

Impuls zur Meditations-Woche vom 3. bis 9. Februar 2025

Zitat (Thomas Merton, 1915 – 1968, amerikanischer Trappist, Schriftsteller und Mystiker):

„Je mehr ich in die Einsamkeit eindringe, desto klarer gewahre ich das Gutsein aller Dinge.“

Impuls:

Die Aussage aus den „Meditationen eines Einsiedlers“ von Thomas Merton, einem der großen Mystiker des vergangenen Jahrhunderts, dessen 110. Geburtstag wir am 31. Januar begangen haben, passt vielleicht als Kontrapunkt genau in eine Zeit aufgeregter politischer Debatten in unserem Land. Hier ist nicht der Rückzug aus der Aktivitas gemeint – Thomas Merton war durchaus auch ein politisch aktiver Mensch. Aber er wusste um die Bedeutung des Rückzugs, der Reflexion und der Sammlung. Er wusste, dass auf diese Weise Verbundenheit entsteht – unabhängig davon, auf welcher Seite man weltanschaulich, gesellschaftlich oder politisch steht.

Ich selbst habe mit meinem Meditationslehrer manche kontroverse politische Diskussion geführt, aber durch die Meditation, vor allem auch durch das gemeinsame Meditieren, wurde eine Bande geknüpft, die viel tiefer war als alle Unterschiede in den politischen Sichtweisen. Ja, ich konnte dadurch auch erst Gegenargumente klar sehen, annehmen und wirklich begreifen, sodass ich – so glaube ich – zu einer besseren oder jedenfalls umfassenderen Einschätzung der Dinge kam. Das macht es nicht einfacher, das macht es eher möglich, die eigene Position zu überdenken, zu vertiefen und mit größerem Verständnis für andere vorzutragen.

Ich möchte deshalb gerade auch für Wochen aufgeheizter Stimmung einen Passus von Thomas Merton zur inneren Sammlung wiedergeben. Der Absatz ist seinem Buch „Keiner ist eine Insel“ entnommen. Schon der Buch-Titel, den der Mystiker Merton gewählt hat, lässt darauf schließen, wie wichtig die „Einsamkeit“ ist, die wir – jeder für sich – in der Stille der Meditation aufsuchen, um Verbundenheit zu erfahren und Gemeinschaft zu schaffen und zu vertiefen.

Überleitung in die Stille:

Thomas Merton schreibt: „Echte Sammlung ist an ihrer Wirkung zu erkennen: Frieden, innere Stille, Herzensheiterkeit. Der gesammelte Geist ist gelassen und gleichmütig, zum mindesten in seiner Tiefe. Er lässt sich nicht erschüttern, weil die Leidenschaften vorübergehend zur Ruhe gekommen sind. Höchstens dürfen sie die Oberfläche der gesammelten Seele aufrühren. Da aber die Früchte der Sammlung durch Demut und Liebe und die meisten anderen grundlegenden christlichen Tugenden gezeitigt werden, so kann es natürlich keine echte Sammlung geben, wenn diese Tugenden nicht zusammenwirken, um ihr Inhalt und Wirklichkeit zu verleihen.“

Gehen wir also wieder den Weg des Mantra – nicht nur in der Zuversicht, dass die Früchte der Meditation uns helfen können, ein stimmiges, unseren inneren Werten entsprechendes Leben zu führen, sondern dass eine entsprechende Haltung uns zugleich auch helfen wird, tiefer in unsere eigene innere Wahrheit zu gelangen. Öffnen wir uns diesem Tugendkreis der Stille und schöpfen wir so auch Kraft für ehrliche Diskussionen in einer unruhigen Zeit!

Ma-ra-na-tha – komm, Herr...