

Gedanken zur Meditations-Woche 20. bis 26. Februar 2023

Zitat:

Die französische Zeitung LIBÉRATION schrieb am 13. Februar, die Opferzahlen beim Erdbeben in der Türkei seien „eine gute Gelegenheit darüber nachzudenken, dass wir nur in einer Nussschale sitzen, während um uns herum der Sturm tobt...“

Gedanken dazu:

Da ist sie wieder diese Feststellung bzw. die Frage, was uns Sicherheit gibt. - Sicher nicht die Nussschale, in der wir sitzen!

Bei diesem Bild musste ich an die Geschichte aus dem Matthäus-Evangelium denken, die es sich vielleicht einmal zu vergegenwärtigen lohnt. Es heißt dort bei Matthäus im 8. Kapitel:

„Er stieg in das Boot und seine Jünger folgten ihm nach. Und siehe, es erhob sich auf dem See ein gewaltiger Sturm, sodass das Boot von den Wellen überflutet wurde. Jesus aber schlief. Da traten die Jünger zu ihm und weckten ihn; sie riefen: ‚Herr, rette uns, wir gehen zugrunde!‘ Er sagte zu ihnen: ‚Warum habt ihr solche Angst, ihr Kleingläubigen?‘ Dann stand er auf, drohte den Winden und dem See und es trat völlige Stille ein.“

Es ist nicht das Boot, in dem wir sitzen, das Sicherheit verleiht. Denn es kann alles verloren gehen – unsere materiellen Güter, unsere Beziehungen, und auch wir selbst können uns verlieren. Es ist in der Geschichte vom Boot auf den Wellen bei der Fahrt über den See die Stille, die rettet. Eine Stille, die geschenkt wird, die schon da war, als es noch stürmte, aber für die den Jüngern erst die Augen geöffnet werden mussten.

Auch hinter allem Sturm liegt eine Stille. Vielleicht macht die Stille uns zunächst auch Angst, denn wir wissen nicht, was die Stille jenseits aller Turbulenzen des Lebens für uns bereithält. Aber wir wissen aus der Natur, dass die Stille Leben und Wachstum hervorbringt. Das kann uns ein Trost sein und uns dazu führen, ihr zu vertrauen.

Wenn es darum geht, was aus allen äußeren und inneren Turbulenzen unseres Lebens wird, müssen wir in der Stille nach innen gehen. Die Autorin Johanna Arlt sagt: „Das, was wir werden sollen, sind wir im Inneren schon. Wir müssen es nur SEIN!“. Und sie fügt die Aufforderung hinzu: „Er-innere Dich!“ Im Erinnern liegt das Nach-Innen-Gehen.

Überleitung in die Stille:

Er-innern – an was? Vielleicht auch daran, dass das Mantra nach neurowissenschaftlichen Erkenntnissen gerade die Angst vertreiben kann, nicht zuletzt durch das, was ich in meinem tiefsten Inneren erfahren kann: Dass ich getragen bin, trotz aller bzw. gerade in allen Unsicherheiten – in der Welt, in meinem Leben und bei mir selbst. Die Stille entblößt gerade auch das, was mich trägt. Ich sehe den Grund und falle nicht ins Bodenlose. Ma-ra-na-tha...