Marcus M. Lübbering

ACADEMIE KLOSTER EBERBACH

Impuls zur Meditations-Woche vom 11. bis 17. November 2024

Zitat (Jesaja 30,15 - zitiert nach den Herrnhuter Losungen zu dieser Woche):

„Durch Stillesein und Vertrauen würdet ihr stark sein."

Impuls:
Zu den politischen Ereignissen der vergangenen Woche fiel mir ein Ausspruch von Wolfram Engels, dem Mitbegründer und langjährigen Sprecher des Kronberger Kreises aus den beginnenden 80er Jahren ein: „Kassandra hatte doch Recht", so lautete die Überschrift zu einem seiner Artikel damals in der WirtschaftsWoche. Es scheint, als habe dieser Satz auch heute wieder Gültigkeit. Für Pessimisten hat Kassandra natürlich immer Recht, denn sie brauchen nur warten, bis negative Ereignisse eintreten, die ihre pessimistische Sicht bestätigen. Nun ist allein in der letzten Woche so viel über uns hereingebrochen, dass die Unsicherheit objektiv zugenommen und die Schar der Mutlosen hierzulande spürbar weiter gewachsen ist.

Zunehmende Unsicherheit geht für viele unserer Zeitgenossen mit vermehrter Angst einher. Natürlich, es gibt immer Ängste, und die gab es auch, als es in unserem Land noch aufwärts ging. Verlustängste waren das: Es kann uns ja nicht immer gut gehen, und schon die griechische Mythologie kannte den Neid der Götter, wenn es dem Menschen zu lange zu gut ging. Die Angst ist ein angeborener Reflex und Begleiter des Menschen. Sie hilft uns, als gefährlich erkannte Begebenheiten zu vermeiden bzw. davor zu fliehen. Die Angst beflügelt uns dann sogar, uns schneller in Sicherheit zu bringen; positiv ausgedrückt: Sie hilft uns zu überleben.

Es gibt aber auch die übertriebene und lähmende Angst sowie die Angst, etwas verkehrt oder Fehler zu machen. Eine solche Angst scheint sich in unserer Gesellschaft heute immer mehr auszubreiten. Sie ist der aber dann der sprichwörtlich schlechte Ratgeber. Und wir wissen, es droht daraus so etwas wie eine Abwärtsspirale. Dies wird allein schon an der Tatsache deutlich, dass ein negativer Gedanke sieben neue negative Gedanken gebiert, wie Psychologen herausgefunden haben. Der Circulus vitiosus – der Teufelskreis, aus dem wir uns nicht mehr befreien können – ist dann nicht mehr weit! Für jeden von uns und auch für die Gesellschaft ist das die sichere Vorhersage für schlechte Zeiten.

Zur Überwindung dieser Abwärtsspirale brauchen wir Gelassenheit und Mut. Statt des Circulus vitiosus brauchen wir den Circulus virtuosus, den positiven „Flow". Dann wächst auch wieder der Mut, die positive Energie. Genau das braucht unser Land jetzt, und es täte uns allen gut!

Überleitung in die Stille:
Was der Prophet Jesaja uns dazu anbietet, ist keine sofortige „Instant-"Lösung, aber wir sollten es durchaus beherzigen. Wir können darauf vertrauen, dass wir durch „Stillesein" der Angst entgegenwirken. Nach neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen hat vor allem die Mantra-Meditation eine solche Wirkung. Nicht Aktionismus und eine Vielzahl neuer Maßnahmen zwecks Festhaltens am Status quo werden helfen; stattdessen brauchen wir den Mut zur Stille. Der Wille, der Angst durch Mut zu begegnen, mag oft schwach sein, und er hilft für sich genommen noch nicht viel. Aber unser Mut kann wachsen durch die belebende Kraft der Stille. 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