

Perspektivwechsel

Wie ich lernte, mich von Gott auf meinem Wachstumsweg wieder einen Schritt weiter führen zu lassen.



Wie der Mensch insgesamt, so will sich auch die Form seines Betens weiterentwickeln.

Foto: Benjamin Balazs auf Pixabay

Ich habe hier schon öfter davon erzählt, dass ich mir seit meinen Exerzitien 2019 vorgenommen hatte, am Morgen und am Abend jeweils für eine halbe Stunde in Stille zu meditieren. Natürlich habe ich das nicht jeden Tag durchgehalten, aber es ist mir doch zu einer wichtigen Übung geworden und hat mir wesentlich dabei geholfen, in meine Mitte zu kommen. Ja, ich erlebte, wie ich mit der Zeit immer leichter in die Sammlung kommen durfte und auch ein Getragensein von Gott her spürte. Die Inspiration für meine Arbeit, für mein Schreiben und Reden ist im Wesentlichen aus dieser Zeit gekommen. Mal kamen mir förmlich Ideen zugeflossen, manchmal so zahlreich, dass ich Mühe hatte, sie alle zu behalten. Zu anderen Zeiten spürte ich nichts fließen, sondern erfuhr mich eher getragen, konnte Anspannung loslassen und aufatmen.

Doch in letzter Zeit passte irgendetwas nicht mehr. Von Mal zu Mal erlebte ich die Gebetszeit als anstrengend. Nicht, dass ich nicht hätte dabeibleiben können, aber die Begegnung mit dem göttlichen Grund war irgendwie so fordernd, dass ich mich danach erschöpft fühlte. Und mehr und mehr erlebte ich die sonst eher selbstverständliche Verbundenheit mit Jesus sich verflüchtigen. Was war los? Natürlich fragte ich mich, ob es an mir lag. Habe ich die

Meditation zu oft sausen lassen? Ja, ich spürte zeitweise sogar einen gewissen Widerwillen dagegen. Warum? Und warum entfernte sich Gott von mir?

Natürlich habe ich mich bemüht, mich mehr anzustrengen, treuer zu meditieren, mich im Alltag mehr in Verbindung mit Jesus zu bringen. Aber das änderte nichts an meiner Situation. Ich war allmählich ratlos, frustriert, enttäuscht. Es brauchte Zeit, bis ich umkehren und eine neue Perspektive darauf nehmen konnte. Wie immer in solchen Wachstumsprozessen gibt es die Phasen der Dunkelheit, des Sich-Verlassen-Fühlens, der Orientierungslosigkeit. Ich habe mich mit Freunden, denen ich vertrauen kann, besprochen und es kam allmählich die Idee auf, dass es vielleicht nicht oder nicht mehr die passende Weise des Gebets für mich war. Diesen Gedanken zuzulassen war schwierig für mich, weil ich es mir doch zur Pflicht gemacht und mich auch daran gewöhnt hatte.

Und wenn es nicht die richtige Weise war, welche sollte es denn sonst sein? Ich wollte doch Jesus nahe sein und brauchte doch diese Zeit, um zur Mitte zu finden. Und wie ich es schon oft erlebt habe, es gibt immer eine erste Zeit der Blindheit, wo ich nichts sehe und keine Lösung habe. Ich muss Vertrauen aufbringen, den Mut haben, das Bisherige zu lassen, ohne schon eine Lösung zu haben, wie es denn weitergehen könnte. Ich muss Vertrauen auf Gott aufbringen, dass er schon weiß, wie er mich führen wird. Man hängt also ziemlich in der Luft und das ist kein angenehmes Gefühl.

Aber, das habe ich auch schon sehr oft erlebt, es kommt dann ein Mosaiksteinchen zum anderen und bald fällt es einem wie Schuppen von den Augen, weil man ein neues Bild sieht. Diese

Mosaiksteinchen waren bei mir: das Gespräch mit vertrauten Menschen, ein Buch von Madeleine Debrêl, in dem sie beschreibt, wie sie auch in kleinsten Momenten des Alltags die Verbindung mit Gott sucht, der Austausch in der Lectio Divina, die Inhalte des Cursillo, mein Jesus-Bild, vor dem ich meditiere und das oft so ernst und streng schaut, aber im Grunde viel lieber freundlich auf mich schauen würde.

Mir ist aufgegangen, dass ich in meinem guten Bemühen zu viel von meinem Tun und Ehrgeiz geleitet war und das Gebet zu sehr als eine Disziplin- und Pflichtübung angesehen habe. Ich habe erkannt, dass Gott nicht diese zwei Mal halben Stunden Meditation von mir fordert, sondern dass er mir freundlich und fürsorglich entgegenkommen will, da, wo ich bin und so, wie ich bin. Ich darf freier meinen Tag gestalten und dabei achtsam sein für die Momente, in denen er sich mir zuwendet oder ich mich ihm öffnen kann. Ich habe es ausprobiert, mich von den starren Meditationszeiten zu lösen und die Achtsamkeit für seine Nähe mehr in den Alltag mit hineinzunehmen. Ich meditiere immer noch gerne, auf jeden Fall eine halbe Stunde, aber ich darf diese auch freier gestalten, indem ich z.B. etwas lese und mir einfach

bewusst bleibe, dass Jesus mit mir ist und freundlich auf mich schaut. Und ich spüre, wie es mir gut tut. Ja, es berührt mich, wie sehr Gott von sich aus für mich da ist, wenn ich ihn nur lasse und nicht dem folge, was ich meine, alles für ihn tun zu müssen. Das Gefälle von einem fordernden Gott gegenüber einem folgsamen Menschen nimmt ab und es entsteht mehr Miteinander und freundschaftliches Füreinander.

Und wie so oft, wenn ich einen neuen Blick eingenommen habe und dabei bin, einen neuen Weg zu gehen, dann vervielfältigen sich die Zeichen, die mich darin unterstützen. Da bekomme ich dann einen Artikel zugeschickt, in dem davon die Rede ist, dass unser Bemühen, auch in der Fastenzeit, oft aus dem Versuch kommt, mehr zu tun und mehr zu haben. Das Verzichten entstammt demselben Denkmuster wie das Konsumieren, denn man will mehr Verdienst, Leistung, Wert ansammeln. Stattdessen bräuchte es eine grundlegende Neuorientierung, bei der das einfache Dasein und Sein-Dürfen vor Gott in den Mittelpunkt tritt. Sich von ihm lieben lassen. Ein weiterer Mosaikstein war die Aussage einer Bekannten, die mit uns die Exerzitien im Alltag macht. Sie meinte, dass sie nach jahrelanger Praxis erst jetzt verstanden hätte, was mit dem abendlichen Gebet der liebenden Aufmerksamkeit wirklich gemeint war. Es ginge gar nicht darum, dass sie sich um eine liebende Aufmerksamkeit bemühe, um in der Rückschau den Tag zu überblicken, vielmehr wäre gemeint, dass es Gott ist, der sich mit liebender Aufmerksamkeit ihr und ihrem Tag zuwende.

Ja, manchmal brauchen diese Perspektivwechsel ihre Zeit. Obwohl es uns im Nachhinein so naheliegend erscheint, so brauchen wir in unserer innerlichen Reifung doch unsere Zeit und eine Achtsamkeit für die Anstöße im Umfeld. Oft ist es auch wichtig, Widerstände nicht einfach durch mehr Disziplin und Anstrengung zu übergehen, sondern sie als mögliche Anstöße für Veränderung ernst zu nehmen.

Mir fällt dazu eine Stelle aus dem Propheten Jesaja ein, die ich schon lange mit mir trage: „Wendet euch mir zu und lasst euch erretten, alle Enden der Erde, denn ich bin Gott und sonst niemand!“ (Jes 45,22) Ja, mich erretten lassen, statt zu versuchen, mich selbst zu retten. Sein-Dürfen, einfach, weil Gott mich liebt. Mich von ihm lieben lassen. Das ist nicht die einfachste Übung, aber sicher eine sinnvolle gerade in der Fastenzeit.



Wenn es immer in eine Richtung ging, ist es gar nicht so einfach, eine andere einzuschlagen.

Foto: Gerd Altmann auf Pixabay