

Gedanken zur Meditations-Woche vom 29. Januar bis 4. Februar 2024

Zitat (Katharina von Bora, 1499- 1552, Ehefrau des Reformators Martin Luther):

„Um Frieden muss man kämpfen und ringen. Wenn Frieden in jedem Haus ist, ist Frieden im ganzen Land.“

Impuls:

Der Ausspruch der Katharina von Bora zeigt, dass Friede bei uns selbst anfangen muss. „Wenn Friede in uns selbst ist, so ist auch Friede in unserem Haus“, so möchte man ergänzen.

Michael Hüttner, der sich bei den Einführungen zu unserer Online-Meditation donnerstags um 18.30 Uhr derzeit auch mit dem Thema Frieden beschäftigt, verwies in diesem Kontext letzte Woche auf das Bild von einem neu gebauten oder frisch renovierten Haus kurz vor dem Bezug: Das Gebäude sieht dann von außen oft schon sehr proper aus, aber bis wenige Tage vor dem Einzug ist es oft innen drin noch ein ziemliches Chaos. Die Leitungen liegen noch frei herum, die Böden sind noch nicht fertig und an allen möglichen Ecken und Enden finden sich noch Baumaterialien und Werkzeuge. Ich selbst erinnere mich noch an den letzten Umzug mit meiner Familie nach Wiesbaden. Als ich das Durcheinander im Inneren drei Tage vor dem Einzug sah, habe ich gedacht: Das schaffen die Handwerker bis zum Umzugstermin nie! Aber beim Umzug war alles fertig. Nun ja, gerade heute - nach 20 Jahren - bricht wieder einiges an „Pfusch“ hervor, was damals – schnell, schnell! – unter die Fußböden gelegt worden ist.

Aber auch das passt zur Parallele dieses Bildes mit unserem Inneren: Was nicht in Ordnung und befriedet ist, wird umso unangenehmer später wieder hervorbrechen. Wenn der Friede in unserem Innersten nicht grundgelegt ist, wird die innere Unruhe Folgen haben: Sie wird nach außen dringen – und im Zweifel wird dies unangenehme, uns oft selbst unverständliche Verhaltensweisen auslösen, unter denen dann auch andere zu leiden haben. Wahrer Friede beginnt in unseren Herzen; dort ist die Wasserscheide zwischen Friedfertigkeit und Streitsucht, zwischen Großzügigkeit und Habgier, zwischen Anerkennung und Neid.

Und es ist nicht einmal schlimm, wenn wir solche negativen Eigenschaften an uns feststellen – oft haben sie sich bei uns eingenistet, als wir noch gar nicht bewusst reagieren konnten. Aber wenn wir sie bei uns erkennen, müssen wir zunächst voll und ganz der Wahrheit ins Auge sehen, sie anerkennen und dann damit umgehen. Das ist unsere Chance auf Frieden; genau da zeigt sich, ob der Friede - auch gegenüber uns selbst – hält. Der Friede ist unteilbar: Unser Friede kann zum Frieden aller beitragen!

Überleitung in die Stille:

Unser Weg zum friedlichen Umgang – zunächst mit uns selbst, dann aber auch mit anderen – ist das Mantra. Der Friede, den wir selbst in der Stille erfahren, der wird nicht auf uns selbst beschränkt bleiben, sondern ausstrahlen auf unser Umfeld. So kann er „in unserem Haus und im ganzen Land“ spürbar werden. Nehmen wir unsere Verantwortung für den Frieden an!
Ma-ra-na-tha – komm, Herr...