

Impuls zur Meditations-Woche vom 8. bis 14. Juni 2026

Zitat (Manfred Hinrich, 1926 - 2015, deutscher Philosoph, Lehrer und Schriftsteller):
„Es lügt was in der Sucht.“

Impuls:

Wir sind alle auf der Suche. Aber kann Suche auch zur Sucht ausarten? Ganz offensichtlich, denn unser Wunsch, bei unserer Suche etwas zu finden, kann zu einem unstillbaren Verlangen werden, das Erfüllung nach unseren Vorstellungen einfordert. Wenn wir dem zu oft nachgeben, kann sich suchtartiges Verhalten einstellen, am Ende kann uns gar die Sucht beherrschen. Das ist kein zwangsläufiger Prozess, aber ich glaube, dass viele von uns dieses Verlangen kennen.

Auf einem Besinnungstag mit Pater Laurence Freeman OSB, dem Leiter der Weltgemeinschaft für Christliche Meditation, ging es vor einigen Jahren einmal um den „Stachel“, von dem Paulus schreibt, dass er ihm „ins Fleisch gestoßen“ sei und den er loswerden will. Aber das gelingt nicht; und die Antwort, die er von seinem Herrn dazu bekommt, lautet nur: „Meine Gnade genügt Dir, denn sie erweist ihre Kraft in der Schwachheit.“ (2. Kor 12, 9) Auf die Frage von Pater Laurence, was denn wohl dieser Stachel gewesen sein könnte, kam mit den Antworten der Seminarteilnehmer eine stattliche Sammlung von Süchten zusammen: Es wurden zuerst Alkohol, Sex und Drogen genannt, aber dann auch übertriebene Arbeit und Missbrauch von Macht bis hin zu versteckten Eitelkeiten, Narzissmus und Stolz.

Unser Verlangen kann eine irrealer Welt schaffen. Darin wird unsere Suche nie ans Ziel kommen, weil unsere gedankliche Traumwelt keine Grenzen hat. So besteht die Gefahr, dass wir uns am Ende in eine unendliche Suche hineinsteigern, bei der keine Erfüllung zu finden ist. Trotzdem machen wir weiter: Das ist Sucht, und die macht schließlich sogar die Suche langweilig und stumpf. Das Aufstehen lohnt nicht mehr, es bleiben Enttäuschung und Scham.

Bei Gesprächen um die Aufarbeitung von Süchten ist es erstaunlich, dass Süchtige oft Dinge an die Oberfläche bringen, die auch ihre Gegenüber als Schwächen kennen. Schwächen haben wir alle, und es ist befreiend, wenn jemand sie beim Namen nennt. So habe ich einmal bei einem Treffen der Anonymen Alkoholiker den Eindruck gehabt, die Alkohol-Abhängigen redeten gar nicht über sich, sondern über mich. Das war durchaus ermutigend, denn es wurde auch der Ausweg aufgezeigt. Es tut gut zu wissen, dass wir mit unseren Fehlern und Schwächen nicht allein sind. Auch Paulus scheint es mit seiner Willensstärke allein nicht geschafft zu haben. Aber mit der Gnade, die den Blick zur Wahrheit öffnet, scheint er zurechtgekommen zu sein. Und so ist der erste Schritt sich für die Wahrheit zu öffnen und sich dieser zu stellen.

Überleitung in die Stille:

In der Meditation öffnen wir uns für unsere eigene Wahrheit. Sie ist – so gesehen – auch ein Mittel gegen Sucht. Wenn wir wissen, wer wir sind und auch wie wir sind, erdet uns das im wohlverstandenen Sinne. Die Stabilität, die wir suchen, ergibt sich nicht aus der Bewegung unseres Verlangens, sondern aus der Stille unserer tiefsten Verwurzelung. So können wir die Dinge und Aufgaben des Lebens mit Freude genießen, ohne uns an sie oder in ihnen zu verlieren. Die Gnade der Wahrheit kann auch uns stärken, in der Suche Erfüllung zu finden
Ma-ra-na-tha - komm, Herr...