

## Gedanken zur Meditations-Woche vom 18. bis 24. Dezember 2023

**Zitat:** (Emily Brontë, 1818 – 1848, britische Schriftstellerin):

„Ich habe in meinem Leben Träume gesehen, welche von da an stets bei mir geblieben sind und meine Ansichten für immer verändert haben. Sie durchdrangen mich wie der Wein das Wasser und änderten die Farbe meines Verstandes.“

### **Impuls:**

Träume sind Schäume, so wird es auch oft gesagt. Das gilt offensichtlich nicht für Emily Brontë, die nur durch einen einzigen Liebes-Roman berühmt geworden ist. Ganz offensichtlich gibt es Träume, die uns etwas Besonderes sagen oder erahnen lassen. Vielleicht ist es der „Schaum“ unseres Lebens, der da manchmal an der Oberfläche unseres Lebens sichtbar wird, vielleicht auch eine tiefe Wahrheit über unser persönliches Leben oder das Leben schlechthin.

Die ZDF-Journalistin Andrea Ballschuh, rasch zu finden im Internet, berichtet öffentlich über ihren Traum, der sie nicht mehr losgelassen hat und ihr eine ganz neue, tiefe Dimension ihres Lebens eröffnet hat. Nicht, dass es diese Dimension zuvor nicht gegeben hätte, aber sie hatte sie bis dahin nicht erkannt. Ich selbst kann mich selten an Träume erinnern. Aber die, die mir noch in Erinnerung sind, hatten es meist in sich – die Botschaft war am Ende immer positiv.

In der Geschichte der Heiligen Nacht – speziell in den Tagen davor und danach - ist auch viel von Träumen die Rede. Sie umgeben das Geheimnis der Menschwerdung Gottes. Ohne eine entsprechende Reaktion der Menschen, wäre die Heilsgeschichte anders verlaufen oder hätte gar nicht stattfinden können.

Offen sein für Träume, offen sein für das, was sie uns sagen und das, was ist. Genau das lernen wir auch durch die Meditation. In der Zeit der Stille träumen wir nicht, aber wir sind wachsam, sodass wir auch empfänglich für das werden, was sich in unserem Unterbewusstsein auftut. So können wir leer werden und eine Krippe sein für das, was in unserem Innersten zur Welt kommt.

Weihnachten ist vergeblich, wenn es nur ein äußerliches Fest ist. Wenn es aber in unserem Innersten geschieht, kann der Himmel auf Erden beginnen.

In der Todesanzeige des Journalisten Jürgen Liminski, an den sich der eine oder andere noch von den Berichten im Deutschlandfunk erinnern mag, fand ich den Satz: „Himmel und Erde scheinen sich am Horizont zu vereinigen; aber nein, in euren Herzen ist es, wo sie eins werden.“

### **Überleitung in die Stille:**

Vertrauen wir darauf, dass auch in unseren Herzen Weihnachten werden kann, und bleiben wir dem Weg des Mantra – unserem Weg zur Krippe - treu. Dann werden unsere Träume, unser Leben, unsere Begegnungen verwandelt werden. Ma-ra-na-tha – komm, Herr...