

Impuls zur Meditations-Woche vom 29. September bis 5. Oktober 2025

Zitat (Hannah Arendt, 1906 – 1975, deutsch-amerikanische Publizistin und Philosophin):

„Handeln, und nicht nur zu denken oder zu wollen, ist der eigentliche Vollzug der Freiheit.“

Impuls:

Die Freiheit ist ein hohes Gut. Und wenn wir uns in der Welt umschauen, ist es um diese Freiheit nicht gut bestellt. Autokraten bedrohen sie fast überall. Menschen und Völker, die im Laufe ihrer Geschichte Unfreiheit erfahren haben, scheinen für die Freiheit anders einzustehen als diejenigen, für die Freiheit eine Selbstverständlichkeit ist. Sind wir achtsam genug und bereit, für die Freiheit einzustehen? Gerade wer meditiert, sollte wachsam sein und nicht resignieren!

Wer frei ist, hat Verantwortung, er sollte dann auch entscheiden und danach handeln. Wenn wir an die Entscheidungen denken, die in unserem Land derzeit getroffen werden müssen, fällt die Zähigkeit des politischen Prozesses auf. Unter einem Übermaß an Rücksicht auf Einzel-Interessen leidet am Ende der Gesamtkonsens. Die Folge ist eine Frustrationsspirale, da es ja doch vermeintlich alles nichts nützt, weil sich kaum etwas bewegen lässt.

Woher nehmen wir also die Kraft, das als notwendig Erachtete auch umzusetzen? Im Urlaub gab mir die Leiterin der Ferien-Pension „Maria Hilf“ in St. Gallenkirch im Montafon – übrigens eine wunderbare Urlaubsadresse! -, ein Büchlein über Maria Bernarda Bütler, die Gründerin der Franziskaner Missionsschwestern, zu lesen. Sie hat in Südamerika, speziell in Kolumbien, aber auch in Europa auf vielfache Art und Weise Segensreiches für eine Vielzahl von Menschen bewirkt mit ärmlichen Mitteln und ohne Absicherung. Sie ging einfach ihren Weg. Zugleich wusste sie, was Menschen gemeinsam miteinander bewegen können. So konnte aus kleinen, äußerst bescheidenen Anfängen Großes werden, wie aus dem sprichwörtlichen Senfkorn ein großer Baum wächst. Ja, im Verborgenen geschieht viel mehr, als wir zu glauben meinen.

Oft fangen wir gar nicht erst an, weil wir denken, wir seien zu klein, zu unbedeutend und weil es scheinbar eben doch alles keinen Zweck hat. Aber gerade im Alltag kommt es auf die kleinen Dinge an. Hierzu passen die Worte dieser wirkmächtigen Ordensfrau: „...lasset uns doch alle gern klein sein. Klein an Zahl, klein an Ansehen...!“ Demut ist also angesagt; doch zugleich heißt es, dass sie ihre Mitschwestern darauf drängt, die Tätigkeit auszuweiten, die ihre kleine Gemeinschaft ausübt. Das gilt auch für uns, die wir in der Freiheit leben, damit sie aufblüht.

In dem Buch „Viktor E. Frankl: Kraft aus der Tiefe“ heißt es: „Die Freiheit des Menschen und ihr zufolge die Verantwortlichkeit als das Wesen seines Daseins ist wieder in den Vordergrund zu rücken.“ Und auf der Homepage der Schwestern von „Maria hilf“ steht derzeit das Frankl-Zitat: „Wir brauchen nicht so sehr neue Programme, sondern eine neue Menschlichkeit.“

Überleitung in die Stille:

Wie anders kann die Freiheit wieder Oberhand gewinnen? Das Wichtige erkennen, um die Kraft der Gemeinschaft wissen, in Demut Verantwortung übernehmen und klein anfangen. Davon brauchen wir wieder mehr in dieser Welt! Uns Meditierenden hilft das kleine Mantra, das aufblüht und wächst, wenn wir nur daran festhalten. So bekommt die Freiheit Tiefe und Sinn. Ma-ra-na-tha – komm, Herr...