Marcus M. Lübbering

ACADEMIE KLOSTER EBERBACH

Impuls zur Meditations-Woche vom 9. bis 15. Juni 2025

Zitat (Hildegard von Bingen, 1098 – 1179, Mystikerin und Kirchenlehrerin):

„Achte mit Sorgfalt darauf, dass durch die Wechselhaftigkeit deiner Gedanken die grünende Kraft, die du von Gott hast, in dir nicht dürr wird."

Impuls:

Die „grünende Kraft", von der Hildegard spricht, kennen wir alle. Wir nehmen diese Kraft gerade jetzt wahr, da sich die Natur zu voller Blüte entfaltet und Wälder, Wiesen und Felder uns einladen, dankbar auf die heranwachsenden Früchte der Erde zu schauen. In der Stille des Winters wurden sie auf die Keimung vorbereitet und begannen dann im Frühling zu sprießen und zu wachsen. Viele Felder werden inzwischen schon abgeerntet. Von Zeit zu Zeit werden sie dann aber brach liegen gelassen, damit die Fruchtbarkeit des Bodens erhalten bleibt.

Was für den Zyklus der Natur gilt, stellen wir auch im menschlichen Leben fest, dabei haben viele von uns das Glück, den Zyklus der Jahreszeiten in der Natur siebzig-, achtzigfach oder gar noch öfter zu erleben. Auch wenn unser eigenes Leben anders verläuft als der natürliche Zyklus der Pflanzen in der Natur, so brauchen wir doch auch „Brachzeiten" in ganz ähnlicher Form wie die Felder, damit unsere Früchte wachsen können und wir nicht auszehren. Die seelischen Kräfte stets neu stärken, das brauchen auch wir, damit das Leben seine Freude behält.

Zugleich müssen die Pflanzen in der Natur auch gepflegt und vor Schädlingen bewahrt werden. Auch dazu kennen wir die Parallelen aus unserem eigenen Leben: Schädlinge – vor allem in Form negativer, schlechter Gedanken – begleiten uns täglich. Wie gehen wir damit um?

Pfingsten ist das Fest der andauernden Schenkung des Heiligen Geistes. Er ist der „ultimative Begleiter", der uns auf Dauer versprochen ist. Das müsste doch eigentlich ausreichen. Aber ist das so? Ganz offensichtlich nicht, denn Ermüdung und Freudlosigkeit sind ja überall fast schon mit Händen zu greifen! Woran liegt das? Hildegard von Bingen kennt ganz offensichtlich die lähmende Kraft unserer Gedanken, vor allem ihre Wechselhaftigkeit, die uns die „Kraft zum Grünen" und damit auch die Freude nimmt.

Überleitung in die Stille:

Sorgen wir dafür, dass unsere innere Kraft gar nicht erst dürr wird! Das tun wir in der Meditation, indem wir die (wechselhaften) Gedanken aufgeben, sie völlig loslassen und ihnen nicht nachschauen oder -fühlen. So wird die Abwärtsspirale von Dürre und Erstarrung durchbrochen, und wir gelangen vom Sterben unserer Gedanken zu lebendigem Leben. Das geht nur in dem Vertrauen, dass ich nichts zu verlieren habe, wenn ich die Gedanken aufgebe. Die Armut des einen Wortes, die das Tor zu einem tiefen Reichtum eröffnet, wird dazu führen, dass ich das Mantra nicht in stumpfer Routine sage, sondern es – in pfingstlicher Zuversicht - mit Freude sprechen kann. So wird die wachsame Wiederholung zu einer Kraftquelle, die meine Natur aufrichtet und mich im Herzen froh macht. Die Stille ist auch eine Quelle tiefer Freude. Ma-ra-na-tha – komm, Herr…

Academie Kloster Eberbach – Werte in Wirtschaft und Gesellschaft e.V., Kloster Eberbach, 65346 Eltville
POST-ANSCHRIFT Siegfriedring 10, 65189 Wiesbaden TEL +49 (0) 160 – 95 81 20 80 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