

Gedanken zur Meditations-Woche 19. bis 25. Juni 2023

Zitat:

„18 – zwanzig - passe.“
Oder
„Zurück auf Los!“

Impuls:

Diese Woche will ich von einer kleinen Begebenheit erzählen, die mich am Wochenende zum Schmunzeln gebracht hat:

Ich war bei einem Freund zum Skat-Turnier eingeladen. Ich bin der Einladung wohl eher aus Freundschaft als aus Begeisterung für das Kartenspiel gefolgt. Da ich beim Skat bestimmt nicht sonderlich begabt bin, hatte ich mir vorgenommen, zumindest grobe Fehler zu vermeiden, die auch anderen Mitspielern das Punktekonto „verhageln“ könnten. Vor allem wollte ich, wenn es denn einen solchen Fauxpas geben würde, nicht daran hängen bleiben – was mir zugegebenermaßen nicht leichtfällt -, sondern Durchatmen und gleich in das nächste Spiel dann wieder „unbelastet“ einstieg. Das ist mir dann sogar auch ganz gut gelungen.

Nur als ich gegen zwei „Kracks“ spielte, von denen ich wusste, dass sie jede Karte nachhalten und einem dann nachher noch erklären, was man alles falsch gemacht hat – Sie kennen sicher solche „angenehmen“ Zeitgenossen, wenn nicht von Skat so doch aus anderen Bereichen des Lebens -, erhöhte sich meine Anspannung und schon von daher machte ich in dieser Runde einen Fehler nach dem anderen.

Nach dem Turnier war ich mit meiner Platzierung sogar trotzdem recht zufrieden und erzählte meiner Frau, wie es mir in dieser und jener Phase des Turniers ergangen war. Als ich über das Spiel mit den beiden „Kracks“ erzählte, rutschte mir der Satz heraus: „Da muss ich wohl noch viel meditieren, um solche Situationen meistern zu können, sodass ich vielleicht am Ende noch ganz vorn mitspielen kann.“

Eine gute Ehefrau hat immer eine gute Antwort parat, aber dieses Mal traf es mich besonders, weil ich mir sonst einbilde, wenigstens bei Fragen zur Meditation schon auch mal die eine oder andere passende Antwort zu haben. Sie sagte: „Dafür musst Du aber bestimmt nicht meditieren; und außerdem verzweckst Du so die Meditation, wie Du es doch immer wieder selbst sagst.“

Recht hat sie, und so sollte ich bei meinen (übertriebenen) Ehrgeiz in Sport und Spiel wohl andere Beruhigungsmittel zum Einsatz bringen oder jedenfalls auch hier von der Meditation nichts erwarten, was aufgrund meiner durchschnittlichen Begabung nur zu Enttäuschungen führen kann. Vielleicht lerne ich so mit Enttäuschungen aber wenigstens besser umzugehen.

Überleitung in die Stille:

Es ist gut zu wissen, dass wir in jeder Meditation immer wieder ganz von vorn beginnen – ohne Ehrgeiz, ohne Absicht und ohne auf Erfolgserlebnisse zu warten. Deshalb sind wir nicht ohne Hoffnung; weil wir wissen, dass die kontinuierliche Wiederholung des Mantra uns unmerklich verändert und die Augen öffnet für das, was ist, und dafür, was es uns sagen will. Maranatha...