Marcus M. Lübbering

ACADEMIE KLOSTER EBERBACH

Impuls zur Meditations-Woche 22. bis 28. Juli 2024

Zitat (Theodor Fontane, 1819 – 1898, deutscher Schriftsteller, Journalist und Kritiker):
„Was der Schlaf im engen Kreise der 24 Stunden ist, das ist das Reisen in dem weiten Kreise der 365 Tage."

Impuls:

Ferienzeit ist Reisezeit. Allen, die unterwegs sind, wünscht man jetzt eine gute und erholsame Urlaubszeit. Sie mögen sich erholen für das Kommende in der Nicht-Urlaubszeit, im Alltag – so wie der Schlaf uns für den Tag erquickt.

Wir leben von und in Gegensätzen, und deshalb könnte man die Worte Fontanes erweitern: Was die Stille für das bewusste Wahrnehmen der Laute und Töne, vielleicht auch des täglichen Lärms, ist, dass ist die tägliche Meditation für eine bewusste Vorbereitung auf die Gegebenheiten des Lebens und für die Verarbeitung dessen, was uns geschehen ist.

Ein Sprichwort sagt, dass Reisen bildet. Auch die Reise der Meditation bildet, und zwar unser Herz – ja sie füllt unser Leben mit Herzenswärme und Verstehen. Aus dem Gesamtbild, das sich durch die Meditation bildet, aus dem Bewusstsein, dass wir verbunden sind, gehen wir anders mit uns und mit unseren Mitmenschen um. Wir ertragen andere besser, weil der Raum, der sich zwischen uns Menschen bildet, durch die Stille größer wird für uns und für den anderen.

Der andere ist eben nicht *unser* Freund, *unser* Partner, schon gar nicht *unser* Eigentum, das wir besitzen. Unser Ego meldet sich oft schon gleich bei der ersten Begegnung: Was bringt der mir, wie kann ich den anderen gebrauchen, gar (aus)nutzen? Wenn wir nicht aufpassen, sind wir dann schnell bei ausbeuterischen Verhältnissen. Und wenn der Raum, den wir uns und anderen geben, zu eng wird, werden wir auch mit uns selbst entsprechend umgehen: Selbstausbeutung lautet dann das Stichwort.

Insofern ist es gut, in den Ferien „raumgreifende", befreiende Reisen zu machen, die Enge zu verlassen und auch uns selbst wieder den Raum zu geben, den wir brauchen, um ein in jeder Hinsicht gesundes Leben – auch im Alltag - zu führen. Aber sorgen wie auch dafür, dass nach Rückkehr in unser normales Leben dieser Raum erhalten bleibt!

Überleitung in die Stille:

Ich erinnere mich an die Lektüre des Buches von Henry Nouwen mit dem Titel „Ich hörte auf die Stille - Sieben Monate im Trappistenkloster". Im Nachwort spricht er davon, wie gut ihm die Zeit getan hat. Aber zugleich berichtet er, dass er bereits nach drei Wochen wieder so in seinem hektischen Alltag gefangen war, dass er alles vergessen hatte, was er über und durch die Stille in dem Kloster gelernt hatte. – Machen wir also auch im Alltag immer wieder die Reise nach innen, zu unserem Herzen; und machen wir dies mit wachem Bewusstsein, damit wir mit dem Herzen verstehen, was passiert – egal, ob im Urlaub oder im Alltag. Denn man sieht nur mit dem Herzen gut, so sagt es der Kleine Prinz zu dem Reisenden auf dem Stern.
Ma-ra-na-tha – komm, Herr…

Academie Kloster Eberbach – Werte in Wirtschaft und Gesellschaft e.V., Kloster Eberbach, 65346 Eltville
ANSCHRIFT Bahnhofstraße 40, 65185 Wiesbaden TEL +49 (0) 611 94 58 94 70 FAX +49 (0) 611 94 58 94 71
MAIL info@kloster-academie.de WEB www.kloster-academie.de BANK Deutsche Bank Wiesbaden IBAN DE60 5107 0021 0400 1590 00
VORSTAND Marcus M. Lübbering (Vors.), Edgar Salzmann (Stv. Vors.), Thomas Köhler (Schatzmeister), Susanne Modrow (Schriftführerin), Klaus Hamburger, Dr. Beate Martens-Düring, Stefan Viertel, Thomas Zimmermann. VEREINSREGISTER Nr. 4227