

Meditationsbriefe
Jahrgang 2005



Udo Manshausen



Der Buchstabe ‚G‘ steht für das Göttliche, die Weltseele, die alle Erscheinungen durchdringt – die sichtbaren wie die unsichtbaren.

Seit unvergänglichen Zeiten sind die Menschen davon überzeugt, dass sie die Spur des Göttlichen sowohl in der Natur als auch in der Tiefe ihres Selbst erspüren können.

Aus der Urkraft des Welt-Alls entfaltet sich die Energie, die die bunte Vielfalt des Daseins hervorbringt und antreibt. Um sich mit der All-Weisheit als Urheber all dessen zu verbünden, bedarf es des geistigen und herzlichen Durchdringens äußerer und innerer Wirklichkeit. Die Sterne weisen uns die sehnsuchtsvolle Richtung, in die wir streben: Wir suchen nach dem Garten Eden, der uns im Frieden miteinander verbindet.

Mögen wir selbst den Ölzweig der Eintracht in das Leben hineinragen, um die Schöpfung mit heilsamem Sinn zu erfüllen. Auf diese Weise kann die seelische Dunkelheit erhellt werden, wenn wir uns in Sympathie miteinander vereinen.

Um die Welt mit beseelter Sinnhaftigkeit zu bereichern, bedarf es vor allem eines besonnenen Geistes, der die Fähigkeit der Unterscheidungsgabe besitzt.

Kalli-Graphik von Deli Overfeld, Troisdorf

Zum Inhalt des Jahrgangs 2005:

Diese Meditationsbriefe sind im Geist der Wüstenväter, der ersten christlichen Mönche aus Ägypten gestaltet. Ich führe einen fiktiven Dialog mit dem Wüstenvater Abbas Poimen (+450), dessen Gedankengut Maßstab für die Inhalte der Meditationsbriefe sind. Er schreibt in die konkrete Situation der Gegenwart hinein.

<i>Seelische Entwicklung</i>	6
<i>Benachteiligung</i>	8
<i>Eigenliebe</i>	9
<i>bedeutungslos</i>	11
<i>fallen lassen</i>	13
<i>Den Himmel gewinnen</i>	15
<i>Innere Wendepunkte</i>	17
<i>tadellos</i>	19
<i>Weisheitliche Untersuchung</i>	20
<i>Selbstbestimmung</i>	22
<i>Die bösen Mitmenschen</i>	24
<i>doppeltes Vertrauen</i>	26
<i>Unvergängliches</i>	27
<i>Vergötterung</i>	28
<i>Umkehr beginnt im Kleinen</i>	30
<i>Ungute Gleichbehandlung</i>	31
<i>Geistiges Feuer</i>	32
<i>Seelische Enge</i>	33
<i>Leistung</i>	34
<i>Das unbeeindruckte Ich</i>	36
<i>Der verborgene Wunsch</i>	38
<i>Konzentration</i>	39
<i>Was soll ich tun?</i>	41
<i>Spiegelnde Gemeinschaft</i>	42
<i>Der hilfreiche Fehler</i>	43
<i>Das Grab der Trägheit</i>	44
<i>So wirst Du Ruhe finden</i>	46
<i>Das Geschenk des Wortes</i>	47
<i>Die Gewissheit im Verborgenen</i>	49
<i>Herzensbildung statt Strategie</i>	50
<i>Schritte ins Dunkel</i>	52
<i>Das Leben zwischen Ruhe und Orkan</i>	54
<i>Nichtigkeit und Liebe</i>	56
<i>Das Spinnennetz der Schuld</i>	58
<i>Dunkle Nächte der Zukunft</i>	60
<i>In angstvollen Zeiten</i>	62
<i>Zurückhaltung</i>	64
<i>Kleinkinderschrittchen</i>	65
<i>Die Seele in der Dunkelheit</i>	67

<i><u>Um jeden Preis.....</u></i>	<i><u>68</u></i>
<i><u>scheinbar besiegt.....</u></i>	<i><u>70</u></i>
<i><u>Richtungsänderung.....</u></i>	<i><u>72</u></i>
<i><u>Gedankendruck.....</u></i>	<i><u>73</u></i>
<i><u>Beruhigende Angst.....</u></i>	<i><u>75</u></i>
<i><u>Falsche Eitelkeit.....</u></i>	<i><u>76</u></i>
<i><u>Seelenlage.....</u></i>	<i><u>77</u></i>
<i><u>Stille Aufmerksamkeit.....</u></i>	<i><u>79</u></i>
<i><u>Entblößung.....</u></i>	<i><u>81</u></i>
<i><u>Die Angst aus der Schuld.....</u></i>	<i><u>83</u></i>
<i><u>Nächstenliebe.....</u></i>	<i><u>85</u></i>
<i><u>Stichwortverzeichnis.....</u></i>	<i><u>87</u></i>

Seelische Entwicklung

Liebe Leserin, lieber Leser!

Lieber Udo,

wir könnten so vieles tun, es gibt doch scheinbar unendliche Möglichkeiten, unser Leben zu gestalten. Aber wissen wir damit bereits, worauf es im Leben für uns ankommt, was wirklich gut tut und uns bis in den innersten Seelenwinkel mit friedlicher Freiheit erfüllt?

Abbas Ammonas hat uns einen wertvollen Hinweis gegeben, um unsere Handlungen zu überdenken:

„Es könnte einen geben, der hundert Jahre in einem Kellion (Einsiedlerzelle) sitzt, ohne zu lernen, wie man im Kellion sitzen soll.“*

Udo, Du kennst die für die Lebensgestaltung wichtigste Frage:

Was soll ich tun?

Demütig, mit ernsthaftem Interesse und in hoffnungsvoller Erwartung tragen wir diese Frage vor Gott und die Mitbrüder. Es geht uns um die innere, die seelische Entwicklung.

Wenn wir unsere Pflichten erfüllt haben, keine Anforderungen an uns gestellt werden oder uns Unbehagen und Sinnlosigkeit überfallen, werden wir dahin geführt, unser Handeln zu überdenken.

Findest Du nicht auch, dass dies ein wenig spät ist, um mit dem Nachdenken zu beginnen?

Wenn wir nicht täglich auf unsere Seelenregungen achten, unser Inneres nachhaltig pflegen und mit geistiger Nahrung versorgen, dann verdüstert sich unser Geist immer mehr.

Du weißt selbst nur zu gut, wie schnell das Äußere verloren gehen kann, ganz zu schweigen von der aufkommenden Unzufriedenheit, wenn wir uns die Wünsche erfüllt und Ziele erreicht haben.

Wenn Du in den letzten Wochen bei Deinen Begegnungen nachhaltig darauf hingewiesen hast, dass das Leben erst zu Ende ist ,wenn es zu Ende ist, finde ich dies ganz im Sinne unserer Sichtweise. Es gibt letztlich nichts Bleibendes, alles ist ständig in Bewegung. Das Gute wird vergehen und das Böse ebenfalls.

Es kommt darauf an, aus den verschiedenen Zuständen, der aktuellen Situation, Nutzen zu ziehen. Es gibt keine andere Gegenwart als die, in der wir uns befinden. Diesen Aspekt aus der Seelenführung des Jean-Pierre de Caussade, auf den Du in den letzten Tagen gestoßen bist, sehe ich in ähnlicher Weise.**

Das Wort Nutzen wird auch in meinem Zeitalter eher in der Bedeutung eines Vorteils verstanden, der sich möglichst bald einstellen soll. In diesem Sinne wird es bei der seelischen Entwicklung weniger Greifbares geben, wenn dies überhaupt möglich sein wird. Das seelische Empfinden gleicht einem Fluss, der unaufhaltsam mit dem Leben dahinfließt. Unsere Aufgabe ist es, das Innere zu entwickeln, zu geistreicher Erkenntnis zu kommen, um von da aus das Äußere zu betrachten. Der Ausgangspunkt ist die menschliche Natur, die sich unaufhaltsam auf ein Ende zu bewegt.

Das spürende Nachdenken über die eigenen Empfindungen, den Augenblick des kleinen Lebens im Spiegel der Sonne und angesichts der Finsternis der Nacht zu betrachten, gehört mit zu den wertvollsten Aufgaben und Möglichkeiten in unserem Dasein. Es wird hilfreich sein, sich durch Weisheit inspirieren zu lassen, damit wir verborgene Seelenregungen ins Bewusstsein heben.

Betrachten wir gemeinsam, die Worte aus dem Buch Kohelet:

„... Aber ein und dasselbe Geschick trifft den Gesetzestreuen und den Gesetzesbrecher, den Guten, den Reinen und den Unreinen, den Opfernden und den, der nicht opfert. Dem Guten ergeht es wie dem Sünder, dem Schwörenden ebenso wie dem, der den Schwur scheut.

Das ist das Schlimme an allem, was unter der Sonne getan wurde, dass alle dann ein und dasselbe Geschick trifft und dass in den Menschen überdies die Lust zum Bösen wächst und Verblendung ihren Geist erfasst, während sie leben und danach, wenn sie zu den Toten müssen -

ja, wer würde da ausgenommen? Für jeden Lebenden gibt es noch Zuversicht. Denn: Ein lebender Hund ist besser als ein toter Löwe.

Und: Die Lebenden erkennen, dass sie sterben werden; die Toten aber erkennen überhaupt nichts mehr. Sie erhalten auch keine Belohnung mehr; denn die Erinnerung an sie ist in Vergessenheit versunken.

Liebe, Hass und Eifersucht gegen sie, all dies ist längst erloschen. Auf ewig haben sie keinen Anteil mehr an allem, was unter der Sonne getan wurde.“

(9,2-6)

Was immer dieser Text in uns auslösen mag, es sind *unsere* Gedanken, nicht vorgeschrieben, sondern spontan, kurz aufflackernd und wieder verlöschend, ganz im Einklang mit dem Lebensprinzip.

Udo, selbst dieser Brief ist nur eine Momentaufnahme im unaufhaltsamen Vorantreiben der Natur des Menschen auf ein Ende zu. Gehen wir mit innerem Gespür auf die uns verbleibenden Augenblicke zu.

Dein Abbas Poimen

U*D*O*-*M*A*N*S*H*A*U*S*E*N

* Weisung der Väter, Abbas Poimen, 670

** Jean-Pierre de Caussade, Seelenführung, 45

Benachteiligung

Liebe Leserin, lieber Leser!

Lieber Udo,

wer denkt nicht daran, wenn sich Erfolg und Wohlbefinden einstellen, dass ihm dies berechtigt zufällt? Nicht zu vergessen das Hadern, der anklagende Aufschrei gegenüber der göttlichen Gerechtigkeit, wenn uns Ereignisse hart getroffen haben.

Gibt es wirklich Verdienste in unserem Leben, die uns zu Recht aus der Masse herausheben? Wir wurden durch Zufall ins Dasein hineingeboren.

In Alexandria verehren die Menschen Tyche, die griechische Göttin des Schicksals und des Zufalls. Wie gerne würden wir unser Leben jenseits von Leistung im Übermaß zu unseren Gunsten beeinflussen!

Ich denke über die Gesamtheit der Menschen dann besonders nach, wenn meine Wünsche sich nicht erfüllt haben und ich klagend vor den phantasierten Trümmern meiner Existenz sitze. Worin sollte der Grund für eine Bevorzugung gegenüber anderen Menschen liegen?

Wenn Du Dein derzeitiges Leben mit all seinen Requisiten oder Besitztümern im Dialog mit anderen weniger Deiner Leistung, sondern dem Zufälligen zuordnest, dann finde ich dies zutreffend.

Ist es unsere Heldentat, in bestimmte soziale Verhältnisse hineingeboren zu sein? Sind wir tatsächlich die unabhängigen Lenker unserer Gedankenwelten? Wir sind da, wo wir sind, und können nichts Großartigeres als das, was in uns hineingelegt wurde.

Häufig haben wir vergessen, was wir sind: Menschen, die keine Erinnerung daran haben, was vor ihrer Geburt lag, noch darum wissen, was nach ihrem Tod mit ihnen geschieht. Das ist wahrhaft bedauerlich, weil aus diesen dunklen Umständen unsere Sorgen entstehen.

Wenn wir doch deutlicher erkennen würden, dass im Leben das meiste auf uns zukommt, dass weder unser Können, noch unsere Verfehlungen der wirkliche Grund für unsere Zustände sind.

Ich danke Dir für die Erinnerung der Gedanken aus dem Buch Kohelet: *„Wiederum habe ich unter der Sonne beobachtet: Nicht den Schnellen gehört im Wettlauf der Sieg, nicht den Tapferen der Sieg im Kampf, auch nicht den Gebildeten die Nahrung, auch nicht den Klugen der Reichtum, auch nicht den Könnern der Beifall, sondern jeden treffen Zufall und Zeit.*

Außerdem: Der Mensch kennt seine Zeit nicht. Wie Fische, die ins Unglücksnetz geraten sind, wie Vögel, die ins Klappnetz geraten sind, ebenso verfangen sich die einzelnen Menschen in ihre Unglückszeit, wenn sie plötzlich über sie herabfällt.“ (9, 11-12)

Udo, ich wünsche Dir in diesen Tagen die Einstellung des Kohelet, damit Du dankbar erspüren kannst, dass Du leben darfst, so wie es Dir geschenkt wird.

Dein Abbas Poimen

U*D*O*-*M*A*N*S*H*A*U*S*E*N

Eigenliebe

Liebe Leserin, lieber Leser!
Lieber Udo,

wir Menschen unterliegen gleichfalls seelischen Gefahren. Um diesen zu begegnen, sind wir Mönche im Unterschied zu vielen ‚Weltmenschen‘ in ein anderes Extrem gegangen: in die vorrangige Pflege unserer Seele, die genaueste Beachtung der geistigen Innerlichkeit, das Erforschen der Gedankenabläufe und die Reaktionsweisen unserer Gefühle.

Dennoch teilen wir mit denjenigen, die sich in erster Linie um das Materielle, die Gesundheit oder die soziale Absicherung kümmern, eine gemeinsame Gefährdung: die Eigenliebe. Dabei liegt der Gefahrenpunkt nicht nur darin, dass wir es mit der Aufmerksamkeit für uns selbst leicht übertreiben und bestimmte Wohlstände über die Maßen für uns beanspruchen. Wir neigen vielmehr dazu, uns über Menschen zu erheben, indem wir glauben, dass uns mehr an Gütern, an Glück, an Fürsorge oder an Bedeutung zustehe als den anderen Wesen aus Fleisch und Blut.

Aber worin liegt die Notlage oder die Bedrängnis für unsere Seele? Ist sie eher moralischer oder psychischer Natur?

Wenn wir eine menschliche Katastrophe verhindern wollen – die Unterdrückung der Mitmenschen und die Entfremdung von uns selbst bis ins Chaos hinein –, dann sollten wir beide Gefährdungen ernst nehmen.

Du kennst die Frage, die die Menschen bei diesem Thema sofort aussprechen: Woran kann ich feststellen, ob ich mich bereits in persönlicher Gefahr befinde und es mit meiner Eigenliebe übertreibe? Du kennst die ausgiebigen Dialoge über das Gute und Heilsame einer gesunden Egozentrik. Das Schädliche der Egomane ist damit noch nicht im Blick. Ich beteilige mich an einem solchen Austausch nicht mehr aktiv und höre nur noch zu.

Die von Dir übermittelten Gedanken von Jean-Pierre de Caussade liegen ganz auf meiner Linie:

*„Tun wir unser Möglichstes, um unsere Eigenliebe abzulegen samt deren üblen Folgen, wie Hochfahrenheit, Genußsucht, Kritisiersucht.“**

Bei den Auswirkungen oder Folgen unserer Ichbezogenheit werden die Gefahrenquellen deutlich. Es hat mich nicht gewundert, dass Du bei dem Aspekt der Kritisiersucht völlig überrascht warst und Dich ertappt fühltest, da Du in der Vergangenheit darin keine starke Verbindung zum Thema Eigenliebe gesehen hast. Dies kann vor allem daran liegen, dass wir glauben, unsere Ermahnungen anderen gegenüber seien richtig und wir somit in diesem Umstand keine seelische Gefährdung für uns sehen.

Dem Hochmut begegnen wir Wüstenväter dadurch, dass wir uns nicht zu schade sind, andere um Rat zu fragen. Wir glauben fest daran, dass wichtige Lebensimpulse nicht ausschließlich aus uns selbst heraus entstehen. Wir sind auf andere angewiesen.

Der Genußsucht auf eine solch extreme Weise entgegenzuwirken, wie wir das hier in der Wüste tun, ist keine zwingende Bedingung, um einer ungun-

Habsucht auszuweichen. Es gilt vielmehr darauf zu achten, wann unser Jammern einsetzt, weil wir etwas Bestimmtes nicht weiterhin genießen können oder was wir nicht alles für das kleine bisschen Freude in Bewegung setzen. Du kennst unsere Sitte beim Essen, wenn wir Gäste haben. Wir halten uns zurück und versorgen zuerst die anderen. Die Selbstbeherrschung steht im Mittelpunkt.

Bei der Sucht zu kritisieren geschieht es leicht, dass wir innerlich verhärten, kaum noch wirklich liebenswerte Menschen in unserer Umgebung entdecken und glauben, dass die anderen uns nur ausnutzen wollen. Wir denken dann, dass wir die einzig Guten sind.

Wenn wir den Mitmenschen misstrauisch begegnen, ihnen kaum vergeben können, dann ist Sanftmut fast nicht mehr lebbar, die wir für uns selbst sehnsüchtig erwarten.

Einige von den Vätern fragten mich: *„Wie konnte der Abbas Nistheroos seinen Schüler so geduldig ertragen?“* Ich antwortete ihnen: *„Wenn ich es gewesen wäre, ich hätte ihm ein Kopfkissen untergelegt.“* Altvater Anub sprach daraufhin zu mir: *„Und was hättest du zu Gott gesagt?“* Ich entgegnete ihm: *„Ich hätte gesagt: ‚Du hast gesprochen: Entferne zuerst den Balken aus deinem Auge, dann erst kannst du sehen, wie du den Splitter aus dem Auge deines Bruders ausziehen kannst.‘ (Mt 7,5)“*^{***}

Die Eigenliebe kann sich ebenso darin zeigen, indem wir anderen etwas nicht zukommen lassen, was wir selbst in kritischen Situationen nicht erhalten haben. Aber wir könnten es dennoch tun, wenn wir den Mitmenschen auf eine Weise lieben würden, die die Wahrhaftigkeit menschlicher Gleichwertigkeit übersteigt, indem wir den anderen mehr achten als uns selbst.

Es geht für mich nicht darum, sich alles gefallen zu lassen und den anderen für sein schlechtes Verhalten womöglich noch zu belohnen. Der Schutz der eigenen Person und erzieherische Maßnahmen sind hierbei ein entferntes Thema. Die Fragen lauten vielmehr: Auf wen bezieht sich mein Handeln? Stehe ich im Mittelpunkt oder der andere?

Wir können uns aus dem ungenügenden Kreislauf der Eigenliebe ein wenig befreien, wenn wir uns unsere eigenen Fehlhaltungen vor Augen führen, unsere Ungerechtigkeiten begründen und uns die eigene Schwächlichkeit eingestehen. Zunächst könnte ein solches Vorgehen wiederum in eine sich selbst liebende Richtung führen. Allmählich jedoch werden wir uns öffnen und die Bedürftigkeit des anderen erspüren und diesem im Handeln fürsorglich antworten.

Udo, ich weiß, dass es nicht leicht ist, sich nicht für etwas Besseres zu halten. Aber denke an Deine Seele, sie könnte Schaden erleiden.
Dein Abbas Poimen

U*D*O*-*M*A*N*S*H*A*U*S*E*N

* Jean-Pierre de Caussade, Seelenführung, 47

** Weisung der Väter, Abbas Poimen, 705

bedeutungslos

Liebe Leserin, lieber Leser!

Lieber Udo,

die Stille der Einsamkeit, die Du mir beschrieben hast, kenne ich. Zunächst spürt man die innere Unruhe, die sich bis zu einer unerträglichen Spannung ausbreiten kann. Doch die Wirklichkeit verändert sich nicht. Das Begehrte kommt nicht auf uns zu.

Durch das Erschöpftsein vom verzweifelten Wehren bahnt sich allmählich die Stille ihren Weg, deren Lautlosigkeit hörbar wird. Das Verlassensein, von wem oder was auch immer – vom Glück, von Menschen, vom Sinn, von Gott – breitet sich aus: Einsamkeit, ein völliges Zurückgeworfensein auf sich selbst.

Fragen und Gedanken berühren das Ohr und dringen nach innen:

„Wo ist der Halt geblieben, auf den ich meine Zufriedenheit aufgebaut habe und mit der ich meine Ängste eindämmen konnte? Bin ich verloren, weil die Dunkelheit kein Licht erkennen lässt?“

Tränen überströmen das Gesicht. „Ich will leben, einfach nur glücklich sein. Ich spüre in mir die Sehnsucht nach Erleichterung und Geborgenheit, doch die Verzweiflung bahnt sich weiter ihren Weg. Sie will einfach keine Ruhe geben, nicht loslassen. Sie bereitet dem verkrampften Willen die Gelegenheit, das Ersehnte zu erlehen.“ Die äußere Welt verwandelt sich immer noch nicht!

Die Wirkung der Ablenkungen und Tröstungen lässt nach. Jetzt wird es Zeit, sein Leben vom Grunde der Angst aus zu bedenken.

Ich bin mit Dir einer Meinung, dass extreme Weltsichten in solchen Situationen mehr Auswirkung haben werden, als hoffnungsvolle Anknüpfungspunkte an das schmerzliche Leiden.

Im Schöpfungsbericht können wir lesen:

„...die Erde aber war wüst und wirr, Finsternis lag über der Urflut und Gottes Geist schwebte über dem Wasser.“ (Gen 1, 2)

Wir tragen diese Leere in uns. Sie gehört mit zu unserem Wesen. Doch wir wehren uns gegen dieses Nichts und versuchen es zu füllen oder zu vergessen.

Dein Freund Thomas Merton muss dieses leere Nichts deutlich in sich gespürt haben. In seinem Tagebucheintrag, den Du mir geschickt hast, ist zu erkennen, wie er versucht, von Grund auf, der Verzweiflung zu entgehen:

„Ich werde aufhören, irgendeine Anstrengung zu unternehmen, mich irgend jemandem gegenüber zu rechtfertigen. Einen Ort für mich irgendwo innerhalb einer Gruppe zu bereiten. Das ist es, was ich mir klar machen muss. Dies und die Notwendigkeit, jede Handlung aufzugeben, die nur die leiseste (beabsichtigte) Spur auf dem Angesicht der Erde hinterlässt. Dies und die

Notwendigkeit, allem heimlichen Jagen nach menschlicher Unsterblichkeit – danach, in Erinnerung zu bleiben – zu entsagen.

*Frieden ist unmöglich, solange ich nicht völlig, gänzlich einsehe und die Einsicht umarme, dass ich schon längst vergessen bin. Nicht dass ich es ändern könnte, in Erinnerung bleiben zu wollen. Doch täglich steht mir der Preis vor Augen, den ich zahlen müsste!! Ich scheue mich davor und will ihn doch bezahlen. Das ist es, was nicht passieren darf. Gib Gott, was Gottes Eigentum ist.“**

Wir möchten im Leben Bedeutung einnehmen, Unvergängliches erschaffen und ewiglich in der Liebe umarmt sein. Wenn wir es jedoch übertreiben, indem wir die Endlichkeit aller irdischen Dingen verdrängen, dann zahlen wir einen hohen Preis. Thomas Merton scheint zu wissen, wovon er spricht.

Es wird ein harter Kampf bleiben, gegen den Drang anzugehen, das Unsterbliche im Irdischen zu suchen. Wenn wir erkennen, wie klein, wie verlassen und vergänglich wir im tiefsten Grund sind, dann muss dies jedoch nicht anhaltende Dunkelheit bedeuten:

„Gott sprach: Es werde Licht. Und es wurde Licht.“ (Gen 1, 3)

Es bleibt das Prinzip unvergänglich erhalten, dass uns die Einsamkeit auf das Göttliche zuführen wird, wie immer dies aussehen mag. Das Irdische reicht nicht aus, uns zu erlösen.

Gerne bete ich mit Dir das Abendgebet:

*„Bevor des Tages Licht vergeht,
hör, Welterschaffer, dies Gebet:
Der du so milde und so gut,
nimm gnädig uns in Deine Hut.*

*Gib, dass kein böser Traum uns weckt,
kein nächtlich Wahnbild uns erschreckt.
Die Macht des Feindes dämme ein,
dass unser Leib stets bleibe rein.*

*Erhör uns Vater, der du mild
mit deinem Sohn und Ebenbild
und mit dem Tröster aller Zeit,
dem Geist, regierst in Ewigkeit.“***

Udo, ich wünsche Dir von Herzen, dass Du das loslassen kannst, was Dich verzweifeln lässt. Öffne Dich immer mehr der Stille und Einsamkeit. Denke daran, dass die Stille sofort da ist, wenn Du sie brauchst.

Dein Abbas Poimen

U*D*O*-*M*A*N*S*H*A*U*S*E*N

* Thomas Merton – Der Mönch der sieben Stufen, 163/4

** Liturgisches Nachtgebet, 5./6. Jahrhundert, in: Erhelle meine Nacht, Die 100 schönsten Gebete der Menschheit, 47

fallen lassen

Liebe Leserin, lieber Leser!

,Lieber Udo,

Du fragst mich, ob Du ein Anliegen mit aller Energie weiter verfolgen sollst, wenn Deine Anstrengungen über einen längeren Zeitraum keine Erfüllung finden.

Du weißt, dass alle menschlichen Ideen und Taten der Vergänglichkeit unterworfen sind. Zahlreiche Götter, von Menschen erschaffen, fielen von ihren Sockeln, und dies wird weiterhin so geschehen.

Bedenke die Sehnsüchte Deines bisherigen Lebens: Was ist aus den Dingen geworden, die Du erreichen konntest? Was ist aus Deiner Verzweiflung geworden, als Du vor schmerzlicher Leere standest?

Wenn Du Dir diese Fragen mit innerem Gewinn beantwortet, die Wogen Deiner Gefühle geglättet und Dich für den Augenblick zur Ruhe geführt hast, dann bist Du für das Hören gut vorbereitet.

Es ist schwierig zu unterscheiden, ob uns der Erfolg einer Handlung verwehrt bleibt, um unsere Ausdauer und Standfestigkeit zu vervollkommen oder ob wir durch die Widerstände und Verweigerungen in eine andere Lebensrichtung geführt werden sollen. Dies wird sich erst später zeigen und kann somit in der Gegenwart nur unzureichend beurteilt werden. Dennoch können wir etwas für unsere Seele tun!

Nach den quälenden und traurigen Gefühlsaufwallungen sollten wir uns besinnen. Damit meine ich nicht ein erneutes Durchdenken und Durchleben unserer schmerzlichen Sehnsüchte. Es wird bei dieser Besinnung nicht zu verhindern sein, dass sich unser Eigenwille erneut Gehör verschafft; aber wir können anders damit umgehen, indem wir keine neuen Pläne entwerfen, um unsere Ziele dennoch zu erreichen.

Du kannst etwas für Deine Seele tun!

Wenn sich meine Wünsche im Moment nicht erfüllen, dann richte ich meine Aufmerksamkeit auf mein bisheriges Leben und meine vergangenen Pläne: *„Es ist wie mit einer Truhe, die voller Kleider ist. Wenn einer sie drinnen liegen lässt, dann vermodern sie mit der Zeit. So ist es auch mit den Gedanken: wenn wir sie nicht mit dem Leibe ausführen, dann verschwinden sie mit der Zeit oder verfallen.“**

Udo bedenke: Es ist vieles nicht derartig lebensnotwendig wie Du glaubst.

Wenn Du auf diese oder ähnliche Weise Dein Begehren betrachtest und möglicherweise ein wenig anders einordnest als bisher, dann werden sich

Deine unerfüllten Ziele erneut in Deinem Bewusstsein zu Wort melden und mögliches Leid auslösen. Um diesem zu begegnen ist es ratsam, Dir Deine neuen Erkenntnisse vor Augen zu führen und wiederholt den quälenden Gedanken darin einzuordnen. Wenn er dann ein drittes Mal kommt, dann beachte ihn einfach nicht mehr, denn er ist ein unfruchtbarer Gedanke, da er Dich nicht zu dem Ziel führen wird, das Du erhoffst.**

Wir glauben an die Wichtigkeit einer Idee, wenn damit intensive Gefühle verbunden sind. Eine andere Bewertung folgt der Beobachtung, ob mich mein Handeln zu einer inneren Zufriedenheit führt.

Bei Deiner Suche nach einer inneren Balance und um dem Sog der herunterziehenden Gefühle zu entgehen, bist Du wirklich auf ein wunderschönes Bild gestoßen, das im nachspürenden Betrachten alsbald zu innerem Frieden führen kann.

*„Nutzlose Gedanken werden jedoch am besten verjagt, nicht etwa, indem man gegen sie ankämpft oder sich gar von ihnen entmutigen lässt: man lässt sie einfach fallen wie einen Stein ins Meer. Mit der Zeit gelingt einem dieses Fallenlassen zusehends besser.“****

Udo, das Unerreichbare wird nicht erreichbar sein, weil es offenbar nicht für uns vorgesehen ist. Das Erreichbare wird vergehen und unseren Händen wieder entgleiten, wie der Stein, der ins Meer geworfen, sich seinen scheinbar zufälligen Weg zum Grunde hin bahnt. Das aufgewühlte Meer hält den Lebensweg nicht auf. Es versperrt uns nur die Sicht auf unseren festen Boden.

Lasse Dich fallen, so als müsstest Du Dich um nichts in der Welt kümmern, damit die Dinge zum Vorschein kommen, auf die Du ohne Widerstand friedvoll zugehen kannst.

Dein Abbas Poimen

U*D*O*-*M*A*N*S*H*A*U*S*E*N

* Weisung der Väter, Abbas Poimen, 594

** vgl. ders., 614

*** Jean-Pierre de Caussade, Seelenführung, 35

Den Himmel gewinnen

Liebe Leserin, liebe Leser!

Lieber Udo,

lass uns gemeinsam über das Leben nachdenken. Dies sollten wir von dem Punkt aus unternehmen, an dem wir uns gerade befinden.

Was haben wir erreicht und damit vom Daseinsprinzip verstanden?

Was soll sich weiterhin in unserem Sinne ereignen und erfüllen?

Es ist ratsam darüber nachzudenken, wodurch oder von wem wir unsere Vorstellungen über ein zufriedenes Leben erlangt haben. Kommt unser Verlangen wirklich aus unserem tiefsten herzlichen Inneren oder aus dem Vergleich mit den anderen?

Was ist ein lohnenswertes Ziel? Dieses sollte auf jeden Fall das menschliche Wesen in seiner Natürlichkeit und mit seiner Endlichkeit wahrhaftig, der Wirklichkeit entsprechend, einschließen.

Wenn Du angesichts der Schicksalsschläge, die Dich mit den anderen verbinden, Dir selbst und Deinen Mitmenschen ins Gedächtnis rufst, dass das Leben erst zu Ende ist, wenn es zu Ende ist, dann halte ich das für wahrheitsgetreu.

Es gibt keine anhaltende Sicherheit. Das Leid ist ebenso vergänglich.

Wir wollen versorgt und behütet sein: Was stellen wir uns nicht alles darunter vor!

Wenn wir auf die tägliche Brüchigkeit unserer Planungen schauen, die Sinnlosigkeit angesichts der Vergänglichkeit des Geschaffenen erkennen, so stellt sich für viele die Frage: Sollten wir überhaupt noch etwas tun? Diese Frage steht jedoch im Zusammenhang mit dem bisherigen Bemühen. Sie drückt die Niedergeschlagenheit des Unerreichbaren aus.

Was ist aus den Heroen und Helden der Völker geworden? War ihr Ruhm anhaltend? Nein, er ist erloschen, wie die Erinnerung an jegliches Leben irgendwann erloschen sein wird.

Der Weg irdischer und materieller Glückseligkeit ist nur eine Möglichkeit. Es gibt den Pfad des Seelischen, der unserer Sehnsucht nach Unvergänglichem folgt.

Es ist ein wunderbarer Impuls, den Du aufgespürt hast:

„Der heutige Tag wurde dir gegeben, damit du an ihm den Himmel gewinnst. Nimm dir fest vor, den Tag dafür gut zu nutzen.*

Das Gute an diesem Vorhaben finde ich ist, dass wir damit nie zu einem Ende kommen – außer durch den Tod –, weil es unendlich viele Weisen gibt, auf die Weite im Leben zuzugehen.

Von Abbas Pior weiß ich, „*dass er jeden Tag einen Anfang machte*“.** Das ist mir zutiefst einleuchtend. Wir glauben noch zu häufig, dass wir etwas

aufbauen müssen, möglichst an dem anknüpfen sollten, was gerade in der Entwicklung begriffen ist.

Der Himmel hat keinen Anfang und kein Ende. Wir können als Menschen täglich mit dem neu beginnen, was uns möglich ist. Dadurch können wir die Traurigkeit angesichts dessen überwinden, was unseren Händen für immer entglitten ist.

Was könnte es bedeuten, den Himmel zu gewinnen? Wer könnte dies aufzählen?

Es gibt einen wichtigen Hinweis, den wir beachten sollten, um zu erkennen, ob wir noch auf himmlischen Pfaden wandeln. Verinnerlichen wir die wichtige Botschaft aus dem Buch Kohelet:

„Windhauch, Windhauch, sagte Kohelet, Windhauch, Windhauch, das ist alles Windhauch.

Welchen Vorteil hat der Mensch von all seinem Besitz, für den er sich anstrengt unter der Sonne?

Eine Generation geht, eine andere kommt. Die Erde steht in Ewigkeit.

Die Sonne, die aufging und wieder unterging, atemlos jagt sie zurück an den Ort, wo sie wieder aufgeht.

Er weht nach Süden, dreht nach Norden, dreht, dreht, weht, der Wind. Weil er sich immerzu dreht, kehrt er zurück, der Wind.

Alle Flüsse fließen ins Meer, das Meer wird nicht voll. Zu dem Ort, wo die Flüsse entspringen, kehren sie zurück, um wieder zu entspringen.

Alle Dinge sind rastlos tätig, kein Mensch kann alles ausdrücken, nie wird ein Auge satt, wenn es beobachtet, nie wird ein Ohr vom Hören voll.

Was geschehen ist, wird wieder geschehen, was man getan hat, wird man wieder tun: Es gibt nichts Neues unter der Sonne.

Zwar gibt es bisweilen ein Ding, von dem es heißt: Sieh dir das an, das ist etwas Neues – aber auch das gab es schon in den Zeiten, die vor uns gewesen sind.

Nur gibt es keine Erinnerung an die Früheren und auch an die Späteren, die erst kommen werden, auch an sie wird es keine Erinnerung geben bei denen, die noch später kommen werden.“ (1, 2-11)

Machen wir uns täglich auf, das Himmlische zu gewinnen, tragen wir in unseren Sinnen das Ziel, uns von den Verkrampfungen des Irdischen zu lösen, folgen wir unserem Sehnen nach Unvergänglichem, das nur in der Weite des Himmels gefunden werden kann.

Udo, ich wünsche Dir weiterhin das Zutrauen in Deine Intuitionen. Gib nicht so schnell auf, habe Geduld und nimm den begonnenen kreativen Lebensfaden mit zuversichtlicher Freude auf.

Dein Abbas Poimen

U*D*O*-*M*A*N*S*H*A*U*S*E*N

* Franz von Sales (1567-1622), in: Erhelle meine Nacht, Die 100 schönsten Gebete der Menschheit, 58

** Weisung der Väter, 659

Innere Wendepunkte

Liebe Leserin, lieber Leser!

Lieber Udo,

das Leben in der Wüste und die Einsamkeit erscheint vielen wie das Ende der Welt. Was kann sich hier verändern? Der Wind verändert ständig das Gepräge der Landschaft, ohne dass ich Einfluss darauf habe.

Wo könnte ich hingehen, um etwas zu erleben? Im Umkreis gibt es nur Sand, schroffe Felsen und Trockenheit.

Ist es in den Städten, am Meer und auf den Inseln wirklich anders?

Es gibt Tage, da verlasse ich mein Kellion und mache einen Spaziergang in der Wüstenlandschaft. Jeder Schritt kann mich zu neuen Erkenntnissen führen. Der Blick in die sich wandelnde Natur fordert mich dazu auf, meine eigenen Veränderungen zu erforschen.

Udo, ich kenne den sehnsuchtsvollen Wunsch, dass das Leben eine sichtbare und spürbare Wendung nehmen möge, die mich aus aller Not und allem Zweifel heraus trägt. Ich erinnere mich noch genau daran, wie enttäuscht ich jedes Mal war, wenn ich feststellte, dass sich nichts verändert hatte. Ich war da, wo ich war. Wo sollte ich auch anders sein? Da nützt es nichts, blindlings Veränderungen zu initiieren und umherzwirbeln.

Natürlich wird es sichtbare und deutliche Wendepunkte in unserem Leben geben, wenn wir etwas oder jemanden verlassen oder uns das Vertraute genommen wird oder wir einen neuen verheißungsvollen Lebensschritt wagen.

Ob es dennoch Gemeinsamkeiten zwischen derartigen Ereignissen und den Schritten in der Wüste gibt, kannst Du für Dich selbst genauer herausfinden.

Wiederum könnten andere sagen: Was soll sich in meinem Leben noch ereignen, da ich doch fast alles habe was ich brauche und bereits vieles erlebt habe? Manche sind tatsächlich lebensmüde.

Deine derzeitige Wüstensituation wird Dich zu Veränderungen führen. Die Menschheit beachtet Dich im Moment wenig und bezieht Dich in ihr Treiben kaum mit ein. Ist das wirklich so tragisch? Du kannst sicher mein Lächeln hinter diesen Zeilen erspüren.

Ich freue mich mit Dir, wenn Du neben Deinen sorgenvollen Gedanken auf Erkenntnisse triffst, die Dich begeistern. Das sind innere Wendepunkte, die den Augenblick verändernd bewegen!

Wir können uns täglich aufmachen, solche geistigen Wendepunkte zu erstreben. Dazu bedarf es einer inneren Wachsamkeit und gehaltvoller Gedanken. Es geht um die Aufmerksamkeit für die Seele.

Uns beiden, wie auch anderen, ist es im Leben zugefallen, über den Schöpfer des Lebens nachzudenken, um unser Dasein zu begreifen und unsere Sehnsucht nach Geborgenheit zu stillen. Wir folgen den Gedanken und Einstellungen, die die Menschheitsgeschichte über Gott für uns bereitstellt.

Abbas Pambo sagte über den Altvater Antonius: „Durch seine Gottesfurcht bewirkte er, dass der Geist Gottes in ihm wohnte.“*

Wir haben es in der Hand, welcher Geist in uns wohnt. Die eigene Vernunft wird nicht ausreichen, eine innere Zufriedenheit zu erlangen. Die Achtung wertvoller Geistigkeit wird es ermöglichen, dass wir Wendepunkte in unserem Leben erfahren, die uns aus der Dunkelheit herausführen.

Was ist wirklich wichtig für unser Leben? Lass uns über einen Ausschnitt aus dem Buch Kohelet nachdenken, damit wir zu neuen Einsichten gelangen:

„Ich dachte mir: Auf, versuch es mit der Freude, genieß das Glück! Das Ergebnis: Auch das ist Windhauch.

Über das Lachen sagte ich: Wie verblendet!, über die Freude: Was bringt sie schon ein?

Ich trieb meine Forschung an mir selbst, indem ich meinen Leib mit Wein lockte, während mein Verstand das Wissen auf die Weide führte, und indem ich das Unwissen gefangen nahm. Ich wollte dabei beobachten, wo es vielleicht für die einzelnen Menschen möglich ist, sich unter dem Himmel Glück zu verschaffen während der wenigen Tage ihres Lebens.

Ich vollbrachte meine großen Taten: Ich baute mir Häuser, ich pflanzte Weinberge. Ich legte mir Gärten und Parks an, darin pflanzte ich alle Arten von Bäumen. Ich legte Wasserbecken an, um aus ihnen den sprossenden Baumbestand zu bewässern.

Ich kaufte Sklaven und Sklavinnen, obwohl ich schon hausgeborene Sklaven besaß. Auch Vieh besaß ich in großer Zahl, Rinder, Schafe, Ziegen, mehr als alle meine Vorgänger in Jerusalem.

Ich hortete auch Silber und Gold und, als meinen persönlichen Schatz, Könige und ihre Provinzen. Ich besorgte mir Sänger und Sängerinnen und die Lust jedes Menschen: einen großen Harem.

Ich war schon groß gewesen, doch ich gewann noch mehr hinzu, sodass ich alle meine Vorgänger in Jerusalem übertraf. Und noch mehr: Mein Wissen stand mir zur Verfügung und was immer meine Augen sich wünschten, verwehrt ich ihnen nicht. Ich musste meinem Herzen keine einzige Freude versagen. Denn mein Herz konnte immer durch meinen ganzen Besitz Freude gewinnen. Und das war mein Anteil, den ich durch meinen ganzen Besitz gewinnen konnte.

Doch dann dachte ich nach über alle meine Taten, die meine Hände vollbracht hatten, und über den Besitz, für den ich mich bei diesem Tun angestrengt hatte. Das Ergebnis: Das ist alles Windhauch und Luftgespinnst. Es gibt keinen Vorteil unter der Sonne.“ (2, 1-11)

Udo, es bedarf nur eines kleinen Windhauches und unser Leben kann sich verändern. In der Stille und Einsamkeit können wir ihn wahrnehmen. Den Sturm der Öffentlichkeit kennst Du bereits.

Bereite Dich weiterhin auf das vor, was kommen wird.

Dein Abbas Poimen

U*D*O*-*M*A*N*S*H*A*U*S*E*N

* Weisung der Väter, Abbas Poimen, 649

tadellos

Liebe Leserin, lieber Leser!

Lieber Udo,

wenn Du die Frage in den Raum stellst, ob die Sinnlosigkeit eher im Handeln oder vielmehr im Nichtstun zum Vorschein kommt, dann steht im Hintergrund offenbar die Frage: Was tue ich eigentlich Sinnvolles?

Du gehst bei Deinen Überlegungen davon aus, dass die kulturelle Gemeinschaft den Nutzen und damit den Wert der menschlichen Tätigkeit bestimmt. Eine nicht allgemein wertgeschätzte Brauchbarkeit des Tuns wird leicht als Unsinn abgestempelt. Ein bloßes Hineinleben in den Tag, ohne den nachprüfbaren Beweis der Sinnhaftigkeit, zieht leicht die Kritik der Nutzlosigkeit nach sich.

Natürlich bist Du Dir bei Deinen Überlegungen darüber im Klaren, dass Du zur Beantwortung der Frage eine in der Tiefe Deines Selbst verankerte Antwort benötigst, um nicht an den Bewertungen der anderen zu verzweifeln.

Der religiös denkende Mensch – jeder trägt die hoffende Sehnsucht, auf göttliche Gewissheiten zu stoßen, in sich –, glaubt nicht daran, dass er als Geschöpf zugleich sein eigener Maßstab sein kann. Wenn der Mensch somit gleichsam sein Leben mit Hilfe eines göttlichen Blickwinkels betrachtet, stehen vor allem zwei Merkmale im Mittelpunkt: das Handeln gemäß der Natur, die Bewahrung des Lebensraumes und die Gesinnung, die innere Einstellung zum Mitmenschen.

Somit möchte ich Deinen Überlegungen mit folgenden Gedanken begegnen. Wenn ein Mensch die Natur, ebenso seinen Körper, nicht zerstört, handelt er sinnvoll, selbst wenn er nichts tut. Ganz persönlich möchte ich Dir sagen: *„Mit allen Kräften trachte danach, keinem Böses zu tun und dein Herz rein gegen jeden zu bewahren.“**

Was nutzen der Gemeinschaft und der Seele Ruhm und Anerkennung, wenn diese aufgrund von Schädigungen entstanden sind? Ist es nicht das Sinnvollste, das Gute zu erdenken und es zu tun?

Nur mit göttlichem Betrachtungswinkel kann es uns gelingen, im Dasein einen anderen Sinn zu erspüren, als es die menschlichen Normen vorgeben.

Lass uns gemeinsam einen Gedanken aus dem Buch der Weisheit innerlich durchleben: *„Mehr als graues Haar bedeutet für die Menschen die Klugheit und mehr als Greisenalter wiegt ein Leben ohne Tadel. (4,9)*

Udo, Dir wünsche ich noch mehr Zutrauen in die inneren Maßstäbe des Lebens. Erinnerung an die menschlichen Werte Deiner Eltern und führe Dir vor Augen, welchen Sinn ein tadelloses Leben haben kann.

Dein Abbas Poimen

U*D*O*-*M*A*N*S*H*A*U*S*E*N

* Weisung der Väter, Abbas Poimen, 1172

Weisheitliche Untersuchung

Liebe Leserin, lieber Leser!

Lieber Udo,

solange wir erspüren und erkennen, was uns stört, bedrückt oder ratlos macht, sind wir noch nicht verloren. Viele ungute Lebensweisen sind uns in Fleisch und Blut übergegangen, so dass wir den kommenden Schaden nicht mehr im Blick haben.

Wenn jemand seinen hektischen Alltag noch bemerken kann und erfährt, dass er sich nirgendwo auf Verlässlichem und Bewährtem ausruhen darf, sondern alles um ihn herum ihn ständig auffordert, das ewig Neue zu schaffen, dann ist es noch nicht zu spät. Ich finde es gut, dass Du diesem Menschen deutlich gemacht hast, dass dies ein Ausgangspunkt für neue Überlegungen der Lebensgestaltung sein kann.

Wer und was bestimmt nicht alles den Alltag?

Wenn wir uns auf etwas eingelassen haben, müssen wir notwendigerweise diesen Bedingungen folgen. Im härtesten Fall, wenn wir endgültig keine Luft mehr bekommen, bleibt uns nur der Ausstieg aus dem Gewohnten. Aber, wer schafft dies schon?

Eine heile und gesunde Welt, in der es jeder gut mit uns meint, wird es nicht geben. Wir Wüstenväter sind aufgrund unserer Einstellungen bis in die tiefste Wüste hinein verfolgt worden, und viele von uns wurden getötet. Kein Weg bereitet uns eine umfassende Sicherheit.

Was können wir tun?

Wir können als Erstes überprüfen, ob unsere eigenen Ansichten und die der anderen vom Sinnvollen zutreffend sind. Dies kann nur auf eine Weise geschehen, bei der wir uns mit Ruhe befragen:

Was möchte ich in meinem Leben Wertvolles leben?

Wenn wir uns möglicherweise dagegen wehren, nichts Unbedeutendes oder Sinnloses erschaffen zu wollen, sollten wir einen Maßstab, der den gesamten Sinn des Daseins beleuchtet, in unser Denken mit einbeziehen.

Welchen Maßstab sollte ich meinen Überlegungen zugrunde legen?

Weisheit!

Kein Mensch kann letztlich wissen, was sinnvoll ist. Wir können es nur erahnen.

Es gibt jedoch eine Möglichkeit, mehr zutruende Sicherheit für unser Handeln zu erwerben. Wir können unser Wirken von einem allgemeinen

Standpunkt aus bewerten, sozusagen weisheitlich untersuchen, indem wir erkennen, wie wichtig uns die Weisheit im Leben ist. Im alttestamentlichen Buch der Weisheit können wir ein hilfreiches Nachdenken für uns beginnen:

„Daher betete ich und es wurde mir Klugheit gegeben; ich flehte und der Geist der Weisheit kam zu mir.

Ich zog sie Zeptern und Thronen vor, Reichtum achtete ich für nichts im Vergleich mit ihr. Keinen Edelstein stellte ich ihr gleich; denn alles Gold erscheint neben ihr wie ein wenig Sand und Silber gilt ihr gegenüber so viel wie Lehm.

Ich liebte sie mehr als Gesundheit und Schönheit und zog ihren Besitz dem Lichte vor; denn niemals erlischt der Glanz, der von ihr ausstrahlt.

Zugleich mit ihr kam alles Gute zu mir, unzählbare Reichtümer waren in ihren Händen. Ich freute mich über sie alle, weil die Weisheit lehrt, sie richtig zu gebrauchen, wusste aber nicht, dass sie auch deren Ursprung ist.

Uneigennützig lernte ich und neidlos gebe ich weiter; ihren Reichtum behalte ich nicht für mich. Ein unerschöpflicher Schatz ist sie für die Menschen; alle, die ihn erwerben, erlangen die Freundschaft Gottes. Sie sind empfohlen durch die Gaben der Unterweisung.“ (7, 7 – 14)

In unruhiger Seelenlage lese ich diese Gedanken immer und immer wieder, bis ich erkenne, dass ich bereit bin, mein Dasein mit anderen Augen zu betrachten.

Kann ich mit meiner inneren Einstellung dieser Weisheit folgen? Möchte ich unzählbare Reichtümer gewinnen und das Zählbare hinter mir lassen?

Ich weiß von mir, wie nachlässig ich bin und wie die verführerischen Gedanken, vom wem auch immer, Wirkung auf mich haben. Der weisheitliche Weg bedarf ständiger Aufmerksamkeit.

*„Wenn der Kessel über dem Feuer ist, kann ihn keine Fliege berühren und auch kein anderes Kriechtier. Wenn er aber erkaltet, dann setzen sie sich darauf. So auch der Mönch: Solange er in geistlichen Übungen verharrt, findet der Feind keine Möglichkeit, ihn zu stürzen.“**

Das Feuer kann in uns entfacht werden, wenn wir unser Handeln und Denken einer weisheitlichen Überprüfung unterziehen und diese in uns wach halten. Ein Ausruhen soll es nicht geben, es sei denn, die Ruhe ist ein Weg weisheitlicher Besinnung.

Udo, jedwede Neuorientierung ist von Unsicherheiten und Ängsten geprägt. Die grundlegende Frage bleibt: Was suchst Du?

Ich wünsche Dir Begleiter, die mit Dir geistige Reichtümer teilen möchten.

Dein Abbas Poimen

U*D*O*-*M*A*N*S*H*A*U*S*E*N

* Weisung der Väter, Abbas Poimen, 685

Selbstbestimmung

Liebe Leserin, lieber Leser!

Lieber Udo,

es geschieht nicht selten, dass wir Menschen in unserem Sinne zu etwas bewegen möchten, und es ereignet sich nichts. Manchmal erhalten wir überhaupt keine Reaktion. Unsere Impulse versanden oder werden hinweggespült in die Unbestimmbarkeit des Meeres.

Udo, glaube bitte nicht sehr daran, wenn Dir dies bei wichtigen Anliegen widerfährt, dass man Dich nicht mag oder Deine Ideen für fragwürdig hält. Die dahinterliegende Erscheinung zu erkennen ist hilfreicher, da sie eine wichtige Weise unseres Daseins beleuchtet.

Der Prophet Jeremias bringt in seinem Gespräch mit Gott eine bedeutungsvolle Lebensweisheit zum Ausdruck:

„Du weißt es, (Gott), dass des Menschen Weg nicht in seiner Gewalt steht und dass es dem Menschen nicht gegeben ist, seinen Gang zu bestimmen und seine Schritte zu lenken.“* (Jer 10,23)

Du kennst den menschlichen Aufschrei und die Empörung angesichts solcher Gedanken: ‚Was habe ich nicht alles bereits planvoll umgesetzt! Meine Ideen und mein Weitblick haben mich zu dem gemacht, was ich bin!‘

Wer wollte dies bestreiten. Das liegt nicht in meiner Absicht.

Ist es jedoch nicht sinnvoller, den geistigen Impuls des Jeremias mit den Erkenntnissen aus dem Buch der Weisheit zu verbinden und nachzudenken?

„Unsicher sind die Berechnungen der Sterblichen und hinfällig unsere Gedanken; denn der vergängliche Leib beschwert die Seele und das irdische Zelt belastet den um vieles besorgten Geist.

Wir erraten kaum, was auf der Erde vorgeht, und finden nur mit Mühe, was doch auf der Hand liegt; wer kann dann ergründen, was im Himmel ist?“
(9, 14-16)

Ein solches Bedenken erscheint mir sinnvoller als das Beweinen erfahrener Ablehnung oder zerstörter Planungen. Eine solche Niedergeschlagenheit kann leicht in einer Bewegungslosigkeit und einer persönlichen Selbstaufgabe enden: ‚Ich kann eh im Leben nichts erreichen. Warum soll ich mich für etwas einsetzen?‘

In einem solchen Denken können wir den Gegenpol zum Helden und Macher erspüren.

Was können wir tun, um nicht dem Trugbild zu erliegen, unser Leben vor allem selbst bestimmen zu können oder zu wollen? Auf welche Weise sollten wir handeln, um nicht ohne Leidenschaft die Lebenszeit verstreichen zu lassen?

Zunächst einmal ist es notwendig, dass wir uns darüber klar werden, zu welchem Pol wir uns näher hingezogen fühlen:

Glauben wir, unser Leben in der Hand zu haben?
Hat es überhaupt noch Zweck, etwas zu planen?

Aber, was nutzen uns die Antworten und Erkenntnisse zu diesen Fragen?

Udo, es ist von Bedeutung, wenn Du neben Deinen Gedanken der Zukunftsgestaltung auch die Dinge in den Blick nimmst, die Deiner Seele gut tun.

Was hättest Du mit glorreichen Erfolgen gewonnen, wenn Du im Inneren unglücklich bist?

Vielleicht kannst Du Anklänge für Dein Leben finden, wenn Du die Prinzipien der Wüstenväter betrachtest. Vom Altvater Pambo habe ich drei Übungen erlernt und mir diese auf meine Weise zu eigen gemacht:

*„... tägliches Fasten bis zum Abend, Schweigen und viel Handarbeit.“***

Jeder dieser Bereiche prägt auf unterschiedliche Art das Empfinden. Aus diesen Lebenspraktiken erhalten wir wertvolle Impulse für unsere Seele und für unsere Sicht der Welt.

Ob wir unser Leben innerhalb der vorgegebenen Grenzen und erfahrenen Gegensätze selbst bestimmen, hängt entscheidend von unseren Maßstäben und unserer Lebensweise ab.

Wenn wir uns besinnen: beim Nachdenken über unsere Nahrung, in der Stille und beim Planen unseres Handelns, dann werden wir wie von selbst – wir müssen dies nicht vor anderen zugeben –, zum Himmel hinausgeführt. Was immer uns dabei beeindruckt mag, wird unser Herz wie unbestimmbar und dennoch tiefgreifend erfassen.

Udo, unsere Lebenszeit und unser Schicksal bleiben ungewiss. Beharre, vor allem bei Dir selbst, auf der Wichtigkeit der Nahrung für die Seele. Gehe einen weiteren Schritt auf die Natur zu.

Dein Abbas Poimen

U*D*O*-*M*A*N*S*H*A*U*S*E*N

* Übersetzung nach der Jerusalemer Bibel

** Weisung der Väter, Abbas Poimen, 724

Die bösen Mitmenschen

Liebe Leserinnen und Leser!

Lieber Udo,

Deine beschriebene Erfahrung kenne ich und habe sie an mir selbst entdeckt. Wir neigen tatsächlich dazu, wenn es sich um unseren Willen und unsere Selbstbestimmung handelt, zu sagen, dass fast alles aus uns selbst komme. Geraten wir bei diesen eigenständigen Bestrebungen in Bedrängnis, dann ist es der fehlerhafte Mitmensch schuld.

Wenn es uns gelingen würde, die Fragwürdigkeit des eigenen Handelns, die selbständigen Fehlhaltungen und Laster zu bedauern, könnten wir wahrhaft etwas verändern.

Herzlichen Dank für die Gedanken des Jesuiten Jean-Pierre de Caussade, der den Menschen ganz auf sich selbst zurückwirft:

*„Eine Seele, der Gott ihr Elend enthüllt hat, leidet unvergleichlich mehr unter sich selbst, als unter irgendeinem Mitmenschen. Keiner begleitet uns schließlich fortwährend durchs Leben; jedenfalls tragen wir keinen mit uns herum, wie wir uns selber beständig in uns haben ohne uns je abschütteln zu können, wobei wir uns stets sehen und fühlen müssen und unsre Unvollkommenheiten und Fehler überall mitschleppen.“**

Überprüfen wir uns daher in leidvollen Situationen, ob wir ganz bei uns selbst sind oder ob die anderen es wieder einmal zu verantworten haben.

Wir sind gut beraten, die Ungereimtheiten in uns in Ordnung zu bringen. Das Beklagen der bösen Mitmenschen bringt uns wahrlich nicht weiter. Es wird heilsam sein, das Wehklagen auf uns zu beziehen.

Vor einiger Zeit fragte mich ein Bruder: *„Was fange ich mit meinen Sünden an?“* Ich antwortete ihm: *„Wer sich von seinen Sünden (Laster, Lügen, Fehlhaltungen, Blockaden) reinigen will, der reinigt sich durch Beweinen. Und wer Tugenden erwerben will, der erwirbt sie durch Weinen. Denn das Weinen ist der Weg, den uns die Schrift überliefert hat und auch unsere Väter, indem sie sagten: Weinet! (vgl. Lk 6, 21; 23, 28). Einen anderen Weg als diesen gibt es nicht!“***

Ich denke mit Dir an die Menschen, die einwendend fragen könnten, warum dies so sei. Wir sollten über die Erfahrung des Weinens, über das eigene Elend erst dann sprechen, wenn es aus uns herausgeströmt ist.

Die tiefe Betroffenheit führt uns für eine Weile vom Nachdenken weg. Sie löst unsere Verkrampfungen und unsere festen Bollwerke der Rechtfertigungen.

Udo, wenn Dir Menschen mangelndes Einfühlungsvermögen vorwerfen, gleichzeitig empört und verletzt sind, dann gibt es keinen Zweifel daran, dass dies so ist. Du kannst ein solches Empfinden oder Urteilen kaum auflösen.

Für jeden bleibt es eine grundlegende Frage, warum er sich noch nicht derartig mit sich selbst konfrontiert und kritisch betrachtet hat, dass am Ende einfühlend das betroffene Weinen den Druck bereits gelöst hat.

Du weißt, dass es mir bei seelischen Prozessen nicht um Moral und Schuld geht. Das Weinen, die Trauer, soll befreien, indem sie mich zur Wärme des eigenen Herzens führt, die mich trägt und mir auf diese Weise Entwicklung ermöglicht. Hierin liegt ebenso der Beginn für die Tugend, indem ich aus diesem herzlichen Geist heraus das Gute anstrebe und verwirkliche.

Udo, Du weißt selbst, dass die Verurteilung anderer Menschen nie und nimmer die kritische Selbsterkenntnis und notwendige Heilung ersetzen können. Wir erhalten dadurch höchstens einen Aufschub, bevor das eigene Leid über uns selbst herfällt.

In aufwühlenden streitvollen Situationen ruft sich die Menschheit seit Jahrhunderten zu: ‚Du bist auch nicht besser als ich. Schau lieber auf dich als auf andere!‘

Nehmen wir diesen Aufruf als Aufforderung an uns selbst, der wir nachkommen sollten, ohne dass andere uns damit fast erschlagen.

Ich wünsche Dir, dass Du die harten Reaktionen der anderen einfühlender verstehen lernst, indem Du Deine eigenen Fehlhaltungen beweinst.

Dein Abbas Poimen

U*D*O*-*M*A*N*S*H*A*U*S*E*N

* Jean-Pierre de Caussade, Seelenführung, 71

** Weisung der Väter, Abbas Poimen, 693

doppeltes Vertrauen

Liebe Leserin, lieber Leser!

Lieber Udo,

wir können mit Menschen genaue Absprachen treffen, doch ohne Vertrauen wird Unruhe in uns aufsteigen; wenn wir uns einer Sache ganz sicher sind, benötigen wir dennoch hoffendes Vertrauen, da das Geglaupte sich im letzten Moment trotzdem nicht verwirklichen kann; es gibt im Leben viel Ungewisses, ohne Vertrauen würden uns die Dämonen in zahlreiche Ängste stürzen, nur um uns zu quälen.

Wem können wir voll und ganz vertrauen: uns selbst, dem Mitmenschen, Gott?

Damit wir uns auf uns selbst verlassen können, benötigen wir innere Stabilität und ein Gespür dafür, wie wir unsere unguuten Leidenschaften in einen festen Griff bekommen, damit diese uns nicht in die Irre führen.

Wir sollten Menschen finden, die es wirklich gut mit uns meinen, die uns nicht ausnutzen, sondern das Beste für uns im Blick haben, so dass wir liebendes Vertrauen erfahren.

Es ist von entscheidender Bedeutung, den Fluss des Lebens zu begreifen, den naturhaften Prinzipien zu folgen, um mit dem Herzen den Gestalter zu erahnen, damit unsere Seele den Weg des Vertrauens wie eine Fährte aufnehmen kann. Ich stimme mit Dir darin überein, dass es befreiend schön wäre, wenn wir die Worte von Jean Pierre de Caussade auf uns beziehen könnten:

*„Ich sehe mich ständig von Gottes väterlichem Vertrauen umgeben, was mein Vertrauen verdoppelt.“**

Udo, ich sehe es wie Du, dass wir unter doppeltem Vertrauen leicht ein zweifaches verstehen. Aufgrund unseres Strebens nach Absicherungen werden wir zunächst daran denken. In einer anderen Einsicht ist damit ein vertieftes, ein noch mehr loslassendes, ein bedingungsloses, ein friedvolles und ein freudiges Vertrauen gemeint.

Wenn es uns gut geht, mag uns die Zuversicht in das Leben leicht fallen. Unsere Absicht sollte es vielmehr sein, glaubwürdige Lichtblicke in der Dunkelheit zu entdecken, die uns wirklich tragen.

Ein Bruder sagte zur mir: *„Ich beobachte in meinem seelischen Innern, dass, ganz gleich wo ich hingehe, ich Hilfe erwarten darf.“* Ich sagte zu ihm: *„Selbst jene, welche Schwerter tragen, haben einen Gott, der ihnen Barmherzigkeit in ihrem Leben erweist. Wenn wir uns also auf Inseln des Schreckens befänden, würde Gott uns dennoch nach seiner Barmherzigkeit behandeln.“***

Udo, ein Weg zu dem doppelten Vertrauen liegt in der immer und immer wieder verzeihenden Nachsicht. Diese befreit uns von dem Schrecken, der uns in den Knochen sitzt. Habe Vertrauen!

Dein Abbas Poimen

U*D*O*-*M*A*N*S*H*A*U*S*E*N

* Jean-Pierre de Caussade, Seelenführung, 75

** The Paradise of the Fathers, aus dem Syrischen ins Englische übers. von Wallis Budge, Nr. 132 Seite 183, ins Deutsche übertragen, Sr. Elisabeth Hafenegger O.P.

Unvergängliches

Liebe Leserin, lieber Leser!

Lieber Udo,

Du fragst mich, ob wir in unserer kleinen Eremitenkolonie danach streben, uns Hinweisen oder Mahnungen für die innere Lebensgestaltung zu stellen.

Natürlich spüre ich in mir die Neigung, Fehlhaltungen, um die ich weiß, vor mir selbst und anderen zu verbergen. Manchmal lebe ich sogar in der Vorstellung, dass meine Laster unentdeckt bleiben. Darin habe ich mich häufiger getäuscht.

Darüber hinaus drängt es mich, auch wenn es schmerzlich werden könnte, andere zu fragen, was ich an meiner Einstellung verändern sollte. Wir können mehr für unsere Entwicklung tun, wenn wir fremde Sichtweisen zulassen, da wir nicht alles selbst wahrnehmen können.

In seelischen Notsituationen überwinden wir eher unsere Scheu, andere Einblicke in unsere inneren Kämpfe zu gewähren. Aber dies ist nicht ausreichend, wenn wir wirklich nach tiefer und nachhaltiger Erkenntnis suchen.

Viele fragen, wonach sie suchen sollen.

Zu Abbas Hiob habe ich einige Male erinnernd gesagt: „*Wende deine Augen ab von der Betrachtung dessen, was vergänglich ist, von der Begierde nach dem, was die Seele zerstört.*“*

Einen Anstoß, um uns um das Vergängliche zu kümmern, brauchen wir kaum. Dazu werden wir täglich ermuntert, indem unser Begehren der Menge folgt. Dennoch sehnen wir uns wie von selbst nach dem Unvergänglichen, dem Bleibenden und Anhaltenden.

Aber wie sieht das Ewige aus?

Udo, es ist eine leidenschaftliche Gewissheit des Gefühls, die das Ewige erahnen lässt. Für die Verstorbenen, die wir lieben, erhoffen wir mit inniger Zuversicht, dass sie leben. Die Idee von Jean-Pierre de Caussade hat mich ebenfalls angerührt: „*Keiner ist in der uferlosen Ewigkeit, ob er jetzt oder später oder schon früher gestorben ist, weiter zurück, noch weiter voraus. Denn alle stehen in gleicher Weise am Ewigkeitsanfang, wenn sie irdisch nicht mehr weiterleben.*“**

Somit liegt ein Hauch von Unvergänglichem in jedem neuen Anfang, der nicht dem Zwang unterliegt, durch Irdisches allein glücklich werden zu wollen.

Im Buch der Weisheit können wir lesen: „*Das Unvergängliche muss von Anfang an da gewesen sein, und wird ewig bleiben.*“***

Udo, möglicherweise führt Dich der Verlust vieler irdischer Dinge stärker zu einem unendlichen Horizont.

Dein Abbas Poimen

U*D*O*-*M*A*N*S*H*A*U*S*E*N

* The Paradise of the Fathers, aus dem Syrischen ins Englische übers. von Wallis Budge, Nr. 204 , Seite 197, ins Deutsche übertragen, Sr. Elisabeth Hafener O.P.

* Jean-Pierre de Caussade, Seelenführung, 76

*** Buch der Weisheit 14, 13

Vergötterung

Liebe Leserin, lieber Leser!

Lieber Udo,

du fragst mich, wie wir zu uns selbst stehen können, ohne uns von den Menschen vereinnahmen zu lassen.

In der Masse können wir nicht wirklich zu uns selbst finden, weil wir ständig zu bestimmten Handlungen aufgefordert werden, ohne dass diese unserer Berufung entsprechen. Außerdem kann uns die aufkommende Leidenschaft und Begeisterung der Menge dazu zu verführen, uns selbst und andere hervorheben zu wollen.

Aber es fühlt sich wirklich erhebend an, eine Bedeutung zu haben! Dieser Gedanke drang aus meinem Innern öfter an mein Ohr. Aber können wir andere oder uns selbst in den Himmel heben?

Wir sollten unser Streben nach Bedeutung klein halten, damit wir noch ein wirkliches Interesse an unserer Seele haben. Der Erfolg steigt zu Kopfe, nicht zum Herzen.

„Aus einem nahe gelegenen Dorf setzte ein Statthalter einen Bewohner gefangen. Einige kamen zu mir und baten mich, seine Freilassung zu erwirken. Ich erbat mir Zeit des Bedenkens, um mir darüber klar zu werden, welche Folgen mein Handeln haben würde. So betete ich zu Gott: „Herr, gewähre mir diese Bitte nicht! Denn sonst lassen sie mich nicht mehr in Ruhe an diesem Orte wohnen.“ Dann ging ich zum Statthalter, um ihn zu bitten. „Der aber sprach zu mir: ‚Für einen Räuber setzt du dich ein, Abbas?‘“ Ich freute mich darüber, dass ich keine Gnade erlangt hatte.*

Damit bin ich der Gefahr entronnen, später selbst zu glauben, ich könne göttliche Dinge bewirken.

Auch ich sehne mich nach Erfüllung und nach Bedeutung für mein Leben. Dabei versuche ich mir Klarheit darüber zu verschaffen, was die Menschen für mich sein können und was nur dem Göttlichen zukommt. Ich habe mir vorgenommen, dies auf keinen Fall zu verwechseln. Um mich daran zu erinnern, durchleben meine Gedanken die folgenden Zeilen aus dem Buch der Weisheit:

„Bedrückt durch allzu frühe Trauer ließ ein Vater von seinem Kind, das gar schnell hinweggerafft wurde, ein Bildnis machen; so ehrte er einen toten Menschen als Gott und führte bei seinen Leuten geheime Kulte und festliche Bräuche ein. Im Lauf der Zeit verfestigte sich die frevelhafte Sitte und wurde schließlich als Gesetz befolgt; die Standbilder erhielten auf Anordnung der Herrscher göttliche Verehrung.

Konnten die Menschen einen König nicht unmittelbar ehren, weil er weit weg wohnte, dann vergegenwärtigten sie den Fernen; sie machten von dem verehrten König ein Bildnis, das allen sichtbar war, um dem Abwesenden, als ob er gegenwärtig wäre, mit Eifer zu huldigen.

Der Ehrgeiz des Künstlers führte dazu, dass auch jene, die den König gar nicht kannten, ihm göttliche Verehrung erwiesen. Wohl um dem Herrscher zu gefallen, bot er seine ganze Kunst auf, um ihn schöner darzustellen, als er war. Von der Anmut des Bildes hingerissen, betete die Menge den, der noch kurz zuvor nur als Mensch geehrt wurde, jetzt wie einen Gott an.

Der Welt ist dies zum Verhängnis geworden: Die Menschen haben, unter dem Druck von Unglück oder Herrschermacht, Stein und Holz den Namen beigelegt, der mit niemand geteilt werden kann.

Als ob es nicht genug wäre, in der Erkenntnis Gottes zu irren, nennen sie in dem heftigen Zwiespalt, den die Unwissenheit in ihr Leben bringt, so große Übel auch noch Frieden.“ (14, 15-22)

Udo, ist es nicht das Wichtigste in unserem Leben, das zu verwirklichen, was durch unsere Anlagen und in dem uns geschenkten Lebensrahmen möglich ist? Kann es wirklich ein Ausgleich für unser ‚verpasstes‘ Leben sein, wenn wir andere Menschen verehren?

Wir brauchen die Selbsterkenntnis über unser Menschsein, damit wir wach werden, um von da aus, bewusst, etwas für unsere Seele zu tun.

Wenn wir bewegungslos im Grab liegen, können wir nicht mehr handeln.

Udo, ich weiß, wie schwer es ist, sich von der Masse zu lösen, und wie schnell wir angefeindet werden können, wenn wir die Endlichkeit menschlicher Götter benennen.

Verweile weiterhin im Schweigen morgendlicher Stille; bedenke dabei die Wünsche nach Anerkennung, die in Dir aufsteigen können und verführe Dich nicht selbst.

Udo, das Glückliche ist nur im Innern Deiner Seele, indem Du Deine unendliche Sehnsucht erkennst und bejahst.

Dein Abbas Poimen

U*D*O*-*M*A*N*S*H*A*U*S*E*N

* Weisung der Väter, Abbas Poimen, 583

Umkehr beginnt im Kleinen

Liebe Leserin, lieber Leser!

Lieber Udo,

die Aufforderung, mein Leben vollständig zu verändern, um grundlegend einen heilsameren Lebensweg einzuschlagen, kenne ich ebenso wie Du. Dabei kommt ein solches Geheiß nicht nur von anderen, sondern genauso aus mir selbst heraus.

Es gelingt eine Weile gut, diese Weckrufe zu überhören. Doch allmählich kann ich den Menschen und mir selbst nichts mehr vormachen. Der innere Druck der Unzufriedenheit ist dann derartig angestiegen, dass ich glaube, mein gesamtes Leben verändern zu müssen. Dies liegt vor allem an der Ausstrahlung einzelner gelebter Fehlhaltungen.

Ein neues Dasein wird es nicht geben.

Aber was können wir tun, wenn wir kaum etwas ungeschehen machen und aus unserer Haut letztlich nicht heraus können?

Ein Bruder kam zu mir und fragte mich *„über Verschmutzungen (Störungen der Seele, Blockaden, mangelndes Urvertrauen) und Unreinheiten (Vergehen, Intrigen, Lügen) aller Art, und (ich) sagte zu ihm: ‚Wenn wir in uns selbst auch nur einen Teil der Werke unserer Seele stärken, dann kann man nach Unreinheit und Verschmutzungen suchen, und wird sie nicht finden.‘“**

Es ist möglich, eine derartige Leuchtkraft in uns zu erwirken, dass wir in einem solchen guten Licht unser bisheriges Leben zuversichtlicher fortführen können. Dazu bedarf es einer nachhaltigen Umkehr unseres Handelns im Alltäglichen, das von einer veränderten inneren Haltung geprägt sein muss.

Für mich ist es immer wieder erstaunlich, dass ich durch eine scheinbar kleine Veränderung eine tiefe Wirkung erzielen kann. Jedoch kommt es vor allem auf eine Ernsthaftigkeit an, die auf Einsicht beruht und Untugenden bereut.

Dies alles hört sich einfacher an als es ist. Wir sollten nicht meinen, dass wir Schmerzvolles ausschließen können, weil wir nur eine winzige Kleinigkeit zu verändern brauchen. Es geht nicht um eine Methode, sondern um einen neuen Beginn zur persönlichen Wahrhaftigkeit.

Wir sind nicht ohne Grund an einer leidvollen Stelle unseres Lebens. Mögen die einen diesen Umstand als Ergebnis einer göttlichen Fügung oder andere es als bewusstes Streben ihres Handelns kennzeichnen.

Udo, wir bedürfen einer anhaltenden Umkehr im Kleinen, damit unser Dasein nicht einem Gefühl von Aussichtslosigkeit zustrebt. Es ist ein friedvolles und glückliches Gefühl, wenn wir spüren, dass wir uns verwandeln können, wenn wir innerlich in einer Bewegung zum Guten bleiben.

Dein Abbas Poimen

U*D*O*-*M*A*N*S*H*A*U*S*E*N

* The Paradise of the Fathers, aus dem Syrischen ins Englische übers. von Wallis Budge, Nr. 195 , Seite 196, ins Deutsche übertragen, Sr. Elisabeth Hafenegger O.P.

Ungute Gleichbehandlung

Liebe Leserin, lieber Leser!

Lieber Udo,

wenn wir unseren Blick anhaltend auf andere richten, dann vergleichen wir uns oftmals mit diesen. Nicht selten kann dabei in uns ein Gefühl schmerzlicher Benachteiligung aufkommen. Wir tragen die Vorstellung von einer Gleichbehandlung in uns, weil wir doch alle Menschen sind. Die einen fühlen sich durch das Schicksal des Lebens ungerecht behandelt, andere wiederum beklagen die Ungleichbehandlung durch die Mitmenschen.

Wenn wir jedoch einen geglaubten Vorteil im Leben erhalten, dann denken wir eher, dass uns dieser zusteht – aus welchem Grund auch immer.

Auch ich fühlte mich von einem Mitbruder nicht gleich behandelt. Damals ging ich zu Abbas Joseph, um mir einen Rat zu holen. ‚Ich fragte ihn: *„Was soll ich tun, wenn Leidenschaften sich gegen mich erheben, um mich zu erschüttern? Soll ich gegen sie angehen und sie vertreiben, oder soll ich ihnen erlauben einzutreten?“*

Er sagte zu mir: *„Lass sie dich erschüttern und kämpfe gegen sie.“*

Bei einem Treffen der Mitbrüder vernahm ich, wie Abbas Joseph einem anderen auf die gleiche Frage das genaue Gegenteil geantwortet hatte, indem er ihm nahe legte: *„Du sollst ihnen (den Leidenschaften) auf keinen Fall erlauben, dir nahe zu kommen, sondern schneide sie rasch ab.“*

Mit einem starken Gefühl der Verunsicherung suchte ich Abbas Joseph erneut auf, um die Sache zu klären und sagte zu ihm: *„Abbas, ich habe dir geglaubt wie meinem Gott, und ich habe dir meine Gedanken offengelegt, und nun hast du diesem Bruder aus Thebes das eine gesagt und mir das Gegenteil davon.“*

Mit großem Wohlwollen antwortete er mir darauf: *„Weißt du nicht, dass ich dich liebe?“* Ich bestätigte ihm dies. Er sagte weiter: *„Hast du mir nicht gesagt, sprich mit mir so als sprächest du mit dir selbst? Wenn also Gedanken in dich eindringen und dich völlig verwirren, und du gibst und du nimmst, und bist nicht verletzt, sie weisen dich aus als jemand, der versucht wird und besonders erwählt ist. Nun habe ich also zu dir gesprochen wie ich zu mir selbst sprechen würde. Aber es gibt andere, denen die Leidenschaften sich nicht nähern oder sie berühren dürfen, dennoch hilft es Ihnen, sie schnell abzuschneiden.“*^{*}

Udo, es ist von großer Bedeutung, dass wir bei allen Vergleichen darauf achten, was für uns angesichts unserer Fähigkeiten und unserer individuellen Lebenssituation angebracht ist. Ist dieses Phänomen nicht ein Ausdruck unserer individuellen Freiheit und Möglichkeit?

Achte bitte darauf, dass Du den Menschen in ihrer einmaligen Wesenheit begegnest.

Dein Abbas Poimen

U*D*O*-*M*A*N*S*H*A*U*S*E*N

* The Paradise of the Fathers, aus dem Syrischen ins Englische übers. von Wallis Budge, Nr. 210, Seite 210, ins Deutsche übertragen, Sr. Elisabeth Hafenegger O.P.

Geistiges Feuer

Liebe Leserin, lieber Leser!

Lieber Udo,

unser Geist wird gehalten in den Schädelknochen. Gleichsam gebe ich meinem Leben einen festen Rahmen, damit meine Gedanken und Gefühle einen verlässlichen Raum erhalten.

In gedrückter Stimmung frage ich mich: ‚Was hat dich seit jeher begeistert, dein Herz mit zuversichtlicher Sehnsucht erfüllt? Mit welcher Wärme fühlst du dich wirklich frei?‘

Ich erspüre einen ähnlich hoffnungsvollen Wunsch wie Du, wenn ich die Worte aus dem Buch der Weisheit zu meinem Herzen führe:

„Statt jener Finsternis gabst du den Deinen eine flammende Feuersäule als Führerin auf unbekanntem Weg, als freundliche Sonne auf ihrer ruhmvollen Wanderung.“ (18,3)

Der Mensch durchwandert fortwährend eine unbekannte Wüste. Um seelisch zu überleben, benötigen wir eine flammende Begeisterung, die keine konkreten Lösungen für unsere ängstliche Einsamkeit bereitstellt, sondern uns schwebend trägt. Die freundliche Sonne, die unser Herz mit Wissen erfüllt, ist nichts Gegenständliches, sondern etwas Gefühlvolles, das uns mit Begeisterung durchdringt. – Das erhoffe ich mir sehr!

Ich denke, wir sollten nach dem Verlorenen suchen und nicht nach dem Neuen, das wir noch nicht hatten: *„Hätte Moses nicht die Schafe in die Herde zusammengetrieben, hätte er niemals Ihn gesehen, der im Dornbusch war.“** Er machte sich auf die Suche nach etwas, von dem er wusste, dass es dies gab und er es wiedererkennen würde. In seinem brennenden Herzen erfuhr er eine Zuversicht, die er als Göttliches erspürte, da er solch glühende Leidenschaft aus sich selbst heraus nicht erwirken konnte.

Wenn ich zu meinen herzlichen Begeisterungen wie zu einem Anfang zurückkehre, dann sind diese verbunden mit Dunkelheit und Trauer, mit Aussichtslosigkeit und Ängsten. Das geistige Feuer wird es nicht ohne diese Schatten des Lebens geben.

Udo, es sollte Dich erleichtern, dass Du nichts Neues suchen musst, sondern dass Du das fast schon Vergessene zur brennenden Mitte Deines Herzens zurückführen kannst.

Dein Abbas Poimen

U*D*O*-*M*A*N*S*H*A*U*S*E*N

* The Paradise of the Fathers, aus dem Syrischen ins Englische übers. von Wallis Budge, Nr. 255 , Seite 206, ins Deutsche übertragen, Sr. Elisabeth Hafenegger O.P.

Seelische Enge

Liebe Leserin, lieber Leser!

Lieber Udo,

wenn mein Herz sich zuschnürt, Panik in mir aufsteigt, innere Wut mich zu zerreißen droht oder die Aussichtslosigkeit meiner derzeitigen Situation mir die heilsamen Vorstellungen raubt, dann sollte ich mich ermahnen, nachzudenken.

Das Vergangene und die Hintergründe zu erforschen unterliegen leicht der Gefahr, dass sich die furchtsamen Phantasien gewaltiger vor uns auftürmen als sie in Wirklichkeit sind und zudem steigert sich der Zorn bei den inneren Wortgefechten. Natürlich kann es wichtig sein, die Entstehungsgeschichte von alldem zu ergründen, doch nicht jetzt, in dieser gefühlsgewaltigen Situation.

Es ist hilfreicher und auflösender zu erkennen, was mir im tiefsten Grunde meines Herzens abhanden gekommen ist.

Die Handlungsunfähigkeit, nichts mehr bewirken zu können und das Geschehen dem Lauf der Dinge überlassen zu müssen, ist Bestandteil der Qualen.

Was habe ich verloren?, lautet weiterhin die bohrende Frage.

Ich sage zu mir und zu den anderen: *„Den Menschen, der sich jederzeit den Tod vor Augen hält, überkommt leicht Niedergeschlagenheit und die Kleinmütigkeit der Seele.“*^{*}

Wir starren in seelischer Enge wie gebannt auf das mögliche oder tatsächliche Ende unserer Sehnsüchte und Hoffnungen. Wenn wir dies ständig innerlich phantasievoll durchleben, bleibt es nicht aus, dass wir niedergeschlagen werden und uns erschreckt sowie angstvoll zurückziehen.

Allmählich wird es uns in spürender Betrachtung deutlich, dass wir das Vertrauen in den Lebensfluss oder in das Wirken Gottes verloren haben: ‚Wenn sich das Dasein nicht in unserem Sinne gestaltet, dann macht doch alles keinen Sinn mehr!‘

Udo, dass Dich Dein Vertrauensverlust in die sich unaufhaltsam bewegende Schöpfung beschämt, angerührt und einen Tränenfluss ausgelöst hat, kann ich von Herzen nachempfinden. Dann bist Du weit weg von den Gedanken über das eigentliche Geschehen und beim wirklichen Anlass angekommen. Dennoch wird es Dich immer wieder an die Oberfläche Deiner verzweifelten Ängstlichkeiten zurückziehen, aber Du weißt jetzt, worum es in Wirklichkeit geht.

Ich spüre nach diesen inneren Kämpfen, wie für Momente langsam Ruhe in mich einkehrt, da ich mich einfach dem Augenblick überlasse, so wie es diesem entspricht: Ich lasse es geschehen, da dies die Möglichkeit ist, die ich handelnd verwirklichen kann.

Udo, wir haben unser Leben nicht selbst in der Hand.

Dein Abbas Poimen

U*D*O*~*M*A*N*S*H*A*U*S*E*N

* The Paradise of the Fathers, aus dem Syrischen ins Englische übers. von Wallis Budge, Nr. 292, Seite 217, ins Deutsche übertragen, Sr. Elisabeth Hafenegger O.P.

Leistung

Liebe Leserin, lieber Leser!

Lieber Udo,

durch die überlieferten Beschreibungen und Spruchsammlungen der Einsiedler aus der Wüste hast Du Kenntnis davon, dass unterschiedliche Leistungen hervorgehoben werden. Da ist jemand, der zeichnet sich durch sein Fasten aus, ein anderer hält es besonders lange in der Einsamkeit aus, ein weiterer schweigt anhaltend innerhalb der Gemeinschaft, so mancher verfolgt extreme asketische Übungen und wacht viele Stunden in der Nacht im Gebet und nicht wenige können sich in einen Ratsuchenden auf sanfte Weise einfühlen.

Innerhalb der menschlichen Gemeinschaft wird es immer Wertschätzungen und Rangfolgen geben. Wenn solche Bewertungen dazu führen, uns als bessere oder wertvollere Menschen zu fühlen, kann dies sehr leicht in der seelischen Katastrophe des Machtkampfes um die eigene Bedeutungsfülle enden.

Sollte es denn in Wirklichkeit geschätztere und kostbarere Menschen geben?

Mein persönlicher Ausgangspunkt hier in der Einsamkeit ist nicht der Vergleich mit anderen, obwohl dieser bei mir ebenso nicht ausbleibt, sondern die Suche nach geeigneten Möglichkeiten, mein inneres Wesen zu entdecken und mein Leben im Sinne eines Menschseins zu verwirklichen.

Warum darf ich leben?

Diese Frage stelle ich zuallererst Gott, dem erspürten Schöpfer meines Daseins. Wenn ich diese Sinnfrage auf einen Menschen ausrichte, besteht sehr leicht die Gefahr einer Verzweckung, in welche Richtung auch immer.

Wenn ich mich zu sehr auf die Mitmenschen beziehe, und damit auf meine eigene Leistungsfähigkeit, dann steuere ich damit auf Gefahrvolles für meine Seele zu, und nicht nur dann, wenn meine Tüchtigkeit nicht mehr ausreicht.

Die aufrüttelnden Worte des Jesuiten Jean-Pierre de Caussade an einen Ratsuchenden, auf die Du bei Deiner täglichen geistigen Lektüre gestoßen bist, fügen sich in den Gedankengang gut ein: *„Sie suchen eine fühlbare Stütze in Ihnen selber, in Ihren Werken, in Ihrem Bewusstsein, als berechtigten Ihre Werke und Ihr Bewusstsein zu größerer Zuversicht und böten einen festern Halt als die Barmherzigkeit Gottes ... Als ob Sie diesbezüglich sich nicht täuschen könnten!“**

Alles Irdische ist der Vergänglichkeit und damit der Haltlosigkeit unterworfen. Da nützt es wenig, sich durch Erniedrigung der anderen aufzubauen. Es sollte

unsere Herzensaufgabe sein, die guten Handlungen eines jeden wohlwollend und erkenntnisreich als Wirken für die Gemeinschaft zu betrachten.

„Wenn drei Brüder zusammen sind, und der eine führt ein gerechtes Leben in stiller Betrachtung und der andere, der krank ist, ist ein Mann der dankt und der andere singt und betet in demütiger Verfassung, dann hat alle Arbeit den gleichen Verdienst.“**

Udo, es gibt noch vieles an menschlich Wertvollem aufzuspüren, um die Bereicherung für die Gemeinschaft und uns selbst wirklich zu begreifen. Ich achte besonders auf die zarten seelischen Klänge des Handelns, mit denen ich in eine friedvolle innere Ruhe geführt werde.

Dir wünsche ich weiterhin die Ausdauer, Dich an Deinem unbedeutenden Platz mit den Menschen verbunden zu fühlen.

Dein Abbas Poimen

U*D*O*-M*A*N*S*H*A*U*S*E*N

* Jean-Pierre de Caussade, Seelenführung, S. 96

** The Paradise of the Fathers, aus dem Syrischen ins Englische übers. von Wallis Budge, Nr. 237, Seite 199, ins Deutsche übertragen, Sr. Elisabeth Hafenegger O.P. vgl. dazu, Weisung der Väter, Apophthemata Patrum, Nr. 603, S. 216, ins Deutsche übertragen von Bonifaz Miller, Paulinus Verlag

Das unbeeindruckte Ich

Liebe Leserin, lieber Leser!

Lieber Udo,

dass Dein Nachdenken anhält, seit Du meine Weisung gelesen hast, zeigt, dass innerlich etwas in Bewegung gekommen ist:

*„... Wenn aber der Mensch seinen Bauch beherrscht und die Zunge und das Wanderleben, dann habe Mut: er stirbt nicht!“**

Ich verbinde oftmals mehrere Aspekte miteinander, damit sich die Widerstände eher auflösen können, indem man den anderen Inhalt bedenkt und einbezieht.

Das Verlangen nach genussreicher Nahrung kann leicht außer Kontrolle geraten. Die Folge einer solchen Fehlhaltung ist nicht nur der erhebliche Zeitaufwand, der mit der Nahrungsbeschaffung verbunden ist. Es kann ebenso zu einer Einschränkung des Denkens kommen, indem die Gedanken vorrangig um das Genussvolle kreisen. Das Essen hat Einfluss auf unser Grundgefühl. Ein entfesselter Magen und ein satter Bauch bleiben nicht ohne Wirkung auf unsere Seele. Dies können wir sehr leicht erfahren, wenn wir die Nahrungsaufnahme einschränken.

In meiner Umgebung treffe ich auf viele hagere Gestalten, deren Leiber ausgezehrt und am Rande der äußeren Kraftlosigkeit sind. Bei allen Vorbehalten gegenüber einem solchen Wandel des Lebens, aber das Menschsein wird auf eine solche Weise in seiner einfachen Bedürftigkeit wirklich verstanden. Das körperliche Wohlergehen steht nicht im Mittelpunkt unseres Handelns.

Es ist wichtig, dass Du Dir über die triebhaften Wirkungen Deines Körpers im Klaren bist.

Wie viele Worte haben nicht schon unsäglichen Ärger bereitet? Die Kette der Widerworte, Kränkungen und wortreichen Gefechte bestimmt unaufhörlich das Lebensgefühl. Um all diesem zu entfliehen, sind viele in die Wüste gegangen, um im Schweigen der Zunge Einhalt zu gebieten, damit Gelegenheiten und Anlässe für zornige und böartige Worte stark eingeschränkt werden.

Aber damit allein kann man nicht zur inneren Ruhe gelangen. Es kann in mir innerlich toben, ohne dass es dafür einen aktuellen äußeren Anlass gibt. Die Urgewalt des Zorns bahnt sich durch die Selbstbeherrschung ihren Weg, so dass es schwer werden kann, Unzufriedenheit und geballte Gefühle zu verhindern.

Es ist wichtig, sich über die Hintergründe der Verdrossenheit, der Niedergeschlagenheit und des Ärgers Klarheit zu verschaffen. Auch dies wird eine lebenslange Aufgabe bleiben, die sich jedoch auf jeden Fall lohnt, sofern uns der innere Gleichmut von einem gewissen Wert ist.

Du kennst unsere Einstellung zum Wandel auf Erden. Wir empfinden uns als Fremde, Pilger, die darum wissen, dass sie sich im Grunde nicht wirklich auskennen. Wir unternehmen bewusst nicht den Versuch, Heimat zu finden, Besitz zu erwerben und uns in der irdischen Erde zu verwurzeln. Natürlich verweile ich gerne an bestimmten Orten oder sehne mich nach Gegenden, die mir wohl tun könnten. Aber ich weiß auch um die Gefahren und die Besessenheiten, mich im Dasein festkrallen zu wollen, das Vorübergehende einfach auszublenden. Die Heimatlosigkeit, und nicht nur die von anderen ausgelöste, ist ein fester Bestandteil unserer Wirklichkeit.

Alle drei benannten Empfehlungen haben in der Aufforderung zu einem heilsameren Leben eine wesentliche Übereinstimmung: das Absehen vom eigenen Ich, die Korrektur unguter Ichbezogenheit.

Das seelische Leid erfolgt aus der Sichtweise des eigenen Ichs. Je mehr ich von mir selbst und meinem Drängen nach Bedeutung und Erlebnisfreude absehen kann, desto unbeeindruckter bleibt mein Ich. Das Loslassen wird auf eine solche Weise nicht zur Qual, die Begierde nicht zur Gefährdung und die unerfüllten Wünsche werden mit Einsicht als Teil des Lebens angenommen. Das Ich bleibt lebendig.

Wir haben die Aufgabe, den Wunsch nach herzlicher Verbundenheit mit dem Leben und die gefahrvolle Ichbezogenheit in eine Balance zu führen.

Das gedankliche Bild, das Du in der östlichen Weisheitslehre gefunden hast, drückt auf anschauliche Art das Ziel der Befreiung vom verkrampften Ich aus:

*„Der Spiegel ist ganz ich-los und erinnerungslos. Wenn eine Blume kommt, dann reflektiert er die Blume, wenn ein Vogel kommt, dann spiegelt er den Vogel wider. Er zeigt einen schönen Gegenstand schön und einen hässlichen Gegenstand hässlich. Alles wird so enthüllt, wie es ist. Der Spiegel hat weder unterscheidenden Geist noch Selbst-Bewusstsein. Wenn etwas auftaucht, dann gibt es der Spiegel wider. Wenn es verschwindet, dann lässt es der Spiegel eben verschwinden ... Nichts hinterlässt Spuren. Solch eine Nicht-Verhaftung, der Zustand des Nicht-Erinnerns oder das wirklich unabhängige Tun eines Spiegels“** ist eine reine und leuchtende Weisheit.*

Udo, vielleicht gelingt es Dir, einige Dinge wie in einem Spiegel zu sehen: das, was nicht mehr vorhanden ist, ist weg und das, was nicht zu sehen ist, ist nicht da.

Dein Abbas Poimen

U*D*O*-*M*A*N*S*H*A*U*S*E*N

* vgl. dazu, Weisung der Väter, Apophthegmata Patrum, Nr. 603, S. 216, ins Deutsche übertragen von Bonifaz Miller, Abbas Poimen 636, S. 223, Paulinus Verlag

** Thomas Merton, Weisheit der Stille, Die Geistigkeit des Zen und ihre Bedeutung für die moderne christliche Welt, S. 14, von Zenkei Shibayama, ‚On Zazen Wasan‘, Kyoto 1967, S. 28

Der verborgene Wunsch

Liebe Leserin, lieber Leser!

Lieber Udo,

die Anregungen für den herzlichen Geist sind für unser seelisches Gleichgewicht von entscheidender Bedeutung. Es freut mich, dass Du bei Deinem Forschen auf gedankliche Lichter triffst, die Dich erhellen.

Ich kann Deine innere Begeisterung verstehen, die der Gedankengang von Sören Kierkegaard in Dir ausgelöst hat. Manchmal liegen unsere Wünsche offen vor uns, aber es gibt Sehnsüchte, die wir verdrängt haben und die im Verborgenen unsere Schwermut bestimmen.

Wenn wir nach unseren Wünschen befragt werden, können wir einige benennen. Was wir uns jedoch aus tiefster Seele erhoffen, ist nicht einfach anzugeben, weil es unbestimmter und persönlicher ist.

Was wünsche ich mir seit langem von Herzen?, so frage ich mich.

Vielleicht dränge ich meine Sehnsüchte zurück, weil ich weiß, dass weder ich selbst, noch andere diese erfüllen können. Wem könnte ich diese wichtigen Anliegen vortragen, ohne Gefahr zu laufen, belächelt zu werden?

Getrost kann ich meine Herzensanliegen Gott anvertrauen. Dadurch kann ich gleichsam überprüfen, ob meine Wünsche von gutem Geist getragen sind oder mich eher an den Abgrund führen werden. Es ist ratsam, die eigene Seele in Einklang mit der Natur des Lebens zu bringen.

„Es ist unmöglich für jemanden, der in rechter Weise glaubt und der in Gottesfurcht handelt, in die Unreinheit der Leidenschaften oder in die Irrtümer der Teufel zu fallen.“* *Dabei geht es mir weniger um einen Glauben als um das Gespür für die guten Dinge im Leben, um das, was uns wirklich weiterbringt und erfüllt. Der Respekt vor einem Schöpfer kann mich davor bewahren, ausschließlich meine Eigenliebe im Blick zu haben.*

Und was habe ich erreicht, wenn ich meinen Willen erhalten habe?

Die Worte von Sören Kierkegaard finde ich zutreffend und aufrüttelnd:

„Ein Mensch soll vor Gott seine Wünsche zugeben, menschlich sehen, sie erfüllt zu bekommen, Gott darum bitten, dass er es tun wolle – und es Gott überlassen, ob er möglicherweise just auf diesem Wege seinem Untergang entgegengehen soll. Kurz: ein Mensch soll ein Mensch sein.“**

Udo, seien wir uns dessen bewusst, dass wir Träume haben, und dass sie wesentlich unser Menschsein bestimmen. Die reine Logik kann diese nicht erfassen und ausgleichen. Halte den Gedanken in schweren Stunden in Dir wach, dass Du voller Sehnsüchte bist und suche zu erfahren, was Du vom Urgrund der Seele her begehrt.

Dein Abbas Poimen

U*D*O*~*M*A*N*S*H*A*U*S*E*N

* The Paradise of the Fathers, aus dem Syrischen ins Englische übers. von Wallis Budge, Nr. 205 Seite 197, ins Deutsche übertragen, Sr. Elisabeth Hafener O.P.

** Sören Kierkegaard, zitiert nach: Romano Guardini, Vom Sinn der Schwermut, S. 19

Konzentration

Liebe Leserin, lieber Leser!
Lieber Udo,

es ist ratsam, sich seine Hauptfehler zu vergegenwärtigen. Dadurch führen uns die Gedanken auf eine andere Weise zu uns selbst. Dabei soll es nicht um eine Anklage gehen, sondern um die Aufforderung an uns selbst, uns zu verändern.

Eine häufige Unzulänglichkeit, mit der ich gerade in der Einsamkeit zu kämpfen habe, sind die Zerstreungen durch die Einbildungen und Gespinste. Nicht selten tragen mich diese Gedanken weit weg von meinen eigentlichen geistigen Zielen. Da gibt es die aufkommende Wut auf einen lang zurückliegenden Konflikt, die Bilder von den Oasen mit ihren Wassern, Früchten und Schatten, die Sehnsucht nach einer Umarmung und dem Ausleben von Lust, die düsteren Gefühle und vieles andere mehr.

Die inneren Ablenkungen werden gesteigert, wenn die äußere Welt mit ihren Angeboten zusätzlich auf mich zukommt.

Mein Augenmerk richtet sich ebenso auf das, was Du bei Charles de Foucauld über einen seiner Hauptfehler gelesen hast: *„Zu viel Verzettelung des Geistes, nicht genügend innere Sammlung.“**

Du erlebst selbst die Flut der Gedanken in der Stille und die mangelnde Sorgfalt Deiner Gesprächspartner, sich auf das Gesagte auszurichten und stattdessen immer neue Aspekte in den Dialog hineinzutragen.

Ich sehe in der geistigen Sammlung eine der wichtigsten Aufgaben, um zu neuen einführenden Erkenntnissen zu gelangen. Dabei steht für mich nicht die Art und Weise der Form eines solchen Tuns im Vordergrund. Es ist entscheidend, ob es mir gelingt, den inneren Wirrwarr auf einen Mittelpunkt, auf eine zentrale Einheit hinzuordnen. Der erste Schritt ist, mir Zeit zu nehmen und Orte der Ruhe aufzusuchen.

Bevor die gottesdienstliche Versammlung beginnt, setze ich mich eine Stunde allein in den Gebetsraum und untersuche meine Gedanken. Ich gehe bewusst an diesen Ort, weil ich dort keinen Anlass finde, meine Stille unterbrechen zu wollen. Nach dem Gottesdienst führe ich keine Gespräche.**

Was kann ein solcher Mittelpunkt sein, wird mancher fragen, auf den ich meine Gedankengefühle beziehen kann, um sie aus einem anderen Blickwinkel betrachten zu können?

Fast wie gewohnt, kann ich mich selbst zum Drehpunkt machen oder andere oder etwas Materielles oder eine irdische Sehnsucht. Allerdings werde ich

durch solche Bezugspunkte oftmals noch unruhiger und die innere Enge wird größer anstatt weiter.

Um mich sammeln zu können, muss ich die sichtbare Welt möglichst ausblenden. Das Schließen der Augen hilft mir nur bedingt, da sich mir in der äußeren Dunkelheit gleichsam das Leben innerlich ablenkend vor Augen stellt. Ich muss mich vor allem von meinen Wünschen lösen, da diese mich selbst wiederum zum Mittelpunkt des Denkens machen.

Ich frage mich: Was existiert außerhalb meiner Sehnsüchte und meines Begehrens? Meine Sinne blenden die Natur ein, die Sonne, die Hitze und die Weite des Horizonts. Langsam löse ich mich von der Enge meines Selbst, indem ein neues Verlangen in mir erwacht: Meine Gefühle tragen mich zu dem nie endenden Horizont, den ich gerne erreichen und hinter den ich blicken möchte. Der Himmel öffnet sich immer mehr. Ich wünsche mir die Befreiung von aller Enge und von allen Abhängigkeiten. Ich sehne mich nach dem Unbestimmten, dem Bedingungslosen. Ich möchte frei sein.

Der Mittelpunkt, auf den sich mein Geist zubewegt, ist unendlich und ordnet meinen Geist, indem er mich über alle Ordnung hinwegführt. Meine Zerstreuung findet eine Beruhigung, weil ich nicht mehr von einem Punkt zum anderen geführt werde; ich muss nicht mehr unterscheiden, was wichtig und was unwichtig ist; es gibt keinen begrenzten und bestimmten Reiz aus der herzlichen Weite meines Gefühls.

Sich sammeln bedeutet für mich, sich auf die Fülle des Daseins und auf die unabhängige seelische innere Weite zu beziehen, die ihr Bild und ihre Anziehungskraft im Himmel hat.

Udo, denke erneut über den Mittelpunkt Deines Lebens nach, ordne Deine Gedanken und Gefühle, vor allem die Traurigkeit, indem Du der Stimme Deines Herzens folgst, die Dich befreien möchte von der Enge der irdischen Vorgaben.

Es gibt noch so vieles in der Innerlichkeit zu entdecken.

Dein Abbas Poimen

U*D*O*-*M*A*N*S*H*A*U*S*E*N

* Charles de Foucauld, Abbé Huvelin, Briefwechsel, Salzburg 1961, S. 209

** vgl. Weisung der Väter, Abbas Poimen, 606, Trier 1986, S. 217

Was soll ich tun?

Liebe Leserin, lieber Leser!

Lieber Udo,

wenn jemand in der Wüste einen Rat sucht, dann bringt er grundlegendes Vertrauen und die Bereitschaft mit, etwas anzunehmen.

In der Empfehlung oder Belehrung ist eine konkrete Aufgabe enthalten. Dies gilt sowohl für eine eng umgrenzte Sache als auch für ein weit gefasstes Themenfeld. Beim ersteren liegt der Schwerpunkt auf der direkten Umsetzung, beim zweiten geht es darum, für sich herauszufinden, womit eine Veränderung beginnen soll.

Der Entschluss zur Entwicklung findet in der Frage Ausdruck: ‚Was soll ich tun?‘ Damit wird bei uns auf keinen Fall leidend bemerkt, dass angesichts dieser bestimmten Umstände kein Handeln mehr möglich ist. Eine solche Einstellung würde es fast unmöglich machen, wirklich offen zu sein.

Zu einem Bruder sagte ich einmal: *„Gehe und liebe es, Dich in allem zu bezwingen.“**

Frage Dich selbst, was Du mit einem solchen Auftrag verbindest.

Manchmal glauben wir, dass wir nur wenig verändern müssen, damit wir auf einem zufriedenen Weg sind. Ich halte eine solche Einstellung für eine Selbsttäuschung. Es gibt sehr viele seelische Gefahren, die wir zu bewältigen haben.

Wenn uns dies wirklich bewusst wird, kann uns die Fülle der Schief lagen und Unordnungen womöglich erdrücken. Wir sollen es jedoch vor allem lieben, uns zu überwinden und seelisch zu reifen. Es geht um die wohlwollende Leidenschaft gegenüber uns selbst, Fehlhaltungen zu bezwingen, damit Harmonie in uns entstehen kann.

Udo, Du solltest zwei Überlegungen anstrengen: Womit kannst Du beginnen? Wie kann die Veränderung liebevoll und dennoch konsequent umgesetzt werden?

Solltest Du angesichts dieser Fragen zu Beginn aufgrund der phantasierten Schwierigkeiten stöhnen, musst Du Deinen Entschluss zur Veränderung hinterfragen.

Dein Abbas Poimen

U*D*O*-*M*A*N*S*H*A*U*S*E*N

* The Paradise of the Fathers, aus dem Syrischen ins Englische übers. von Wallis Budge, Nr. 142 Seite 184, ins Deutsche übertragen, Sr. Elisabeth Hafenegger O.P.

Spiegelnde Gemeinschaft

Liebe Leserin, lieber Leser!

Lieber Udo,

eine festgefügte Gruppe stellt Regeln auf, verfolgt gemeinsame Werte und strebt gleiche oder ähnliche Ziele an. Eine Gemeinschaft existiert als ein Ganzes und ist dennoch aus vielen Einzelnen zusammengefügt.

Du bist auf eine Vereinigung getroffen, die den Spiegel im Sinne der Arbeit an sich selbst als einen wesentlichen Impuls pflegt. Da sich alle Vielfalt im Dasein immer auf eine Einheit zurückführen lässt, ist der Einzelne ein wichtiges Element für ein Ganzes.

In der offenen Begegnung mit dieser Gruppe kam Dir die Erkenntnis, dass Du fast keinen Zusammenschluss von Menschen kennst, die sich bewusst in Frage stellen und sich von einem inspirierenden Geist beeindrucken lassen sowie den Einzelnen zur inneren Entwicklung auffordern.

Wenn jemand sich anhaltend den Spiegel vor Augen hält, indem er erkennt, wie unwichtig es ist, ruhmreich zu sein; wie heilsam es sein kann, die eigene Schwachheit zu erkennen; wie notwendig es ist, es mit sich allein aushalten zu können; wie erhellend, den Geist und die Seele mit Hilfe der Tugenden zu ordnen und wie bedürftig er im Grunde seines Herzens ist, dann kann ein solcher Mensch wertvolle Anhaltspunkte für den Einzelnen in einer Gruppe aufzeigen.

Auf die mönchische Lebensweise in der Wüste übertragen, bedeutet dies:

*„Wie die Gemeinschaft der Mönche ausgezeichnete und hervorragende ist, als das Leben der Kinder dieser Welt, so ist es angemessen, dass der Mönch, der ein Fremder ist, ein Spiegel sein sollte für die, die man in einem Kloster antrifft, wo das asketische Leben hingebungsvoll eingehalten wird.“**

Bei dieser Einstellung geht es für mich nicht um eine Rangfolge zwischen Menschen und Gruppen, sondern im Mittelpunkt steht das wirklich Hilfreiche, welches als Erneuerung und Richtigstellung in das praktische Leben eingebracht werden kann. Das Fremde oder die Fremdheit ist ein wichtiger Spiegel für sich selbst und die Gemeinschaft. Das Gewohnte gibt wertvolle Stabilität, kann jedoch die herzlichen Möglichkeiten seelischer Entwicklung einschränken.

Udo, arbeite weiter an Dir selbst, indem Du über Dein Handeln und den Sinn des Lebens nachdenkst. Manche Erkenntnisse sind angesichts eines kritischen Spiegels nicht einfach, besonders wenn wir erkennen, wie fremd wir einander sind. Wenn Du von anderen ausgeschlossen wirst, dann sei Dir Deiner Fremdheit bewusst, die Dich in eine friedvolle Einsamkeit führen kann, mit der Du auf andere neu zugehen kannst.

Dein Abbas Poimen

U*D*O*~*M*A*N*S*H*A*U*S*E*N

* The Paradise of the Fathers, aus dem Syrischen ins Englische übers. von Wallis Budge, Nr. 141 Seite 184, ins Deutsche übertragen, Sr. Elisabeth Hafener O.P.

Der hilfreiche Fehler

Liebe Leserin, lieber Leser!

Lieber Udo,

tagtäglich werden Verurteilungen ausgesprochen, Menschen herabgesetzt und moralisch bewertet. Wir nehmen uns vieles von diesem öffentlichen Geschehen zu Herzen, wenn wir uns selbst beurteilen.

Mein Standpunkt zu dieser erfahrenen Wirklichkeit lautet:

*„Weder Scham noch Furcht bestätigt Sünde.“**

Das Gefühl von Peinlichkeit angesichts des eigenen Verhaltens sowie die Befürchtungen möglicher Reaktionen der anderen aufgrund unseres Handelns sind keine wirklichen Zeichen dafür, dass etwas moralisch verwerflich ist. Wir spüren einfach unser schlechtes Gewissen.

Udo, wir beide enthalten uns seit vielen Jahren weitestgehend des moralischen Zeigefingers. Das war nicht immer so!

Mag es anderen überlassen sein, den gesellschaftlichen Unwert einer Handlung zu beurteilen. Warum sollten wir uns daran beteiligen?

Wenn wir andere und uns selbst nicht verdammen, dann können wir eine andere Dimension im Zusammenhang von Vergehen, Fehlritten, Schandtaten und Lastern in den Blick nehmen. Wir können darin eine Chance entdecken, unser Leben zu verändern und neu auszurichten.

Den Gedanken, den Du bei Jean-Pierre de Caussade dazu gefunden hast, finde ich sehr hilfreich. Er schreibt einer Ordensfrau: *„Betrachten Sie Ihre Prüfung vom richtigen Standpunkt aus, und Ihre Ängste werden von selber zerrinnen.“***

Es wird kein glattes und sanftes Leben geben. Dafür werden unsere Gefühle und die Mitmenschen sorgen. Aber gerade an den schwierigen Gegebenheiten im Leben, seien diese durch uns selbst, durch andere oder durch das Schicksal ausgelöst, können wir uns durch ein lauterer Denken und Handeln hervortun.

Für mich gibt es keine sinnlosen Fehler. In dem geordneten Kosmos hat alles seine Bedeutung, auch wenn diese nicht immer einsichtig ist.

Wenn ich mich schlecht behandelt fühle oder selbst am Chaos beteiligt bin, stelle ich mir die Frage: Welche Prüfung steht mir jetzt bevor? Wie kann ich dieser Lebenssituation begegnen, ohne vor Scham und Furcht wie gelähmt zu sein? Auf welche Weise soll ich an mir arbeiten, um edler zu werden?

Udo, gehe nicht so hart mit Dir um, wenn Du am Sinn der Ereignisse zweifelst, die Ohnmacht Dich überfällt oder Du ‚falsch‘ reagierst. Du wirst geprüft!

Dein Abbas Poimen

U*D*O*-*M*A*N*S*H*A*U*S*E*N

* The Paradise of the Fathers, aus dem Syrischen ins Englische übers. von Wallis Budge, Nr. 140 Seite 184, ins Deutsche übertragen, Sr. Elisabeth Hafenegger O.P.

** Jean-Pierre de Caussade, Seelenführung, 119

Das Grab der Trägheit

Liebe Leserin, lieber Leser!

Lieber Udo,

mag es die große Hitze sein, enorme Anstrengungen in der letzten Zeit oder die Aussichtslosigkeit des eigenen Handelns, die uns in eine träge Lustlosigkeit führen, sie ist ein Warnsignal, das es auf jeden Fall zu beachten gilt!

„Die Trägheit steht vor allem Anfang und es gibt keine ärgere Leidenschaft als sie. Aber, wenn der Mensch erkennt, dass sie es ist, dann kommt er zur Ruhe.“*

Das Gefährliche einer solchen Abgestumpftheit fügt sich sinnbildlich gut in die Beurteilung des Seelenführers Abbé Huvelin, auf die Du gestoßen bist, wenn er seinem Schützling Charles de Foucauld den Warnhinweis gibt, eine bestimmte Situation nicht zum Grab werden zu lassen.**

Ungeachtet dessen, sollten wir uns häufiger fragen, ob nicht manche unserer Lebensformen bereits einen Grabeszustand erreicht haben!

Du hast zunächst gestutzt, da ich sage, dass derjenige in Erkenntnis der Trägheit zur Ruhe kommen wird. Natürlich ist Abgestumpftheit oder Energielosigkeit sehr verwandt mit der Ruhe. Jedoch birgt die Ruhe eine sanfte Ausgeglichenheit in sich, wohingegen die Lustlosigkeit eine deutliche Spannung im Hinblick auf eine Unzufriedenheit enthält. Die Mattigkeit wirkt schwer und zieht uns geistig wie körperlich unangenehm zu Boden. Wir fühlen uns fast wie tot, wollen dies aber auf keinen Fall sein.

Wenn wir eine anhaltende Trägheit bemerken, kann diese im tiefen Kern ein Ausdruck fehlender Geistigkeit sein. Wir haben die Einflüsse des Alltags möglicherweise nur oberflächlich aufgenommen, unsere Pflichten getan und uns eher treiben lassen, ohne uns nachhaltige Gedanken über das Leben und seinen Sinn gemacht zu haben. Wir steuern auf solche Weise einer geistigen Enge zu.

Ich lehne mich mit meinen Überlegungen an das Buch der Weisheit an. Mein Wunsch ist es, die Weisheit als Begleiterin zu haben. Strahlen die folgenden Zeilen aus diesem Buch nicht bereits Ruhe aus?:

„So beschloss ich, sie als Lebensgefährtin heimzuführen; denn ich wusste, dass sie mir guten Rat gibt und Trost in Sorge und Leid ... Komme ich nach Hause, dann werde ich bei ihr ausruhen; denn der Umgang mit ihr hat nichts Bitteres, das Leben mit ihr kennt keinen Schmerz, sondern nur Frohsinn und Freude.

Als ich dies bei mir überlegte und in meinem Herzen erwog, dass das Leben mit der Weisheit Unsterblichkeit bringt, die Freundschaft mit ihr reine Freude

*und die Mühen ihrer Hände unerschöpflichen Reichtum, dass stete Gemeinschaft mit ihr Klugheit bringt und das Zwiegespräch mit ihr Ruhm –, da ging ich auf die Suche nach ihr, um sie heimzuführen.“ (8, 8; 16-18)****

Ist es nicht herausfordernd, wenn der Verfasser die menschlichen Ziele wie Unsterblichkeit, Freude, unerschöpflichen Reichtum, Klugheit und Ruhm mit der Weisheit verknüpft, wobei doch viele zur Erlangung dieser Ziele eher andere Wege einschlagen?

Die Sphäre Weisheit beginnt mit der Erkenntnis über den unguuten Seelenzustand! Sie hält an, wenn wir stetig unser Wesen zu begreifen suchen und Ausschau halten nach den Werten, die nicht im Grab verwesen.

Es ist ratsam, sich Gedanken über den persönlichen Glauben zu machen, sonst ist mit dem Grab tatsächlich alles zu Ende!

Was ist es, was bleibt?

Udo, ich freue mich mit Dir, dass Dein Geist immer wieder neue, hilfreiche, friedvolle und erhellende Gedanken aufnimmt. Nur so kannst Du dem Grab der Trägheit auf Dauer entkommen.

Dein Abbas Poimen

U*D*O*-*M*A*N*S*H*A*U*S*E*N

* Weisung der Väter, übers. von Bonifaz Miller, Abbas Poimen, 723, S. 240

** vgl. Charles des Foucauld, Abbé Huvelin, Briefwechsel, S. 231

*** Einheitsübersetzung der Bibel

So wirst Du Ruhe finden

Liebe Leserin, lieber Leser!

Lieber Udo,

je intensiver wir uns mit einer Sache beschäftigen, umso mehr können wir entdecken. Auf diese Weise ist Dir erneut bewusst geworden, dass es in den Weisungen der Väter* häufig um das Thema Ruhe geht.

Wie oft bist Du selbst in Deinen Beratungen diesem Themenbereich nachgegangen! Du weißt, was die innere Unruhe in der Seele anrichten kann.

Da Du Dich in der letzten Zeit intensiv mit der Gegensätzlichkeit im Dasein beschäftigt hast, denke ich mit Dir gerne in diesem Sinne über das Thema nach. Ich kann nachvollziehen, dass der Ausgleich der Unruhe durch die Ruhe keine grundlegende Lösung ist, da wir uns wechselnd in dem einen oder anderen Zustand aufhalten oder uns auf dem Weg dorthin befinden.

Du weißt von Deinem Gesprächspartner Giordano Bruno**, dass in der Mitte zweier Pole die größte Neutralität ist. In unserem Fall ist dies also der Punkt, wo wir als lebendige Wesen weder Ruhe noch Unruhe wahrnehmen können.

Du hast Dich gefragt, was dieses konkret beinhalten könnte und bist auf einen möglichen Lösungsansatz bei Deinem Freund Thomas Merton gestoßen, der mir sehr zusagt.

Ich kann seinen Gedankengang nachempfinden, da er in seiner Einsiedelei die Dunkelheit der Nacht wahrnimmt und für sich erkennt, was Einsamkeit wirklich heißt: *„Wenn die Leinen losgemacht sind und das Skiff nicht mehr festgemacht ist, sondern ohne Leinen, ohne Beschränkung auf das Meer hinausfährt! Nicht das Meer der Leidenschaft, im Gegenteil, das Meer der Reinheit und Liebe, die ohne Sorge ist.“****

Das Loslassen hat für ihn offenbar zwei Antriebe: die Lauterkeit und die sorglose Innigkeit mit jemandem, die er in Gott sucht.

Vielleicht liegt in einem verstärkten Nachdenken darüber und einem möglichen Handeln in diesem Geiste tatsächlich ein Schlüssel bereit, um dem Kessel von Ruhe und Unruhe zu entgehen, indem wir zufrieden in eine Weite blicken, die nur sanft eine Ruhe erahnen lässt und die nur entfernt darum weiß, dass es Unruhe geben kann.

Udo, denke daran, wenn Unruhe in Dir aufkommt, dass Du nicht in erster Linie nach der Ruhe suchst, sondern nach der sorglosen Liebe.

Dein Abbas Poimen

U*D*O*-*M*A*N*S*H*A*U*S*E*N

* Weisung der Väter, Apophthegmata Patrum, übers. von Bonifaz Miller

** vgl. Giordano Bruno, Die heroischen Leidenschaften, übers. v. Ludwig Kuhlenbeck, S. 45ff.

*** Thomas Merton – Der Mönch der sieben Stufen, hrsg. v. P. Hart, S. 210

Das Geschenk des Wortes

Liebe Leserin, lieber Leser!
Lieber Udo,

was schätzen wir, was halten wir für wertvoll?

In der Wüstensituation ist Wasser das Wichtigste. Dies leuchtet ein.

Ich weiß noch, wie das war, als mein Herz an vielen sichtbaren Dingen hing.

Kann jemand etwas schenken, wenn er nichts besitzt?
Gibt es etwas, das jenseits des Materiellen von wahrhafter Bedeutung ist?

Das größte menschliche Geschenk, das es hier in der Armut der Wüste gibt, ist das Wort. Unsere gegenseitigen Besuche in den Einsiedeleien sind von dem hoffnungsvollen Wunsch beseelt, ein hilfreiches Wort vom Mitbruder zu erhalten. Es gibt kaum eine Begegnung, die nicht die Bitte enthält:

*„Sage mir ein Wort.“**

Wir Mönche sind von der Grundeinstellung geprägt, dass jeder Mensch etwas Wertvolles für die Seele mitzuteilen hat.

Vielleicht werden einige kritisch einwenden, dass das Geschenk des Wortes nur deshalb in der Wüste von Bedeutung ist, weil es dort kaum etwas anderes zu finden gibt, was ausgetauscht werden könnte.

Darüber hinaus wird die Wirkkraft der Worte häufig nur noch bei Lob und Anerkennung sowie bei Kritik und Tadel erlebt.

Worte prägen unsere Seele, wenn diese sich uns als Gedanken mitteilen. Die Freiheit des Denkens und die Freiwilligkeit des Zuspruchs von anderen können unser Herz erfüllen.

Mich rühren wie Dich die Ausführungen des Johannes Chrysostomus an, wenn er sich auf den Propheten Hoseas bezieht, um zu erläutern, was wirklich von Wert ist. Er hinterfragt das Opfer der Erstlinge der Natur, die Gott gegeben werden und stellt das *Wort* in den Vordergrund:

„Trauben und Ähren wachsen aus den Erdschollen, werden genährt durch Tau und Regen, gepflegt durch die Hand des Bebauers; aber das heilige Loblied hat seinen Ursprung in der Frömmigkeit der Seele, findet seine Nahrung in einem guten Gewissen und wird von Gott aufgenommen in die himmlischen Vorratskammern. Wie die Seele ungleich mehr wert ist als das Erdreich, so und in demselben Grade ist dieses Opfer besser als ein Opfer von den Früchten der Erde. Darum ist es dieses Opfer, das ein großer und bewundernswerter Mann, der Prophet Hoseas, von Denjenigen verlangt, die Gott beleidigt haben, und ihn wieder versöhnen wollen. Sie sollen mitbringen, sagt er, – nicht Herden von Rindern, nicht so und soviel Maß des feinsten

Weizenmehls, nicht Trauben oder Turteltauben, nein Nichts der Art. Was verlangt er? ‚Bringt mit euch – Worte!‘“ (Hosea 14,3)**

Was Hosea auf Gott bezogen hat, das lässt sich auch auf das Verhältnis zwischen Menschen übertragen. Worte der Freiheit, die in der Seele verankert sind und in der Wahrhaftigkeit gründen, sind ein unschätzbare Gut.

Udo, Du weißt, wie schwer es sein kann, herzliche Worte zu finden, die von sich selbst absehen und nur den anderen im Blick haben. Was könnte sich im Miteinander nicht alles verändern, wenn wir die Kostbarkeit von Worten wieder in den Mittelpunkt stellen würden?

Bleibe weiterhin auf der Suche nach Worten, die Du anderen schenken kannst.

Dein Abbas Poimen

U*D*O*-*M*A*N*S*H*A*U*S*E*N

- * Weisung der Väter, Apophthegmata Patrum, übers. von B. Miller, Abbas Poimen 643, S. 224
- ** Johannes Chrysostomus, Auf den Tag seiner Priesterweihe, in: Bibliothek der Kirchenväter, Band 63, S. 404

Die Gewissheit im Verborgenen

Liebe Leserin, lieber Leser!

Lieber Udo,

wenn Abbas Daniel die demütige Verhaltensweise an mir lobt, alles im Verborgenen zu tun*, halte ich dieses nicht für außergewöhnlich.

Das, was wir nicht öffentlich sehen können, ist dennoch für die Gestaltung unseres Lebens von entscheidender Bedeutung.

Dir ist in den letzten Wochen wieder der Gedanke eines Lehrers ins Bewusstsein gekommen, der Dir den Schrecken des Alleinseins einleuchtend mit den Worten nehmen konnte: ‚Um sich selbst zu finden, wichtige Dinge zu erkennen, um zu schreiben, zu malen oder sich im tiefen Herzen zu bilden, benötigen wir die Abgeschlossenheit, das Isoliertsein. Mag auch noch so vieles mit Hilfe der Gemeinschaft aufgenommen werden, ohne die stille Kammer werden wir nicht auskommen, wenn wir Wesentliches zutage fördern wollen.‘

Ich stimme Dir zu, dass wir Menschen meistens nur Bilder, Bücher oder Kunstwerke betrachten, ohne zu begreifen, wie viel Stille, Abgeschlossenheit und Einkehr zu deren Entstehung notwendig waren. Trotz dieser Erkenntnis bleibt dieses Tatsächliche weiterhin für uns unsichtbar.

Die Einsamkeit der Stille enthält ebenfalls ein Übermaß an Unsichtbarem: Wir werden nicht gesehen und sehen die andern nicht. Wir sind auf unsere Vorstellungen angewiesen, die nur für uns selbst sichtbar sind, jedoch sich ebenso wenig vor unserem äußeren Auge zeigen. Dennoch glauben sehr viele Menschen, dass das Sichtbare das Wichtigste sei.

Vielleicht hängt diese Wirklichkeit damit zusammen, dass durch die ungewohnte und wenig geübte Stille der Lebenszweifel, der sich auf jeden Fall einstellt, wenn wir den Kontakt zur gewohnten Oberfläche des Alltags unterbrechen, ein erschreckendes oder trauriges Ausmaß einnehmen kann.

Ich durchdenke mit Dir die wunderbaren Worte der Christin Madeleine Delbrel:

*„Selbst wenn dein Glaube ermüdet, verunsichert und verängstigt sein sollte, hast du immer noch genügend Glauben, um Gott wenigstens die zentrale Frage der Welt und der Menschheit zu schulden: ‚Gott? Gibt es ihn?‘ Wenn du nicht einen handgreiflichen Beweis der ‚Nicht-Existenz Gottes‘ hast, bist du zumindest der Seite in Gott ein Gebet schuldig, die sich Vernunftsgründen entzieht, die bestätigt oder verneint werden können. Ich glaube, dass du dich dem Herrn wieder überantworten solltest, einmal täglich für ein paar Minuten, ohne Wenn und Aber und ohne eigene Wunschvorstellungen. Das ist der Weg der Teresa von Avila: Sich Gott zehn Minuten lang überlassen, und so zu dem Menschen zu werden, den Gott haben will.“***

Udo, auch wenn Du Dich manchmal zurückgestoßen fühlst und in diesen Augenblicken Dein Leben niemand mit Dir teilen möchte, schätze das Alleinsein, um dem Unsichtbaren begegnen zu können. Dein Abbas Poimen

U*D*O*-*M*A*N*S*H*A*U*S*E*N

* Weisung der Väter, Apophthegmata Patrum, übers. von B. Miller, Abbas Poimen 712, S. 238

** Madeleine Delbrel, Leben gegen den Strom, Anstöße einer konsequenten Christin, S. 38/9

Herzensbildung statt Strategie

Die Bekämpfung des Bösen

Liebe Leserin, lieber Leser!

Lieber Udo,

wenn ich aus meinem Kellion blicke, sehe ich keinen Menschen und in der weiten Ferne kann ich kein Gebäude erkennen. Der Besucher, der sich unserer kleinen Ansiedlung nähert und unsere Hütten und Höhlen sieht, wird sich fragen: ‚Was tun diese Einsiedler eigentlich während des Tages? Worin liegt ihr Sinn, wenn sie keine Verbindung zum normalen Leben haben? Was nützen die klugen Gedanken, wenn niemand sie erfährt und anwenden kann?‘

An jedem Ort, an dem ein Mensch verweilt, muss er sich durch das Dickicht seiner Gefühle und Gedanken hindurch Klarheit verschaffen, um im düsteren Dunkel einen Schimmer vom Sinn des Lebens zu erblicken. Darin gibt es keinen Unterschied, mögen die Plätze verschieden sein, an denen der Mensch lebt.

Von einem Phänomen sind wir Mönche allerdings weitestgehend befreit: Wir müssen nicht fieberhaft handeln, weil irgendjemand von uns ein Ergebnis erwartet.

Du beklagst Dich und nimmst mit Sorge wahr, dass die Menschen nach raschen Lösungen suchen und nach Möglichkeit anwendbare Handlungsmuster erlernen möchten. Viel zu wenige möchten ihr Handeln von einem inneren Wertefundament aus getragen wissen. Für die Bildung des Herzens hat kaum jemand Zeit.

Udo, wir sollten dennoch unsere Herzensbildung fortsetzen und deren Wichtigkeit anderen liebevoll vermitteln. Ich persönlich erachte es nicht für gering, wenn ich mein Wissen nur wenigen weitergeben kann. Mir ist jeder Einzelne wichtig.

Zunächst einmal ist es von großer Bedeutung, eine innere Haltung zu haben, die von Werten und von der grundlegenden Achtung gegenüber allen Menschen getragen ist. Wir geben unsere Suche nach einer würdevollen und gerechten Einstellung nicht deswegen auf, weil diese nicht für jede Beziehung oder als Reaktion auf jedwedes Geschehnis ratsam ist. Zudem sind wir allesamt fehlbar und können uns irren; auch diejenigen, die glauben, sie hätten die richtigen Lösungen!

Ich glaube, dass wir einen natürlichen Impuls in uns tragen, das Böse und Schlechte zu bekämpfen und zu beseitigen. Ungefragt können Gefühle der Vernichtung und Ausrottung sowie der Rache gegenüber dem Ungerechten in uns aufsteigen. Das Grausame, das Menschen tun, mag offensichtlich bössartig sein. Dennoch haben wir die Pflicht zu überprüfen, ob unsere Reaktion darauf von der Weisheit des Herzens geleitet ist. Um dies

herauszufinden, sollten wir grundsätzlich darüber nachdenken, wie wir dem Unliebsamen sinnvoll begegnen können, so dass unsere eigene Seele durch mögliche Vergeltungsmaßnahmen keinen Schaden nimmt.

Ich halte es für ratsam, die Rachegefühle an unserem eigenen Verhalten zu spiegeln, damit wir nicht glauben, wir seien die besseren Menschen. Meine Überzeugung habe ich meinen Mitbrüdern mitgeteilt. Einige waren sehr überrascht.

„Hass gegen das Böse ist dies, wenn einer seine Sünden hasst und seinem Nächsten Gerechtigkeit widerfahren lässt.“*

Für mich liegt der Schwerpunkt und der Ausgangspunkt, um dem Bösen zu begegnen, in der Einsicht und Bereinigung der eigenen Fehlhaltungen. Ich bin nicht besser als die anderen, nur weil meine Schlechtigkeit noch nicht nach außen gedrungen ist. Wie sollten die Menschen auch davon erfahren, da ich weit ab im Verborgenen lebe?

Im selbsterkennenden Herangehen an mein eigenes Verhalten erfahre ich zudem mögliche Hintergründe und Motive. Auf diese Weise erlange ich Einsicht und Verständnis über mich. Der nächste Schritt ist die bewusste Verhaltensänderung.

Aus einer solchen Erkenntnis heraus gelingt es mir tatsächlich, gerechter zu sein: zum einen dadurch, weil ich mein böses Handeln einstelle; zum anderen, weil ich die Fehler des Nächsten nicht im strengen und eindeutigen Unterschied zu mir beurteile, auch wenn die Taten im Äußerlichen kaum vergleichbar sind.

Im menschlichen Umgang mit anderen und in der Beurteilung der eigenen Person sind die Anwendung von Gesetzen und Strafen nicht das Maßgebliche.

Die Regungen des Herzens sollten verstanden werden und eine Führung erhalten, die zum inneren und äußeren Frieden führt.

Udo, Du weißt, wie inspirierende Gedanken die Seele beflügeln und dem Innern für Augenblicke Stabilität verleihen können. Behalte die eigenen Fehlhaltungen im Bewusstsein, betrachte sie eingehend und schließe Frieden mit Dir.

Habe Vertrauen, es wird etwas Neues entstehen.

Dein Abbas Poimen

U*D*O*-*M*A*N*S*H*A*U*S*E*N

* Weisung der Väter, Trier 1986, Abbas Poimen, 716, S. 239

Schritte ins Dunkel

Liebe Leserin, lieber Leser!
Lieber Udo,

es ist von maßgeblicher Bedeutung, dass uns jemand die Hand auf die Schulter legt; sei es in körperlichem, geistigem oder seelischem Sinne. Dein sich in Dir erhebendes sehnsuchtsvolles Gespür kann ich nachempfinden, wenn Du auf die Ikone des Abbas Menas blickst. Jesus steht neben ihm und legt seine rechte Hand liebevoll um seine Schultern. Ich habe ihn persönlich nicht gekannt. Er leitete als Abt im ägyptischen Baouit ein Kloster. Vielleicht ist diese festgehaltene Begegnung mit Jesus, seine Freundschaft mit ihm, das Entscheidende in seinem Leben.

Auf welche Begegnung kannst Du zurückblicken oder gegenwärtig schauen, die Dein Herz unterstützt? Gibt es tragende, geistige Verbindungen, die nicht ausschließlich an die Leibhaftigkeit gebunden sind?

Udo, ich darf Dir versichern, dass mein Leben in der Wüste davon abhängt, inwieweit ich umfange bin von selbstloser Liebe und von geistigem Atem, der mich mit Leichtigkeit erfüllt.

Wie Du weißt, verstehen einige Menschen meinen Auszug in die Wüste nicht richtig. Ich bin nicht in die Einsamkeit gegangen, um mich selbst zu finden, sondern um jemandem, Jesus Christus, nachzufolgen. Das ist im wörtlichen Sinne ein himmelweiter Unterschied.

Wohin würde eine solche ausschließliche Absicht der Selbstfindung auch hinführen? Das Urteil Deines Freundes Thomas Merton kann ich unterstützen und Dein Lächeln beim Lesen kann ich mir gut vorstellen: *„In einem Zeitalter, in dem viel darüber geredet wird, ‚man selbst zu sein‘, behalte ich mir das Recht vor, mich nicht groß darum zu kümmern, ich selbst zu sein, weil es ohnehin kaum eine Chance gibt, dass ich jemand anderes bin. Es scheint mir eher, dass derjenige, der sich zu eifrig bemüht, ‚er selbst zu sein‘, das Risiko eingeht, einen Schatten zu verkörpern.“**

Dein eigener Schatten wird Dir keinen Schutz vor der Hitze der Sonne bieten. Die inneren Kämpfe wirst Du ohne fremde Hilfe kaum schadlos überleben. Vor dem Irrtum einer möglichen freiheitlichen Eigenständigkeit können wir uns nur bewahren, wenn wir uns und anderen nichts vorspielen.

Zu einem Mitbruder sagte ich: *„Warum hat ein Mensch es nötig, durch List einzudringen und nicht zu lernen, wie man es richtig (anständig) macht?“***

Wir Menschen haben das Lügen und Betrügen nicht nötig, da wir die naturhaften Bedingungen des Lebens ehrlich betrachten können.

„Aber da ist so viel Dunkelheit und Verzweiflung in mir. Wie kann ich da Licht und Ordnung hineinbringen, ohne mit Gerissenheit zu handeln? Liegt nicht im

menschlichen Blendwerk eine Menge Tröstliches? Lässt uns der harte Anblick der Wirklichkeit nicht erst recht verzweifeln?’

Es ist mit Sicherheit ein Unterschied, ob wir im sicheren Abstand über das Chaos des Daseins sprechen oder mittendrin sind!

Du hast Dir einige Umwege in Erinnerung rufen können, als Du die Gedanken von Madeleine Delbrêl gelesen hast: *„Es geht nicht darum, eine Schwierigkeit zu umgehen, sondern sie zu bewältigen. Einen Berg umgeht man ja auch nicht, man überwindet ihn ...*

*Der Sprung muss immer ins Dunkle getan werden. Auf klare Sicht zu warten, um springen zu können, hieße, sich selbst dazu zu verurteilen, ewig warten zu müssen.“****

Für mich geht es nicht um Blindheit oder Fahrlässigkeit, sondern um Vertrauen.

Wem kannst Du vertrauen, damit Du mit Zuversicht auf das Unbestimmte in Deinem Leben zugehen kannst?

Du kennst das Gefühl, wenn Du innerlich verkrampft bist und nur noch Tränen den Zugang zur Seele wieder öffnen.

Udo, Du bist bereits der, der Du bist. Versuche genau dieser zu sein, und dies immer mehr. Nicht Deine Person liegt im Dunkeln, sondern die Schritte Deines Lebens. Dies gilt es zu unterscheiden.

Warte nicht ewig, sondern gehe mit Dir selbst und dem kleinen Licht, das in Dir leuchtet, auf das Dunkel zu. Dann wird es sich schwach erhellen.

Dein Abbas Poimen

U*D*O*-*M*A*N*S*H*A*U*S*E*N

* P. Hart, Thomas Merton. Der Mönch der sieben Stufen, Düsseldorf 2000, 216-217

** The Paradise of the Fathers, aus dem Syrischen ins Englische übers. von Wallis Budge, Nr. 288 Seite 216, ins Deutsche übertragen, Sr. Elisabeth Hafenegger O.P.

*** Madeleine Delbrêl, Leben gegen den Strom, Anstöße einer konsequenten Christin, Freiburg 1992, S. 43/4

Das Leben zwischen Ruhe und Orkan

Liebe Leserin, lieber Leser!

Lieber Udo,

wir sind uns darüber einig, dass sich uns viele Wahrheiten im Dasein nicht durch das reine Denken erschließen. Das Phänomen der Liebe mag diese Überlegung erhellen. Der Lebenssinn öffnet sich für mich vor allem durch Einfühlung, Gespür und Weisheit.

In Momenten der Enttäuschung, der Verzweiflung und Wut bin ich weniger bereit, überhaupt einen Sinn in den Schlägen des Schicksals erkennen zu wollen. Mein Innerstes ist entweder gelähmt oder schreit in vollem Entsetzen: ‚Das kann doch nichts Gutes sein. Mein Leben ist zerstört.‘

In der Betrachtung meiner verzweifelten Lebenslage geht es mir nicht darum, zu ergründen, was dennoch Hilfreiches und Heilsames darin verborgen ist. Nein, ich suche den umfassenden Sinn zu erspüren, die brennenden Fragen auf den Kern meines Daseins zu lenken, um den Schlag in meiner Seele aufzunehmen. Meine erste schwierige Aufgabe besteht darin, wenn sich die Verzweiflung immer weiter ausbreitet, mich nicht der Sinnlosigkeit hinzugeben, obwohl sich alles in mir wehrt, zu glauben, jemals wieder einen Funken Hoffnung in Richtung Lebensfreude erfüllen zu können.

Auf diese Weise erging es ebenso einem Mitbruder. Als er zu mir kam, sagte ich zu ihm: *„Enthülle und zeige mir dein Geschenk für mich.“* Für mich ist das Vertrauen eines Menschen wie ein beschenkt werden. Mit einem solchen Verständnis suche ich die Schwierigkeiten des Lebens zu deuten, denn auch für den Ratsuchenden ist sein Problem eine Gabe des Lebens.

Manchmal verhält es sich allerdings so, dass die menschliche Begleitung nicht ausreichend ist, weil es um Dinge geht, die zwischen Himmel und Erde liegen. Denn kein Mensch ist in der Lage, einem anderen den vollständigen Sinn des Lebens zu geben.

Der Bruder antwortete: *„Meine Gedanken möchten mir das nicht erlauben.“* Ich sagte: *„Es steht geschrieben, ‚am Tag der Not rufe Mich an, und Ich werde dich befreien, und du wirst Mich ehren‘ (Ps 50,15); rufe Ihn also an, und Er wird dich befreien.“**

In meiner Bedrängnis, wenn ich mich voller Sorgen und Ängste an Gott wende, richten sich meine hoffenden Sehnsüchte natürlicherweise auf das Ende des Schmerzes und auf einen guten Ausgang in meinem Sinne.

Udo, richten wir unseren Blick vielmehr darauf, unsere Fassung nicht zu verlieren, um nicht dem Unglück durch unser Verhalten weiteres Schlimme hinzuzufügen, das uns noch niedergebeugter machen würde. In diesem Fahrwasser der Gedanken bist Du auf eine wertvolle Überlegung bei Johannes Chrysostomus gestoßen:

Hiob hat „dem Herrn gedankt, als er reich war, und ihn gepriesen, nachdem er arm geworden war. Als reicher Mann hat er sich an Niemand vergriffen, als armer hat er nicht gelästert. Die Zeiten änderten sich, seine Gesinnung blieb dieselbe. Seht den wackeren Steuermann, den weder die Ruhe noch die Heiterkeit des Wetters saumselig macht noch der Orkan in die Tiefe versenkt! – Gott sei gepriesen! ... Denn das Eine wie das Andere verdanken wir der liebevollen Vorsehung.“**

Durch diese Erkenntnisse können wir das Wort ‚Befreiung‘ in eine andere Richtung auslegen. Es geht um das Freiwerden von Verzweiflung und Wut, von den zerstörerischen Gefühlen und Ängsten, damit wir uns selbst und andere nicht zusätzlich verletzen. Wir haben die Aufgabe, unsere gute Gesinnung, unsere Lauterkeit, unsere Ehrlichkeit, unser Wohlwollen und unser sinnvolles Menschsein nicht aufzugeben: Denn wir dürfen leben, und wir wollen es. Dafür gilt es einen Lobpreis bereitzuhalten!

Dies ist leichter gesagt als getan, wenn unsere Seele sich den aufgepeitschten Wellen gegenüber sieht. In den Augenblicken angstvoller Enge ist kaum damit zu rechnen, etwas Liebevolleres entdecken zu können. Wenn wir unsere gute Gesinnung verlieren, wird dies noch schwieriger.

Udo, ich rufe Dir zu: ‚Standhalten, Aushalten, Standhalten!‘

Die Schreie nach Befreiung, die Wünsche, geboren aus der Verzweiflung, sind verständlich. Glaube jedoch nicht daran, dass die Erfüllung Deiner Hoffnungen die einzige Möglichkeit des Lebenssinns für Dich ist.

Betrachten wir die Gegensätzlichkeiten des Lebens. Die Ruhe führt in den Orkan, der Orkan zu ruhigen Wassern, die Liebe entfernt sich hin zum Bösen und bewegt sich wieder auf die Zärtlichkeit zu, das Glück weiß um die Begrenztheit und das unruhig pochende Herz sucht die Umarmung, die Raum und Zeit vergessen lässt.

Udo, eine gute Gesinnung öffnet uns.

Dein Abbas Poimen

U*D*O*-*M*A*N*S*H*A*U*S*E*N

* The Paradise of the Fathers, aus dem Syrischen ins Englische übers. von Wallis Budge, Nr. 143 , Seite 184, ins Deutsche übertragen, Sr. Elisabeth Hafenegger O.P.

** Johannes Chrysostomus, Rede nach seiner Rückkehr aus der Verbannung, BKV, S. 424

Nichtigkeit und Liebe

Liebe Leserin, lieber Leser!
Lieber Udo,

in der Stille denke ich mit Dir gemeinsam über die Verluste nach, die wir im Leben erleiden. Du magst Recht haben, dass ich mit der Entscheidung, Einsiedler zu werden, möglichen menschlichen Trennungen sowie der Vergänglichkeit materieller Güter zuvorgekommen bin, um mir Schmerzen zu ersparen. Wie Du weißt, hat mich dies nicht vor Tränen bewahrt, da liebe Mitbrüder starben oder fortgingen und wir Mönche durch die Nachstellungen anderer in unserem Leben bedroht wurden; und das sogar in dieser Einsamkeit.

Lauschen wir beide den Worten des Kirchenvaters Johannes Chrysostomus: „Nichts ist so hinfällig als Erdenglück. Nennt es nach seinem Unwert, wie ihr wollt – Rauch oder Gras oder einen Traum oder eine Blume des Frühlings oder wie immer – ihr werdet allemal noch hinter der Wahrheit zurückbleiben. So vergänglich ist das Glück, so nichtig über alle Nichtigkeit hinaus.“^{*} Auch die gelebte Liebe bleibt davon nicht ausgenommen, und mag sie auch noch so leidenschaftlich echt sein, sie ist letztlich nicht mehr als ein Traum. Wir mögen diesen Umstand beklagen und bitterlich beweinen. Es wird nichts nützen, es bleibt Erdenglück.

Als ich einmal mit einigen Mitbrüdern unterwegs war, sahen wir eine Frau auf einem Grabmal sitzen, die bitterlich weinte. Ich sagte zu den anderen: „*Wenn alle Annehmlichkeiten der Welt zu ihr kämen, sie würden ihre Seele nicht aus der Traurigkeit bringen.*“ *Wir brauchen Anklänge an eine solche Traurigkeit in unserem Herzen*^{**} schon jetzt, um nicht am schmerzlichen Unglück zu zerbrechen, wenn es sich tief in die Seele hineinbohren wird. Der Verlust der Nähe zu einem Menschen bewirkt oft Höllenqualen.

Das Leiden lässt sich häufig nicht erklären. Es gehört zum Dasein unausweichlich dazu. Niemand wird davon verschont.

Den Blickwinkel anhand des Vergleiches von Buddhismus und Christentum, den Dein Freund Thomas Merton wählt, finde ich weiterführend: Im Zen spricht man im Zusammenhang mit Leid davon, dass sich etwas wie „*ein gefällter Baum quer über unsere Straße legt, und wir können nicht über ihn hinwegsteigen*“ *Das Christentum beleuchtet den leidvollen Schrecken im Leben mit dem Hinweis auf das Kreuz als Symbol für das immer wiederkehrende Leid.*^{***}

Udo, ich finde es verständlich, dass Du Hintergründe und Erklärungen aufdecken möchtest, um zu verstehen, was mit Dir schmerzlich geschieht. Trotz allem, Du wirst leiden müssen, eine Zeit lang.

Ich möchte Dich unterstützen, indem wir weiter die Worte von Thomas Merton lesen:

Es wäre ein schwerer Irrtum anzunehmen, dass Buddhismus und Christentum nur verschiedene Erklärungen für das Leiden oder, was noch schlimmer ist,

Rechtfertigungen und Mystifizierungen dieser unvermeidlichen Gegebenheit anbieten würden. Im Gegenteil: Beide zeigen, dass das Leiden unvermeidlich bleibt, und zwar vor allem für denjenigen, der versucht, es zu erklären, um ihm zu entgehen, oder der glaubt, dass Erklärung in sich schon ein Entkommen ist. Leiden ist kein ‚Problem‘, so, als ob es etwas wäre, aus dem wir uns heraushalten und es kontrollieren könnten. Leiden, so wie es sowohl Christentum wie Buddhismus, jedes auf seine Weise, sehen, ist Teil gerade unserer Ego-Identität und unserer empirischen Existenz; man kann sich nur mitten in Widerspruch und Verwirrung hineinwerfen, um durch den ‚Großen Tod‘, wie Zen es nennt, oder durch ‚Tod und Auferstehung mit Christus‘ nach den Worten des Christentums umgewandelt zu werden. ****

Ich spüre den Worten nach: ‚hineinwerfen in Widerspruch und Verwirrung‘. Wir Wüstenväter versuchen unsere Gedanken nicht aufzuhalten, indem wir unsere Ängste schamvoll bewerten, verwerfen oder verdecken. Unser Augenmerk liegt auf dem Umgang mit den Inhalten und Gefühlen. Wir achten darauf, dass sie sich weder in Hass und Rache verwandeln, noch uns zur Selbsttötung verleiten.

Im Vertrauen auf Gott, nicht wissend was aus uns und unserem Begehren wird, halten wir den Schmerz aus. Wir dürfen auf keinen Fall unsere gute Gesinnung aufgeben, sondern sollten weiterhin die Liebe suchen, die unsere Seele versöhnen und trösten kann. Wir hoffen, dass Gott, der Geist des Lebens, in uns wirkt und uns verwandelt.

Betrachten wir den Wunsch, den Madeleine Delbrêl für uns geschrieben hat: „Ich wünsche dir, dass Gott an dir als ‚Creator‘ handle und dir ein neues Herz schenke, das direkt von ihm kommt und geradewegs zu anderen geht, ohne sich jemals an irgend etwas schon Gesagtes oder schon Geschehenes mehr erinnern zu können.“*****

Wenn sich eine solche Erneuerung spürbar in unserer Seele ereignen würde, brauchten wir nichts zu verdrängen und keine Rache zu nehmen, weil eine frische Offenheit unser Herz mit neuem Leben erfüllen würde.

Udo, beten wir nicht nur für uns selbst, sondern in Lauterkeit für die, die uns begegnet sind.

Dein Abbas Poimen

U*D*O*-*M*A*N*S*H*A*U*S*E*N

* Johannes Chrysostomus, Rede an Eutrop, BKV, S. 433

** Weisung der Väter,  bers. v. Bonifaz Miller, Trier 1986, Abbas Poimen 600, S. 216

*** Thomas Merton, Weisheit der Stille, Bern 1975, S. 58

**** ebd., S. 59

***** Madeleine Delbrêl, Leben gegen den Strom, Freiburg 1992, S. 47

Das Spinnennetz der Schuld

Liebe Leserin, lieber Leser!

Lieber Udo,

auch wenn die Menschen Maßstäbe aufgestellt haben, nach denen Schuld bemessen werden kann, so bleiben uns die seelischen Antriebe meistens verborgen. Wenn wir selbst nicht wissen, wie unser Handeln entstanden ist, um wie viel weniger können wir es bei anderen begreifen. Von daher sprechen wir von der Verstrickung in Schuld, wenn sich unsere Seele wie in einem Spinnennetz verfangen sieht und der tödlichen Gefahr innerer Bedrohung zu entkommen sucht. Wer kennt diese Ängste nicht!

In solchen Momenten der Gefangenschaft können wir denken, dass unser Ich keinen Wert mehr habe, weil wir unsere eigenen Regeln gebrochen und anderen großen Schaden zugefügt haben. Vielleicht standen wir jedoch schon vorher innerlich bereits am Abgrund und hatten die Vorstellung, diesem nur entrinnen zu können, indem wir andere oder uns selbst opferten und bewirkten damit weiteren Schaden.

Udo, besinnen wir uns auf eine wichtige Geschichte im Alten Testament, als Gott Abraham auf die Probe stellte:

„Er sprach zu ihm: Abraham! Er antwortete: Hier bin ich.

Gott sprach: Nimm deinen Sohn, deinen einzigen, den du liebst, Isaak, geh in das Land Morija und bring ihn dort auf einem der Berge, den ich dir nenne, als Brandopfer dar. Als sie an den Ort kamen, den ihm Gott genannt hatte, baute Abraham den Altar, schichtete das Holz auf, fesselte seinen Sohn Isaak und legte ihn auf den Altar, oben auf das Holz. Schon streckte Abraham seine Hand aus und nahm das Messer, um seinen Sohn zu schlachten. Da rief ihm der Engel des Herrn vom Himmel her zu: Abraham, Abraham! Er antwortete: Hier bin ich. Jener sprach: Streck deine Hand nicht gegen den Knaben aus und tu ihm nichts zuleide! Denn jetzt weiß ich, dass du Gott fürchtest; du hast mir deinen einzigen Sohn nicht vorenthalten.“ (Genesis 22,1.9-12)

Gott hält die Hand des Abraham fest, damit er sein Vorhaben nicht durchführe. Der Verfasser dieser Geschichte ist offenbar der Meinung, dass keine auch noch so große Liebe, selbst nicht die zu Gott, das Opfer, den Tod eines Menschen rechtfertigt, selbst nicht den eigenen.

Welche Verzweiflung wird sich in Abraham aufgetürmt habe, als er glaubte, dies tun zu müssen? Wir können uns das pochende Herz angesichts der sich nahenden Schuld vorstellen, als er seinen Sohn ansah.

Möglicherweise ist in dieser Erzählung eine weitere Botschaft enthalten. Ist eine Loslösung oder Wiedergutmachung von Schuld im menschlichen Sinne überhaupt möglich? Kann es nicht sein, dass wir derartig im Spinnennetz unserer Ängste verfangen sind, dass die menschliche Vernunft oder die Tat der Wiedergutmachung nicht die Wirkung haben wird, die wir erhoffen? Sind nicht alle Versuche sühnender Selbstbestrafung, sich bewusst das Leben selbst zu verstellen, die Liebe zu sich selbst und den anderen zu verweigern, wenn nicht sogar zu zerstören, ein Wahnsinn? Und wir können feststellen,

wenn wir uns blindlings aus dem Netz der Angst zu befreien suchen, dass das Dasein noch enger und bedrohlicher wird.

Wie können wir der Spinne, dem Gefangensein in Schuld, entkommen?

Der Erzähler der Geschichte von Abraham und Isaak muss um die Aussichtslosigkeit gewusst haben, allein aus eigener Kraft und Anstrengung der angstmachenden Schuld entfliehen zu können. Wenn wir dies erkennen können, ist der Engel ein Symbol für die eigene Machtlosigkeit und letztliche Unzulänglichkeit, wirklich in der seelischen Tiefe von selbst etwas gutmachen zu können. Der Engel macht deutlich, dass es kein abarbeiten menschlicher Schuld gibt. Kein Sühneopfer kann offenbar Schuld ausreichend vergelten.

Ein Mitbruder kam zu mir und sagte: *„Ich habe eine große Sünde begangen und will drei Jahre dafür Buße tun.“* Ich antwortete ihm darauf: *„Das ist viel!“* Der Bruder erwiderte: *„Aber dann ein Jahr lang?“* Ich sagte wiederum: *„Das ist viel!“* Die anwesenden Mitbrüder meinten: *„Vierzig Tage.“* Erneut sagte ich: *„Das ist viel.“* Ich sagte ihnen: *„Wenn der Mensch aus ganzem Herzen bereut und sich vornimmt, die Sünde nicht mehr zu tun, dann nimmt ihn Gott auch bei einer Buße von drei Tagen wieder auf.“**

Aus meiner Sicht erlangen wir eine Befreiung unserer Ängste nicht durch das Zeitmaß oder die nach außen abarbeitende Buße, sondern durch das Bereuen von ganzem Herzen, so dass unsere innere Stimme das göttliche Ohr erreicht. Ob dies ein leichter Weg ist, vermag ich nicht zu beurteilen. Es ist ein anderer, der eine heilvolle Wirkung haben wird; davon bin ich überzeugt.

Es macht keinen Sinn, das Messer an uns oder andere anzulegen, in welcher Form auch immer.

Unser Ziel sollte vor allem ein herzliches sein, das es ermöglicht, ein Licht in uns zu entdecken, so wie Du es mir von Deinem Freund Thomas Merton aus seinem Tagebuch mitgeteilt hast: *„Es ist mir ein Bedürfnis, den ersten Lichtpunkt zu sehen, aus dem die Dämmerung wird. Es ist erforderlich, allein zu sein bei der Auferstehung des Tages, in der unbeschriebenen Stille, wenn die Sonne erscheint.“***

Udo, lass in diesen schweren Tagen das Licht in Dein Herz hinein und wünsche es sehnlichst für die anderen, die Dir anvertraut sind.
Dein Abbas Poimen

U*D*O*-*M*A*N*S*H*A*U*S*E*N

* Weisung der Väter, Abbas Poimen 586, S. 213

** Thomas Merton – Der Mönch der sieben Stufen, hrsg. v. P. Hart, S. 220/1

Dunkle Nächte der Zukunft

Liebe Leserin, lieber Leser!

Lieber Udo,

wie wird unser Leben weitergehen? Wir haben unsere Sehnsüchte und Pläne, bereiten unsere Wege die doch im Dunkeln liegen.

Das erkenntnisreiche und heitere Aufflackern Deines Geistes kann ich mir lebhaft vorstellen, als Dir die nachfolgenden Gedanken begegneten. Sie sind wirklich des Nachdenkens wert. Von daher möchte ich Dir diesen kurzen Dialog zurücksenden, damit er für Dich erneut in Erinnerung kommt:

„Jemand fragt einen anderen: Weißt Du, wie man Gott zum Lachen bringen kann? – Erzähl ihm von Deinen Plänen!“

Natürlich gehe ich dabei von einem wohlwollenden Lachen aus, das wachrütteln möchte: „Denke nach über Deine Pläne; es kann alles ganz anders kommen; und dies letztlich nicht zu Deinem Nachteil!“

Udo, Du weißt wie es ist, sich zu verkrampfen, das Leben in seine Richtung drängen zu wollen und zwar nur in seine, und dennoch nicht befreit zu sein. Manchmal gibt es die Möglichkeit, die Dinge zu sich hin umzubiegen, aber es bleibt ein zwängendes Krümmen.

Je tiefer die wünschende Sehnsucht ist, die die Wirklichkeit, das Jetzt, kaum noch wahrnehmen kann, desto mehr können sich die verwirrenden, dunklen Nächte ausbreiten. Davon bleibt kein Mensch in seinem Leben verschont, glaube es mir. Wir können sicher Vieles zurücklassen, aber jeder Mensch hat mindestens einen Wunsch, der im Herzen seines Herzens ist. Wenn dieses Ziel gefährdet oder zerstört wird, beginnt in der Regel ein ungeheurer Kampf mit dem eigenen Ich. Die äußeren Kämpfe sind dann meistens in Wirklichkeit die inneren.

Verzweiflung, Niedergeschlagenheit, Wut, Hass, Traurigkeit sowie Wünsche nach dem eigenen Tod steigen mit einer ungeheuren Dynamik in uns auf. Die feindlichen Gefühle erscheinen dabei wie unsichtbar und dennoch hautnah.

Da hilft es wenig, sich ein greifbares Feindbild aufzubauen. Wir bekämpfen uns darin in Wirklichkeit selbst. Es ist ein Kampf mit unseren Vorstellungen und Trieben, mit unserem Bedürfnis nach Macht und Anerkennung und der Kränkung, nicht unabhängig zu sein von Gott und den Menschen. Wir versuchen die Angst zu bekämpfen, dass das Annehmen von Liebe gleichsam unseren Untergang bedeuten könnte und dabei tut sich der Abgrund vor uns auf in dem Gefühl, ohne Liebe zu sein.

Es geht um unser Leben. Die dunklen Mächte können uns anspringen wie ein Löwe, der uns an die Kehle will und uns zu zerreißen droht. Dies alles ist in uns. Wir können durch eine Veränderung im Äußeren der Welt diese Gewalten im Innern kaum bändigen. Dann versagt zudem unser Denken, die schärfste Waffe unseres Geistes.

Wenn es nur diese aktuelle Wirklichkeit der Dunkelheit gibt, dann wird es kaum Licht geben, denn die eigenen Pläne sind vernichtet. Wir werden damit zu einer Weise des Erlebens geführt, die Du in den Worten des Philosophen Gabriel Marcel wiedererkannt hast:

*„Es gibt Schwellen, die wir durch das Denken allein, wenn es sich selbst überlassen ist, niemals überschreiten können. Es ist eine Erfahrung notwendig – eine Erfahrung von Armut und Krankheit ...“**

Mögen wir dieses Lebensprinzip auch beklagen. Es ist Teil unserer Wirklichkeit.

Gerade in den dunklen seelischen Nächten ist der Zeitpunkt gekommen *„mit Gottes Hilfe den unsichtbaren Löwen (zu) bezwingen“***.

Was hat Gott damit zu tun, könnten einige fragen?

In den dunklen Nächten taucht oftmals der Gedanke auf: Wo ist Gott, wie kann er dies zulassen? Offenbar muss es also vorher auf unbewusste oder bewusste Weise diesen Gott gegeben haben.

Die Sphäre Gottes kann das Ich hinausführen aus den Vorstellungen, dass alles auf menschliche Weise zu regeln sei. Im Chaos der eigenen Gefühle, wenn wir die Gegensätze – unsere Wünsche im Widerspruch zur Wirklichkeit – leidvoll aushalten, erkennen wir, dass die Erfüllung unserer Träume nicht die letzte Glückseligkeit ist. Mit dieser Erkenntnis kommt jedoch kein neuer Schmerz auf uns zu, sondern viel eher die Einsicht, dass wir nicht so genau wissen, worum wir eigentlich bitten sollen. Die Verkrampfung auf das ersehnte Ziel beginnt sich langsam zu lösen. Natürlich bleibt unser Hoffen weiterhin auf das Geliebte ausgerichtet, aber es verliert seine Ausschließlichkeit, die es in Wahrheit nie besessen hat.

Udo, wir sollten uns entscheiden: Wir können den Blick nach vorne oder nach hinten und zur Seite wenden; und wir können unser Haupt erheben und unser Herz zum Himmel richten. Wenn wir uns durch die innere Armut und durch das Kranksein führen lassen, wird sich unser Haupt in Demut erheben können. Jetzt können wir alles zur Sprache bringen!

An den Anfang unserer Bitten setzten wir jeden Tag die Worte: ‚Mein Gott, eile mir zu Hilfe.‘ (Psalm 71,12)

Udo, somit können neue Erfahrungen wirken, auch bei Dir.
Dein Abbas Poimen

U*D*O*-*M*A*N*S*H*A*U*S*E*N

* zitiert nach: Thomas Merton, Weisheit der Stille, Bern 1975, S. 63

** Weisung der Väter, Abbas Poimen 752, S. 246

In angstvollen Zeiten

Liebe Leserin, lieber Leser!
Lieber Udo,

wenn ich Deine Frage spontan beantworte, so glaube ich ebenfalls, dass ich mich in ruhigen Zeiten befinde, und dass die bedrängenden Lebensumstände diese unterbrechen. Möglicherweise ist dies eine Illusion, und die Bedrohungen, welcher Art auch immer, bestimmen vorrangig unsere Lebenswirklichkeit. Diese letzte Sichtweise, die Charles de Foucauld für sich erfährt, gilt es ernsthaft in Erwägung zu ziehen:

„Wir müssen damit rechnen, dass alle Arbeit in unserem ganzen Leben in *angustia temporum* (in angstvoller, bedrängter Zeit) geschieht. Die Schwierigkeiten sind kein vorübergehender Augenblick, den man wie einen Sturm abwarten könnte, um danach die Arbeit wieder in Ruhe aufzunehmen; nein, sie sind der Normalzustand; wir dürfen unser ganzes Leben lang nichts anderes erwarten, als in *angustia temporum* zu sein, in allem, was wir an Gutem zu tun gedenken.“*

Dies sagt er nicht aus Gründen der Niedergeschlagenheit, sondern er möchte seine Seelenkräfte auf die zutreffende Wirklichkeit des Lebens einstellen. Ich denke, dass er damit auch die Wachsamkeit in sich wecken möchte, damit nicht die Trägheit oder die Sehnsucht nach Glückseligkeit die Widerstandskräfte und das Kraftvolle des Herzens schwächt. Natürlich wünschen wir uns, dass unsere Leiden rasch vorbeigehen. Aber je mehr wir begreifen, dass es nicht nur ein vorüberziehender Sturm ist, der unser Gemüt in Unruhe versetzt, desto eher können wir erkennen, dass wir Ausdauer und Geduld benötigen, um unser Herz wieder in ruhigeres Fahrwasser zu lenken, so dies überhaupt in unserem Leben zur Wahrheit werden wird, da wir doch ständig in Unruhe geraten können oder uns in einer solchen befinden.

Aber was können wir angesichts der Gefährdungen des Daseins, der auftretenden Dunkelheiten der Seele, der bedrängenden Ängste oder der Schicksalsschläge tun?

Es gibt eine Einstellung oder Verhaltensweise zu diesen Dingen, die für viele den Eindruck erweckt, als würde man die Hände in den Schoß legen oder der eigenen Untergangsstimmung leblos folgen; diese ist jedoch sehr durchdacht und kraftvoll: Es ist das bewusste, vertrauensvolle Geschehenlassen.

Spontan hast Du Dir eine solche Fähigkeit gewünscht, als Du die Gedanken von Jean-Pierre de Caussade gelesen hast, als er einer Ordensfrau den Rat erteilt: *„Im übrigen lassen Sie ... alles geschehen, mischen Sie sich nicht ein, außer was Ihre Pflicht fordert ... Überlassen wir alles der göttlichen Vorsehung ... Aber was würde aus mir, denken Sie vielleicht, wenn dies oder jenes einträte. – Ihre Antwort laute: ich weiß es nicht und will es auch nicht wissen; es wäre schade, ginge mir dieser glückselige Hingabezustand (das Vertrauen in Gott) verloren. In ihm lebe ich vollkommen von Gott abhängig, von einem Tag zum anderen, von einer Stunde zur anderen, ohne mich um die Zukunft zu kümmern, nicht einmal um den morgigen Tag. Dieser wird für*

sich selber sorgen. Derselbe, der uns heute erhält, wird uns mit unsichtbarer Hand auch morgen tragen. Das Manna in der Wüste wurde immer nur für den betreffenden Tag gespendet. Wer mangels Vertrauen oder aus falscher Klugheit auch für den folgenden Tag sammelte, fand es verdorben vor.

*Spiele wir also nicht durch eigenes Bemühen und eigenes zappeliges und verblendetes Kümmern Vorsehung; ...“***

Udo, Du weißt, dass in dieser Aufforderung ein wesentliches Prinzip unseres Daseins beschrieben wird, jenseits des Glaubens an einen lenkenden Schöpfer. Wir versuchen uns abzusichern, zu planen und zu steuern und vergessen darüber, das Leben geschehend in uns aufzunehmen.

Neben den Pflichten gibt es viele Dinge, die wir einfach nur haben wollen, für kurze Zeit besitzen, uns davon schwer wieder trennen können und ganz fest an diese glauben. Welch ein Hochmut, dass es nur so sein darf, wie wir es uns ausgedacht und erhofft haben.

Geschehenlassen bedeutet für mich somit nicht, einem blinden Schicksal zu vertrauen, sondern zu erkennen, was ich wieder loslassen muss, weil ich es nicht mehr halten kann. Die Vorsehung bedeutet für mich, dass ich bewusst darauf achte, welcher neue Sinn in meinem Dasein durch Veränderungen auf mich zukommt. Solange ich lebe, wird es Sinnvolles und Lebenswertes für mich geben.

Wenn ich alles geschehen lasse, was ich nicht beeinflussen kann, ist es für mich wichtig, dies mit Schweigen zu begleiten, als mit Worten in die Ungerechtigkeit abzugleiten. Es ist nicht nur unser Handeln, das in Gefahr steht, in die Sinnlosigkeit zu geraten. Wir können uns gefährden und andere verletzen, wenn wir die falschen Worte wählen. Vor dieser Gefahr warnt uns die heilige Schrift eindringlich: *„Wenn ein Mensch sich an das Wort der Schrift erinnert: Nach deinen Worten wirst du gerichtet und nach deinen Worten gerechtfertigt (Mt 12,37), dann wählt er lieber das Schweigen.“****

Die Warnung bezieht sich für mich weniger auf ein Endgericht, denn es geht darum, jetzt mein Leben richtig zu gestalten. Verquere Worte können mich in einen derart düsteren Seelenzustand versetzen, der mich dazu veranlassen könnte, aus der Angst heraus mit Macht das Ersehnte an mich zu reißen.

Wieso glauben wir, etwas steuern zu können, was wir nicht erschaffen haben? Wir wurden in einen Lebensfluss hineingeboren. Diesen können wir weder anhalten, noch grundlegend beeinflussen. Überlassen wir uns diesem voller Vertrauen!

Udo, Dir wünsche ich Momente der Erleichterung, in denen Du den Sinn von allem erspüren kannst.

U*D*O*-*M*A*N*S*H*A*U*S*E*N

* Jean Francois Six, Abenteuer der Liebe, Briefe von Charles de Foucauld, S. 27/8

** Jean-Pierre de Caussade, Seelenführung, 145/6

*** Weisung der Väter, Abbas Poimen 616, S. 219

Zurückhaltung

Liebe Leserin, lieber Leser!
Lieber Udo,

zu mir kommen Menschen in die Wüste, um einen Rat zu erhalten. Ich gehe nicht zu den anderen, um meine Sichtweisen mitzuteilen, es sei denn, ich werde gefragt.

In der Anwesenheit von Menschen drängte es mich früher, meine Gedanken mitzuteilen. Ich bezog Stellung zu den Dingen, auch ohne dazu aufgefordert worden zu sein.

Du kannst Dir vorstellen, dass sich meine Ideen über das Leben hier in der Einsamkeit derartig angesammelt haben, dass sie danach drängen, zur Sprache gebracht zu werden. Aber ich habe mich bewusst dafür entschieden zu schweigen, obwohl es mir nach wie vor schwer fällt.

Du wirst Dich fragen, warum ich dies tue und worin meine Motive liegen?

Wenn ich versuche, meine Beweggründe zu erläutern, auch vor mir selbst, so tue ich dies aus einer Sichtweise dem Dasein gegenüber heraus, die sich an den Botschaften Gottes orientiert. Für mich ist es wichtig, dass ich die Erfahrungen derjenigen mache, die die Weisheit des Schöpfers und wichtige Lebensprinzipien erkannt haben. Ich spüre in mir, dass sich meine Seele nach etwas sehnt, das jenseits der sichtbaren Erlebnisse liegt. Ich glaube!

Ein Mitbruder fragte mich: „*Was ist der Glaube?*“ Ich antwortete: „*Der Glaube besteht darin, in Selbsterniedrigung zu leben und Barmherzigkeit zu erweisen.*“* Beim Glauben geht es für mich in erster Linie nicht um ein Bekenntnis von Glaubensinhalten, diese sind für mich selbstverständlich, sondern um die Gestaltung meines Lebens mit Seele. Ich möchte mich mit der Hilfe Gottes davor bewahren, überheblich zu sein sowie durch Rache beträchtliche Unruhe in das Leben meiner Umgebung und in mich selbst zu bringen.

Der Glaube ist für mich eine Tugend, die das Gute bewirken soll!

Du bist bei Jean-Pierre de Caussade auf ähnliche Gedanken gestoßen. Ja, es ist für mich ebenso eine Tugendübung, ‚auf die eigene Ansicht zu verzichten‘. Seine Ausführungen zur Barmherzigkeit beschreiben ein wichtiges Ziel des Vergebens: „*Fügen wir uns also ins Unvermeidliche. Suchen wir aus den Fehlern unserer Mitmenschen und aus unsern eigenen Nutzen zu ziehen. Beurteilen wir jene mit Milde und erheben wir uns rasch von diesen. Nur so lässt sich der Friede bewahren.*“**

Udo, auch wenn wir die genannten Ziele kaum vollends erreichen werden, so ist die zeitweilige Wirkung bereits beruhigend.

Übe weiterhin die Zurückhaltung!

Dein Abbas Poimen

U*D*O*_*M*A*N*S*H*A*U*S*E*N

* Weisung der Väter, Abbas Poimen 643, S. 224

** Jean-Pierre de Caussade, Seelenführung, 148/9

Kleinkinderschrittchen

Liebe Leserin, lieber Leser!
Lieber Udo,

die Menschen neigen dazu, wie Götter sein zu wollen. Das Leugnen, dass es einen Gott gibt, ändert an dieser Tatsache nichts.

Im Buch des Propheten Jesaja werden wir angehalten, über unseren Eigenwillen nachzudenken:

Wer misst das Meer mit der hohlen Hand? Wer kann mit der ausgespannten Hand den Himmel vermessen? Wer misst den Staub der Erde mit einem Scheffel? Wer wiegt die Berge mit einer Waage und mit Gewichten die Hügel?

Wer bestimmt den Geist des Herrn? Wer kann sein Berater sein und ihn unterrichten?

Wen fragt er um Rat und wer vermittelt ihm Einsicht? Wer kann ihn über die Pfade des Rechts belehren? Wer lehrt ihn das Wissen und zeigt ihm den Weg der Erkenntnis? (40, 12-14)

Manchmal glauben wir, mehr Einsichten zu haben als andere. Aber haben wir damit bereits den Sinn des Lebens verstanden? Reicht unser machtvoller Eigenwille aus, um uns selbst führen zu können oder uns als Weltenlenker zu fühlen?

Ich wiederhole bei meinen Mitbrüdern oftmals die Worte des Abbas Bisarion:
*„Schweige und miss dich nicht selber.“**

Das Schweigen soll ermöglichen, dass wir unser Denken und Handeln besser überprüfen können. Dabei ist es von großer Bedeutung, nicht nur andere zu Rate zu ziehen, sondern auf diese zu hören. Wer kann sich selbst derart kritisch gegenüber stehen, dass er sich wirklich in Frage stellt?

Du kennst Dein eigenes Wehren, wenn Du deutliche Hinweise erhältst, dass Dein Verhalten fragwürdig ist oder einige Dich darauf hinweisen, dass Du neue Entwicklungsschritte angehen sollst.

Es ist nicht nur die Selbstherrlichkeit, die uns nicht hören lässt. Wir haben uns zudem geistig sehr bequem eingerichtet und wollen die Unbequemlichkeit der Veränderung nicht auf uns nehmen.

Ich bemühe mich, den deutlichen Hinweisen im Leben Aufmerksamkeit zu schenken, um daran möglicherweise bisherige Irrwege entlarven zu können. Wäre es nicht wundervoll, gänzlich darauf vertrauen zu können, durch das Leben geführt zu werden, um im freien Willen als Antwort darauf das Dasein einfach geschehen zu lassen? Da ich nicht an ein blindes Schicksal glaube, muss es einen mir verborgenen Sinn in allen Leiden, Ärgernissen und Freuden geben.

Aber wie häufig stellen wir uns quer und versuchen den Fluss der Vergänglichkeit anzuhalten!

Das Bild, das Du für den Widerstand des Menschen, sich zu entwickeln, bei dem Karmeliten Johannes vom Kreuz gefunden hast, empfinde ich als sehr ursprünglich:

*„Ja es gibt Seelen, die anstatt sich Gott zu überlassen und sich von ihm helfen zu lassen, vielmehr ihm durch unbesonnene Handlungsweise und ihr Widerstreben direkt entgegenarbeiten. Sie sind wie kleine Kinder, die strampeln und heulen, sobald sie die Mutter auf den Arm nehmen will, und um jeden Preis selbständig gehen wollen, auch wenn sie noch gar nicht vorwärtskommen, oder wenn auch, dann doch nur mit Kleinkinderschrittchen.“***

Wahrscheinlich können wir unsere Widerstände befrieden, indem wir erkennen, dass eine Führung im Leben nicht unsere Freiheit ersetzen möchte und wir nur noch fremdem Befehl zu folgen haben. Wir sollten unsere Blicke vielmehr auf das Lernen von Inhalten und Einstellungen lenken, die unser Lebensgefühl grundlegend beeinflussen können.

Gerne folge ich mit Dir der Aufmerksamkeit von Madeleine Delbrêl:

„Während wir unterwegs sind oder während wir in der Küche beschäftigt sind, zwischen zwei Besuchen oder abends, bevor wir uns Bett gehen, sollte wir an die Pforte Gottes klopfen, um von ihm in der Sanftmut unterrichtet zu werden. Allein sein Geist kann sie uns verständlich machen und sie in uns verwirklichen.

Bitte wir ihn, uns darüber zu belehren, was es heißt, genauso wie er und an seiner Stelle sanftmütig zu sein. Denn er lebt in uns, und wir würden ihn verleugnen, wären wir nicht gütig, wie er es war.

*Er möge uns lehren, anderen zuhören, zu ihnen zu sprechen, sie betrachten zu können, und das mit seinen Ohren, seinem Mund und mit seinen Augen. So werden wir auf unbegreifliche Weise in sein inneres Wesen eingeführt.“****

Es geht für mich darum, eine Weltseele erspüren zu können, die das Gute und Sanfte im Leben einbringen und mit meiner (unserer) Hilfe verwirklichen möchte.

Wäre es nicht ein anderer Anstoß, sich zu entwickeln, darum zu bitten, an welche Türe auch immer klopfend, unterwiesen zu werden, das Leben weit weg von der Oberfläche in den Tiefen zu begreifen, um sich von da aus liebevoll und sanft führen zu lassen?

Udo, Du kennst die Kämpfe, sich selbst und andere zu neuen Weisen der Wahrnehmung zu führen. Folge weiterhin Deinen Beratern und sprich täglich mit Gott.

Dein Abbas Poimen

U*D*O*-*M*A*N*S*H*A*U*S*E*N

* Weisung der Väter, Abbas Poimen 653, S. 227

** Johannes vom Kreuz, Aufstieg zum Berge Karmel, S. 8

*** Madeleine Delbrêl, Leben gegen den Strom, S. 59

Die Seele in der Dunkelheit

Liebe Leserin, lieber Leser!

Lieber Udo,

wenn wir einen Verlust erleiden und traurig sind, dann ist dies eine Weise, wie wir darauf reagieren. Aber es kann gleichsam sein, dass es dunkle Nacht in uns wird, obwohl es draußen Tag ist. Wir können dann kaum noch etwas anderes wahrnehmen als die dunkle Leere unseres Herzens. Ein solcher Zustand der Dunkelheit ist schrecklich. Was geschieht in solchen Momenten, und wie sind diese entstanden?

*„Wenn ein Mensch seine Wünsche und Vergnügung ausführt, und diese zur Gewohnheit werden lässt, dann werden diese ihn niederdrücken.“**

Damit lehne ich nicht die Freude, den Frohsinn und den Erlebnisreichtum ab. Wenn die Ansicht des Wüstenvaters Antonius zutrifft, dass die äußeren Dinge kaum etwas für das Innere des Menschen bewirken können, dann werden diese an sich der Seele auch nicht schaden.

Es ist etwas anderes, das unsere Seelenlage stark gefährden kann. Der Vergleich, den Johannes vom Kreuz wählt, ist erhellend:

*„Wie das Sehvermögen mittels des Lichtes die Dinge erfasst und genießt, soweit sie sichtbar sind, die aber unsichtbar werden, sobald das Licht entschwindet, so erfasst und genießt die Seele mittels des Verlangens alle Dinge, die sie vermöge ihrer Fähigkeiten genießen kann.“ ... „Nicht die Dinge dieser Welt als solche nehmen die Seele in Besitz und schaden ihr, da sie ja nicht Zutritt haben zur ihr, sondern der Wille ist es und das Verlangen nach ihnen; denn diese hausen in der Seele.“***

Das Äußere wirkt somit nur gefahrvoll in uns hinein, solange unser Wille und unser Verlangen darauf ausgerichtet sind. Diese Erkenntnis ist von außerordentlicher Wichtigkeit, um die dunkle Nacht der Sinne zu verstehen und um Wege aus ihr herauszufinden. Wenn Schicksalsschläge wirklich unabänderlich sind oder wir vom Leben anderer ausgeschlossen werden, müssen wir den Blick auf unser Begehren richten. Wenn alles in Finsternis gehüllt wird, werden wir gezwungen oder geheimnisvoll geführt, unsere innere Ausrichtung zu verändern. Das Hineinstürzen in andere Vergnügungen wird nach einiger Zeit in eine neue Finsternis münden.

Was verlangen wir nicht alles vom Leben, von den Menschen und von Gott?

Udo, überprüfe und hinterfrage Deine Wünsche und Gewohnheiten, damit diese Dich nicht in eine ausweglose Dunkelheit führen.

Dein Abbas Poimen

U*D*O*_*M*A*N*S*H*A*U*S*E*N

* The Paradise of the Fathers, aus dem Syrischen ins Englische übers. von Wallis Budge, Nr. 371, Seite 83, ins Deutsche übertragen, Sr. Elisabeth Hafenegger O.P.

** Johannes vom Kreuz, Aufstieg zum Berge Karmel, S. 16/7; 19

Um jeden Preis

Liebe Leserin, lieber Leser!
Lieber Udo,

wenn wir uns im Chaos befinden, uns die Lustlosigkeit der Langeweile gepackt oder die Sucht nach Ehrung uns befallen hat, dann halten wir umso mehr sehnsuchtsvoll Ausschau nach den glückseligen Dingen. Äußerste Vorsicht ist jetzt geboten, da dies der goldene Zeitpunkt der Dämonen ist. Manche glauben, dass es keine bösen Geister gibt. Diese mögen Recht haben. Aber es gibt die unheilvollen Gefahren für die Seele, die uns in eine jämmerliche Verzweiflung oder in eine eiskalte Überheblichkeit führen können.

Udo, wir haben nicht darüber zu urteilen, welche Ziele der Einzelne zu seinem persönlichen Heil anstrebt. Wir sollten jedoch den kritischen Geist wachrütteln, damit nicht die Dämonen die Blickrichtung des eigenen Selbst bestimmen. In diesem Sinne greife ich mit Dir den Gedanken auf, den Romano Guardini im Zusammenhang mit der Situation von Menschen äußert, die im Chaos stehen:

“... sie überschätzen, was sie nicht haben.”

Eine solche Überschätzung zu bedenken, kann ebenso sinnvoll sein, selbst wenn ich mich nicht in einer Extremlage befinde. Es geht nicht darum, Wünsche von vorneherein zu unterdrücken oder zu kritisieren. Wir sollten allerdings sorgsam bedenken, wofür wir unsere Lebenszeit einsetzen.

Die Menschen lieben es nicht, wenn ihre Vorstellungen und die Lebensart hinterfragt werden. Ich weiß, wovon ich rede. Meine Art, ohne jeden gesellschaftlichen Stand und fast ohne Absicherung, in der Einsamkeit der Wüste zu leben, bringt nicht nur Bewunderung oder Verwunderung mit sich. Einige einflussreiche Kräfte bekämpfen uns, wollen uns zum Aufgeben zwingen oder uns mit Ehrungen und Besitz bestechen, um damit zu beweisen, dass keiner sich den ideellen und materiellen Werten der Gesellschaft entziehen kann. Aber warum tun sie das? Warum bleiben sie nicht für sich glücklich? Was im Verborgenen gewusst wird, kommt öffentlich durch andere mögliche Lebensweisen an das Licht des Tages: die irdischen Werte sind zu vergänglich, als dass sie Alles sein können!

Mit den Worten aus einer anderen Zeit umschreibt Dein Freund Thomas Merton die Dynamik des materiellen Kampfes. Vielleicht können seine Gedanken die Menschen in Deinem Jahrhundert einsichtiger bewegen.

“Das Tragische eines Lebens, das sich auf ‘Dinge’ konzentriert, auf das Begreifen und Manipulieren von Objekten, besteht darin, dass ein solches Leben das Ego in sich selbst einschließt, so als ob es einen Zweck in sich selbst hätte, und es dadurch in einen hoffnungslosen Kampf mit anderen verkehrten und feindlichen Ichs stößt, die miteinander um Besitztümer

*kämpfen, die ihnen Macht und Zufriedenheit geben sollen. Solche Geister sind der Welt gegenüber verschlossen, statt 'weltoffen' zu sein; und ihre gigantischen Anstrengungen, die Welt nach ihren Wünschen zu bauen, sind schließlich durch ihre Zweideutigkeit und zerstörende Gewalt, die in ihnen liegt, zum Scheitern verurteilt. Sie scheinen Licht zu sein, aber sie kämpfen miteinander in undurchdringlichem moralischen Dunkel.***

Mir geht es um die Seele und nicht um gesellschaftliche Gebilde. Wenn es nicht möglich ist, alle oder viele unserer Wünsche zu verwirklichen, dann kann dies auch nicht mein vorrangiges Ziel sein. Dabei ist es für mich ebenso kein lohnenswertes Bestreben, dennoch die mir möglichen Sehnsüchte zu erfüllen. Ich versuche im Chaos der eigenen Unzufriedenheit zu erkennen, was mich wirklich unglücklich macht: dem Strom der Masse mit ihren ungeistigen Zielen zu folgen!

Keine Sorge, auch für mich bleibt noch genügend Leiden übrig, denn mein Wille stellt sich häufig ebenfalls gegen den natürlichen Fluss des Lebens.

Udo, wenn wir erkennen, dass unser Dasein davon geprägt ist, dass etwas entsteht und wieder vergeht, dann kann die irdische Erfüllung nicht der absolute Sinn sein. Unbändiger Trotz, um das Unmögliche möglich zu machen, hilft da auch nicht weiter!

*“Alles Übermaß ist von den Dämonen.”**** Davon bin ich überzeugt.

Es liegt etwas über dem Maß der Dinge, wenn wir nicht der Natur folgen, in die wir Menschen organisch eingefügt sind. Wunderbar, im Gleichklang mit der Natürlichkeit des Daseins empfinde ich mit Dir den Vergleich von Madeleine Delbrêl: Um sich verwirklichen zu können, *“muss sich unser Leben ständig wandeln, entwickeln, bewegen, so wie bei einem Baum, den jeder Winter und jeder Frühling verwandelt, aber der in jedem Sommer oder Herbst dieselben schönen Früchte tragen kann. Und würde der Baum nicht wachsen und Knospen haben, gäbe es keine Früchte.”*****

Udo, es bleibt die Frage: Was sollen wir in unserem Leben zu erreichen suchen? Von einer solchen Unbestimmtheit ist zu unterscheiden, ein ganz konkretes und fest umrissenes Ziel anzustreben. Selbst dieses Konkrete bringt uns oftmals nicht weiter. Es geht um eine Suche, die uns verwandelt und Früchte des Herzens hervorbringt, indem die Liebe, der liebende Umgang mit dem Nächsten um jeden Preis zu verwirklichen ist.

Udo, auch wenn Du Dich im Moment vom lärmenden Getöse des Weltflusses abgeschnitten fühlst, so wird dies seinen Sinn haben. Du wirst aufgefordert, Deinen ureigenen Weg zu finden.

Dein Abbas Poimen

U*D*O*-*M*A*N*S*H*A*U*S*E*N

* Romano Guardini, Vom Sinn der Schwermut, 77

** Thomas Merton, Weisheit der Stille, 77/8

*** Weisung der Väter, Apophthegmata Patrum, übers. von B. Miller, Abbas Poimen 712, S. 238

**** Madeleine Delbrêl, Leben gegen den Strom, 64/5

scheinbar besiegt

Liebe Leserin, lieber Leser!

Lieber Udo,

dass Dein Herz angesichts der Gedanken von Charles de Foucauld schmerzlich in Bewegung kam, ist mir erneut Anlass, mit Dir nachzudenken. Als er sich offenbar in einer tiefen geistlichen Nacht befindet, allein in seiner Einsiedelei in der Wüste, vergeblich hoffend, einen Gefährten und Gleichgesinnten in seiner Nähe zu haben, sucht er seelischen Trost, indem er auf die Lebensgeschichte des Jesus aus Nazareth blickt. Ich kann seine Worte nachempfinden: *„Wie Er werden wir immer das Kreuz empfangen; wie Er werden wir immer verfolgt sein; wie Er sind wir scheinbar immer die Besiegten ...“**

Jeder kann sich Ereignisse ins Gedächtnis rufen, die sich wie quälende Niederlagen anfühlen. Da gibt es die Verleumdungen und das öffentliche Bloßstellen, indem das Menschliche der Person herabgewürdigt und beschimpft wird; andere werden bei einer Sache vorgezogen und wir können erahnen, welche Intrigen dazu geführt haben; obwohl wir glauben, Gehaltvolles mitteilen zu können, werden wir nicht gehört und erhalten keine Möglichkeit uns darzustellen; das gesellschaftliche Leben scheint an uns vorbeizulaufen, da man uns kaum bemerkt, noch herzlich berücksichtigt; da ist fast keiner, der die vorhandene Güte und Herzlichkeit in uns zu entdecken vermag; kummervoll erfahren wir, dass niemand das Leben wirklich mit uns teilen möchte; und rückblickend mögen wir enttäuscht feststellen, dass unser Dasein wenig bewirkt hat.

Aber auf welcher Grundlage betrachten wir ein solches Besiegtsein? Das Wort *scheinbar*, das Foucauld in diesem Zusammenhang einfügt, gibt uns einen entscheidenden Impuls, über unsere dunkle Seelenlage befreiend nachdenken zu können. Sind wir denn wirklich aufgrund der traurigen Widerfahrnisse die Besiegten? Wer setzt die Maßstäbe dafür?

Eine erste Anregung hast Du bereits bei Augustinus gefunden. Er begibt sich auf kritische Spurensuche nach den vorgegebenen Werten des Lebens. Ich finde es gut, dass Du seine Gedanken einbeziehst: *„Gott, mein Gott, welches Elend ist mir dort zu teil geworden, welche Täuschungen, als dem Knaben die Lebensregel vorgezeichnet wurde, denen zu gehorchen, die mich ermahnten, dass ich in der Welt zu Ansehen gelangen und mich durch geschwätzige Künste auszeichnen sollte, dazu bestimmt, Ehre bei den Menschen zu gewinnen und trügerische Reichtümer!“***

Wir haben bestimmte Zielsetzungen von anderen übernommen, indem wir uns daran ausgerichtet haben. Ich möchte an dieser Stelle nicht beurteilen, ob diese Ziele sinnvoll sind oder nicht. Mir kommt es darauf an, die Niederlagen in einem kritischen Lichte zu betrachten. Sollten wir uns tatsächlich als Besiegte fühlen?

Ich kenne Deine Vorliebe für Giordano Bruno, in dessen Schriften Du täglich liest. Manchmal kann uns die unverblümete Deutlichkeit wachrütteln, indem wir erkennen, wie dumm wir waren, uns als Geschlagene zu fühlen. Seine Worte werden zu allen Zeiten des Nachdenkens wert sein: „... *heutzutage ist die Welt voll von falschen Ruhmesgötzen, die unwürdig, wie sie selber sind, immerfort von anderen unwürdigen falschen Größen gepriesen werden, so dass mit gegenseitiger Reklame ein Esel sich am anderen Esel reibt.* ***

Wir sollten die gesellschaftlichen Werte ernsthaft hinterfragen, jedoch nicht um politisch Handelnde zu werden, sondern um zu begreifen, dass wir uns im Grunde unnötigen seelischen Kummer bereiten. Ist es in Wahrheit nicht heilsamer, wenn wir unbeachtet bleiben? Wir könnten sonst in Versuchung geraten, dass das Emporheben von anderen angemessen sei! Danach kann es eine erneute Niederlage geben, wenn andere uns bekämpfen.

Ein menschliches Zusammenleben wird nicht ohne Absprachen und gegenseitige Rücksichten auskommen. Wir bemühen uns in unserer kleinen Gemeinschaft keine Befehle auszusprechen, die Ausdruck einer bestimmten Position und Mächtigkeit sind. Unser Anliegen besteht vielmehr darin, Vorbild zu sein. Die anderen können dann an uns ablesen, ob wir die benannten Werte selbst leben, und erfahren, ob eine friedvolle Ausstrahlung zu spüren ist.

Ein Mitbruder fragte mich:

„*Mit mir wohnen Brüder: willst du, dass ich ihnen Befehle erteile?*“ Ich antwortete ihm: „*Nein, sondern erfülle zuerst du deine Aufgabe! Wenn sie leben wollen, werden sie schon auf dich sehen.*“ Der Bruder wandte ein: „*Sie wollen es aber selber, dass ich ihnen befehle.*“ Ich entgegnete ihm: „*Nein, werde ihnen ein Vorbild und kein Gesetzgeber.*“****

Es gibt Aufgaben, die wir zu erfüllen haben, weil wir bestimmte Verantwortungen übernommen haben. Diese sollten wir nicht für fragwürdige Ziele beiseite lassen. Für jemanden zum Vorbild zu werden, ist etwas anderes, als bestimmte Ziele zu predigen, andere für sich arbeiten zu lassen oder den Übermenschen zu spielen.

Der Selbstherrliche wird sehr leicht besiegt werden, weil es diese menschliche Herrlichkeit in der Realität nicht gibt.

Udo, auch wenn es einige Zeit dauert, denke über Deine scheinbaren Niederlagen nach und konzentriere Dich auf Dein Menschsein, indem Du im Dialog mit Gott herausfindest, auf welche Weise Du zu einem Vorbild werden kannst.

Dein Abbas Poimen

U*D*O*-*M*A*N*S*H*A*U*S*E*N

* in: Jean Francois Six, Abenteuer der Liebe, 80 unveröffentlichte Briefe von Charles de Foucauld an Louis Massignon, S. 54

** .Die Bekenntnisse des heiligen Augustinus, Buch I-X, ins Deutsche übers. v. Georg von Hertling, S. 42

*** Giordano Bruno, Heroische Leidenschaften, übers. v. Ludwig Kuhlenbeck, S. 145

**** Weisung der Väter, Apophthegmata Patrum, übers. von B. Miller, Abbas Poimen 748, S. 245

Richtungsänderung

Liebe Leserin, lieber Leser!
Lieber Udo,

ha ..., die Menschen möchten sich verändern. Eigentlich ist dies doch einfach, denken viele angesichts ihrer Wünsche oder ihrer unerträglich gewordenen Lebenssituationen. Du hast es selbst erlebt, wie verworren und schmerzvoll unliebsame Zustände sein können.

Zudem erfährst Du, dass Menschen geradezu flehentlich ihre Gegenwart verändern wollen, jedoch naheliegende Möglichkeiten und Angebote entweder ausschlagen oder derartig kritisieren, dass Du Dich fragst, was in der Tiefe die Gründe dafür sind.

Ein wichtiges Grundprinzip unserer mönchischen Einstellung lautet: *„Ein Mönch hadert nicht mit seinem Geschick ...“**

Nun könnte man sich fragen: Ist denn nicht gerade die Unzufriedenheit mit der eigenen Lebenslage der entscheidende Impuls, der eine Veränderung erst anstößt oder möglich macht?

Dies mag so sein. Ich möchte vor allem damit ausdrücken, dass wir kaum eine Veränderung bewirken können, wenn die Kritik an unserem Dasein im Mittelpunkt steht und es in erster Linie darum geht, die erfahrene Ungerechtigkeit oder die Aussichtslosigkeiten zu verkünden.

Wie sollen Erneuerungen möglich werden, wenn ich wütend, traurig und misshütig bin? In derartigen Gefühlszuständen können wir uns kaum mit klarem Blick verwandeln.

Das Wichtigste bei dem Drang nach Veränderung ist die richtige Deutung des Heute. Gerne schließe ich mich mit Dir der Sichtweise von Madeleine Delbrêl an:

*„Wie in der arabischen Sprache sind die wahren Zeichen Gottes in die umgekehrte Richtung zu unserer Lesart geschrieben. Das erklärt, warum wir so oft gerade dort die Versuchung zur Verzweiflung spüren, wo ein Zeichen Hoffnung bedeutet. Oder wir lesen etwas als Vernichtung, was eigentlich Neuanfang bedeutet. Nur wenn wir das begreifen, selbst wenn wir dabei weinen und schreien, bleiben wir mit dem Willen Gottes, seiner Schnelligkeit und Wirkkraft verbunden ...“***

Wir sollten nicht hadern, wenn wir uns nach Hoffnung sehnen, und uns von den dunklen Mächten befreien, damit wir das zarte Licht des Neuanfangs nicht übersehen.

Udo, wenn Du weiterhin intensiv darüber nachdenkst, warum es ebenso sinnvoll ist, dass sich nicht nur Deine Interessen verwirklichen, dann bist Du auf der Spur des Willen Gottes, der die Möglichkeit unseres Lebens formte.

Dein Abbas Poimen

U*D*O*-*M*A*N*S*H*A*U*S*E*N

* Weisung der Väter, Apophthegmata Patrum, übers. von B. Miller, Abbas Poimen 665, S. 228

** Madeleine Delbrêl, Leben gegen den Strom, 71

Gedankendruck

Liebe Leserin, lieber Leser!
Lieber Udo,

manchmal platzen die Wut, die Ängste oder die Sorgen einfach aus mir heraus. Ich hatte es versäumt, wahrscheinlich über einen längeren Zeitraum, den Nebel meiner Gedankengebilde aufzulösen. Es ist wichtig, dass wir mit anderen über unsere Gefühle sprechen. Zuweilen erscheint es befreiend, denjenigen unsere bewegenden Urgründe mitzuteilen, die in einem direkten Zusammenhang damit stehen.

Oftmals mögen wir denken, unsere Betroffenheit ginge vorüber, wenn wir Gras über die Sache wachsen lassen, oder wir scheinen nur auf den richtigen Zeitpunkt und die entsprechende Atmosphäre zu warten, oder wir lassen uns mehr durch die Furcht niederdrücken, die in uns die Vorstellungen geschürt hat, was wir alles zu erwarten haben, wenn wir unsere Gedanken offenbaren.

Über das Bedrückende der eigenen Seele muss auf jeden Fall gesprochen werden!

Vor einiger Zeit hörte ich über einen Mitbruder, dass er eine Reihe von ehrwürdigen Altvätern aufsuchte. Dies ist insofern ungewöhnlich, da wir jeden Rat eines Altvaters sehr ernst nehmen und uns mit den Empfehlungen zunächst eine Weile zurückziehen. Dieser Bruder kam auch öfter zu mir, wobei mir seine Seelenlage nur allmählich deutlich wurde. Ich spürte, dass er mit einem Problem zu kämpfen hatte, sich aber nicht traute, es auszusprechen. Ich empfand Mitleid mit ihm und rief ihn zu mir:

*„Siehe, nun kommst du schon so lange mit deinen Gedanken her, um sie mir mitzuteilen, und wenn du da bist, dann willst du nicht von ihnen sprechen, und jedes Mal gehst du betrübt weg, weil du sie hast. Sage mir nun, mein Kind, was hast Du?“ Da sagte er: ‚Der Dämon ficht mich mit gotteslästerlichen Gedanken an, und ich schäme mich, es zu sagen.‘ Und er erzählte (mir) die Sache und fühlte sich sofort erleichtert. (Ich) sprach zu ihm: ‚Mache dir keine Sorge Kind! Sondern wenn der Gedanke kommt, dann denke: ich habe nichts damit zu schaffen, deine Lästerung komme über dich Satan! Denn diese Sache will meine Seele nicht. Und jede Sache, die die Seele nicht will, ist nur von kurzer Dauer.‘ Da ging der Bruder geheilt von dannen.“**

Nun mag man sich fragen, was gotteslästerliche Gedanken sind. Wir spiegeln unsere Gefühle an den Vorstellungen Gottes, die sich mit der Suche verbinden, den Sinn der Schöpfung und die Freiheit des Lebens zu finden, ohne andere dafür zu missbrauchen. Hass, Rachegeanken, Verzweiflung, Trübsinn, Habsucht, Gier und vor allem der Hochmut, der sich in dem Gedanken ausdrückt, besser zu sein als die anderen, belasten unsere Seele in hohem Maße.

Der ungeheure Druck, der auf unserer Seele lastet, ist der Anhaltspunkt dafür, dass wir unser Handeln in eine Situation geführt haben, die unserem Innersten nicht mehr entspricht. Wir fühlen uns eher wie Fremde, die von anderen bestimmt werden oder spüren unser Ausgeliefertsein, weil wir kaum

noch schlafen können und wenige friedvolle Gedanken in uns tragen. Es ist zum aus der Haut fahren, und dies geschieht dann angesichts geringer Anlässe.

Unsere druckvolle Verschwiegenheit könnte möglicherweise auch darin ihren Grund haben, dass wir glauben könnten, durch das Aussprechen unserer als finster erlebten Gefühle ändere sich nichts, aber auch gar nichts. ‚Die schreckliche Welt bleibt doch so, wie sie ist‘, denkt so mancher. Diese Vorstellung haben wir wahrscheinlich deshalb, weil wir bereits alles versucht haben, um andere in unsere Richtung zu bewegen. Aber darum geht es für mich nicht. Für mich steht nicht die Veränderung des Äußeren im Mittelpunkt, sondern die Befriedung des Innern. Die ruhige Seelenlage, diese wird es nicht auf Dauer geben, und sie bleibt eine Lebensaufgabe, ist das Wichtigste auf der gesamten Welt.

Spüren wir den Momenten nach, in denen wir für Sekunden oder Minuten oder einen anhaltenden kleinen Zeitraum lang das Gespür einer inneren Balance, eines inneren Friedens hatten, der frei schwebend sich auf nichts bezogen, sich unserem Denken gleichsam entzogen hat und uns das Gefühl gab: Wir sind angenommen, wir sind eins mit der Welt, mit der Weltseele und mit den anderen Erdenbürgen.

All dies nicht zu sein, verbreitet die größte Unruhe in uns.

Um dem Friedvollen in uns entgegenzugehen, bedarf es einer wichtigen Frage, die die äußere Welt von der inneren trennt, so dass wir unsere Aufmerksamkeit wirklich nach innen richten können. Der Wille, der sich mit den Augen auf die sichtbare Welt richtet und alles daransetzt, sich mit Macht zu befriedigen, ist wenig geeignet, innere Ruhe zu bewirken. Es gilt den Bereich des Seelischen im Blick zu haben: Will ich, dass meine Seele wegen einer bestimmten Sache in Unruhe gerät? Ist es mir das wirklich wert, dass ich dafür meine Lebenszeit opfere? Jede Sache, die die Seele nicht will, ist nur von kurzer Dauer.

Udo, es sollte uns nichts peinlich sein. Es ist notwendig, dass wir uns aus dem Gefängnis befreien, das andere durch ihren Rufmord und durch ihre Bösartigkeiten um uns herum aufgebaut haben. Du darfst Dich vom Urteil der anderen, die Dich beschimpfen, nicht abhängig machen. Dennoch solltest Du Dein eigenes Verhalten bedenken, so dass Du Dein Inneres in friedvolles Fahrwasser führst. Befreie Dich in diesem Sinne vom dämonischen Schuldspruch der anderen und rede über Deine Ängste, Deine Kränkungen und Verletzungen und befrage Deine Seele, ob sie die Huldigungen der Sterblichen möchte.

Richte Deinen Blick auf Gott, der will, dass Du in seelischem Frieden lebst, zumindest für Augenblicke.

Dein Abbas Poimen

U*D*O*-*M*A*N*S*H*A*U*S*E*N

* Weisung der Väter, Apophthegmata Patrum, übers. von B. Miller, Abbas Poimen 667, S. 229

Beruhigende Angst

Liebe Leserin, lieber Leser!

Lieber Udo,

tägliche Ängste oder Befürchtungen begleiten unser Leben. Wir haben uns fast schon daran gewöhnt, unter einem gewissen seelischen Druck zu stehen. Wer glaubt noch an ein Leben sorgloser Freude und ruhender Wogen! Irgendwann schaffen wir es nicht mehr, unseren inneren Schrecken zu verdrängen; plötzlich breitet er sich vollständig über unsere Seele aus. Wir verspüren große Angst, die das Pochen unseres Herzens unüberhörbar verstärkt. Was liegt im Verborgenen, dass es sich auf eine solche bestürzende Weise den Weg bahnt?

Selbstverständlich hilft das Sprechen über die Furchtsamkeit. Es entlastet, indem es uns für Augenblicke Luft verschafft. Aber die Angst kommt wieder, wenn wir sie nicht zu deuten wissen.

Der Sichtweise von Jean-Pierre de Caussade kann ich folgen. Er bringt einen erhellenden Blickwinkel in das Geschehnis der Angst. Lass uns erneut seine Sichtweise bedenken, die er einer Ordensfrau schreibt, die offenbar stark an ihrer angstvollen Unruhe leidet: *„Doch was für die Seele eine Quelle grausamer Ängste darstellt, das bildet für den Seelenführer einen Beweggrund der Beruhigung. Je berechtigter Ihnen deshalb Ihre Befürchtungen vorkommen, und je beängstigendere Versuchungen in Ihnen aufsteigen, um so offenkundiger ist es, dass Ihr Wille in keiner Weise zustimmt, dass Sie infolgedessen keinen Schaden nehmen ...“**

Es ist oftmals nicht einfach, den unguuten vom guten Eigenwillen zu unterscheiden. Zudem unterliegen wir der Versuchung, uns den Ängsten hinzugeben und nichts zu verändern. Wir handeln dann gegen unseren guten Willen. Dieser möchte uns jedoch vor großem Schaden bewahren.

Um die Angst zu einer wirklichen Beruhigung zu führen, muss das eigene Handeln vor allem an der Redlichkeit ausgerichtet sein. Darin liegt ein wesentlicher Wendepunkt auf dem Weg zur Befreiung von quälender Furcht: *„Wenn also die Gerechtigkeit mit dem Willen zusammenstimmt, dann arbeitet der Mensch mit Frucht.“*** Manchmal mag man sich wünschen, dass die Erleichterung vom Druck so einfach ginge, wie durch die Veränderung eines Buchstabens sich die Bedeutung eines Wortes umwandelt.

Udo, befreie Dich auf die beschriebene Weise von den Ängsten, die durch die Vergangenheit an Dich herankommen, führe Deinen Willen zu einem gerechten Handeln und achte auf das wirklich Sinnvolle für Dein Leben.

Dein Abbas Poimen

U*D*O*-*M*A*N*S*H*A*U*S*E*N

* Jean-Pierre de Caussade, Seelenführung, 167

** Weisung der Väter, Apophthegmata Patrum, übers. von B. Miller, Abbas Poimen 628, S. 221

Falsche Eitelkeit

Liebe Leserin, lieber Leser!
Lieber Udo,

die Betrachtung der eigenen Handlungen ist von außerordentlicher Wichtigkeit. Angeregt durch die Bekenntnisse des Kirchenvaters Augustinus hast Du darüber nachgedacht, auf welche kleinen Dinge Du achtest, damit es für Dich nicht peinlich wird und welche zornigen Ausbrüche Du mit geglaubter Berechtigung verfolgst, ohne dass diese nach Deiner Meinung unangebracht sind.

Meine Kultur, die ägyptische, steckt ebenfalls voller Rituale, die gelernt und gelebt werden müssen. Erfüllen wir diese nicht oder nur unzureichend, werden wir belacht, mit bösen Worten bedacht oder manchmal sogar ausgeschlossen, obwohl sich unser Herz mit den Menschen verbunden fühlt.

Ich empfinde die Gedanken des Augustinus genauso wirklichkeitsnah wie Du: *„Mit wildem Hasse verfolgt einer seinen Feind vor dem menschlichen Richter, eine Menschenmenge umgibt ihn, gierig nach dem Ruhm der Beredsamkeit trachtend hütet er sich ängstlich vor dem kleinsten Verstoß in der Anrede, aber ein Menschenleben in seinem Zorn zu vernichten, davor schreckt er nicht zurück.“**

Wie unruhig war ich, wenn ‚kleine öffentliche Auftritte‘ anstanden wie das Aufsagen eines Gedichtes, ein wichtiges Gespräch, das Verhalten im Gottesdienst ... Welche Eitelkeit!

Und mein anderes Verhalten gegenüber den Menschen? Wie sieht es damit aus? Halte ich da auch peinlich das Gebot der Nächstenliebe ein?

Ich sagte zu Abbas Anub: *„Wende deine Augen ab, damit sie die Eitelkeit nicht sehen (Ps 119, 37). Denn die Freiheitlichkeit tötet die Seelen.“***

Manchmal haben wir uns eine Freiheit angewöhnt, die wir in ‚Ordnung‘ finden und nicht mehr als gefährvoll erleben, weil doch sehr viele Menschen andere mit unbändigem Zorn verfolgen und kaum noch jemand dies bemängelt.

Wir sollten sehr genau bedenken, was uns wirklich peinlich sein sollte! Auf diese Weise werden wir nicht nur unser Verhalten friedvoller gestalten, sondern ebenso eine Vielzahl von falschen Eitelkeiten entfernen. Es bedeutet eine tödliche Gefahr für unser Seelenleben, wenn wir zwar Rituale beherrschen, aber im Innern andere vernichten wollen. Dadurch breitet sich die innere Finsternis weiter aus, und wir werden blind für das wirklich bedeutend Gute.

Udo, Du kannst mit Sicherheit unruhige Seelenmomente verhindern, indem Du Deinen guten Ruf nicht am Urteil der Gemeinschaft bemisst, sondern an der herzlichen Liebe, dem Wohlwollen.

Dein Abbas Poimen

U*D*O*-*M*A*N*S*H*A*U*S*E*N

* Augustinus, Bekenntnisse, 1. Buch 18. Kap.

** Weisungen der Väter, Abbas Poimen, 746, S. 244

Seelenlage

Liebe Leserin, lieber Leser!
Lieber Udo,

mögen wir alles abgegeben haben, was der Vergänglichkeit unterliegt und uns in die fernsten Winkel zurückgezogen haben, um dem Sinnlosen im Fluss der Zeiten zu entfliehen, der Wandelbarkeit und Hinfälligkeit können wir nicht entgehen.

Manchmal wird uns der Zerfall des irdischen Daseins deutlicher vor Augen geführt als sonst: Unsere Träume versiegen im Niemandsland, viele Wichtigkeiten haben sich erledigt, gute Freunde gingen von uns, moralische Antriebe werden zweifelhaft, und wir fühlen uns im tiefsten Grunde unseres Herzens allein.

Das Seelische in uns weiß um die Endlichkeit von allem, der Antrieb der Begierde drängt dies zur Seite.

Für mich ist nichts Ungewöhnliches an der Beschreibung Deiner Seelenlage, die Du jemandem als Antwort auf die Frage gegeben hast: Und, was macht Deine Seele?:

„Meine Seele sucht sinnvolle Anhaltspunkte, die mich wie in früheren Zeiten auf das Leben zugehen lassen. Sie möchte jedoch davor bewahrt sein, nicht wieder auf etwas Vergängliches zu treffen.

Traurig liegt sie zeitweise am Boden und sieht das bisherige Ende von allem, und sie sucht in diesem Ende neue Anfänge zu erspüren. Manchmal ist es ein mühevolleres Aushalten, nahezu unerträglich, dann kommen wieder lebendigere Gefühle und Gedanken.

Meine Seele denkt an das Schicksal der Eltern und Verwandten, wie sich auch dort die Endlichkeit ausbreitet, im Älterwerden, in der Krankheit und im Tod.'

Folgen wir der Aufforderung des Propheten Jesaja:

„Blickt auf zum Himmel, betrachtet die Erde hier unten!“ (51, 6)

Im Hinblick darauf pflege ich zu sagen: *„Pass auf mit aller Macht, dass du nichts tust, was Schande verdient, und habe kein Gefallen daran, dich selbst angenehm darzustellen.“**

Wir sollten uns angesichts der Flüchtigkeit des Daseins nicht auf die Weise verhalten, dass wir bereits jetzt schon durch unser ungutes Handeln gleichsam unter der Erde leben und uns nicht geben, als seien wir Götter. Jesaja erteilt einem solchen Ansinnen eine deutliche Absage:

„Der Himmel zerflattert wie Rauch, die Erde zerfällt wie ein Kleid; ihre Bewohner sterben wie die Fliegen.“ (51, 6)

Wir werden weder durch Niedergeschlagenheit noch durch das Streben nach irdischer Glückseligkeit dem Schicksal des Alters, des körperlichen Zerfalls und dem tödlichen Ende entgehen. Eine Seele, die darum weiß, steht an dem behaglichen Beginn, sich selbst und den anderen nichts mehr vormachen zu müssen. Die Anspannung wird nachlassen.

Gerne nehme ich im Nachdenken mit Dir den Dialog aus dem Zen auf:

*„Meister Yün-men stellte seinen Schülern eine Aufgabe: ‚Ich frage euch nicht nach den vergangenen fünfzehn Tagen. Sagt mir etwas über die kommenden fünfzehn Tage!‘ Da niemand antwortete, gab der Meister selbst die Antwort: ‚Tag für Tag: Das ist der gute Tag!‘“***

Mögen die Menschen in ihrer Gegenwehr angesichts der Vergänglichkeit immer wieder einwenden, dass ihnen die Erinnerung niemand nehmen kann. Dies ist nichts im Vergleich zu *dem Tag*, an dem wir anwesend unser Leben gestalten können. Unserem grundlegenden Schicksal können wir kaum entfliehen, wohl aber dem lebendigen Tag, indem wir wie Sterbliche fast bewegungslos unser Ende beklagen, das noch nicht da ist.

Udo, ich stimme Dir zu, dass es hilfreicher ist, sich mehr über seine dunkle Seelenlage auszutauschen als über die guten Zustände. Dadurch entsteht weniger Neid über glückselige Verhältnisse, die sich sowieso nicht halten werden, und wir werden uns mit den anderen dadurch stärker verbunden fühlen. Aus der Lebenswirklichkeit der Schatten können wir viel eher das Licht entdecken, das uns wieder sehen lässt.

Udo, bleib mutig bei Deiner wirklichen Seelenlage und lasse Dich führen, durch heilsame Gedanken, durch Worte von anderen und durch göttlichen Beistand im Gebet und in der Stille.

Dein Abbas Poimen

U*D*O*-*M*A*N*S*H*A*U*S*E*N

* The Paradise of the Fathers, aus dem Syrischen ins Englische übers. von Wallis Budge, Nr. 293, Seite 217, ins Deutsche übertragen, Sr. Elisabeth Hafener O.P.

** Zen, Aussprüche und Verse der Zen Meister, ges. v. Peter Weber-Schäfer, 37

Stille Aufmerksamkeit

Liebe Leserin, lieber Leser!
Lieber Udo,

Du fragst mich, ob ich vom Grunde her eher ein schweigsamer Mensch bin. Nach welchem Maßstab soll ich dies beurteilen?

Noch immer spüre ich die innere Neigung, meine Meinung in der Versammlung oder im Gespräch sagen zu wollen. Aber ist dies wirklich wichtig?

In der Wüste und in den Städten verhalten so viele Worte, als wären sie ungesagt, und selbst viele Hilferufe bleiben ungehört, zumindest aus irdischem Blickwinkel.

Ich habe innerlich hart dafür kämpfen müssen, damit sich das wichtige Schweigen in mir ausbreiten kann und ich mich nicht einfach nur zurückhalten muss. Ausgehend von einer stillen Leere erspüre ich, ob ich mich nach außen wenden soll. Früher musste ich mich zwingen zu schweigen und heute fällt es mir schwer, einfach zu reden.

Es gibt derartig viele Ideen, Gedanken, Bilder, Vorstellungen und Worte, dass meine Seele in Gefahr gerät, darin zu versinken, indem ich nicht mehr weiß, wer ich bin und was eigentlich die Wirklichkeit ist. Dennoch möchte ich nicht alles, was auf mich einströmt, unbeantwortet lassen. Gleichwohl bin ich froh darum, wenn mir die Worte fehlen, ein guter Hinweis zu schweigen!

Die Gedanken Deines Wegbegleiters Thomas Merton lassen sich nahtlos an meine Überlegungen anfügen. Beeindruckt bin ich von seinem Bild, in das er die sprachlichen Missstände hineinmünden lässt. Er möchte nicht außerhalb des Lebens stehen und sieht gleichsam die Gefahr, die darin liegt, sich ständig einzumischen:

*„... drin zu sein heißt, die Wahrheit in meinem Leben und meinem Handeln zu suchen, etwas zu bewegen, wo Bewegung möglich ist, und still zu halten, wenn Bewegung unnötig ist, in der Einsicht, dass sich die Dinge weiterhin selbst auslegen werden und dass die Urteile und Barmherzigkeiten Gottes sich klar herausstellen und mir klarer sein werden, wenn ich still und aufmerksam bin, Seinem Willen gehorsam, statt andauernd Stellungnahmen zu verfassen in diesem Zeitalter, das in Sprache **ertrinkt**, in bedeutungs- und folgenlosen Debatten, in denen nach letztem Analysestand, niemand etwas hört, was nicht mit seinen eigenen Vorurteilen übereinstimmt.“**

Das Wort ‚ertrinken‘ gibt genau den Zustand wieder, in dem sich meine Seele befindet, wenn alles auf mich einströmt und ich kaum noch etwas begreifen kann.

Wir sollten tatsächlich darüber nachdenken, wo ein Schweigen über eine Situation angebrachter ist als Reden oder Handeln. Wer kann noch hören und

barmherzig handeln, wenn die eigenen Interessen, die Wut oder die Gleichgültigkeit das Herz umlagert haben?

Gibt es im Schweigen dennoch jemanden, der um meine Situation weiß und meine Gedanken aufnimmt? Manchmal sind es die Eltern oder Freunde, bisweilen nur Gott.

Wie Du mir geschrieben hast, stützt sich Madeleine Delbrêl ganz stark auf die Aufmerksamkeit Gottes, wenn sie schreibt:

*„Das Beste ist ..., sich mit dem, was uns passiert ist, Gott anzuvertrauen, versuchen zu vergessen, was uns geschehen ist, und für das offen zu sein, was anderen geschieht ... auch dann, wenn wir ihnen nicht helfen können.“***

Ja, es öffnet die Seele, sie wird weiter, die Enge beginnt sich aufzulösen, wenn wir in unserer Not offen sind für andere, und wenn es nur in stiller Aufmerksamkeit ist.

Dafür ist es wichtig, dass wir uns selbst in der Einsamkeit spüren, damit wir erfahren, wer wir sind: schwach, voller Hoffnung, Fragende, Sterbliche, friedvoll, barmherzig, freundlich, voll Unruhe, ängstlich ..., jedoch Einer, der leben darf.

Ein Mitbruder fragte mich: *„Wie sollte ein Mönch in seiner Zelle leben?“* Ich antwortete ihm: *„Lass ihn bei sich selbst leben, so dass seine Gedanken bei Gott sein mögen.“****

In der Stille, wenn ich es mit mir selbst aushalte, kann ich hören und wahrnehmen, wohin sich meine Gedanken wenden. Ich bin aufmerksam.

Udo, Du solltest noch deutlicher für Dich herausfinden, wo Du Dich einbringst und redest und wo Du Dich zurückhalten solltest im Schweigen.

Dein Abbas Poimen

U*D*O*-*M*A*N*S*H*A*U*S*E*N

* Thomas Merton – Der Mönch der sieben Stufen, Tagebucheintrag, S. 245

** Madeleine Delbrêl, Leben gegen den Strom, S. 81

*** The Paradise of the Fathers, aus dem Syrischen ins Englische übers. von Wallis Budge, Nr. 345, Seite 222, ins Deutsche übertragen, Sr. Elisabeth Hafenegger O.P.

Entblößung

Liebe Leserin, lieber Leser!
Lieber Udo,

manchmal sind es die Gedanken, die in uns Stimmungen auslösen und umgekehrt die Gefühle der Grund dafür, dass wir bestimmte Gedanken haben. Je dynamischer sich dies in uns aufbaut, desto intensiver werden die Gefühlslagen und Vorstellungen.

Aber was ist die Wirklichkeit? Machen wir uns in solchen aufgewühlten Situationen nur etwas vor oder sind wir auf der Höhe der Gegenwart? Sind unsere Gefühle und Ideen zutreffend, obwohl diese echt und anwesend sind? Oder – verhält es sich demgemäß, dass wir etwas nicht wahrhaben wollen, obwohl es tatsächlich auch so ist, und wir es sinnvollerweise zur gegenwärtigen Wahrheit erklären sollten?

Es gibt einen Zustand, ich kenne diesen aus tiefer Erfahrung, da fühlen wir uns wie entblößt, einsam und nackt, verlassen und schamvoll berührt, die Sinnlosigkeit liegt offen vor uns, so dass wir uns nichts mehr vormachen können.

Was haben wir uns nicht alles erhofft? Wie energievoll haben wir uns unsere Sicherheiten aufgebaut? Liebend vertrauten wir der Geborgenheit eines Menschen. Doch – die eigenen Phantasiegebilde liegen in Trümmern vor uns.

Auch wenn mich viele für verrückt halten, aber diesen beschriebenen Zustand des Entblößtseins habe ich bewusst herbeigeführt und tue dies weiterhin. Ich will von der Fata Morgana des Lebens frei sein und mich ungeschützt fühlen. Mein Ziel ist es, mich gänzlich auf Gott zu verlassen, das Leben des Jesus von Nazareth in der Wüste nachzuahmen. Ich möchte klein sein, weil ich doch in Wirklichkeit arm und angewiesen bin.

Du hast mir geschrieben, dass der Karmelit Johannes vom Kreuz das Ziel christlicher Beschauung und Meditation ebenso darin sieht, ‚*völlige Entblößung, Freiheit und Armut anzustreben*‘ und er betont: *„Diese Werke sollst du von ganzem Herzen umfassen und dich bemühen, den Willen in ihnen aufgehen zu lassen.“**

Bei meiner völligen Aufgabe meines Ansehens, meines Besitzes und meiner Liebe zu einem bestimmten Menschen stellte sich wirklich – trotz allem fürchterlichen Schmerz – das Gefühl von Befreiung und von frei sein ein. Ich spürte eine Kleinheit, die mich nicht mehr erdrückte. Ich erkannte, wie arm ich war.

Wenn ich bei mir oder bei meinen Mitbrüdern die Gegenwehr aufgrund der Nacktheit erspüre, indem das armselige Dasein unnötigerweise mit Schein aufgewertet wird, wir uns aufmachen, mehr Bedeutung zu erlangen oder den Schutz menschlicher Zuneigung suchen, spreche ich angesichts dieser Bestrebungen laut die Weisung:

*„Das, was ein Mensch aus seinem Innern nicht entfernt, wird ihn immer zu Fall bringen.“***

Ich belasse es bei dieser Allgemeinheit, weil ich mit dem Ratsuchenden nicht um die wunde Seelenlage streiten möchte, sondern jeder soll sich vielmehr fragen:

Was ist dasjenige, das mich ständig zu Fall bringt? Was beunruhigt mich am meisten? An welchen Menschen haben ich mein persönliches Heil aufgehängt? Welche Wünsche quälen mich und werfen mich zu Boden? Welche seelische Verquertheit richtet bei mir und anderen Schaden an? Welche Armut suche ich krampfhaft zu verdecken? Welche Scham treibt mir die Röte ins Gesicht?

Es gibt vieles, was der Heilung mit großer Anstrengung bedarf!

Bei meiner Aufforderung geht es weniger um Sünde oder Schuld, sondern um die Befreiung des Augenblicks vom trügerischen Schein. Es ist befreiend, zu wissen, was in Wahrheit und Wirklichkeit in meinem gegenwärtigen Leben anwesend ist. Diese Überlegungen sind für den konkreten Alltag und für jede gegenwärtige Stunde sowie für das gewählte Lebensziel äußerst ratsam.

Ich denke wie Du, dass wir anhand der Überlegungen Deines Freundes Thomas Merton nachvollziehen können, dass es heilsam ist, der Wirklichkeit den notwendigen Raum zu verschaffen. Du hast mir geschrieben, dass er Entscheidungen hinsichtlich seiner Kontakte treffen muss, welche er noch wahrnehmen sollte und welche nicht, um sich nicht eine ungute Scheinwelt aufzubauen, die ihn mit falschen Ablenkungen und Sehnsüchten belastet. Seinen Tagebucheintrag empfinde ich als offen und ehrlich:

*„Worauf der Beschluss am Ende hinausläuft, ist, das Eingebildete und Abwesende wegzulassen und sich im Gegenwärtigen, dem Wahren zuzuwenden, das vor meinen Augen liegt. Jedesmal, wenn ich das tue, bin ich anwesender, mehr allein, gelöster, klarer, besser zu beten in der Lage ... Es ist nicht nur an mir, jedes Mal ‚erfolgreich‘ zu sein. Ich kann die Kraft unbestimmter Gefühle nicht einrechnen, die aus meinem Unbewussten aufsteigen. Es gibt Tage der Unklarheit, Niedergeschlagenheit und der Krise, an denen **nichts** läuft. Dennoch kenne ich mein Ziel und versuche wenigstens zu meditieren. Entdecken, wie feindselig ich gewesen bin, wie verzweifelt, wie gemein und ungerecht.“****

Udo, wenn Du damit beginnst, zu denken, wie schön doch so manches wäre, wenn Du Dich schmerzlich nach liebender Nähe sehnst, wenn Du die Trauer über die Verstorbenen zurückzudrängen suchst, dann hast Du die Chance, Dich zu entblößen und die Phantasiegebilde zu entlarven. Glaube mir bitte: Dadurch wirst Du frei, weil Du darum weißt, wie arm Du bist.

Dein Abbas Poimen

U*D*O*-*M*A*N*S*H*A*U*S*E*N

* Johannes vom Kreuz, Aufstieg zum Berge Karmel, S. 65

** The Paradise of the Fathers, aus dem Syrischen ins Englische übers. von Wallis Budge, Nr. 43, Seite 13, ins Deutsche übertragen, Sr. Elisabeth Hafener O.P.

*** Thomas Merton – Der Mönch der sieben Stufen, Tagebucheintrag, S. 246

Die Angst aus der Schuld

Liebe Leserin, lieber Leser!

Lieber Udo,

bei allem, was uns widerfahren kann – Tod, Hunger, Krankheit, Trennung von einem geliebten Menschen –, bleibt häufig unbeachtet und wenig besprochen, dass wir durch unser Handeln schuldig werden und Schuld auf uns laden. Die ungeheure Wirkung, die daraus entsteht, mündet nicht selten in eine unsägliche Angst, die in den Worten Ausdruck finden kann: ‚Ich habe mein Leben verwirkt. Ich habe keine Berechtigung mehr, dass ich mich glücklich fühlen darf. Ich habe mich durch mein Tun von der Gemeinschaft der Menschen ausgeschlossen. Ich hasse mich für das, was ich getan habe.‘

Nicht selten versuchen wir, den Druck oder den Schmerz schuldiger Angst auf andere abzuwälzen: Die anderen sind die Bösen – nicht wir selbst. Aber bringt das wirklich Entlastung für unsere Seele, wenn wir andere für unser Handeln verantwortlich machen? Damit ist es für mich nicht ausgeschlossen, dass es eine Verwobenheit oder eine Verstrickung von Schuld gibt, zu der jeder Beteiligte einen Beitrag geleistet hat. Jedoch, das schlechte Gewissen ist nicht auf andere übertragbar und Zuweisung von Schuldigkeit bringt keine wirkliche Befreiung der eigenen Seelenlage.

Wir alle geraten in das Gefühl von Schuld, damit meine ich, dass wir uns innerlich über unser Handeln betroffen fühlen. Dies geschieht kaum dadurch, dass andere uns Fehler zuweisen.

Vielleicht können wir unserer zunächst eher unbestimmbaren Belastung auf die Spur kommen, indem wir andere fragen, ob wir Schuld auf uns genommen haben. Es ist wichtig, darüber zu sprechen, um dem Dunklen die belastende Macht zu nehmen.

Udo, das Wichtigste ist die Unterscheidungsgabe, um schuldige Klarheit erlangen zu können. Diese sollte, wenn wir uns beide darüber austauschen, nicht zu der Beurteilung eines gerechten Strafmaßes führen, sondern zur Bewertung der Lauterkeit des eigenen Handelns.

Wenn ich vorhin darüber sprach, dass die Angst uns dazu treibt, andere in ein schlechtes Licht zu rücken, dann gibt es auch das Phänomen, dass Menschen stark dazu neigen, sich selbst rasch für alles die Schuld zu geben. Ich stimme Dir zu, dass die Sichtweise von Jean-Pierre de Caussade von jedem sehr leicht nachvollzogen werden kann, da diese Gedanken sich mit den eigenen Erfahrungen auf jeden Fall verbinden lassen. Wir messen unsere Schuld intuitiv daran, ob wir bewusst, also bei vollem und entschiedenem Bewusstsein unser Handeln vollzogen haben. So schreibt er:

„Der Schmerz, den die arme Seele erduldet, und ihre große Angst, eingewilligt zu haben, beweisen ihm handgreiflich, dass keinerlei bewusste und volle Zustimmung vorlag. Die Erfahrung zeigt uns nämlich, dass Leute, die zustimmen und dem Bösen unterliegen, keine derartigen Peinen oder

*Ängste empfinden. Je größer diese sind, um so mehr Gewähr besteht zugunsten der versuchten Seele.“**

Ich empfinde diese Beobachtung als sehr hilfreich, um die Angst aus der Schuld genauer verstehen zu können.

Wir können nur das verändern, was in unserem Bewusstsein liegt und worüber wir uns echte Gedanken gemacht haben. Für mich geht es dabei nicht ausschließlich um ein Durchdenken, sondern wesentlich auch um Reue. Dies beinhaltet vor allem einen betroffenen Widerruf der Worte und Taten.

Ein Mitbruder fragte mich: „*Was ist die Reue über die Sünde?*“ Ich antwortete ihm: „*Sie in Zukunft nicht mehr zu tun! Deswegen wurden die Gerechten die Unsträflichen genannt, weil sie die Sünden verlassen haben und gerecht geworden sind.*“**

Sich ein reines Gewissen verschafft zu haben und gerecht in seinem Handeln gewesen zu sein, bedingen sich nicht selbstverständlich. Erst wenn ich meine Fehlhaltung erkannt habe, kann eine Reue zur Gerechtigkeit führen. Und umgekehrt, wenn das Wollen von Lauterkeit geprägt ist, werden die Ängste abnehmen.

Ja, Udo, es ist zutreffend, dass sich oftmals die Wirkung des Bösen nicht ungeschehen machen lässt. Und man kann sich fragen, ob nun gerade eine solche Sünde ewig währt.

Ich teile Deinen Standpunkt, wenn Du anderen vergibst, indem Du sagst: Es ist nicht entscheidend, was getan wurde, sondern wie es weitergehen wird.

Madeleine Delbrêl führt Deinen Gedanken in eine Sphäre, die uns aus dem möglichen Zwang einer direkten Wiedergutmachung herausführt:

*„Uns sollte immer bewusst sein, dass wir jede gegenwärtige oder vergangene Tat unseres Lebens noch heute zu einer Regung der Liebe werden lassen können.“****

Die Liebe ist die stärkste Waffe gegen eine Angst aus der Schuld. Indem ich dem Nächsten gegenüber mit wohlwollender Zuneigung und mit liebevollem Einsatz begegne, kann der Schrecken in der Seele überwunden werden.

Der Mensch bleibt immer der Liebe wert!

Udo, denk an die Liebe und verhärtete Dein Herz nicht.

Dein Abbas Poimen

U*D*O*-*M*A*N*S*H*A*U*S*E*N

* Jean-Pierre de Caussade, Seelenführung, S. 181

** Weisung der Väter, Abbas Poimen, 694, S. 236

*** Madeleine Delbrêl, Leben gegen den Strom, 83

Nächstenliebe

Liebe Leserin, lieber Leser!
Lieber Udo,

wenn das Alltägliche uns umfängt und wir wichtigen Lebenszielen zustreben, dann ist es unbedingt notwendig, zu erinnern, was das Wesentliche des Daseins ausmacht. Für mich ist es die Sehnsucht nach dem Göttlichen, bei dem ich Trost, Ewiges und die Liebe suche, die unser Herz vorantreibt und unsere Dunkelheit mit Licht und Wärme erfüllt.

Zu meinen Mitbrüdern sage ich deshalb:

*„Zwei Anliegen gilt es sich ins Gedächtnis zu rufen: Wir müssen Gott achten und unseren Mitmenschen lieben.“**

Wie oft haben wir möglicherweise von dieser Weisheit am Anfang der zehn Gebote gehört oder gelesen! Gott und die Menschen zu lieben, wie selbstverständlich sich dieses anhören kann, gerade auch dann, wenn wir es eher in den Hintergrund drängen möchten, weil wir uns länger keine Gedanken über den Sinn des Lebens gemacht haben oder eher lieblos und gleichgültig auf die Mitmenschen zugegangen sind.

Und dennoch, wir alle wollen geliebt werden, uns beheimatet und geborgen fühlen, und wir wollen von Herzen, dass es spürbar wahr wird: Ich liebe Dich.

Aber warum ist dies von derart entscheidender Wichtigkeit?

Es geht um die Rettung unserer Seele. Wenn wir Gott und die Menschen lieben, wenn wir spüren, dass Göttliches in uns einströmt, uns die Berührung und der Atem eines Menschen für Momente der Erde enthebt, dann sind wir wie erlöst von Dunkelheit, von Traurigkeit, von Heimatlosigkeit und vom Schrecken des Todes.

Diese tiefgreifende Lebenswirklichkeit der Rettung finden wir vor allem im Handeln des Jesus aus Nazareth. Ich finde es schön, dass Du bei Charles de Foucauld dazu einen guten Gedanken gefunden hast, den er in einem Brief in Bezug auf die Botschaft Jesu schreibt:

*„... dass ein christliches Leben, welcher Art auch immer, zu allererst zum Ziel hat, Gott von ganzem Herzen zu dienen und dann den Nächsten zu lieben wie sich selbst, d.h. mit dem Wunsch, ihn zu **retten**. JESUS ist auf die Erde gekommen, um die Seelen zu retten! Wir müssen wie Er unser Leben der **Rettung** der Seelen weihen. Das ist dann: im Blick auf Gott den Nächsten lieben wie sich selbst: das zweite Gebot.“***

Ja, es geht bei der Nächstenliebe um mehr als um Freundlichkeit und anständiges Benehmen, es geht um Rettung. Aber wollen wir wirklich der bergende Rettungsanker für andere sein oder suchen wir nur angenehmen Umgang und Begleitung, damit uns die Langeweile nicht zu nahe kommt?

Selbst wenn alle Wunder und Taten des Jesus aus Nazareth auf diese Weise nicht stattgefunden haben, so waren die Evangelisten davon beseelt, den entscheidenden Wesenszug von ihm festzuhalten: die Bemühung um Rettung des Einzelnen: die Auferweckung der Tochter des Jairus, die Heilung eines Blinden, die Befreiung der Ehebrecherin, die Bekehrung des Zöllners Zachäus, der Trost für die Armen ... Dies geschah alles aus Liebe zu Gott und den Menschen.

Warum sollen wir Gott lieben?, wird sich mancher fragen, da er uns nicht antwortet und wir uns im Stich gelassen fühlen. Diese Einstellung findet ebenso Anwendung auf die Menschen: die Kränkungen und Verletzungen können uns nicht nur davon anhalten, die Menschen zu lieben, die uns solches zugefügt haben, sondern die Verhärtung unseres Herzens könnte weitere Kreise ziehen.

Aber ohne Liebe und die fürsorgliche Hinwendung zu den Menschen wird unser Leben zur Qual, zu einer erkalteten Heimat mitten in der Hitze der Sorgen und Ängste.

Udo, an dieser Stelle muss ich ein wenig innehalten, das Feuer meines Gedankenflusses hat mich mitgerissen. Ich spürte den lieblosen Schrecken vergangener Tage in mir, den ich selbst auf andere übertrug und wieder entgegennahm. Diesem galt es Wirksames entgegenzusetzen.

Was wird sein und aus uns werden, wenn wir nicht liebevoll zueinander stehen?

„Ich rief zum Herrn in meiner Not und er hat mich erhört.“ (Ps 120,1) Eine solche Zuversicht führt mich direkt auf den Nächsten zu: Geben wir den anderen das Gefühl, dass sie nicht allein sind, dass wir sie lieben, so gut wir können.

Udo, ich wünsche Dir Zuversicht in heimatlosen Stunden, und dass Du erkennen mögest, wie die Einsamkeit Dich liebend auf den Nächsten zuführt.

Dein Abbas Poimen

U*D*O*-*M*A*N*S*H*A*U*S*E*N

* The Paradise of the Fathers, aus dem Syrischen ins Englische übers. von Wallis Budge, Nr. 155, Seite 34, ins Deutsche übertragen, Udo Manshausen

** Jean Francois Six, Abenteuer der Liebe, Briefe von Charles de Foucauld, S. 93/4

Stichwortverzeichnis

- Abendgebet 11
Anerkennung 59
Angst 74
Aufmerksamkeit Gottes 79
Befreiung 58
beginnen 40
Begleitung 53
Benachteiligung 7
Beweinen 23
Blendwerk 52
Dunkelheit 66
Eigenliebe 8
einfach fallen 13
Einsamkeit 10
Eitelkeit 75
Elend 23
Entblößung 80
Entwicklung 6
Fehler 42
flammende Begeisterung 31
Flüchtigkeit 76
Freiheit 30
Fremdheit 41
Gedankendruck 72
Geist Gottes 17
Gemeinschaft 41
Gewissen 83
Glauben 44
Gott 48
Herzensanliegen 37
Herzensbildung 49
herzliche Worte 47
Himmel 14
Hochmut 62, 72
Ich 35
Ichbezogenheit 8
Isoliertsein 48
Jesus 84
Jesus Christus 51
Klugheit 20
Konzentration 38
Liebe 55
Nachdenken 6
Nächstenliebe 75, 84
Nichtigkeit 55
Niedergeschlagenheit 32, 77
Rachegefühle 50
Richtungsänderung 71
Ruhe 45
Sanftmut 65
Scham 42
Schicksalsschläge 14, 61
Schuld 57, 82
Schweigen 28, 35, 79
Seele 12, 66
Seelische Enge 32
Sehnsucht 14
Selbstbestimmung 21
Selbstherrlichkeit 64
Sieg 7
Sinnfrage 33
Sphäre Gottes 60
Standhalten 54
Tadel 18
Trägheit 43
Trauer 24, 27
Übermaß 68
Überschätzung 67
Umkehr 29
Unruhe 73
Unsterblichkeit 11
Unvergängliches 26
Verleumdungen 69
Versuchungen 74
Vertrauen 25
Wahrhaftigkeit 9, 29
Weisheit 20
Weltseele 73
Weltsichten 10
Wendepunkte 16
Wesenheit 30
Windhauch 15
Zerfall 76
Zukunft 59
Zurückhaltung 63