aber des Besorgens von Geschenken und der Spenden-Aktionen. Wer kennt nicht den Spruch „Geben ist seliger als Nehmen.“ oder andere Wahrheiten, die eingesetzt werden, damit wir unser Herz und unser Portemonnaie öffnen. Und es ist natürlich auch richtig und geboten, dass wir die Not anderer auch mit Geld lindern. Bei Kindern geht es in unseren Breiten in aller Regel nicht um die Linderung von Not, sondern darum, Freude zu schenken.

Den objektiven Wert einer Gabe bestimmt der Preis, den ideellen, ja tieferen Wert eines Geschenkes ergründen wir erst, wenn wir um die Hingabe wissen, mit der es erstanden oder erstellt wurde. Das sind zwei völlig unterschiedliche Dinge: Wir kennen viele Geschichten, die das zum Ausdruck bringen, so etwa die von der armen Witwe, die mehr gegeben hat als die Reichen, die viel, aber nur von ihrem Überfluss gegeben haben (Lk 21, 1-4).

Wenn wir mit noch so einer Kleinigkeit beschenkt werden, aber wissen, dass dies aus Liebe geschieht, hinterlässt das eine größere Wirkung als ein materiell noch so wertvolles Geschenk, weil unser Herz berührt wird. So sind die täglichen Kleinigkeiten, Pflichterfüllungen und „Selbstverständlichkeiten“ oft mehr wert als manche noch so teuren Weihnachtsgeschenke.

Was hat all das mit der Meditation zu tun? – Auch beim Meditieren geben wir etwas, und es kommt auch da auf unsere Einstellung an. Ist diese Zeit nur eine Pflicht, die uns manchmal lästig ist? Machen wir es aus Gewohnheit, die – wie anderes - zu automatischer Routine ohne Hingabe geworden ist? Geizen wir mit der Zeit? Oder schenken wir (uns) die Zeit für die Meditation – am besten mit einer kurzen Besinnungsphase davor („Wo komme ich her?“) und danach („Was kommt jetzt?“) – mit einem erwartungsvollen, freudigen, ja liebevollen Herzen.

Nicht, dass Sie es missverstehen: Die Meditation ist durchaus eine Disziplin, so haben wir es des Öfteren bereits gesagt. „Discipulus“ bedeutet der Schüler, und der hat sicher auch nicht immer Freude am Lernen. Aber je mehr er sein Herz in die Waagschale legt, umso mehr entdeckt er und umso mehr nimmt die Freude am Erlernten und am Lernen zu.

So ist es auch in der Meditation: Je mehr wir bereit sind, liebevoll zu geben, unsere Gedanken zurückzulassen und uns bereitwillig zu öffnen, umso mehr wird die Freude dieses Geschenkes wachsen und sich auch in unserem Leben ausbreiten.

Überleitung in die Stille:

Ähnliches sagte auch Richard Rohr in dem lesenswerten Buch „Alles trägt den einen Namen“. Es heißt dort: „Die Art und Weise, wie man ans Ziel gelangt, bestimmt, wo man ankommt.“ Unser Ziel ist die Erfahrung der Stille. Wenn wir bereit sind, mit offenem Herzen auf die Stille zu hören, werden wir vielleicht nicht in ein Land vordringen, in dem „Milch und Honig“ fließen, sondern in dem wir zur Ruhe kommen und innere Freude erfahren. Sie wird auch unseren Alltag verändern, sodass sogar wir mehr sehen, als wir erwartet haben. Ma-ra-na-tha...