

Meditationsbriefe
Jahrgang 2001



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 Ölweig der Eintracht in das Leben hineintragen, 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

www.manshausen.de

<i>Talent zur Freiheit.....</i>	<i>5</i>
<i>Auf Leben und Tod.....</i>	<i>7</i>
<i>Verlassenheit.....</i>	<i>9</i>
<i>Funken der Wahrheit.....</i>	<i>11</i>
<i>HomeRun.....</i>	<i>13</i>
<i>Liegenbleiben.....</i>	<i>15</i>
<i>Der Verstand einer Fliege.....</i>	<i>17</i>
<i>Magie der Liebe.....</i>	<i>19</i>
<i>Höhere Erkenntnis.....</i>	<i>21</i>
<i>Ganz unten.....</i>	<i>23</i>
<i>Die Konsequenz der Zeit.....</i>	<i>25</i>
<i>Autodidakten der Sinnstiftung.....</i>	<i>27</i>
<i>Eine Rose im Winter.....</i>	<i>29</i>
<i>Herzstärke.....</i>	<i>31</i>
<i>Die Zukunft erinnern.....</i>	<i>33</i>
<i>Die unsichtbare Welt.....</i>	<i>35</i>
<i>Was für eine Frage.....</i>	<i>37</i>
<i>Ein Gefühl von Nutzlosigkeit.....</i>	<i>39</i>
<i>Auf sich selbst zurückgeworfen.....</i>	<i>42</i>
<i>Der verkaufte Wind.....</i>	<i>44</i>
<i>Das Leben ist für mich.....</i>	<i>46</i>
<i>Das leere Boot.....</i>	<i>48</i>
<i>Überflüssig.....</i>	<i>52</i>
<i>Es macht nichts.....</i>	<i>54</i>
<i>Der königliche Weg.....</i>	<i>56</i>
<i>Der Kuss der Seele.....</i>	<i>58</i>
<i>Der zerbrochene Spiegel.....</i>	<i>60</i>
<i>Und.....</i>	<i>63</i>
<i>Gedanken zu den Atemzügen.....</i>	<i>65</i>
<i>Eine Meile Luft.....</i>	<i>67</i>
<i>Informationen über die Weisheit.....</i>	<i>69</i>
<i>Auf der Suche nach einem Schöpfer des Lebens.....</i>	<i>71</i>
<i>Eine Sarglänge Vorausblick.....</i>	<i>73</i>
<i>Unruhe.....</i>	<i>75</i>
<i>Hinterherlaufen.....</i>	<i>77</i>
<i>Gestörte Weiterentwicklung.....</i>	<i>79</i>
<i>Losschlagen.....</i>	<i>81</i>
<i>Fremde Gäste in der Seele.....</i>	<i>83</i>

<i>Rebellen gegen das Licht.....</i>	<i>85</i>
<i>Seinen Stuhl in den Himmel setzen.....</i>	<i>87</i>
<i>Klarheit.....</i>	<i>89</i>
<i>Tiefe Einsicht.....</i>	<i>91</i>
<i>Die Kleinen und die Großen.....</i>	<i>93</i>
<i>Nichts als Stille.....</i>	<i>95</i>
<i>Begegnung.....</i>	<i>97</i>
<i>Worte, die nicht handeln.....</i>	<i>99</i>
<i>Der vergessene Tod.....</i>	<i>101</i>
<i>Das Reden aus der Tiefe ist Schweigen.....</i>	<i>103</i>
<i>Stichwortverzeichnis.....</i>	<i>105</i>

Talent zur Freiheit

Liebe Leserinnen und Leser!

Oftmals geraten wir in eine Sackgasse, wenn wir keine Perspektiven oder Wahlmöglichkeiten mehr sehen. Selbst eine Alternative kann in eine Art Zwickmühle führen, durch die wir dann hin- und hergerissen werden. Und somit führt die Psychologik zu der Erkenntnis, dass erst ab der dritten Handlungsmöglichkeit freies Entscheiden wirklich vollzogen werden kann. Nun werden einige zu Recht einwenden, dass sie bei einer größeren Bandbreite von Chancen eher nicht mehr wissen, wofür sie sich entscheiden und nach welchen Kriterien sie sich denn nun ausrichten sollen.

Ein weiteres Phänomen, um sich als frei und autonom zu erleben, besteht darin, sich viele Optionen offen zu halten. Das Festlegen auf bestimmte Lebensvollzüge wird zwar in seinem Akt und Vollzug noch als frei erlebt, jedoch sendet das Denken von der Vorstellung einer vollzogener Entscheidung manchmal eher ein Signal von Unfreiheit. Und das nicht nur, weil wir uns falsch entschieden haben könnten, sondern eher, weil wir uns anderer Möglichkeiten beraubt sehen.

Bei all diesen Überlegungen dürfen wir ja auch nicht vergessen, wie viel über unsere Köpfe hinweg bestimmt und verordnet wird, bis hin zu dem Schicksal, dass wir liebe Menschen verlieren, weil ehemals gemeinsame Wege in andere Richtungen führen oder der Tod das vollzieht, was an Abschied nicht aufzuhalten ist. Im Letzten wird es immer Trennung im Rahmen einer Unfreiwilligkeit geben.

Ist uns etwa das Talent zum Loslassen oder zur Befreiung unseres Lebens von totaler Einengung abhanden gekommen? Sollten uns Schmerz in uns selbst oder das Leid, das wir mit unseren Lebensvollzügen bei anderen auslösen, davon abhalten, der Intuition der Freiheit oder einem sich öffnenden Gefühl seelischer Erlösung nachzugehen?

Ja, da kann einem schon Angst und Bange werden, die gewohnten Pfade zu verlassen oder verlassen zu müssen! Natürlich haben wir noch den Ausweg in die Psychosomatik oder die Neurosen, die uns dann ‚hilfreich‘ zur Seite stehen und uns irgendwann umhauen, weil wir nicht der inneren Freiheit gefolgt sind.

In einem Film fragte jemand den Helden der Geschichte: ‚Ist es bei Ihnen auch so, dass sie jeden Tag mit einem mulmigen und unguuten Gefühle aufwachen, das sie erst einmal davon abhält, mit dem Leben zu beginnen?‘ Die Antwort lautete: ‚Ja‘. Darauf erwiderte der erste zum Erstaunen des Befragten: ‚Ich kann Ihnen genau sagen, woran dies liegt: Sie haben noch nicht den richtigen Lebensweg und vor allem noch nicht Ihren Weg gefunden!‘

Aber wie reich und erfüllt kann unser Leben werden? Und vor allem woran werden wir die Fülle unseres Daseins erkennen und erspüren? Natürlich ist alles davon bestimmt, wie und auf welche Weise wir unseren Willen einsetzen und unsere Zustimmungen verteilen.

Der amerikanische Trappistenmönch Thomas Merton (1915-1968) schreibt in seinem Buch ‚Keiner ist eine Insel‘ über die Freiheit des Willens:

„Der freie Wille ist uns nicht bloß als Feuerwerk gegeben, um ihn in die Luft hinaus zu verpuffen. Manche Leute glauben, ihre Handlungen seien um so freier, je zielloser sie sind, als bedeute ein vernünftiges Ziel irgendeine Beschränkung. Das ist, als behauptete man, jemand sei reicher, wenn er das Geld zum Fenster hinauswirft, als wenn er es ausgibt ... Gewiß kann es sich ein Reicher eher leisten, Geld aus dem Fenster zu werfen als ein Armer, aber weder das Verschwenden noch das Ausgeben von Geld macht ihn zum Reichen. Ein Mensch ist reich kraft seines Besitzes. Sein Reichtum ist ihm so viel wert, wie er ihm nützen kann. So wird die Freiheit, um bei diesem Vergleich zu bleiben, weder durch Verschwendung noch durch den richtigen Gebrauch größer, sondern sie ist uns als Talent gegeben ...“

Ein interessanter und genialer Gedanke wie ich finde, dass somit die Freiheit nicht dazu da ist, unser Freisein an sich im Sinne einer absoluten Unabhängigkeit – die es ja nur noch bei Träumern gibt – zu gestalten, sondern uns in freien Entschlüssen dazu befähigt, unser Leben einzusetzen und nach unseren Begabungen zu verwirklichen.

Die menschliche Freiheit braucht vor allem ein frei gewähltes Ziel und nicht das ausschließliche Offenhalten von Wünschen, die nie zur Umsetzung gelangen, weil wir die Freiheit aus Angst nicht als Talent begriffen und eingesetzt haben.

Die Frage nach den weiteren Talenten und Zielen menschlicher Existenz wird durch solche Überlegungen nunmehr in das Zentrum des eigenen Denkens und Fühlens gerückt. Selbst wenn Sie im Moment mit der Suche nach Ihren wirklichen Fähigkeiten auf sich allein gestellt bleiben, so möchte ich noch auf den erwähnten Maßstab zu sprechen kommen, nach dem wir die Ziele unseres Lebens ausrichten können.

Auch wenn innerhalb der Religionsgeschichte der Menschheit viel Missbrauch mit den überlieferten Leitlinien Gottes getrieben wurde – ich habe dies selbst an der eigenen Seele erfahren müssen –, so kann die Richtschnur nicht ausschließlich in unserer freien Autonomie liegen. Das ergibt sich schon aus unserer grundlegenden Wankelmütigkeit – heute so, morgen so.

So sollten wir dennoch für einige Atemzüge die urchristliche Ausrichtung der Menschheit auf Gott aufnehmen. Der Psalmist im Alten Testament sagt:

„Ich will wandeln auf freier Bahn, denn ich frage nach deinen Geboten.“ (Ps 118, 45) „Hätte ich dein Gesetz nicht betrachtet, so wäre ich längst untergegangen in meinem Elend.“ (118,92)

Aber was beinhaltet dieses ‚Gesetz der Freiheit‘? Doch vor allem dieses: Sein Herz für die Liebe und die Menschenfreundlichkeit zu öffnen, die wir von Gott und seinen Geschöpfen selbst für uns erwarten.

Setzen Sie das Talent Ihrer Freiheit dafür ein, sich zu entscheiden, die Härte aus Ihrem Leben zu nehmen, Ihren individuellen Weg von Herzen zu finden und zu leben und dem folgenden Aufruf eines Liedes zu folgen: ‚What would you do, to change the world‘? Was würdest Du tun, um die Welt zu verändern?

Eine Woche mit guten Einsichten wünscht Ihnen Udo Manshausen

Auf Leben und Tod

Liebe Leserinnen und Leser!

Stellen Sie sich einmal für Augenblicke eine Streitmacht von hundertstausend Mann Fußtruppen und zwölftausend Berittene sowie die dazugehörigen Versorgungsmannschaften vor, die sich auf dem Weg befinden, Länder zu erobern. Im alttestamentlichen Buch Judith wird beschrieben, wie der König Nebukadnessar das Volk Israel bedroht. Als er seinen Oberbefehlshaber Holofernes gegen Betulia vorrücken lässt, rät man ihm, nicht sofort anzugreifen, da der natürliche Schutz der hohen Berge es nicht so leicht mache, dieses Volk zu besiegen. Er folgt dem Rat und besetzt die Wasserquellen, um die Bewohner auszutrocknen. Eine andere Warnung ruft jedoch bei ihm Empörung hervor, dass nämlich dieses Volk nicht zu besiegen sei, wenn es im Einklang mit seinem Gott stünde, der ihm dann zur Seite stehe. ‚Vor einem solch kleinen Volk, das nicht die äußere Kraft hat, einen harten Feldzug zu überleben, haben wir doch keine Angst‘, lautete der Kommentar.

Das belagerte Volk leidet mittlerweile großen Durst und die Kräfte schwinden dahin. Die Einwohner bedrängen König Usija zu kapitulieren. „Doch König Usija sagt zu ihnen: Faßt Mut, Brüder! Wir wollen noch fünf Tage aushalten. In dieser Zeit wird der Herr, unser Gott, uns sein Erbarmen wieder zuwenden; er wird uns nicht für immer verlassen. Sollten aber diese Tage vergehen, ohne daß uns geholfen wird, dann will ich das tun, was ihr gefordert habt. Dann ließ er das Volk auseinandergehen, jeden auf seinen Posten, und sie begaben sich wieder auf die Mauern und Türme dieser Stadt ... In der Stadt herrschte tiefe Niedergeschlagenheit.“ (Judith 7, 30-32)

Wer auf die weiteren Ereignisse innerhalb dieser Geschichte neugierig geworden ist, dem empfehle ich diese als weitere Lektüre.

Weit ab jeder Historie kann diese Erzählung des Buches Judith direkt auf die Ereignisse innerhalb unserer Seelenlage übertragen werden. So kann es geschehen, dass unser Inneres derartig in Panik, Angst und Schrecken versetzt wird, dass wir glauben, so nicht mehr lange existieren zu können. Irgendetwas baut sich plötzlich derartig bedrohlich vor uns auf, dass wir momentan von unserer Lebensstärke und von den Quellen unseres Lebens abgeschnitten sind. Das bedrohliche Heer des Holofernes steht gleichsam vor den Toren unserer Seele und lässt uns einen verzweifelnden Untergang projizieren. In solchen Momenten sind wir ganz auf die interne Wahrnehmung fixiert. Äußerliche ist so direkt nichts zu sehen. Ein Außenstehender bekommt von diesen dunkelsten Augenblicken und der Dramatik des Herzens fast nichts mit. Doch inwendig ist alles so real wie im Buch Judith.

Wir haben unsere innere Existenz nicht mehr im Griff. Und immer öfter sitzt uns die Peinlichkeit im Nacken, die uns davon abhält, uns zu öffnen, der eigenen Implodierung entgegenzuwirken. Und dennoch ist es von innen her nicht mehr aufzuhalten. Wir schreien, hadern mit dem Leben, weinen und glauben letztlich einen Kampf wie auf Leben und Tod führen zu müssen. Was ist da bloß los?

Im tiefsten Grunde gibt es keine Prüfung, keine zu bewältigende Aufgabe in unserem Leben, die eine Lebensberechtigung erst begründen müsste. Wir sind im Kreis der Lebenden. Das Lebendige ist liebenswert, nicht durch Alle und Jeden spürbar, jedoch auf jeden Fall jenseits von Leistung. Alle anderen Bewertungen, Beförderungen und Auszeichnungen treffen nicht den tiefen Kern des Menschen, sonst wäre es ja ein Leichtes, die Ängste der Menschen einzudämmen, indem wir einfach einen Anerkennungsorden erfinden.

Und da ist sie wieder, ein Teil der ewigen Wahrheit, die uns fast täglich zu begreifen lehrt, dass das Äußere, das Äußerliche nicht die Seele befrieden kann, sondern das alles wirklich und wahrhaftig aus unserer Seele fließen muss und kann, indem wir erkennen, wie reich unser Inneres sein kann, wenn wir uns viel öfter in uns hineinbegeben, um durch die Dunkelheit hindurch das Licht zu spüren.

Im Matthäusevangelium sagt Jesus von Nazareth: „Bei Gott, ich sage euch: wenn ihr Vertrauen hättet und nicht zweifeln würdet, ... sondern wenn ihr saget zu diesem Berge: Hebe dich hinweg und stürze dich ins Meer, so wird es geschehen. Und alles, was ihr erfleht, vertrauensvoll im Gebet, ihr werdet es empfangen.“ (Mt 17,20)

Für was haben wir nicht schon alles gefleht und in Notzeiten Gott angerufen, damit sich Äußerliches verändert abstellt. Ich weiß nicht, ob Gott die Möglichkeit hat, mit nuklearer Sprengkraft Berge zu versetzen.

Aber das Entscheidende, wonach wir uns doch sehnen – und gerade in angstvollen und stürmischen Lebensmomenten –, ist doch wirkliche innerliche Zuversicht jenseits äußerer Entwicklung, eine Herzensruhe, die unsere Atmung gleichmäßig fließen lässt. Jesus baut auf ein inneres ‚Sich-Festmachen‘ in Gott, denn dann können wir wirklich sicher sein. Der Theologe Eugen Drewermann zentriert das ‚vertrauensvolle Gebet‘ auf folgenden Aspekt hin: „*alles*, was man irgend nur wünschen kann, besteht in diesem Frieden, in dieser Zuversicht, in dieser Stimmigkeit und Identität, und alles weitere wird sich wirklich wie von allein ergeben. Versprochen wird von Jesus hier gewiß nicht, daß man im Äußeren weiter Karriere macht, Erfolg hat, Geld verdient oder Ansehen gewinnt – das alles sind nicht seine Verheißungen: doch daß es so etwas gibt wie ein Glück, das von außen nicht zerstörbar ist, daß es eine Einsicht und Weisheit gibt, die sich nicht mehr nehmen läßt, das schon.“

Es wäre von Vorteil, wenn wir uns dem phantasierten Kampfe auf Leben und Tod für Augenblicke entziehen und heilsam erfahren könnten, wie viel Kraft durch das ruhende Aushalten, das Besinnen auf das eigene Liebenswerte in uns selbst gegen alle Frustrationen und Widerstände sein kann, wenn es uns gelänge, die äußeren Wünsche für Momente zu verbannen, damit wir uns spüren, wie wir auch sind: Du bist ein Mensch, den man mögen und lieben kann, im Leben wie im Tod.

Eine Woche mit guten Einsichten wünscht Ihnen
Udo Manshausen

Verlassenheit

Liebe Leserinnen und Leser!

Die Erfahrung von der Brüchigkeit des Lebens, den verletzlichen Momenten in der eigenen Biographie und einer spürbaren Aussichtlosigkeit der tragenden Verlässlichkeit der Herzen mögen uns manchmal zu der Annahme verleiten, keinem mehr Glauben schenken zu können, selbst Gott nicht, wenn zudem der hoffnungsvolle Lebensfunke angesichts des Todes eines geliebten Menschen ihm gegenüber erlischt. Und es mag weiterhin ebenso zutreffen, dass das Lügen und Betrügen sowie die Egomane der Spezies Mensch der Seele das vertrauensvolle Leben rauben. Es scheint nichts Wahrhaftiges mehr zu geben, das die Säulen der Ewigkeit in sich trägt.

Angesichts solcher Wirklichkeit hat der Mensch die Ekstase des Lebens verlassen, in der jetzt nur noch das schmerzvolle Ein- und Ausatmen das Zeichen einer Lebendigkeit ist, die darauf hindeutet, dass die Kreativität des Lebens blockiert ist.

Die Welt scheint verlassen, weil wir uns wie teilnahmslos verabschiedet haben.

Und bei aller Lebenshärte, Enttäuschung und erschreckenden Angst des Misstrauens entstehen dennoch immer wieder Momente in unserer Seele, in denen sie es nicht aufgeben kann, nach Anerkennung, Geborgenheit und Liebe zu suchen, die wir als echt empfinden wollen, damit für uns dennoch die *Wahrheit* im Leben anwesend sein kann. Ohne eine solche innerste Verlässlichkeit bleibt nur Verzweiflung, Hoffnungslosigkeit und Kälte des Lebens. Aber was können wir tun, wenn die schlimmste Form der Verlassenheit keinen Trost mehr zulässt?

Wir sollten möglichst erkennen, wie wir, uns selbst vorausgehend, einer vertrauensvollen Lebensfülle entziehen, um dem phantasierten Schmerz und der Angst zu entgehen, indem wir uns das Leben selbst zur Hölle machen, um damit den anderen zuvorzukommen. Wir betrügen uns dann selbst, machen uns etwas vor, misstrauen den eigenen Gefühlen, pflegen die Ängste, damit wir schon in diesem angstvollem Zustand nichts Schlimmeres mehr befürchten müssen oder geben uns der Gleichgültigkeit und Unverbindlichkeit hin, denn diese bergen ja kaum das Risiko in sich verletzt zu werden. Auf diese Weise geht das eigentliche offene Leben verloren.

Aber denken wir doch einen Augenblick an uns selbst und glauben den Momenten der eigenen Liebe und der Fähigkeit eigener ehrlicher Güte, die wir selbst schon geschenkt haben. Wir sind dazu begabt, uns selbst und den anderen liebevoll anzunehmen und in unser Herz einzuschließen, und die Mitmenschen tragen ähnliche Qualitäten in sich. Und dieses Bild von uns wird wieder verworfen, wenn Ängste und Verletzungen sich in uns ausbreiten.

Vertrauen wäre nicht Vertrauen, wenn es mathematischem Beweisen zugänglich wäre. Das Zutrauen zum Leben sollte von daher vor allem an dem aufkommenden und erahnten Gespür eigener Herzenswärme anknüpfen, die das Tor öffnet, Zuneigung zu sich selbst und einem sympathischen Gegenüber zu entwickeln. Der luftleere Raum bleibt ja immer noch als Versteck und Rückzugswinkel.

Es gibt immer wieder Menschen, die einem mit verlässlichem Gespür versichern, dass für sie Gott existiert, auf den sie ihr Vertrauen projizieren, damit sie sich selbst zu einer Verlässlichkeit anhalten, die den Menschen nicht verletzen möchte, sondern in gütigem Einvernehmen die Gefühle klärt und läutert. In dieser Bezogenheit auf Gott weiß das Wesen Mensch, dass er sich verlassen muss, sich öffnen sollte, um in der Begegnung mit Gott und den Mitmenschen eine Ganzheit zu erlangen, die er aus sich heraus nie erreichen kann.

Die Heilige Schrift möchte als Wort Gottes den Menschen versichern:

„(Gott), Du siehst ja selbst; denn Du schaust auf Unheil und Kummer. Der Schwache vertraut sich dir an; du bist den Verwaisten ein Helfer.“ (Ps 10,14) „Wer gleicht dem Herrn, unserem Gott, im Himmel und auf Erden, ihm der in der Höhe thront, der hinabschaut in die Tiefe, der den Schwachen aus dem Staub emporhebt und den Armen erhöht, der im Schmutz liegt?“ (Ps 113, 5-7)

Vielleicht ist es die Verknüpfung von der auf Gott gerichteten Perspektive, dem Gespür für die eigene Liebenswürdigkeit und dem Annehmen von menschlicher Wärme, die die Verlassenheit zunächst für Augenblicke anhalten kann.

Wer jedoch glaubt, erst einen Gottesbeweis führen, eine Therapie durchlaufen und ein vollendetes Vertrauen spüren zu müssen, der wird das Gefühl von Verlassensein weiterhin deutlich in sich tragen und die möglichen Verbindungen zu Gott und den Menschen nicht befreiend aufbauen können.

Wir sollten uns wünschen, glaubhafte Wege aus unserer Isolierung zu finden, Wege, die mit dem Wagnis des Lebens rechnen und die deutlich vor Augen haben, dass die Lebensweisheit auch durch das Leid und die Tränen führt, bis der schmerzvolle Nebel sich lichtet, und wir uns für Zeiten aufeinander verlassen können.

Eine Woche mit guten Einsichten wünscht Ihnen
Udo Manshausen

Funken der Wahrheit

Liebe Leserinnen und Leser!

In dieser Gedankenanstregung wird es in erster Linie auf Sie ankommen, was Sie aus dieser Betrachtung machen. Nicht dass dieses nicht immer schon in Ihrer Freiheit gelegen hätte, die Dinge so zu nehmen und so zu sehen, wie sie für Sie sind! Aber nunmehr geht es um das direkte Bedenken in Bezug auf Ihr eigenes Leben. Dabei wird es um eine Anfrage gehen, an der wir nicht vorbeikommen, weil sie uns alle betrifft. Die Antworten werden unterschiedlich ausfallen, aber die Frage wird offen bleiben und das erst Recht, wenn wir uns ihr nicht stellen.

Einem Menschen, der in die klösterliche Gemeinschaft aufgenommen werden möchte, wird vor der ganzen Versammlung die tiefgreifende Frage gestellt: ‚Was ist es, das Du suchst?‘ Die vom Herzen zu tragende Antwort lautet innerhalb dieses Rituals: ‚Die Barmherzigkeit Gottes und des Ordens.‘

Stellen wir uns einmal vor, uns würde diese Frage ‚Was ist es, das Du suchst?‘ gestellt oder wir würden sie uns selbst ernsthaft stellen, bevor wir einen neuen Lebensabschnitt beginnen, sei es im Hinblick auf eine neue Arbeitsstelle, beim Eingehen einer Beziehung, im Rahmen eines Umzugs in eine andere Stadt, bei Entscheidungen über Lebensgestaltung oder bei der tiefen Beschäftigung mit ideellen Richtungen.

Vielleicht wissen wir ja, was wir uns von bestimmten Dingen erhoffen. Aber möglicherweise liegt in der Frage nach der persönlichen Suche noch ein anderer wichtiger Akzent verborgen, dem wir nachgehen sollten.

Zunächst einmal kann diese Fragestellung uns dahin führen, die Gedanken und das Leben für Momente anzuhalten, damit wir uns Rechenschaft darüber abgeben, was wir denn eigentlich wollen, wenn wir Wirklichkeiten des Lebens vehement anstreben. Es geht um ein Bewusstsein, das zutiefst erspüren soll, dass wir tatsächlich in unserem Streben etwas suchen, unabhängig von unserem Drang, etwas haben oder erreichen zu wollen. Aber was ist es, wonach wir letztlich suchen, wenn wir uns einmal von der Oberfläche des Lebens nach innen bewegen?

Womöglich stellen wir bei der benannten Frage fest, dass wir uns an ihr vorbeimogeln wollen, weil wir uns ertappt fühlen könnten, indem wir spüren, dass unsere Ziele und Motive doch eher unklar sind, dass unser Aufwand und Einsatz den erkannten geringen Wert eher nicht rechtfertigen, dass wir bemerken, eigentlich gar nicht richtig auf der Suche zu sein, aber die Action gerade passend ist oder dass wir uns doch nicht so bewusst ernsthaft der Lebenstiefe stellen wollen. Und auf diese Weise können wir an der offenen Frage eines ‚Was ist es, das Du suchst?‘ noch weit mehr ablesen.

Die erwartete Antwort des Mönchs, dass er die Barmherzigkeit Gottes und des Ordens suche, scheint angesichts des Anlasses eines Klostereintritts

geradezu passend und verständlich. Aber könnte darin nicht ebenso etwas Erstrebenswertes für den Weltmenschen enthalten sein?:

- Ist eine tiefe Lebenssuche denn überhaupt sinnvoll, wenn wir von vorneherein göttliche oder metaphysische Wirklichkeit ausklammern?
- Geraten wir nicht in eine Sackgasse, wenn wir glauben, das Meiste autonom, also aus uns selbst heraus zu können und uns nicht im Letzten als Angewiesene zu fühlen?
- Beinhaltet unsere eigentliche Sinnsuche nicht auch immer den Wunsch nach Zweisamkeit und Gemeinschaft und somit nach menschlicher und göttlicher Verbindung?

Natürlich ist diese Suchfrage nicht nur theoretisch zu beantworten, sondern wir möchten durch unsere konkreten Erfahrungen und vor allem durch unseren Lebenseinsatz zu erhofften guten Ergebnissen gelangen. Denn wer macht sich schon auf eine Suche, bei der er von vorneherein weiß, dass er keine Chance auf ein Finden hat!

Immer wieder hält das Lebensprinzip, in das wir hineingeboren wurden, unsere Suche nach Sinn und Erfüllung, wie unsichtbar angetrieben, aufrecht. Wenn wir ehrlich sind, dann wissen wir bereits, dass wir unser Leben hindurch letztlich Suchende bleiben. Und dabei kann es sich ereignen, dass in unserer Seele Funken der Wahrheit wie Blitze auftauchen, deren Erinnerung wir bewusst oder unbewusst nachgehen, um erfüllt zu werden von einem Lebenssinn, der von Harmonie und Wahrhaftigkeit getragen sein soll. Im Grunde möchten wir uns zutiefst als Menschen erfahren, die in Wahrheit wissen, wofür sich ihr Lebenseinsatz – auch in schwierigen Situationen – ‚lohnt‘. Es geht um die Suche nach dem Einklang des Herzens, nach einer Identität, die unbedingt spürt und zu sich sagen kann: ‚Ja, das bin Ich – angenommen!‘

Was ist es, das Du suchst?

Ich suche Dich

Eine Woche mit guten Einsichten wünscht Ihnen Udo Manshausen

HomeRun

Das tiefe Ziel menschlicher Bewegung

Liebe Leserinnen und Leser!

Unsere Lebensbewegungen richten sich danach aus, Bedürfnissen nachzugehen und Ziele zu verfolgen, die uns wichtig erscheinen. So haben wir unsere Ausbildung geplant und durchgeführt, vielleicht eine Familie gegründet oder die berufliche Perspektive auf Entwicklung ausgerichtet.

Daneben gibt es die kurzen Atemzüge des Lebens, die uns dazu veranlassen, dass wir nicht nur vehement nach Luft schnappen, sondern die uns antreiben, das Lebensglück gleichsam direkt einzusatmen, so wie es sich gerade anbietet und uns in eine Art Handlungszwang bringen kann:

Was glauben wir in den Phasen der Kurzatmigkeit nicht alles für unser körperliches und seelisches Leben zu benötigen! Ein solcher hechelnder Lebensschwung kann sich leicht zum Wahn entwickeln, indem wir selbst auf Kleinigkeiten nicht verzichten wollen und fast in Panik geraten oder unsere Lebensverwirklichung gefährdet sehen, wenn geliebte Angewohnheiten in Frage gestellt werden oder sich nicht umsetzen lassen, wie z.B. ein Urlaub, der storniert oder eine Motorradtour, die wegen schlechten Wetters verschoben werden muss. Und so mancher mag dann für sich reklamieren: ‚Dieses gehört derartig zu meinem Leben, das könnte ich nie aufgeben!‘

Aber irgendwann werden diese ‚notwendigen Dinge‘ des Lebens vielleicht entlarvt, wenn wir erkennen, was diese in Wirklichkeit wert sind. Dabei soll an dieser Stelle nicht ausführlich davon die Rede sein, dass auch die Dinge, die einen tiefen Wert und Daseinsgrund in sich tragen, uns am Ende des Lebens dennoch genommen werden.

Natürlich kann sich das Leben nicht wirklich und frei entfalten, wenn wir über alles bis in Kleinste reflektieren, um danach endlich in Gang zu kommen. Unser Dasein lebt von Spontaneität und Unzulänglichkeiten. Durch Kursänderungen kann ein wertvolles Erleben, eine tiefe Sinnhaftigkeit entstehen. Aber ob uns bei allem Drang nach Erlebnisdichte und Intensität ein ‚HomeRun‘ gelingen kann, bleibt eine offene und individuelle Frage.

Der Begriff ‚Homerun‘ kommt aus dem Regelwerk der Sportart ‚Baseball‘, welche mit dem Spiel ‚Brennball‘ oder ‚Schlagball‘ vergleichbar ist. ‚Als Homerun bezeichnet man den gelungenen Versuch eines Spielers, innerhalb der Zeit, in der sich der geschlagene Ball in der Luft befindet, das Spielfeld einmal zu umrunden und seine eigene Base, – sein ‚zu Hause‘ – wieder zu erreichen.‘ An den Ecken des Spielfeldes gibt es ‚Bases‘ (Ruhemale), die man rettend erreichen kann, wenn die gegnerische Mannschaft den Ball vorher fängt. Das Ausgangsmal ist die sog. ‚Homeplate‘ zu der nach der Umrundung zurückgekehrt werden muss. Wenn es dem Spieler gelingt, den Ball aus dem Stadion zu schlagen, dann ist im Normalfall ein Homerun möglich. Bei diesem Spiel ist wie meistens bei Spielen klar festgelegt, wo das Ziel liegt.

Aber ist unser Leben auch so eindeutig festzulegen? Gut, das Leben ist kein Spiel! Aber geschieht, wenn wir im Leben nur den ‚Run‘ geplant haben, einfach loslaufen, nur handeln, genießen, unreflektiert leben? Wo sind unsere

‚Bases‘, Ruhemale, wenn uns unser Impuls wieder einmal aus dem heilsamen Lebensfluss gekickt hat? Oder gehört es sogar zum Lebensprinzip, dass wir das Gewohnte und Starre teilweise verlassen und uns selbst dem Blick der Zuschauer entziehen müssen? Wer weiß das schon!

Ein Niemandsland zu betreten, bei allem Lebensdurst, bleibt jedoch immer eine unsichere Sache.

- Aber was macht denn unsere Ausgangsplattform für das Leben eigentlich aus? Was sind unsere tiefen Wurzeln, auf die wir uns beziehen können, wenn sich die Ereignisse im Leben überschlagen?
- Die ausgelebten Dinge, das, was zerbrochen ist, kann es bei aller Romantik doch wohl nicht sein; die Illusion einer beendeten Vergangenheit ebenso nicht.
- Auf welches Urvertrauen können wir zurückgreifen? Was kann uns Geborgenheit geben, wenn wir Schritte ins Leben wagen? Welche positiven Kräfte haben ausreichend Anziehungskraft, damit wir nicht verloren gehen und rechtzeitig die Kurve kriegen?
- Theoretisch gesehen, ist dies einfacher zu beantworten, als wirklich zutreffend.
- Wie können wir uns verlässlich und vertrauensvoll binden, wenn wir den Reizen des Lebens folgen, wenn sich uns verschiedene Welten auftun und wir möglicherweise gleichzeitig in verschiedene Welten hineingeführt werden?

Ist nicht der ‚HomeRun‘ die Sehnsucht nach der innigen Umarmung der Geborgenheit, die uns antreibt, das Ziel des Lebens darin zu erreichen?

Eine Woche mit guten Einsichten wünscht Ihnen
Udo Manshausen

Liegenbleiben

Nun ist es genug!

Liebe Leserinnen und Leser!

In manchen Situationen im Leben möchten wir einfach nicht mehr weitergehen. Hier und da mag es vielleicht noch einige kleine Perspektiven geben, aber es ist einfach keine Energie mehr da. Dabei geht es nicht um eine momentane Erschöpfung, weil wir uns überfordert, zu wenig Schlaf oder kaum auf uns geachtet haben. Nein, diese Mattigkeit ist von anderer Natur. Sie zeigt einen Zustand der Entkräftung an, der in uns das Gefühl entstehen lässt, einfach am Boden liegen bleiben zu wollen, damit das Leben zu Ende gehe, bevor es eigentlich zu Ende ist. Kluge Ratschläge greifen kaum, wenn überhaupt, denn ein solcher innerer Zustand ist vor allem kein Problem des Wissens, sondern eine Befindlichkeit energieloser Lähmung. Da nützt kein Argumentieren, und selbst die klugen Sprüche und Gedanken, wie man hätte dann doch alles verhindern können, wenn wir uns besser informiert oder uns erst gar nicht so intensiv auf diese Dinge eingelassen hätten, mögen zwar von der Logik her greifen, aber sie ändern nichts daran, dass wir am Boden liegen, nicht mehr weiter wissen und uns keine Kraft mehr zur Verfügung steht, wirkungsvoll weiterzumachen.

Ein solches Phänomen ist grundlegender und dem Leben naheliegender, als wir vielleicht auf den ersten Blick vermuten könnten. Eine solche intensive Energielosigkeit kann tatsächlich in Jedem auftauchen und ereignet sich nicht nur aufgrund von Schicksalsschlägen, sondern auch Menschen, die glauben alles zu haben, können urplötzlich den Wunsch verspüren, einfach liegen bleiben zu wollen, da ihre Energielosigkeit den gewohnten Lebensfluss anhält. Gleichsam wie von außen, um sich innerlich berühren zu lassen, sich eingebunden zu fühlen in die Menschheitsgeschichte, möchte ich Sie auf den Propheten Elija (9. Jh. v. Chr.) aufmerksam machen, der plötzlich aus seinen Gewissheiten herausgerissen wird, als er sein Leben bedroht sieht:

„Elija geriet in Angst, machte sich auf und ging weg, um sein Leben zu retten. Er kam nach Beerscheba in Juda und ließ dort seinen Diener zurück. Er selbst ging eine Tagereise weit in die Wüste hinein. Dort setzte er sich unter einen Ginsterstrauch und wünschte sich den Tod. Er sagte: Nun ist es genug, Herr. Nimm mein Leben, denn ich bin nicht besser als meine Väter. Dann legte er sich unter den Ginsterstrauch und schlief ein. Doch ein Engel rührte ihn an und sprach: Steh auf und iß! Als er um sich blickte, sah er neben seinem Kopf Brot, das in glühender Asche gebacken war, und einen Krug mit Wasser. Er aß und trank und legte sich wieder hin. Doch der Engel des Herrn kam zum zweitenmal, rührte ihn an und sprach: Steh auf und iß! Sonst ist der Weg zu weit für Dich. Da stand er auf, aß und trank und wanderte, durch diese Speise gestärkt, vierzig Tage und vierzig Nächte bis zum Gottesberg Horeb. Dort ging er in eine Höhle, um darin zu übernachten.“ ... Gott rief ihn: „Komm heraus und stell dich auf den Berg vor den Herrn! Da zog der Herr vorüber: Ein starker heftiger Sturm, der die Berge zerriß und die Felsen zerbrach, ging dem Herrn voraus. Doch der Herr war nicht im Sturm. Nach dem Sturm kam ein Erdbeben. Doch der Herr war nicht im Erdbeben. Nach dem Beben kam ein Feuer. Doch der Herr war nicht im Feuer. Nach dem Feuer kam ein sanftes leises Säuseln. Als Elija es hörte, hüllte er sein Gesicht in den Mantel ein, trat hinaus und stellte sich an den Eingang der Höhle.“ (1 Kön 19, 3-9; 11-13)

Mit einer Höhle verbindet die Menschheit seit Urzeiten symbolhaft das Innere, den Schoß der Erde, in dem Tod und Leben gleichsam miteinander

verschmelzen; so als lege man sich auf einen umgepflügten Acker, um sich dort einzugraben, damit neues Leben entsteht, so wartet Elija – des Suchens nicht mehr fähig – auf neue Energie, an die er eigentlich nicht mehr glaubt.

Bei aller möglichen Trauer, angstvollen Unruhe und kraftlosen Verzweiflung wird es dennoch wichtig sein, sich nicht zu weit von sich selbst oder noch weiter zu entfernen. Das bedeutet, gerade jetzt nicht Fakten zu schaffen, Entscheidungen zu treffen, sich gänzlich zu entfremden, sich mit Vergessenheit zu berauschen, damit der Weg zur Heilung nicht unerreichbar wird oder dem Suchenden noch mehr Mühen bereitet, als er sich derzeitig darstellt. Das bedeutet dann: *in sich ruhen, mit aller Angst und Hilflosigkeit*. Dabei sind wir im eigenen Zentrum wirklich zutiefst allein, da wir die Aufgabe haben, etwas zu finden, das nur jeder *für sich* erfahren muss. Das Liegenbleiben ist das Startzeichen für den ernsthaften Beginn persönlicher und eigenständiger Entwicklung. Nicht als hätte es diese nicht schon vorher gegeben! Jedoch der Vertiefungsgrad individueller Weltsicht ist weitaus größer, da uns nunmehr aufgeht, dass wir mit unserem Erkennen nicht am Ende stehen – entweder in der Meinung, schon fast alles gewusst zu haben oder weil wir glauben, es gäbe keine hilfreiche Weisheit mehr –, sondern vom Boden aus, von der Erde ausgehend, sind wir dazu aufgefordert, kleine Schritte auf das Leben zuzugehen, ohne dass wir großartig und weiträumig wüssten, wie es weitergehen könnte. Und es mag in unserem Innern etwas Zartes, Erhellendes – vielleicht nur für Sekunden – aufbrechen, das uns gleichsam göttlich wie von einem Engel erscheinen mag. Ja, und dieses gibt es, bei aller Erschöpfung. Solche Fingerzeige, Ahnungen oder sinngebende Gedanken werden nicht mit Macht und größter Überzeugungskraft wie ein Orkan auf uns zukommen. Diese werden ebenso kein Feuer der Leidenschaft in uns entzünden. Entsprechend unseres Gefühls ‚nun ist es genug‘ wird es eher etwas Unmerkliches, etwas Zartes, fast Lautloses sein.

Damit wir diesen Engel, dessen Botschaften wir als geistige Nahrung brauchen, nicht überhören, müssen wir still werden, in unsere innere Wüste hineingehen, uns dieser aussetzen. Einzig hierin liegt die Chance wieder zu entdecken, wonach wir uns am meisten sehnen: nach der Begegnung mit einem Du, das unser Herz mit Sinn, Liebe und Geborgenheit erfüllt.

Das Liegenbleiben und das damit verbundene Anhalten des Lebens kann uns helfen, uns nicht mehr zu weit von unserem eigentlichen Ich, unserer eigentlichen Lebensberufung zu entfernen, indem wir im Ruhen unser fragwürdiges Suchen anhalten und uns selbst und andere nicht verloren geben.

Und darum geht es!

Eine Woche mit guten Einsichten wünscht Ihnen
Udo Manshausen

Der Verstand einer Fliege

Die Seele auf CD gebrannt

Liebe Leserinnen und Leser!

Dass Gott den Menschen Verstand mitgegeben habe, lässt sich häufig zu Recht bestreiten, wenn wir auf so manches Verhalten der Spezies Mensch blicken. Und da es für viele keinen Gott oder nichts Göttliches und zutiefst Heiliges mehr zu geben scheint, ist es schon fast ausgeschlossen, aus dem irdischen Kreislauf der Dekadenz, der Oberflächlichkeit und der reinen Natürlichkeit auszusteigen. Selbst wenn eine Fliege Verstand hätte, dann würde ihr dies nichts nützen, wenn sie sich lediglich auf jeden Misthaufen setzen würde.

Klar, wer möchte schon gerne leiden, und die verbotene Frucht vom paradiesischen Baum der Erkenntnis aufnehmen, die uns den Atem stocken lässt, weil wir begreifen, dass wir Sterbliche sind. Und dennoch setzen wir Todgeweihte immer noch weiteres Tödliches dazu, als wenn die Aussicht auf das Ende unseres Lebens nicht schon genug Schicksalhafteres wäre!

Was unternehmen wir nicht alles, um wirklichem Leiden zu entfliehen. Ich kann mich noch gut erinnern, wie ich vor langer Zeit meinen Berater geradezu anflehte, dass er sich doch in meiner Situation etwas Segensreiches einfallen lassen solle, da mir innerlich alles unendlich weh tat. Er zeigte Verständnis, indem er mir zurückmeldete, dass ich wohl am Schmerz, am Leiden vorbeikommen wolle. Sehr liebevoll gab er mir zu verstehen, dass dies nicht gehe. Und ich begann zu weinen – für eine lange Zeit. Damals wurde mir klar, dass wir das Leiden, den Schmerz nur besiegen können, indem wir ihn auf ehrliche Weise durchleben. Wir müssen auf die Ängste zugehen, und das ist hart!

Die Liste der als Hilfen gehandelten Mittel, um den bösen Mächten innerhalb unserer Seele zu entfliehen, aber eben ohne sie zu bearbeiten und zu bewältigen, ist länger, als sie in diesem Rahmen aufgeführt werden kann: Alkohol, Drogen, Aufputzmittel, Luxus, Sex, jede Menge Urlaub, viel Arbeit, ständige Musik als Seelentröster.

Wenn wir unsere Seele gleichsam auf eine CD brennen und uns an diese binden, um sie innerhalb eines sicheren Gehäuses immer wieder abzuspielen, als könnten wir dadurch Festigkeit gewinnen oder wahrhaft Tröstung erreichen, dann kann uns schon ein Stromausfall in arge Bedrängnis bringen! Wie ein Hammerschlag muss da die Aufforderung des Propheten Jesaja donnern, dem wir natürlich aus dem Weg gehen können, indem wir den Tiefsinn seiner Worte ins Lächerliche ziehen:

„In Umkehr und Ruhe war das Heil, in Stillsein und Vertrauen war eure Stärke. Doch ihr habt nicht gewollt.“ (Jes 30, 15)

Jesaja spricht zu einem Volk, zu Menschen, die in der Klemme sitzen. Die Bedrohungen sind übermächtig geworden. Die Psyche hat nichts mehr entgegenzusetzen. Die innere Stärke ist dahin: „Tausende werden zittern, wenn ein

einzig droht, wenn nur fünf euch drohen, ergreift ihr alle die Flucht, bis das, was von euch übrig ist, aussieht wie ein Fahnenmast auf dem Gipfel eines Berges, wie ein Feldzeichen auf dem Hügel.“ (Jes 30, 17)

Unsere Ängste und unser Fluchtgedanken werden umso größer sein, je mehr wir entdecken, wie desolat unsere innere Stärke und Verlässlichkeit ist. Das eigene innere Zentrum wird noch weiter schwinden, wenn wir unser Leben nicht gleichsam anhalten, unsere Situation im Stillsein zutiefst erspüren, und dieses nicht nur für fünf Minuten, sondern für Wochen und Monate, damit wirkliche und innere Ruhe einkehren kann.

Dann können dann die folgenden Fragen auftauchen: Für welche Inhalte und Werte stehen wir eigentlich in unserem Leben? Von welchen Sehnsüchten und Wahrheiten sind wir zutiefst beseelt? Dabei geht es nicht um Leidenschaften der Freizeit, sondern um seelische Werte, um Liebe. Aber auch diese können uns in die Angst führen, wenn unser Vertrauen in uns selbst und in Gott auf Flucht eingestellt ist. Wann erkennen wir, dass wir ein Gegenüber brauchen, damit wir durch unsere Ängste hindurch ganz und vollständig Mensch werden!

Wenn wir gegenüber dem Schicksalhaften des Lebens nicht ein tiefes Vertrauen aufbringen können, dann sind wir gezwungen, uns selbst vollends zum Maßstab und Regisseur unseres Lebensweges zu machen: ‚Ich weiß wo es lang geht! Ich bin auf dem richtigen Weg!‘

Mit einer solchen Haltung geraten wir zudem viel eher in Gefahr, andere Menschen zu verletzen, weil wir unsere eigenen Gefühle, die dieser Autonomie entgegenstehen, zerstören müssen. Viele mögen beklagen, dass die Gefühle der Liebe und so manche ehrliche Wahrheiten des Lebens einen vom eigenen Selbst wegführen, als Beginn einer Angst, die den Mut erstarren lassen möchte, viel eher zu sich selbst zu kommen, als dies eine Egomane der Lebenssuchte je bewirken könnte.

Im Grunde unseres Herzens wissen wir spürend, dass eine unstillbare Sehnsucht in unsere Seele gebrannt ist, die jeden von uns betrifft, die zugleich schmerzvoll und wunderbar erfüllend ist, die uns aus unserem Gefängnis herausreißen kann und die in der Liebe das Tödliche des Lebens auf übernatürliche Weise überwinden möchte.

Wann begreifen wir endlich, dass das wahrhaft Erfüllende nur in der beseelten Natur zu finden ist, in uns selbst und in einem liebenden Gegenüber, so dass wir mit dem indischen Philosophen Tagore (1861-1941) übereinstimmen können:

„Am Ende meines Lebens möchte ich sagen können, dass ich in der Liebe gelebt habe und nicht in der Zeit.“

Eine Woche mit guten Einsichten wünscht Ihnen
Udo Manshausen

Magie der Liebe

zwischen Himmel und Erde

Liebe Leserinnen und Leser!

Mit beiden Beinen auf der Erde stehen, Chancen und Positionen bewahren, das Leben realistisch vorausblickend planen, Wertpapiere gut anlegen, Beziehungen mit Bedacht und aussichtsreich knüpfen, das scheint doch eigentlich das Vernünftigste zu sein, um das Dasein einigermaßen bestehen zu können. Bei einer solchen Erdanziehung kann es allerdings leicht geschehen, dass wir zwar *auf* dem Boden sind, die Tatsachen darin eingeschlossen, jedoch nicht *über* diese Erde gehen, da wir den Blick für den Himmel und das Himmlische verloren haben. Die sehnsuchtsvollen Wunschbilder des Menschen sind dennoch mit der Ewigkeit des Himmels, dem Paradiesischen verbunden, jedoch, nicht losgelöst von den irdischen Ereignissen des Lebens, denn sonst macht der Wandel auf Erden keinen Sinn.

Was den Himmel mit der Erde zutiefst verbindet ist die Liebe! In dem wunderschönen Lied ‚The magic of love‘ wird kein Zweifel daran gelassen, dass die Liebe die tragende Säule der Weltschöpfung ist.

The Magic of Love

When the world is built with thunder
And the winds are storming above,
deep within the night we wonder,
if we've lost the magic of love.

But there's something inside us,
that looks to the sun,
we dream, that this life will guide us with love –
for everyone.

When the world of water is flying,
and the clouds are heavy with rain,
seems above the sky are crying
and we feel the quantity of tears of pain,

but there's something inside us ...

God is there for us, anywhere for us:
open your eyes,
lovely people ... always help forever.
Love is the river that builds every sea,
water that mirror, the way life should be.

When the world is built with thunder
and the skies are peaceful above
with the beautiful world,
want's a day we know the wonder
of the magic power of love,
oh, the magic of love
(Text: Alan und Marilyn Bergman;
Gesang: Lionel Richie und Luciano Pavarotti)

Der Zauber der Liebe

Wenn die Erde mit Donner geschaffen ist,
und die Winde über ihr toben,
tief in ihr die Nacht, angesichts der wir uns fragen,
ob wir den Zauber der Liebe verloren haben.

Aber da ist etwas in unserem Innern,
das nach dem Licht Ausschau hält.
Wir träumen, dass dieses Leben uns durch die Liebe
leitet – einen Jeden.

Wenn die Welt des Wassers zerfließt
und die Wolken schwer sind mit Regen,
scheint über uns der Himmel zu weinen,
und wir fühlen die Menge der Schmerzenstränen.

Aber da ist etwas in unserem Innern, ...

Gott ist da für uns, überall da für uns:
öffne Deine Augen,
liebenswürdige Menschen ... helfen immer jederzeit,
Liebe ist der Strom, der jeden See erfüllt und
Wasser der Spiegel, die Weise, wie Leben sein sollte.

Wenn die Welt mit Donner geschaffen ist,
und der ganze Himmel friedvoll über uns sind,
zusammen mit der wunderbaren Schöpfung,
wünschen wir eines Tages das Wunder der
Zauberkraft der Liebe begreifen,
oh, den Zauber der Liebe.
(Übersetzung: Udo Manshausen, Elisabeth
Hafenecker)

Ja, tief in unserem Innern, da gibt es die Sehnsucht und den Traum eines sinnenreichen und von Herzen erfüllten Lebens. Dass wir die Art und Weise möglicher Umsetzungen zu sehr in das Machbare, Messbare und Äußerliche verlegen, nimmt uns nicht nur den Zauber, der im Leben stecken kann, sondern führt uns nur allzu oft von der eigenen Liebenswürdigkeit weg, indem wir den Strom der Liebe versiegen lassen. Aber in welchen Spiegel sollten wir sonst blicken, um uns als echt und ursprünglich zu erfahren, wenn nicht in das Erleben einer erfahrbaren Liebe und Zuneigung, damit wir erkennen, wie wir wirklich sind: Wesen, die nach einem strahlenden Licht suchen, das uns durch die Schwierigkeiten des Daseins leitet! Die Sehnsucht des Menschen nach Wahrheit und Schönheit greift Jesus von Nazareth in seinem Bild von der kostbaren Perle auf: „Auch ist es mit dem Himmelreich wie mit einem Kaufmann, der schöne Perlen suchte. Als er eine besonders wertvolle Perle fand, verkaufte er alles, was er besaß, und kaufte sie.“ (Mt 13, 45-46) Nach den Gesetzen des Marktes und dem Sicherheitsdenken von uns Menschen ist das Handeln dieses Kaufmanns nicht gerade klug. Wovon wird er in Zukunft leben, wenn er alles veräußert hat? Wird er die Perle wieder verkaufen können? Wird er dies überhaupt in Erwägung ziehen? Doch in diesem Bild wird vielmehr der innere Treffer eines Menschen beschrieben, der in sich ein wahrhaftiges, liebendes Gefühl entdeckt, das ihn jenseits kalkulierter Lebensschritte aus tiefer Freude handeln lässt. Er spürt förmlich ein Leben, auf das er fühlend zugehen, mit menschlicher Nähe an sich drücken möchte, hörend auf die Antwort durch die tobenden Winde, die ihn durch das Dasein sehend leiten soll, ohne dass irgendetwas berechnet werden könnte, sich sichtbar auszahlt.

Der Zauber der Liebe möchte das Herz des Menschen hin zu einem Strom verwandeln, um das erstarrte Lebensgefühl aus den ‚großartigen‘ Äußerlichkeiten herauszuführen, damit das Herz nicht von der Welt mit kalten Regengüsse ertränkt wird. Wie viel Geborgenheit inneren Glücks kann ein Haus, ein Auto, eine sicherer Arbeitsplatz geben? Warum also die Suche nach der kostbaren Perle, nach der Liebe, nach der inneren Schönheit immer wieder verschieben oder als aussichtslos hinten an stellen?

Nun gut, einige werden sagen, dass wir dieses ja alles nicht machen können, sondern viel mehr auf uns zukommen lassen müssten, damit alles auch echt und nichts daran gedreht ist! Das ist richtig! Aber halten wir denn Ausschau nach dem friedvollen Himmel, wo Gott für uns dasein möchte, indem er uns durch lebenswürdige Menschen zeigt, dass es ein inneres Licht gibt, das uns mit Liebe durch die Schmerzen hindurchführen möchte? Oder was geschieht, wenn wir den Zauber der Liebe bereits übersehen haben, weil unsere Ängste größer als die Unendlichkeit sind! Ist es nicht geradezu lächerlich, an was wir uns alles klammern, was wir nicht alles bedenken wollen und was wir nicht alles abwägen, und das nur, weil wir immer noch nicht begreifen, dass die Welt tatsächlich mit dem Donner des Todes und den tobenden Winden rechnen muss. Dagegen gibt es eigentlich nur ein realistisches, vernünftiges und logisches Mittel: das Öffnen der Augen für die hoffende Liebe, die Himmel und Erde so miteinander verbindet, dass sich – wie in einem Spiegel – die Horizonte zu einem Gleichgewicht inneren Glücks verschmelzen.

Eine Woche mit guten Einsichten wünscht Ihnen Udo Manshausen

Höhere Erkenntnis

Ein Beitrag zur Einsicht

Liebe Leserinnen und Leser!

Wissen Sie eigentlich, was Schwachsinn ist?

Natürlich wissen wir dies im Grunde genommen. Jedoch wird uns häufig erst hinterher klar, wo wir uns verrannt haben. Dennoch kann es geschehen, dass wir trotz Klarheit wiederum in eine ähnliche Sackgasse der Dummheit geraten. Für eine solche Vernunftslosigkeit wird es nun wiederum auch Begründungen geben, weil es ja eigentlich für alles irgendwelche Erklärungen gibt.

Vielleicht sollten Sie sich einmal an einen Erkenntnissprung heranwagen, der sich erst gar nicht mit dem Schwachsinn beschäftigen muss, sondern gleichsam das in den Blick nimmt, was wir mit höheren Erkenntnisinhalten bezeichnen. Dabei muss es sich nicht um etwas Kompliziertes handeln, sondern es geht um etwas Geistiges, das wir mit dem Wort Lebensweisheit verbinden. Jedoch werden wir nicht zu einer höheren Stufe unseres Bewusstseins aufsteigen können, wenn unser Wille auf Egozentrik oder Lebenssucht eingestellt ist. Wer nunmehr glaubt, er könne das eigene tiefere Bewusstsein außer Acht lassen, weil dies doch eher etwas für Intellektuelle oder Einsiedler sei, der irrt nicht nur gewaltig, sondern er begreift nicht, dass die Invalidität des eigenen Handelns zutiefst der eigenen Ungewissheit entstammt.

Der Dominikaner und Mystiker Meister Eckhart (1260-1327/28) beschreibt die inneren Zusammenhänge zwischen unserem Denken und unserem Handeln deutlich:

Die Erkenntnis " ist eine Fürstin und sucht Herrschaft in dem Höchsten und Lautersten und gibt es an die Seele weiter und die Seele weiter an die Natur und die Natur an alle leiblichen Sinne. Die Seele ist derart edel in ihrem Höchsten und Lautersten, dass die Meister für sie keinerlei Namen finden können. Sie nennen sie ‚Seele‘, insofern sie dem Leib das Wesen mitteilt. "

In einer solchen Weise liegt der Schlüssel zum Menschsein, das erkennt, dass unser Handeln aus unserem seelischen Zustand heraus erfolgt. Und dies ist nur allzu wahr, da wir in schlechten psychischen Momenten ahnen, dass wir an unserer Seele erkrankt sind. Wie sollte dann unser Handeln eigentlich anders als chaotisch, kaputt und zutiefst fragwürdig ausfallen, wenn wir bewusst oder unbewusst auf seelischem Zerstörungskurs sind? Also liegt es an uns, uns zu allererst um unsere seelischen Belange zu kümmern!

Die Seele braucht vor allem geistige Nahrung, die Zeitlosigkeit und Beständigkeit und Wertvolles im Blick hat. Als Erinnerung erwähne ich noch einmal die bekannten Beispiele, die uns zeigen, worauf es im Leben eigentlich nicht ankommt:

Ein Auto ist dem technischen Zeitgeist unterworfen, verrostet und kann gestohlen werden. Ein Urlaub ist am Ende vorbei, es bleiben vielleicht noch Erinnerungen, mehr oft nicht. Überhaupt ist das Materielle nicht unter die

höchsten und lautersten Güter zu zählen. Möglicherweise werden einige sagen, dass doch letztlich alles der Vergänglichkeit unterworfen ist. Doch diese irren! Die Liebe – um nur ein Element unvergänglichen Lebens zu nennen – wirkt über den Tod hinaus, da sie für die Lebenden als unvergänglich erscheint, wenn sie als tiefe Wahrheit empfunden wird. Den Menschen, den wir wirklich lieben, können wir uns nicht als ausgelöscht oder tot vorstellen, auch wenn dieser nicht mehr greifbar oder verstorben ist.

Was können wir tun, um nicht Stunde um Stunde, Tag um Tag jetzt oder irgendwann unser Leben zu beklagen, weil unser Wesen ausgebrannt und leer ist:

Wird es nicht langsam Zeit, uns wieder einmal auf die Suche nach unvergänglicher Erkenntnis zu machen? Sollten wir uns nicht um die edlen, ehrlichen und warmherzigen Dinge im Dasein kümmern und sorgen? Müssen wir unserer Seele nicht etwas bereitstellen, bei dem es sich wirklich lohnt, dass unsere Natur diese Inhalte aufgreift, um sie in ein sinnvolles und sinngabendes Handeln münden zu lassen, damit dieses wieder auf unser Herz zurückwirkt?

Aber, was in Gottes Namen sind denn Inhalte, die es verdienen, als das Höchste und Lauterste geschätzt zu werden? Wenn eine solche Frage nicht der Ausdruck unseres Widerstandes oder der eigenen Willenlosigkeit oder des Gefallens am Konsumtrip ist, sondern die Benennung einer wahren Verzweiflung und Unwissenheit, dann gibt es ein Kriterium im Erkenntnisbemühen, bei dem erkannt werden kann, ob wir unserer Seele etwas Gutes antun oder nicht.

Es wird bei unserm denkenden Handeln wesentlich darauf ankommen, dass der Himmel unser konkretes Leben annehmen und aufnehmen kann. Der *Himmel* ist das Symbol für die Weite der Welt, für das Tor zur Unendlichkeit, für das bleibende Paradiesische, der Ort für die Seelen, für den göttlichen Raum: ‚Vater unser im Himmel‘.

Mit diesem Kriterium oder Anhaltspunkt können wir sofort einen kleinen Test machen, der uns zeigt, ob wir auf dem richtigen Weg sind. Nehmen wir einmal an, unser Herz hänge an einem wunderschönen Fahrrad, für das wir uns aufopfern, viel Lebenszeit mit Pflege und Besorgnis verbringen. Wir setzen uns damit in ein Flugzeug und würden es in entsprechender Höhe in den Himmel stellen. Was glauben Sie, was dann passiert?

Schlagen wir nicht manchmal genau so hart auf dem Boden auf?

Eine Woche mit guten Einsichten wünscht Ihnen
Udo Manshausen

Ganz unten

Die Chance sich zu entwickeln

Liebe Leserinnen und Leser!

Eine Kinderseele wird vor langer Zeit berührt von einer biblischen Geschichte, die das Herz öffnet. Diese Seele befindet sich damals – vielleicht auch heute – in einer Welt, in der davon gesprochen wird, dass es böse und gute Menschen gibt und dass einige besser sind als die anderen. Im Erleben des eigenen Kleinseins geht das Kind nun eher davon aus, zwar nicht zu den schlechten Menschen zu gehören, aber zu selbstbewusst kann es auch nicht sein, weil es noch keine feste Position im Leben hat, und da gibt es außerdem einige Unklarheiten, was das eigene Verhalten betrifft. Gleichzeitig macht es die Beobachtung, dass andere Menschen gehänselt oder als böse in die Ecke gestellt werden. Langsam beginnt dieses Kind nunmehr, Angst zu entwickeln und zu befürchten, es werde möglicherweise selbst irgendwann zu den unerträglichen und verächtlichen Personen gehören. Es erfährt zudem, dass das bewährte Mittel gegen solche Furcht, nämlich sich für besser zu halten als die anderen oder die anderen kleiner zu machen, nicht hilft, und erste Versuche in diese Richtung sind bereits gescheitert.

Älter geworden, jetzt ein Jugendlicher, beeindruckt es die Haltung seines Bruders, der nach seiner ‚gescheiterten‘ Ehe nunmehr ganz hinten in einem Eckchen der Kirche hockt und dort, wie verwurzelt, dem Gottesdienst folgt. Er ist nicht zu bewegen, sich wie sonst auf einen der vorderen Plätze zu setzen.

Als Erwachsener möchte dieses Kind sodann berühmt werden. Viele versuchen ihm klar zu machen, dass dies am einfachsten gehe, wenn es sich auf Kosten der anderen als Weltheiliger, als Scheinheiliger darstellt. ‚Wie schlecht sind doch die anderen‘, lautet die innere und äußere Botschaft.

Aber kann er mit einer solchen Einstellung überhaupt noch etwas dazulernen, die Tiefen seines Seins ergründen, die eigene Schwachheit wirklich zulassen, die Mängel der eigenen Persönlichkeitsbildung begreifen, um sich wirklich auf einen realistischen Weg in Richtung innerer Harmonie machen zu können, auf dem das Unliebsame nicht verdrängt und gegen allen Verstand glorifiziert wird?

„Einigen, die von ihrer Gerechtigkeit überzeugt waren und die anderen verachteten, erzählte Jesus dieses Beispiel: Zwei Männer gingen zum Tempel hinauf, um zu beten; der eine war ein Pharisäer, der andere war ein Zöllner. Der Pharisäer stellte sich hin und sprach leise dieses Gebet: Gott, ich danke dir, dass ich nicht wie die anderen Menschen bin, die Räuber, Betrüger, Ehebrecher oder auch wie dieser Zöllner dort. Ich faste zweimal die Woche und gebe den zehnten Teil meines ganzen Einkommens. Der Zöllner aber blieb ganz hinten stehen und wagte nicht einmal seine Augen zum Himmel zu erheben, sondern schlug sich an die Brust und betete: Gott sei mir armen Sünder gnädig! Ich sage euch: Dieser kehrte als Gerechter nach Hause zurück, der andere nicht. Denn wer sich selbst erhöht, wird erniedrigt, wer sich selbst erniedrigt wird erhöht werden.“ (Lk 18,9-14)

Das darin enthaltene psychologische Prinzip seelischer Reifung gehört zu den Grundwahrheiten der Menschheit. Was kann ich denn eigentlich noch

annehmen an Rat, an Einsicht, an Weisheit, an menschlicher Wärme, wenn ich mich ganz oben fühle oder trotzig glaube, gegenüber der ganzen Welt im Recht zu sein?

Wann fordern wir vertraute und glaubwürdige Menschen dazu auf, indem wir zu ihnen sagen: Komm, geh vorsichtig mit mir um und zeige mir, wie ich ganz, gesund und heil werden kann? Weise mich liebevoll darauf hin, wo du glaubst, dass ich in die falsche Richtung eile!

Wann geben wir uns endlich den heilsamen Ruck und räumen ein, dass wir eigentlich nicht voller Selbstbewusstsein und Stärke da oben stehen, sondern uns in unserem Innern in Teilen oder grundsätzlich wirklich manchmal oft ganz unten fühlen?

Denken Sie einmal darüber nach, in welchen Situationen Sie am meisten Tiefgreifendes für sich selbst, für Ihre Seele gelernt haben, als stolze Königin, als gefeierter Ritter oder vielmehr als Mensch in dem Bewusstsein, Wesentliches im Leben noch nicht begriffen zu haben?

Ja, wir brauchen die Gewissheit eines ‚ganz unten‘, den abgewandten Blick von der eigenen trotzig Selbstherrlichkeit, vom bösen Anderen oder von den angebeteten machbaren Dingen. Liegt es nicht deutlich auf der Hand, dass wir aus der Position des Oben kaum etwas aufnehmen und empfangen können? Sollten wir unser Niedrigsein nicht selbst einleiten, bevor es andere tun und uns das Leben derartig in eine Ecke drängt, dass wir nur noch um uns schlagen können und das innere Chaos auf andere übertragen müssen? Und dies wirkt dann doch wieder alles auf uns selbst zurück und mündet in ein unheilvolles ‚ganz unten‘!

Der erste Schritt zu einem neuen Aufbruch besteht darin, eher nicht daran zu glauben, dass es im Grunde schlechte Menschen gibt, sondern vielmehr zu erkennen, dass sie im Moment keine andere Möglichkeit haben, sich anders zu verhalten. Eine solche Einstellung könnte uns auch helfen, uns nicht gegenseitig zu verdammen oder uns selbst für ein Verhalten zu bestrafen, von dem wir glauben, dass es uns zu einem schlechten Menschen macht.

Neben der Einübung eines solchen Denkens benötigen wir alle dringend das aktive Handeln, uns innerlich und gegenüber den anderen ganz unten hinzustellen. Dabei geht es in erster Linie darum, die eigene Sorge richtig zu bewerten, dass dadurch womöglich die anderen eine größere Chance erhalten, sich über uns zu stellen. Bei genauer Betrachtung sind wir mit dieser Gedankenschleife noch nicht unten angelangt! Also müssen wir noch einen Schritt weitergehen, um wirklich die Voraussetzung zu schaffen, ganz Mensch zu werden, indem wir uns der liebevollen Zuwendung in Schwachheit öffnen, um somit innere Stärke zu entwickeln, um in einem heilvollen Unten bleiben zu können.

Eine Woche mit guten Einsichten wünscht Ihnen
Udo Manshausen

Die Konsequenz der Zeit

Liebe Leserinnen und Leser!

Bei genauer Betrachtung nehmen Sie sich gerade Zeit, diese Meditation zu lesen. Vielleicht sollten Sie Ihre Zeit anders nutzen. Wir sind ja ständig in der Überlegung, unsere Zeit einzuteilen, und fast kein Tag vergeht, ohne dass nicht ein Mangel an Zeit oder Gelegenheit beklagt wird.

Bedenken wir einmal die 13. Kalenderwoche im Jahre 2000 und schauen uns einmal den Montag in jener Woche an. Möglicherweise können wir uns an die Ereignisse dieses Tages nicht mehr erinnern und selbst wenn wir es könnten, so wäre auch dieser Tag ein bereits vergangener. Und innerhalb eines solchen Nachdenkens befinden wir uns, ausgehend von diesem vergangenen Montag, in der Zukunft dieses Tages und somit eigentlich in der Gegenwart, die das Vergangene reflektieren und die neue Zukunft in den Blick nehmen kann. Dabei ist es gar nicht so einfach, das Gegenwärtige wirklich zu leben, weil wir ständig in der Gefahr stehen, mehr in den Erinnerungen oder in den zukünftigen Träumen zu leben. Dabei ist es eine der größten Illusionen, dass wir glauben, wir könnten morgen das leben, was im Heute nicht mehr unterzubringen war. Nun mögen die Einwände ans Tageslicht treten, die uns aufzeigen, wie etwas geplant und dann tatsächlich in der Zukunft, die ja jetzt wieder Vergangenheit ist, umgesetzt wurde. Wer sollte einer solchen Dialektik widersprechen wollen?

Aber wie sieht es mit den nicht messbaren Geschehnissen in unserem Leben aus? Wie oft wird wirklich Menschliches nach hinten verschoben, weil die geplante Zukunft bis ins Letzte vollzogen werden muss? Natürlich gibt es unabdingbare Notwendigkeiten, die dann tatsächlich keinen Platz mehr für menschliche Nähe, für ein Gespräch des Herzens und für eine stille Umarmung zulassen, einmal ganz davon abgesehen, dass wir unsere Verpflichtungen grundsätzlich auch einmal hinterfragen könnten. So schaffen wir es nur selten, uns zu lösen, wenn auch nur für Augenblicke, von unserem Zwang, Dinge zu erledigen, was dazu führen kann, dass wir irgendwann selbst erledigt sein werden: ausgedient, seelisch verarmt und krank, einsam.

So hart und grausam kann die Zeit mit uns umgehen! Selbstverständlich sind wir es natürlich selbst, die mit der Zeit so umgehen. Jedoch zeitweise kann man den Eindruck gewinnen, die Zeit sei eine Art Person oder Gottheit, weil sie derartig beachtet und ins Spiel des Lebens eingebracht wird.

Leben wir nicht manchmal eher im Zeitdruck eines 100 Meterläufers, indem wir in möglichst schneller Zeit einen nur kurzen Weg hinter uns bringen wollen, um zum Olympiasieg des Lebens zu gelangen? Und danach?

Wenn es uns doch gelänge, wenigstens von Zeit zu Zeit diesen negativen Erscheinungen der Zeit entfliehen zu können! Gewiss werden wir als körperliche Wesen letztlich immer in den Bedingungen von Raum und Zeit leben müssen. Aber haben wir die Dimensionen der Zeit und damit des Lebens denn schon hinreichend erfasst?

Wenn wir im Schlaf träumen oder uns meditierend ganz ungestört in uns selbst zurückziehen, dann kann es sein, dass wir uns einbilden etwas zu hören, obwohl kein Laut von außen an unser Ohr herandrängt, oder etwas zu sehen, obwohl unsere Augen verschlossen sind. Das bedeutet, wir können ohne Zeitdruck und ohne Leistungsanliegen etwas wahrnehmen, das in unserem Leben wahrhaftig und möglicherweise bedeutend ist. Damit soll an dieser Stelle nicht das Thema Traumdeutung oder der Bereich der Visionen im Leben des Menschen angesprochen sein, sondern vielmehr eine Tiefendimension des Menschen betont werden, die der heutige Zeitgeist weithin zerstört hat, weil wir zunächst immer erst etwas erledigen müssen, bis wir uns um unser Inneres und Zwischenmenschliches kümmern können oder dürfen.

Ich möchte Sie dazu auffordern, sich auf den Weg zu machen, ‚Kundschafter für die eigene Existenztiefe‘ zu werden. Der Begriff ‚Kundschafter der Existenztiefe‘ stammt von dem Theologen Karl Rahner (1904-1984), der Zeit seines Lebens die göttliche Tiefendimension des Lebens beschrieben hat.

Aber wie können wir zu solchen Kundschaftern werden?

Zunächst einmal sollten wir damit beginnen, uns den sinnvollen und wirklich tragenden Werten des Lebens zuzuwenden: der Liebe zu einem Menschen, der Ehrlichkeit im Sinne der Verlässlichkeit, dem Einsatz für andere Menschen ...

Mit diesen genannten Dimensionen des Lebens ist ein Einstieg in eine Lebenstiefe garantiert!

Darüber hinaus wird es wichtig sein, auf die eigenen Gefühle zu achten, jedoch nicht nur im Sinne einer Intuition, wenn es um Entscheidungen geht, sondern im Hinblick auf das Gespür für das lebendige Innere eines jeden Menschen.

Die wirkliche Weite des Lebens kann zudem erst wahrhaft in den Blick genommen werden, wenn wir die religiöse Sphäre des Lebens als zeitloses Element in die Gegenwart hineinnehmen. Was wäre die Seele des Menschen ohne das Denken an das Göttliche der Ewigkeit?

Die Zeit

verloren, gegangen in jedem Augenblick,
verpasste Augenblicke im Verweilen an der Oberfläche,
versäumt, das Leben mit Liebe zu füllen.

Mit der Zeit gehen – anhalten im Göttlichen,
die Ewigkeit im Nun erspüren,
endliche Zeitlosigkeit.

Leiden an der Vergänglichkeit,
im Wunsch nach Stillstand des Schönen trauern,
sich hingeben als Loslassen der Zeit.

(Udo Manshausen)

Eine Woche mit guten Einsichten wünscht Ihnen
Udo Manshausen

Autodidakten der Sinnstiftung

„Miß dich nicht an dir selbst, sondern schließe dich an einen anderen an!“

Liebe Leserinnen und Leser!

Zwischen den beiden Aspekten der Überschrift zu dieser Meditation liegen gute 1600 Jahre. Der Autor Reinhard Mohr beschreibt in seinem Spiegelartikel (13/2001) eine neue heranwachsende Schicht, die sich auf das Ausgeben von Geld konzentriert, wobei der Luxus mit einer alternativen Bescheidenheit, oft auch geistiger Flachheit oder Widersprüchlichkeit einhergeht. Für ihn sind diese Personen ‚Autodidakten der Sinnstiftung‘, ‚Schwerstarbeiter am Lebensglück‘, die Power-Working und Extreme-Relaxing miteinander verbinden.

Von ganz anderer Haltung ist der Ausspruch des Wüstenvaters Pöimen (+ 450), der zwar auch den Blick für eine gemeinsame Ausrichtung oder eine Orientierung auf andere in den Mittelpunkt stellt, jedoch mit Luxus überhaupt nichts im Sinn hat. Für ihn steht das geistige und geistliche Leben im Vordergrund, das es nicht zu kaufen gibt, und das somit für jeden ‚Normaldenkenden‘ zur Verfügung steht.

Gerade hatte ich den Satz des Altvaters Pöimen auf einem meiner letzten Seminare zitiert, da kam auch schon der vehemente Protest einer jungen Dame, die sich mit dem Maßstab des Mönchs nicht anfreunden konnte. Sie glaubte, ‚sie müsse ihr eigener Maßstab sein, denn wer außer ihr selbst könne schon feststellen, dass sie sich tatsächlich weiterentwickelt habe, und außerdem müsse sie doch selbst die Richtung ihrer Persönlichkeitsentwicklung bestimmen, sich selbst die Ziele vorgeben und sich nicht von einem anderen etwas vorschreiben lassen‘. – Ganz spontan hatte sie den Satz folgendermaßen verstanden: Miß dich nicht an dir selbst, sondern lass dich von einem andern bemessen oder beurteilen.

Wonach richten Sie Ihr Leben aus?

Eine kleine Bestandsaufnahme wäre ganz sinnvoll!

Welche Menschen können Ihnen eine Orientierung geben, Menschen, die Sie von der Oberfläche weg in Ihre seelische Tiefe führen und Ihnen dabei Maßstab sein können?

Findet man solche Personen auf After-Work-Parties, auf der Sonnenbank oder im Fitnessclub?

Wollen Sie sich überhaupt Menschen anschließen, für die der Profit und die Glorie von Happyness nicht das Entscheidende sind?

Vielleicht ist es keine Frage des Wollens, sondern viel eher ein Problem des Zeitpunktes. Müssen wir immer solange warten, bis wir unser seelisches Empfinden stark ruiniert und uns bis an den Rand der Verzweiflung gebracht haben?

Natürlich ist es außerordentlich schwer, am eigenen Leben etwas zu korrigieren, wenn es uns blendend geht. Aber wie stellen wir eigentlich fest, dass es uns hervorragend geht?

Aber auch den Menschen, die glauben, dass es ihnen nicht so gut geht, fällt es oft schwer, sich nach anderen auszurichten.

Ich glaube, da ist etwas in unserer Psyche, das es nicht so gut zulassen kann, wenn wir kritisiert werden oder unsere gebastelte Identität auseinander zu brechen droht. Der Psychoanalytiker C.G. Jung gibt dieser Widerstandskraft den Namen ‚Wächter-Ego‘. Gregory Meyers beschreibt in seinem Buch ‚Weisheit aus der Wüste‘ dieses Phänomen ausführlich. Ich gebe es hier zusammenfassend wieder:

„Das Wächter-Ego sorgt für die Gefühle von Unabhängigkeit und Selbstvertrauen. Es macht uns glauben, dass wir uns von allen und allem unterscheiden. Darüber hinaus vermittelt es das Bewusstsein von einem 'wohl'-definierten Ich. Alles, was nicht in dieses festgelegte Selbstbildnis passt, wird abgelehnt und weggedrängt, um uns unverletzlich zu machen. Mit Hilfe des Verstandes beurteilen wir alles und jeden als Freund oder Feind.

Manche unliebsamen Gefühle und Eigenschaften, die sich immer wieder hartnäckig hervortun, können zur Bedrohung unseres Selbst heranwachsen. Dem Wächter-Ego gelingt es nicht, die widersprüchlichen und widerstreitenden inneren Elemente zu integrieren.“

Sollten diese psychoanalytischen Aspekte zutreffen, dann ist es keine Frage von Ideologie oder Geschmack, sich einem anderen anzuschließen. Es ist offenbar nicht nur wichtig, Klarheit über uns selbst bekommen, sondern wir brauchen menschliche Unterstützung, um uns aus der Gefahrenzone tödlicher Selbstvermessenhaftigkeit befreien zu können.

An dieser Stelle möchte ich betonen, dass es bei diesen Überlegungen nicht um die Kritik am Lebensstil als solchen geht. Wir brauchen für unser Leben dringend einen anderen Überblick, eine Sicht, die über die sichtbare Welt hinausreicht, damit die unsichtbare Seele Beachtung finden kann.

Der Dominikaner und Mystiker Meister Eckhart (1260-1327) schreibt dazu:

„Nun spricht ein Meister, dass kein Mensch so töricht sei, dass er nicht nach Weisheit verlange. Warum dann werden wir nicht weise? Da gehört eben viel dazu! Die schwierigste Sache ist die, dass der Mensch hindurchgehen und hinübergehen muss über alle Dinge und die Ursache aller Dinge, und dies bringt dem Menschen Verdruss. Wenn ich ein reicher Mensch bin, bin ich deshalb noch nicht weise.“

Wenn wir bloße Autodidakten der Selbstfindung bleiben, dann kann es leicht geschehen, dass wir alles dransetzen, um dem eigenen Verdruss zu entgehen. Dabei ist diese Trübsal doch das entscheidende Startsignal auf dem Weg zur Weisheit des Lebens mit eben dieser Aufgabe: sich von sich selbst zu lösen, damit andere sich uns anschließen können, um den Raum innerer und geistiger Freiheit zu spüren, der zu inniger Gemeinsamkeit befreit.

Eine Woche mit guten Einsichten wünscht Ihnen
Udo Manshausen

Eine Rose im Winter Illusionen?

Liebe Leserinnen und Leser?

Bei genauer Betrachtung müssen wir feststellen, dass wir viel weniger sehen, als wir glauben. Damit ist nicht nur gemeint, dass wir Dinge übersehen, sondern dass wir das meiste sowie das Entscheidende in unserem Leben eigentlich nur inwendig verstehen und somit im wahrsten Sinne des Wortes nicht körperlich sehen. Denken Sie einmal darüber nach!

Schwerwiegende Gedanken tauchen in uns auf, wir stellen uns gerade unsere Einsamkeit, unser Nichtgeliebtsein, den beruflichen Misserfolg oder sogar in diesem Augenblick unser Sterben vor. Doch nichts von diesem Eingebledeten ist wirklich körperlich sichtbar. Es kann sein, dass wir uns während solcher Gedankengänge gerade unter der Dusche befinden, bei einer Autofahrt, mitten in einer Besprechung oder in einem Supermarkt anwesend sind. Und somit müssen wir uns fragen: Wie real sind denn unsere gedanklichen Vorstellungen? Gibt es vielleicht doch in Wirklichkeit mehr Unsichtbares, wovon wir noch glauben, es existiere gar nicht?

Vielleicht sollten wir einmal darüber nachdenken, dass uns die sichtbare Welt nicht das Entscheidende für unser Leben vermittelt, sondern vielmehr die geistig innen liegende Sphäre des Seelischen, da diese uns ständig gegenwärtig ist und unser Lebensgefühl aktuell bestimmt, jederzeit und allerorts. Das Auge unserer Seele kann Dinge sehen und uns gegenwärtig machen, so als wären Gegebenheiten wirklich da, obwohl sie körperlich eigentlich nicht sichtbar sind.

In der Bejahung und Einsicht solcher Lebenswirklichkeit kann es jedoch zu einem fatalen Fehler kommen, nämlich, wenn ich im vollen Besitz meines Selbstbewusstseins glaube, ich müsse lediglich meinen inneren Gefühlen und meiner eigenen inwendigen Sichtweise folgen, und schon sei ich auf der sicheren Seite der Existenz, oder müsse meine Seelenlage nicht kritisch überprüfen und hinterfragen, ob ich damit vielleicht einer geistigen Illusion von Autonomie nachgehe? Aber woran sollte ich mein Leben spiegeln können, so dass ich ‚Wahrheiten‘ erkennen kann?

Der Dominikaner und Mystiker Meister Eckhart (1260-1327) gibt diese Schwierigkeit des Sehens in die folgende Überlegung hinein:

„Man stellt die Frage, wo das Sein des Bildes allereigentlichst sei: im Spiegel oder in dem, von dem es ausgeht. Es ist eigentlicher in dem, von dem es ausgeht. Das Bild ist in mir, von mir, zu mir. Solange der Spiegel meinem Antlitz gegenüber unverändert steht, so lange ist mein Bild darin; fiele der Spiegel, dann verginge das Bild.“

Na klar, wie sollte es auch anders sein! Ich bin mir selbst der Nächste und kann mich inwendig am besten sehen. Wer wollte dieses bestreiten! Aber um mich wirklich wahrzunehmen, muss ich mich gleichsam wie von außen durch

einen Spiegel betrachten. Aber was passiert, wenn dieser Spiegel wiederum nur mein eigener ist und ich nur das wahrnehme, was ich immer schon glaube zu sein, sozusagen in Verdoppelung meiner selbst.

Und was geschieht, wenn sich plötzlich jemand vor diesen Spiegel stellt und mich auf eine andere Weise hinterfragt? Der Kampf um Freigabe des egozentrischen Bildes beginnt. Möglicherweise wird dabei vieles zerstört, um ein geschaffenes Bild aufrechtzuerhalten.

Was ereignet sich weiterhin, wenn der Spiegel wie von selbst umkippt? Es kann eine Art Schock entstehen, der uns in erster Linie davor bewahren möchte, diese gedankliche Wirklichkeit ebenso wenig als real zu nehmen, wie unser erdachtes Eigenbild vom Dasein.

Ja, das Bild von der Rose im Winter – auch ein Gedankenbild von Meister Eckhart – ist bei genauer Betrachtung eine Wirklichkeit, die uns hinausführen könnte aus der Illusion unseres armseligen Lebens, das sich vornehmlich doch nur durch körperliche Seinsweisen aufgebläht hat, um unaufhaltsam machtvoll, ja, auch zerstörerisch nach außen zu wirken.

Aber ist die Imagination einer Rose im Winter nicht gleichsam ihrerseits das Paradebeispiel für eine gelungene Illusion, die entlarvt werden muss? Die Rose steht für die Liebe mit ihrem dornigen Weg. Der Winter trägt das Erkalten in sich, das Stocken des Atems und das Erfrieren unsere Gedanken angesichts menschlicher Kälte sowie das Unzeitgemäße in Bezug auf die Rose. Möglicherweise ist es viel eher die Illusion zu glauben, es gäbe nur die wärmende Liebe im Leben oder als sei die Kälte das Vorherrschende im Dasein.

Wenn wir unser Inneres einmal genau betrachten, unsere Gefühle wirklich ernst nehmen, jenseits der Gefühlsintensitäten unserer Egotrips, dann kann es sein, dass wir alle von einer Rose im Winter träumen, die uns befreit, unsere Sichtweise erhellt und uns Glückliches für unsere Seele erhoffen lässt. Der Theologe Eugen Drewermann trifft den Nerv eines Jeden, wenn er von „der Sehnsucht nach wenigstens einem Menschen, in dessen Gegenwart das Leben sich aufhellt und weit wird“, spricht.

Haben wir jedoch die Ausdauer, um nach einem solchen Menschen zu suchen? Ist es uns etwas wert, uns derartig anrühren zu lassen? Fragen wir uns weiter, ob die Vorstellung von der Rose im Winter nicht zu einem entscheidenden Symbol werden könnte, uns heilvoll den Bildern des eigenen Innern zuzuwenden, indem wir uns nicht nur auf uns selbst verlassen, sondern uns spiegeln im Gefühl der echten Liebe zu einem Menschen?

Ob wir bei einem solchen Vorhaben ohne Gott auskommen, der uns vertrauensvoll stützt und uns den Sinn für unser Dasein bereithält, ist nicht nur eine Frage materieller Logik, sondern vielmehr eine Frage des Loslassens von eigenen Illusionen.

Eine Woche mit guten Einsichten wünscht Ihnen

Udo Manshausen

Herzensstärke

Das Wichtigste im Leben

Liebe Leserinnen und Leser!

Plötzlich riss der Kontakt ab.

So richtig erklären, konnte dieses niemand.

Oder wurden die bindenden Bänder bewusst durchschnitten? Wer vermag das schon zu beurteilen?

Es ging etwas Wichtiges, etwas Wertvolles verloren! Vielleicht handelt es sich bei einer solchen Einschätzung lediglich um etwas Illusionäres, was es einfach zu entlarven gilt. Und im Letzten ist doch alles zu ersetzen!

Vor einigen Tagen berichtete jemand, dass er seit dem Tod seiner Frau nur noch versucht, die Zeit totzuschlagen. –

Sie verabschiedete sich mit einer stimmenlosen Mail von einem sich mit Liebe nähernden Menschen. -

Vor ganz kurzer Zeit, nach einer Frühgeburt, zerplatzte das Gefühl von inniger Gemeinsamkeit mit einem Menschen. -

Wissen Sie noch, wie viele Menschen Sie schon mit den Worten getröstet haben, ‚Es wird schon weitergehen!‘ Natürlich - und es ist weitergegangen. Jedoch so wird der eigentliche Schmerzpunkt kaum gewürdigt.

Glauben wir wirklich noch daran, dass sich in unserem Leben etwas ereignen kann, von dem wir zutiefst überzeugt sind, dass wir eigens für ein solches unverwechselbares Erlebnis hier auf Erden gewesen sind?

Konzentrieren wir uns kurz darauf, was bisher in unserem Leben von einzigartiger Bedeutung gewesen ist, auf das Allerwichtigste, ganz gleich, ob wir es noch in Händen halten oder schon verloren haben.

Nun werden einige einwenden, dass sich die bedeutsamen Dinge in ihrer Bewertung im Laufe der Zeit verändert haben. Aber ist dies wirklich so? Selbstverständlich sind Täuschungen möglich, aber für das erfahrene Wichtigste im Leben – gilt das eigentlich nicht. Denn es haftet an unserem Herzen, wo es uns entweder stärkt oder schwächt.

Nach einigen Wochen des Miteinander-Schweigens habe ich den Dialog mit Thomas Merton (1915 - 1968) wieder aufgenommen. Er spricht weiter durch Raum und Zeit hindurch mit Hilfe seiner Bücher und seiner geistvollen Gedanken. Von ihm können wir lernen, die Wirklichkeit besser anzunehmen, wie sie ist: "Die echte Wüste ist dies: die wirklichen Grenzen der eigenen Existenz und des eigenen Wissens zu erkennen und sie weder zu verändern noch zu verstecken versuchen. Sie nicht mit Möglichkeiten zu verbrämen."

Angesichts der Grenzen werden uns die bedeutenden Ereignisse in unserem Dasein sichtbar. Und fast immer haben diese etwas mit Begegnung zu tun. Aber dürfen Menschen eine derartige Bedeutung in unserem Leben einnehmen, dass wir alles dransetzen, um zu spüren, zu erleben, zu hoffen, zu genießen? Und was machen wir, wenn alles zu Ende geht oder gegangen ist?

Wir sollten unser Herz stark machen, indem wir die bedeutenden Widerfahrnisse in unserem Leben aus der engen Kleinsicht herausführen und unsere Grenzen am gesamten Lebenssinn spiegeln. Hierin liegt die Chance, den eigenen Willen zu befrieden, der oft nur dort weitermachen möchte, wo das schöne und verheißungsvolle Endliche liegt.

Worin liegt aber der Sinn des ganzen Lebens, wenn wir immer wieder das verlieren, was uns ans Herz gewachsen ist? Wie kann unsere Seele stark werden, damit Sie nicht an den Ängsten und schmerzvollen Sehnsüchten zerbricht? Wie kann das erfahrene Wichtige in der Tiefe des Lebens bewahrt werden, ohne das Leben jetzt schon wie aussichtslos beenden zu müssen? Wird es darauf erlösende Antworten geben?

Ja, wenn es uns gelänge, Kontakt mit unserer unendlichen Sehnsucht nach Liebe und Geborgenheit so aufzunehmen, als lägen diese in Gottes Händen oder doch zumindest in der Regie einer überirdischen Macht, und könnten wir über uns hinauswachsen, dann läge die eigentliche Stärke im Vertrauen auf ein letztlich sinnerfüllendes Lebensprinzip, das uns jetzt und in Ewigkeit auffangen wird.

Und dennoch dringen immer wieder die Stimmen an unser Ohr: ‚Ich möchte nicht getröstet werden! Jetzt möchte ich glücklich sein und nicht später! Jetzt möchte ich von meinen Ängsten befreit sein! Ich weiß doch, wo mein Glück liegt! – Aber ändern diese fast schon trotzig oder verzweifelten Laute irgendetwas an dem aktuellen Leid? – Wird uns angesichts solcher Aussichtslosigkeiten nicht vielmehr wieder einmal die schon oft erwähnte Verwiesenheit des Lebens deutlich?

Ja, es ist lächerlich zu behaupten, dass wir das Leben im Griff haben.

Es ist ratsam sich Zeit nehmen, um sich einzufühlen in die Kontaktaufnahme mit Gott und Gefühle und Gedanken hinauszuführen in die Weite:

Gott,

der Du die Unendlichkeit als Einheit zusammenhältst,

wir trauen unserem Leben nicht mehr,

da unser Herz mit Angst und Sinnlosigkeit erfüllt ist.

Wir hängen an unseren Werten, an den Menschen,

die Du uns mit auf den Weg gegeben hast.

Schenke uns eine Antwort, die uns wieder durchatmen lässt:

‚Das Wichtigste ist der Frieden in unserem Innern,

das Gefühl von Zuversicht, die unsere Seele trägt.

Diese kommen nicht von außen, sondern von innen.

Geht hinein in die Stille des Herzens,

spürt die Dunkelheit auf und wartet,

für Augenblicke, für Stunden, für Tage – jenseits der Zeit.‘

Du, Gott, stärke unser Herz, wo wir nicht mehr können,

zeige uns den Weg, wo wir Handeln sollen.

Eine Woche mit guten Einsichten wünscht Ihnen

Udo Manshausen

Die Zukunft erinnern

Ich vergesse dich nicht

Liebe Leserinnen und Leser!

Wenn wir auf Menschen treffen, die allzu sehr in Erinnerungen schwelgen oder die Schrecklichkeit der Vergangenheit aufleben lassen, dann kann das die Kommunikation oder das eigene Lebensgefühl schon belasten. Dabei sollten wir allerdings nicht vergessen, dass das Erinnern einer der wesentlichen Lebensfaktoren ist, aus dem sich heraus die Zukunft gestaltet: ohne das erinnernde Denken gibt es strenggenommen nichts gestaltetes Zukünftiges, es sei denn, man würde annehmen, dass alles vorherbestimmt sei.

Der griechische Kirchenvater und Rhetor Gregor von Nyssa (331-394) beschreibt in seiner Schrift, *Seele und Auferstehung* sehr prägnant, wie es sich mit der Erinnerung verhält. Er bemerkt, dass sich die Seele nicht gleichmäßig nach vorne bewegt, sondern der Antrieb des Willens kann ebenso rückwärts orientiert sein:

„denn die *Hoffnung* leitet die Bewegung von vorne, *Erinnerung* aber folgt der zur Hoffnung vorwärtsschreitenden Bewegung. Und zwar, wenn die Hoffnung die Seele zu dem von Natur Schönen führt, prägt die Willensbewegung der Erinnerung eine heitere Spur ein; hat sie aber das Gute verfehlt, weil die Hoffnung die Seele durch ein Trugbild von Schönheit täuschte, so wird die hierauf folgende Erinnerung zur Scham, und so entsteht in der Seele jener innere Krieg, wo die Erinnerung mit der Hoffnung streitet, dass sie den Willen mißleitet habe.“

Vielleicht folgen Sie wiederholt dem Rhythmus dieser Sprache und den Gedanken an das Vergangene. Es lohnt sich!

Nun mag man vortrefflich darüber streiten, was denn den größeren Schmerz auslöse, das vergangene Schöne oder das erlebte Schreckliche! Auf jeden Fall steht eines fest: Wir können dem Erinnern nicht entweichen, es sei denn, wir würden das Erlebte verdrängt oder wirklich vergessen haben. Und manchmal ist einem das Geschehene viel später noch so präsent, so real, als sei es nie vergangen oder vergangen worden.

Aber was macht das Entscheidende des Einprägens, des Sich-Entsinnens wohl aus, wenn es nicht nur um die Möglichkeit geht, dass der Mensch durch die Wirkweise des Gedächtnisses dazulernen und sich entwickeln kann?

Der Mönch und Theologe Johannes von Damaskus (650-750) bringt uns bei diesen Überlegungen auf eine interessante Spur:

„Das Gedächtnis ist Grund und Vorratskammer des Gedenkens und der Wieder-Erinnerung; denn die Erinnerung ist eine von einer wirklich stattgehabten Empfindung und Erwägung zurückgelassene Vorstellung oder die Aufbewahrung einer Empfindung und Erwägung. Denn die Seele bemerkt oder empfindet das Empfindbare durch die Sinneswerkzeuge, und es entsteht eine Wahrnehmung ..., das Denkbare durch den Geist,

und es entsteht ein Gedanke; wenn sie also die Bilder dessen, was sie wahrnahm und dachte, bewahrt, so heißt man das: sich erinnern.“

Eigentlich kann man dieser Beschreibung vorbehaltlos zustimmen, weil sie nicht nur genau, sondern ebenfalls wie selbstverständlich klingt. Aber halten wir einen Moment inne und versuchen wir uns in die Absicht des Autors zu versetzen, der mit seinen Gedanken bestimmt einen Akzent setzen möchte. Die geistige Betonung wird mit dem Begriff ‚Bewahren‘ ausgedrückt. Wir möchten nicht, dass unser Leben und unsere Eindrücke an uns vorbeirauschen, sondern wir hoffen auf Kontinuität unserer Erfahrungen und Sinnerlebnisse. Wir fürchten nichts so sehr, wie unser Leben auf Treibsand gesetzt zu haben oder dass unsere Lebenszeit nichts Bleibendes oder Bewahrendes hinterlässt.

Und was wollen wir auf keinen Fall verlieren? – Uns selbst!

Von daher können wir unsere Reaktionsweise angesichts der Trennung von Partner(in) oder Freund(in) sowie im Bewusstsein des Todes fast schon als einen Urreflex bezeichnen, wenn wir entgegen oder traurig anmerken, dass wir womöglich schnell vergessen sein werden, zumindest schmerzlich bezogen auf diejenigen, die wir geliebt haben. Wir möchten in der Zukunft erinnert sein, auch wenn wir erkennen, dass dies logisch nicht viel Sinn macht.

Diese Ursehnsucht des Menschen ist in der beeindruckenden Szene festgehalten, die die Menschheit bis in die heutige Zeit bewegt und anrührt: Drei Männer werden am Kreuz hingerichtet. Einer sagt: „Jesus, denk an mich, wenn du in dein Reich kommst. Jesus antwortete ihm: Amen ich sage Dir: Heute noch wirst du mit mir im Paradies sein.“ (Lukasevangelium 23, 42-43)

Tief in unserer Seele wird es uns immer paradiesisch anmuten, nicht vergessen zu sein, einen Sinn und ein Erleben im bewahrenden Gedächtnis der Menschen, aber auch bei Gott hinterlassen zu haben.

Jetzt, wo wir einmal mehr um die zu überwindende Vergessenheit wissen, sollten wir dann nicht in der nächsten Zeit aufstehen und in Begegnungen die menschliche Sehnsucht stillen, indem wir bewahrend sagen: ‚Ich vergesse Dich nicht! Ich werde mich gerne an Dich erinnern!‘

Eine Woche mit bewahrenden Einsichten wünscht Ihnen
Udo Manshausen

Die unsichtbare Welt

Bitte denken Sie nach!

Liebe Leserinnen und Leser!

Wenn wir wirklich einmal nachdenken, dann sollten wir zur Besinnung kommen!

Wir kreieren und erschaffen Dinge und übersehen, dass wir im Letzten nicht die Ursache des Lebens sind. Ja, nicht einmal unsere Eltern und deren Eltern sind dieses, denn wir finden zu jeder Zeit das Fundament vor, was Generationen immer schon vorgefunden haben, bis hin zum ersten Geschöpf. Ist es überhaupt wichtig sich Gedanken darüber zu machen? Ist es nicht so wie es ist und nicht anders?

Ich denke, es ist schon von elementarer Wichtigkeit, der Realität ins Auge zu schauen, damit wir nicht nur vor Irrtümern bewahrt bleiben, sondern es kann geradezu hilfreich sein, unsere Denkgewohnheiten zu ändern, damit wir nicht in die geistige Dunkelheit hineingeraten.

Achten Sie also im Folgenden genau auf die Gedankengänge, inwieweit diese Ihnen gewohnt erscheinen oder nicht und nehmen Sie besonders wahr, wie Sie nach dem Ungewohnten gleich wieder zu den rettenden und dumpfen Gedankengängen zurückeilen, damit Ihre geistige Behaglichkeit bis hin zur Illusion weiter aufrechterhalten werden kann.

Der Bischof Basilius von Caesarea (330-379) gibt uns einen weiteren Einstieg in unsere Thematik, wenn er schreibt: „Denn wahrscheinlich existierte vor dieser Welt Etwas, was wohl unserem Verstande einleuchtet, aber in der Erzählung übergangen ist, weil es für Diejenigen, welche unterrichtet wurden und noch Kinder waren, nicht paßte. Es gab einen Zustand, der älter ist als die Schöpfung dieser Welt und den überirdischen Mächten entsprechend, ohne Zeit, ohne Anfang, ohne Ende.“

„Ferner heißt auch Anfang, woraus etwas entsteht, sofern ein Anderes in ihm erhalten ist, wie beim Hause das Fundament, beim Schiffe der Kiel ...“

Entweder sind wir immer noch kindisch oder es passt uns nicht in den Kram, wenn wir über das unsichtbare Fundament unseres Daseins die Gedanken erheben sollen. Dabei sind solche Überlegungen nicht nur Anstrengungen intellektueller Redlichkeit, sondern für unser seelisches Überleben von Bedeutung. Somit ist es unsere Aufgabe, die Dinge im Leben aufzuspüren, die wie das Fundament eines Hauses oder der Kiel eines Schiffes in unserem Leben grundlegend enthalten sind.

Also noch einmal: Wofür sind solche Gedankengänge überhaupt wichtig? Der Zahn der Zeit sowie die Abläufe der Schöpfung schreiten unaufhaltsam voran. Es ist doch alles klar, wie es ist!

Ich glaube, diese tieferliegenden Gedanken können einen Beitrag zu unserer seelischen Gesundheit leisten. Wir befinden uns doch im ständigen Hin und Her zwischen einem depressiven Fatalismus, ‚was kann ich schon bewegen, es ist doch alles vergänglich‘ und einem Allmachtswahn menschlicher Omnipotenz ‚Man muss es nur wirklich wollen, dann klappt das alles schon. We are the champions!‘

Verblüffend kann bei eingehender Betrachtungsweise der Gedankengang des Dominikaners und Mystikers Meister Eckhart anmuten, der die Menschen auf den Boden der Tatsachen zurückführt, indem er ihnen und uns auf prägnante Weise die Augen öffnet. Er schreibt über das Bild, was im Auge empfangen wird:

„Es entstammt nicht dem Auge, und es hat kein Sein im Auge, ... Darum ist es nicht aus sich selbst und besteht es nicht für sich selbst, sondern es gehört eigentlich dem, dessen Bild es ist, und gehört ihm ganz und gar, und von ihm bezieht es sein Sein und ist dasselbe Sein.“

Ich finde es wieder einmal faszinierend, diesen Ausführungen nachzugehen. Wir können zwar eine Menge Dinge betrachten, kreieren und schöpferisch ins Dasein bringen, aber niemand kann von sich behaupten, dass er der eigentliche Grund des Seins an sich ist sowie sein existentieller Lebenserhalter. Eine solche Grundwahrheit hält so manchen nicht davon ab, sich als ewiger Gebieter und Herr über Schicksal und Tod aufzuspielen – welche Vermessenheit!

Wer oder was trägt denn unser Sein?

An dieser Stelle den konfessionellen Gott aus der Tasche zu ziehen, würde es den Gläubigen wie den Kritikern nur zu einfach machen, in die Verdrängung zu gehen. Die einen heften sich an ihren Gott und halten sich weiterhin für allmächtig und die anderen haben auch nur die zerstörende Verzweiflung im Hinterkopf.

Glauben Sie nicht, dass es jeden Tag einige Minuten wert ist, sich über die Hintergründe des Dasein und seine tragenden Werte Gedanken zu machen, Werte, die den Menschen nicht unterdrücken, die wegführen von der Überheblichkeit unbesiegbarer Unsterblichkeit, die befreien?

Unser äußeres Auge kann den tragenden Grund der Welt, der Schöpfung nicht sehen. Schon oft habe ich darüber gesprochen, dass das innere Auge für die unsichtbaren Dinge im Leben zuständig ist. Es ist somit notwendig, tatsächlich einmal die Augen zu schließen, um durch die Dunkelheit hindurch ein Gespür dafür zu gewinnen, dass es entscheidende Wahrheiten in unserem Leben gibt, die unsichtbar anwesend sind.

Vielleicht können wir uns sogar etwas dazu zwingen, dieser unsichtbaren Welt zu begegnen, indem wir uns täglich vor Augen führen, wie begrenzt unser Handeln ist und wie überheblich unsere Vermessenheit, mehr wert zu sein als andere.

Schauen wir gerade in dieser Zeit auf die kranken Menschen. Sie können uns helfen, auch für uns selbst glaubhafte Sinntiefe in unserem Leben aufzuspüren, die Trost gibt.

Für ein solches ernsthaftes Vorhaben helfe uns Gott, und er gewähre uns seinen Beistand.

Eine Woche mit guten Einsichten wünscht Ihnen

Udo Manshausen

Was für eine Frage

Liebe Leserinnen und Leser!

Fragen, die wir am liebsten nicht gestellt bekommen, sind uns sicher spontan bewusster als die Themen, wonach wir gerne einmal gefragt werden möchten. Dabei soll es innerhalb dieses Gedankenganges nicht um die Wunschliste möglicher Fragen gehen, bei deren Beantwortung wir gut dastehen oder uns in Szene setzen können. Gemeint sind solche Fragen, die uns innerlich am Herzen liegen und die jenseits normaler Fragekategorien nicht so selbstverständlich zur Sprache kommen.

Welche Frage möchten Sie gerne einmal gestellt bekommen? Über welches Thema möchten Sie einmal sprechen, um ein ernsthaftes Anliegen Ihrer Sichtweise vom Leben an die Oberfläche zu bringen?

Sie können sich bei Ihren Überlegungen auch bestimmte Personen vorstellen, von denen Sie zu einem bestimmten Inhalt gefragt werden wollen. Bei meinen ersten Probeversuchen mit der Frage nach dieser bestimmten Frage stieß ich vor allem auf längeres Nachdenken und Schweigen: ‚Ja, welche Frage ist mir denn wirklich wichtig?‘ Vielleicht haben Sie ebenso Jahre gewartet oder warten immer noch, dass Ihnen eine bestimmte Frage gestellt werde. Der von mir schon häufig zitierte Dominikaner und Mystiker Meister Eckhart erhielt seinen persönlichen Fragewunsch nach langem Warten endlich erfüllt:

„Ich überlegte – es ist manches Jahr her –, ob ich je gefragt würde, wieso ein jeder Grashalm dem anderen so ungleich sei, und es traf sich, daß ich danach gefragt wurde, wieso sie einander so ungleich wären. Da antwortete ich: ‚Wieso alle Grashalme einander so gleich sind, das ist doch noch verwunderlicher!‘ Ein Meister sprach: ‚Daß alle Grashalme so ungleich sind, das kommt vom Überfluß der Güte Gottes, die er überfließend in alle Kreaturen gießt, damit seine Herrlichkeit desto mehr geoffenbart werde.‘ Da sprach ich: ‚Es ist verwunderlicher, wieso alle Grashalme so gleich sind‘ und sagte: ‚Wie alle ersten Engel in der ersten Lauterkeit eins sind, so auch sind alle Grashalme in der ersten Lauterkeit eins, und sämtliche Dinge sind da eins.‘“ Meister Eckhart hat offenbar auf diese Frage gewartet, um über die gemeinsame Verbindung der Menschen zu sprechen, die für ihn ihre Einigkeit in Gott hat. Zudem geht er davon aus, dass die Menschheit in ihrem Ursprung von einer grundlegenden Lauterkeit beseelt war und es noch ist, zumindest im Blick auf den Ausgangspunkt. Es scheint tatsächlich so zu sein, dass wir eher von der Verschiedenheit fasziniert sind oder die Unterschiedlichkeit in Abgrenzung zum anderen betonen, einmal davon abgesehen, dass diese ebenso für Meister Eckhart ein Ausfluss der göttlichen Allvernunft und Güte sind. Jeder kann nunmehr für sich selbst überprüfen, ob in wichtigen eigenen Fragestellungen die Lauterkeit, die Güte, die Gleichheit oder die Ungleichheit der Menschen ein betreffendes Thema für ihn ist oder möglicherweise sind es andere Inhalte, die Sie bewegen.

Die Frage, die mich am intensivsten betrifft, deren Beantwortung im Austausch mit anderen wenig Raum in meinem Leben erhält, lautet: Woran leidest Du am meisten?

„Es ist wie mit einem Mann, der auf Reisen ging: Er rief seine Diener und vertraute ihnen sein Vermögen an. Dem einen gab er fünf Talente Silbergeld, einem anderen zwei, wieder einem anderen eines, jedem nach seinen Fähigkeiten. Dann reiste er ab. Sofort begann der Diener, der fünf Talente erhalten hatte, mit ihnen zu wirtschaften, und er gewann noch fünf dazu. Ebenso gewann der, der zwei erhalten hatte, noch zwei dazu. Der aber, der das

eine Talent erhalten hatte, ging und grub ein Loch in die Erde und versteckte das Geld seines Herrn. Nach langer Zeit kehrte der Herr zurück, um von den Dienern Rechenschaft zu verlangen. Da kam der, der fünf Talente erhalten hatte, brachte fünf weitere und sagte: Herr, fünf Talente hast du mir gegeben; sieh her, ich habe noch fünf dazugewonnen. Sein Herr sagte zu ihm: Sehr gut, gut bist ein tüchtiger und treuer Diener. Du bist im Kleinen ein treuer Verwalter gewesen, ich will dir eine große Aufgabe übertragen. Komm, nimm teil an der Freude deines Herrn! Dann kam der, der zwei Talente erhalten hatte, und sagte: Herr, du hast mir zwei Talente gegeben; sieh her, ich habe noch zwei dazugewonnen. Sein Herr sagte zu ihm: Sehr gut, du bist ein tüchtiger und treuer Diener. Du bist im Kleinen ein treuer Verwalter gewesen, ich will dir eine große Aufgabe übertragen. Komm, nimm teil an der Freude deines Herrn! Zuletzt kam auch der Diener, der das eine Talent erhalten hatte, und sagte: Herr, ich wusste, dass du ein strenger Mann bist; du erntest, wo du nicht ausgestreut hast; weil ich Angst hatte, habe ich dein Geld in der Erde versteckt. Hier hast du es wieder. Sein Herr antwortete ihm: Du bist ein schlechter fauler Diener! Du hast doch gewusst, dass ich ernte, wo ich nicht gesät habe, und sammle, wo ich nicht ausgestreut habe. Hättest du mein Geld wenigstens auf die Bank gebracht, dann hätte ich es bei meiner Rückkehr mit Zinsen zurückerhalten. Darum nehmt ihm das Talent weg und gebt es dem, der die zehn Talente hat! Denn wer hat, dem wird gegeben, und er wird im Überfluss haben; wer aber nicht hat, dem wird auch noch weggenommen, was er hat. Werft den nichtsnutzigen Diener hinaus in die äußerste Finsternis! Dort wird er heulen und mit den Zähnen knirschen. "

(Mt 25,14-30)

Nutze ich meine Fähigkeiten wirklich? Halte ich mich aus Angst zurück und lebe nicht den tiefen Ruf meiner inneren Stimme? Habe ich überhaupt eine besondere Berufung? Lebe ich mein Leben sinnvoll und richtig? Habe ich den Sinn des Lebens gespürt?

Es gab Zeiten, da war ich mir sicherer als heute! Die Geschichte mit den Talenten lässt mich nicht los.

Ich möchte Sie, als Leser dieser Meditation, dazu auffordern, sich einmal Gedanken über wichtige Fragen zu machen, die Sie betreffen. Es wäre schön, wenn Sie mir Ihre Frage, vielleicht auch mit einigen kurzen inhaltlichen Anmerkungen, zukommen lassen. In einer meiner nächsten Internetmeditationen werde ich diese dann ohne Namensnennung veröffentlichen. Es ist doch eigentlich spannend, welche grundlegenden Fragen Menschen wirklich bewegen!

Über Ihre Rückmeldung werde ich mich freuen.

Eine Woche mit guten Einsichten wünscht Ihnen

Udo Manshausen

Ein Gefühl von Nutzlosigkeit

„Ich möchte doch so gerne dazugehören“

Fürbitte

Erlauben Sie mir an dieser Stelle, Sie um einen Gefallen zu bitten.

Viele kennen Schwester Elisabeth persönlich oder haben von ihr gehört. Sie begleitet diese Internetmeditationen mit ihrem Scharfsinn. Vor ein paar Tagen haben wir uns noch mit der Nutzlosigkeit im Leben beschäftigt. Doch dann bricht der Kontakt plötzlich ab – Schwester Elisabeth ist schwer erkrankt. Im Moment ist kein äußerer Dialog möglich.

Seit je her kennt der christliche Glaube das fürbittende Gebet. Schwester Elisabeth hat dieses Gebet in schwierigen Situationen gerade auch für andere immer so verstanden, dass sie für kein bestimmtes Ziel betete, sich aber dennoch bei Gott einsetzte, dass alles zum Guten und hilfreichen für die Person gewendet wird – wie dieses dann auch immer aussehen möge! Vielleicht ist es Ihnen in diesem Sinne möglich, das Gespräch mit Gott aufzunehmen.

Vor einigen Monaten schrieb sie im Rahmen dieser Meditationen das kleine Gedicht:

...hab' viel geglaubt,
viel weniger bleibt;
die Lücken werden größer - doch
göttlicher Grund trägt...

Liebe Leserinnen und Leser!

Ob es ein Privileg der älteren Generation ist, sich häufiger ausgeschlossen zu fühlen, weil sie ohne ‚richtige Aufgabe‘ ist, und es keinen ernsthaften und sinnvollen Anschluss mehr zu geben scheint, mag ich nicht zu beurteilen. Aber eines weiß ich mit Sicherheit: Wir wollen uns mit anderen Menschen verbunden fühlen. Wir wollen irgendwo und irgendwie dazugehören!

Manchmal werden geradezu irrwitzige Aktionen und Einsätze gestartet und man reibt sich förmlich auf, setzt sich über die Maßen ein oder sucht Aufmerksamkeit in der Niedergeschlagenheit, um das Gefühl von Gebrauchtwerden, von Sinnhaftigkeit zu haben. Im jugendlichen Leichtsinne ist es schnell dahergesagt, dass man jetzt schon die Rente haben möchte, damit man das Leben locker angehen kann. Jedoch im Alter sehen diese Gedanken für viele dann anders aus.

Gibt es denn einen Sinn im Leben, der nicht erarbeitet, nicht verdient werden kann? Ist das Tätigsein die einzige Möglichkeit, seine Berechtigung hier auf der Erde zu erwirken? Keine Sorge, meine Gedanken werden sich nicht zu einem Plädoyer für die sich gerade breit machende Fungeneration entwickeln! Wir lernen seit frühester Kindheit, wie wichtig die berufliche Entwicklung für die eigene Person und die gesellschaftliche Gemeinschaft ist. Das ist auch gut so. Aber ist damit schon der entscheidende Sinn des Lebens begriffen oder gar in den Blick gerückt? Denn es muss doch auch einen akzeptierten Lebenssinn für einen persönlich und aus der Sicht der Anderen für mich geben, der nicht an der Produktivität und Leistungsfähigkeit gemessen wird. Das Individuum ist da meistens auch selbst sein größter Kritiker: ‚Wozu bin ich noch nütze? Gehöre ich überhaupt noch dazu, wenn ich sehe, wie die anderen wirkliche Verantwortung wahrnehmen?‘ Es seien an dieser Stelle die bekannten Worte aus dem Buch Kohelet angeführt, die wir wohl bedenken sollten, bevor wir uns zum alten Eisen zählen oder in den Schmerz der Bedeutungslosigkeit eintauchen:

„ Alles hat seine Stunde. Für jedes Geschehen unter dem Himmel gibt es eine bestimmte Zeit: eine Zeit zum Gebären und eine Zeit zum Sterben, eine Zeit zum Pflanzen und eine Zeit zum Abernten der Pflanzen, eine Zeit zum Töten und eine Zeit zum Heilen, eine Zeit zum Niederreißen und eine Zeit zum Bauen, eine Zeit zum Weinen, eine Zeit für die Klage und eine Zeit für den Tanz; eine Zeit zum Steine werfen und eine Zeit zum Steine sammeln, eine Zeit zum Umarmen und eine Zeit, die Umrahmung zu lösen, eine Zeit zum Suchen und eine Zeit zum Verlieren, eine Zeit zum Behalten und eine Zeit zum Wegwerfen, eine Zeit zum Zerreißen und eine Zeit zum Zusammennähen, eine Zeit zum Schweigen und eine Zeit zum Reden, eine Zeit zum Lieben und eine Zeit zum Hassen, eine Zeit für den Krieg und eine Zeit für den Frieden. " (Koh 3,1-8)

In welcher Zeitsphäre sie sich gerade befinden, können sie anhand der Gedanken Kohelets gut orten. Und es ist nur allzu wahr, dass es unterschiedliche Lebensphasen gibt, die uns jedoch alle erst dann richtig betreffen, wenn sie persönlich eintreten. Möglicherweise sind die neuen Lebensumstände so gewaltig, dass sie uns über unser irdisches Dasein hin zu Überlegungen führen, die über unsere sichtbare Welt hinausragen, – wer weiß! Aber gibt es wirklich das Nutzlose und dies gerade in Bezug auf den Menschen? Der berühmte chinesische Philosoph Tschuang-tse (+300 v. Chr.) hat sich mit seinen Überlegungen eindeutig auf die Seite der Bedeutungsaspekte des Nutzlosen geschlagen:

„Das Nutzlose

Hui-tse sagte zu Tschuang-tse:

„Deine ganze Lehre kreist um das Nutzlose.“

Tschuang-tse erwiderte:

„Wer keinen Sinn für das Nutzlose hat, der kann auch nicht über das Nützliche reden.

Nehmen wir als Beispiel die Erde! Sie ist unendlich groß und weit,

aber der Mensch braucht von alldem nur den Fleck, auf dem er zufällig steht.

Nun stelle dir vor, es würde plötzlich alles Erdreich weggenommen,

das er im Augenblick nicht braucht, so dass sich um ihn herum ein Abgrund auftut

und er im Leeren steht und nichts unter den Füßen hat als zwei, drei Schollen Erde –

was nützte ihm dies winzige Stück?“

Hui-tse sagte: „Es nützte ihm gar nichts.“

Tschuang-tse schloß:

„Damit ist erwiesen,

wie notwendig das ist,

was ‚keinen Nutzen‘ hat.““

(Übersetzung nach Thomas Merton)

Vielleicht können wir anhand dieser Dimensionen die eigene Nützlichkeit einmal überdenken und diese jenseits der gesellschaftlichen Wichtigkeiten in ein relativiertes und realistisches Licht rücken. Dies könnte den heilsamen Effekt mit sich bringen, dass wir ‚unproduktive Menschen‘ nicht so leicht in eine bedeutungslose Ecke stellen. Denjenigen, die ihren Leistungsmotor angesichts ihres hohen Alters oder einer Krankheit immer noch nicht abstellen können, sei gesagt, dass sie sich nicht selbst ihren Boden unter den Füßen auf zwei, drei Schollen reduzieren sollen.

Zuletzt möchte ich die betriebsamen leistungsfähigen jüngeren Menschen an dieser Stelle auffordern, sich schon jetzt hilfreiche Gedanken zu machen, damit ein falsches Verständnis von Nutzlosigkeit sich erst gar nicht ausbreiten kann.

Eine Woche mit guten Einsichten wünscht ihnen Udo Manshausen

Auf sich selbst zurückgeworfen

Existenzielle Fragestellungen

Dank für Anteilnahme!

Schwester Elisabeth ist im Moment auf dem Weg der Besserung. Aus zahlreichen Rückmeldungen weiß ich, dass viele sich mit ihr im Gebet und Geist verbunden haben. Jemand sagte zu mir, ich kenne diese Schwester zwar nicht persönlich und Beten ist auch nicht meine Sache, aber ich habe intensiv an sie gedacht.

Liebe Leserinnen und Leser!

Der Aufforderung, in sich eine Frage aufzuspüren, die man persönlich einmal gerne gestellt bekommen möchte, sind viele Leser gefolgt. Eine Reihe von Rückmeldungen stehen noch aus, da man sich eine solche Frage gut überlegen will. Es ist in der Tat so, dass die Frage, die einem wirklich wichtig ist, nicht leichtfertig gesagt werden möchte. Viele sind im Rahmen dieser kleinen Anregung sehr nachdenklich geworden und vor allem konnte ich häufiges Schweigen ausmachen. Ich fand es heilsam, die jeweiligen Dialogpartner im Nachhinein auch, dass die Antwort auf eine solche Frage nicht sofort kam. Es trat tatsächlich Gesprächsstille auf, ohne dass diese, wie so häufig empfunden, unangenehm gewesen wäre. Könnte dieses Phänomen doch öfter in Unterhaltungen auftreten, dann gäbe es nicht so viel Gesprächsstress!

Einige Rückmeldungen waren auch von Zurückhaltung bestimmt, wobei mangelnder Mut die eigene Wunschfrage länger zurückhielt.

Im Folgenden möchte ich Ihnen die mir zugesandten Fragen als Gedankenanstoß für Sie aufführen. Vielleicht geht es Ihnen beim Wahrnehmen der Inhalte so, wie es mir ergangen ist, und Sie nunmehr andere existenzielle Fragen gestellt bekommen möchten.

„Die wichtigste Frage ist für mich die Sorge um die Nahrung. An zweiter Stelle die Erhaltung der Weitergabe des Lebens. Das sind für mich existenzielle Fragen, alles andere ist Beiwerk und oft nicht so wichtig im Leben. Vielleicht findet man ja verständige Menschen, die einen trösten können.“

"Eigentlich gibt es viele Fragen, die mich beschäftigen und ich mir wünschen würde, dass sie an mich gestellt würden. Eine davon ist: Wie komme ich mit meinen äußeren Zwängen zurecht?"

"Es gibt eine Frage, die ich mir immer wieder stelle: ‚Würdest Du heute noch ein Apfelbäumchen pflanzen, wenn morgen die Welt unterginge?‘ Ich kann sie bis jetzt weder mit ja noch mit nein beantworten. Angesichts dessen, was Menschen sich und der Schöpfung täglich antun, schwankt meine Gemütsverfassung zwischen Fatalismus und der Überzeugung, durch eigenes Handeln Besseres bewirken zu können. Eines weiß ich jedoch: Wer in einer ausweglos erscheinenden Situation ein Apfelbäumchen pflanzt, hat den Glauben, die Hoffnung und die Liebe nicht verloren.“

„Darf ich Deiner begehren?“

„Wo finde ich eine Heimat in meinem Leben? Damit meine ich an erster Stelle Heimat im Sinne einer Gemeinschaft mit Gleichgesinnten, denen bestimmte geistige Werte wichtig sind, die bereit sind, für diese Werte einzustehen, eine Gemeinschaft, in die man seine Talente einbringen kann, und durch die man neue Anregungen, andere Sichtweisen erfährt. Welche Form oder Art diese Gemeinschaft auch immer haben mag.“

„Ich warte weder auf Fragen noch auf Antworten, sondern auf Hilfe, ohne mich im Verschleierungsschatten von Dummheit und Hilflosigkeit wiederzufinden. Wer kann an der unteren HWS verklemmte Wirbelkörper lösen, ohne die Folgen langjähriger Ignoranz (der Ärzte), nämlich Bandscheibenvorfälle oberer Etagen zu verschlimmern?

Wer kann unverschuldet Berufsunfähigem wirklich zu seinem berechtigten Anspruch durch den Wildwuchs des Sozialrechts verhelfen?“

„Zwei Fragen beschäftigen mich in der letzten Zeit wieder intensiv: Wie gelange ich zu meiner Mitte (zu meinem inneren Kern)? Oft habe ich das Gefühl, ich sei durch äußere Ansprüche so gefangen, dass ich mich selber nicht mehr wahrnehme, reaktiv statt aktiv lebe. Wie kann ich es schaffen, meine Talente so zu spüren und einzusetzen, dass ich in Einklang mit meinem inneren Kern lebe?

Wie kann ich in Harmonie mit mir leben? Meinen Weg gehen, offen für neue Impulse, kritisch diese hinterfragen und nur denen nachgehen, die mich auf meinem Weg vorwärts bringen? Alle anderen in Gelassenheit hinter mir lassen, ohne zu grollen, ohne Anspruch, sie zu verändern.“

„Gerne sende ich dir Fragen, die immer wieder bei mir auftauchen, ob sie grundlegend sind oder nur oberflächlich oder nur rhetorisch, bin ich mir nicht sicher? Schau mal, was du damit anfangen kannst. Hier die erste Frage: Wann bitte fängt das Leben an?... jetzt geht es gerade weiter das Leben, das Telefon ruft.“

„Werde ich, vor Gott bestehen können und das ewige Leben erlangen? bzw. Wann kann ich behaupten, dass ich gerettet werde?

Ja, ich weiß, dass Jesus für mich gestorben ist, dass er meine Sünde auf sich genommen hat und dass ich durch den Glauben an ihn zum Vater komme ...

... aber habe ich mein Leben "so gut" Jesus übergeben, dass es ausreichen wird? Lasse ich mich nicht zu oft von mir selbst leiten?

Udo, eines weiß ich: Ich habe Angst vor der Hölle und möchte deshalb vor Gericht bestehen können!“

Möglicherweise sind einige Fragen Ihrem eigenen Innern nicht unbekannt. Sie werden zudem sicher bemerken, wie Ihre Gefühle durch solche Inhaltlichkeiten gleichsam weggeführt werden von der Oberflächlichkeit ‚gewöhnlicher‘ Fragekultur. Manche Gedankenanstöße können sogar, je nach momentanem Lebensschwerpunkt, und wenn wir es zulassen, unseren inneren Wesenskern berühren, indem der Sinn des Daseins, mein eigenes Sein im Leben als Überlegung ins Bewusstsein kommt. Sollte das Wissen um wichtige Fragestellungen in unserem Leben nicht Anlass dafür sein, mutiger und offener andere auf die eigenen tiefgreifenden Reflexionen hinzuweisen, als dauernd die anderen zwischen den Zähnen kritisch zu zermalmen? Sind existentielle Frageinhalte nicht wahrhaftig das geeignetere Mittel, um seelische Begegnungen zu ermöglichen, als die Fragen nach Hubraum, Restaurants und Megabytes?

Ich wünsche Ihnen einen neuen Aufbruch in Ihrem Dialogverhalten, der Sie mehr mit anderen in Berührung bringen möge!

Eine Woche mit guten Einsichten wünscht Ihnen Udo Manshausen

Der verkaufte Wind

Vom tödlichen Verlust seelischer Intuition

Liebe Leserinnen und Leser!

Wer glaubt nicht, in manchen Situationen wirklich alles getan zu haben oder hat das Gefühl, sich nicht genug eingesetzt zu haben. Im Grunde führen diese beiden Einstellungen jedoch in dieselbe Sackgasse, weil sie als Grundlage das menschliche Handeln und Machenkönnen in den Mittelpunkt der Glückseligkeit rücken. Wenn wir nur das eigene aktive Erreichen-Können im Kopf haben, wer mag dann noch Grenzen wahrnehmen.

Diese Aspekte fanden schon vor eintausend Jahren Eingang in eine Geschichte, die davon berichtet, dass es sogar jemandem gelang, den Wind zu verkaufen. Diese Erzählung fand ich in den Schriften des schon oft erwähnten Dominikaners Meister Eckhart (1260-1328), der diese wiederum von dem persischen Physiker und Philosophen Avicenna (980-1037) übernommen hat:

„Ein Mann hatte einen Seeigel, durch den er reich wurde. Er wohnte nahe bei einem See. Wenn der Igel wahrnahm, wohin der Wind kehrte, dann sträubte er seine Stacheln und wendete seinen Rücken dorthin. Da ging der Mann zum See und sprach zu ihnen, den Schiffern oder Fischern: ‚Was wollt ihr mir geben, dass ich euch anzeige, wohin der Wind sich kehrt?‘, und so verkaufte er den Wind und wurde dadurch reich.“

Die Geschichte erhält ihre volle hintergründige Bedeutung, wenn man weiß, dass der Seeigel durch den Kontakt mit atmosphärischem Sauerstoff irreversibel geschädigt werden kann, besonders dann, wenn die Mundscheibe damit in Berührung kommt.

In der Erzählung vom Sturm auf dem See, die von Jesus und seinen Jüngern handelt, finden sich Anklänge an den Ausverkauf des Windes:

„Er stieg in das Boot, und seine Jünger folgten ihm. Plötzlich brach auf dem See ein gewaltiger Sturm los, so dass das Boot von den Wellen überflutet wurde. Jesus aber schlief. Da traten die Jünger zu ihm und weckten ihn; sie riefen: Herr, rette uns, wir gehen zugrunde! Er sagte zu Ihnen: Warum habt ihr solche Angst, ihr Kleingläubigen? Dann stand er auf, drohte den Winden und dem See, und es trat völlige Stille ein. Die Leute aber staunten und sagten: Was ist das für ein Mensch, dass ihm sogar die Winde und die See gehorchen?“ (Matthäusevangelium 8,23-27)

Wenn wir das naturalistische Bild dieser Begebenheit hinter uns lassen und uns sofort dem seelischen Aspekt zuwenden, dann stehen der Schlaf, die Ruhe und die Stille im Mittelpunkt. Gerade wenn sich unser Herz Stürmen und Überflutungen ausgesetzt sieht, bedürfen wir der Stille, des Nicht-Handelns, so meint Jesus. Damit ist nicht vordergründig gemeint, dass wir nur recht kräftig an Gott glauben müssen, damit wir all unsere dunklen inneren Mächte aushalten können, sondern vielmehr das aktive Vertrauen im gelassenen Aushalten durch das Nicht-Machen. Aber wie schwer eine solche Einstellung in einer Welt, die die Maxime des Machbaren in den Vordergrund stellt, zu erwirken ist, kann jeder von uns selbst erahnen. Das wirklich Tragische dabei ist, dass wir nicht nur die äußere Natur, sondern auch unser Inneres weiter

radikal gegen die Natürlichkeit verändern. Der Theologe Eugen Drewermann führt dies treffend aus:

„Einen jeden von uns hat man gelehrt, daß in ihm selber ein ... bellendes und beißendes Raubtier wohne, das er bezwingen, zähmen, unterdrücken, aussperren, womöglich abschaffen und töten müsse; seine innere Natur, sagt man, sei etwas Gefährliches, dem man nur mit Aufmerksamkeit und Zwang begegnen könne. Wir nennen diesen Zwang in aller Regel Moral und haben vom Kleinkindalter an dafür fertige Begriffe, wie man sein muss, um richtig zu werden: Gehorsam, Elternliebe, Treue, Anstand, Fleiß, Tüchtigkeit, Pünktlichkeit, Korrektheit – mit hundert Begriffen tyrannisieren wir uns selber und mißhandeln unsere wirkliche Natur. Und je erfolgreicher wir uns auf diese Weise anpassen, staut sich in den Schattenzonen derartiger Zwänge soviel von unserm wirklichen Wesen auf, dass es irgendwann tatsächlich zum Fürchten wird.“

Wie soll es uns bei all diesen Regeln noch gelingen, in wirklichem Einklang mit uns selbst zu sein, so dass innere Stille in unser Herz einziehen kann? Wir können einmal darüber nachdenken, ob nicht die zwanghaften inneren Verbiegungen viel eher zu brutaler innerer und äußerer Gewalt ausarten, als die Akzeptanz und das Nichtverurteilen der eigenen Schattenseiten.

Aber sind wir denn nicht geradezu wie von selbst dazu aufgefordert unser Leben zu ordnen, es handelnd in den Griff zu bekommen? Jesus meint: Nein, nicht nur oder nicht vornehmlich! Hierin stimmt er mit der alten chinesischen Kultur des Taoismus überein:

„Komm mit mir in das Land es Nicht-Tuns. Was sollten wir dort sagen? Daß Tao Einfachheit, Ruhe, Gelassenheit, Reinheit, Harmonie und Sorglosigkeit bedeutet?“
Tschuang-tse (Übersetzung Thomas Merton)

Der Autor Theo Fischer beschreibt in seinem Buch ‚wu wei‘ (wörtl. übers.: keine Angst, es ist schon alles getan) dieses Nicht-Handeln:

„Damit wird keinesfalls gesagt, man solle träge, entschlosslos oder lässig sein ... In seinem tiefsten Sinn meint wu wei, wir sollen in unseren Entscheidungen nicht gegen unsere innere Autorität ... handeln.“

Dazu wird es notwendig sein, im wirklichen Einklang mit uns selbst zu sein, damit wir uns nicht in einem falschen und ungunstigen Sinne zu einem Handeln gedrängt fühlen, sondern in allen Entscheidungen erst einmal die Stille des Herzens in uns aufsuchen, um aus einer inneren Balance heraus uns dem Geschehen zuzuwenden. Oder anders ausgedrückt, dass wir aus einem Loslassen heraus den inneren Stürmen Einhalt gebieten. Vor dem Ausleben benötigen wir unbedingt das Nichthandeln, um nicht in einem tödlichen Seegang unterzugehen oder uns durch ein ungutes Hineingeben in die äußere Welt aufzulösen.

An dieser Stelle ist es sicher angebracht, die schon oft erwähnte Stille von täglichen sieben Minuten ins Bewusstsein zu rücken. Hier liegt ein Beginn, sich dem Drang, unbedingt Handeln zu müssen, für eine kleine Ewigkeit zu entziehen: keine Angst, es ist schon alles getan!

Eine Woche ohne zwanghaftes Handeln und mit befreienden Einblicken wünscht Ihnen Udo Manshausen

Das Leben ist für mich

Illusionen der Freundschaft

Liebe Leserinnen und Leser!

Wenn wir einmal in einem ruhigen und unbeobachteten Lebensmoment aus dem Fenster blicken, die Weite erspüren, uns als Teil der Natur betrachten, den Himmel in uns aufnehmen, dann müssten wir doch eigentlich begreifen, dass das Leben für uns ist - für einen jeden von uns.

Im Gegensatz dazu stehen die Termine und Anforderungen an uns – beruflich wie privat -, durch die wir bestimmt werden. Da gibt es sogar Menschen, die unser Leben beeinflussen wollen, indem sie Anordnungen erteilen, uns unter Druck setzen und uns begreiflich machen möchten – sich häufig damit auch durchsetzen -, was gut für uns und unser Leben sei.

Zudem haben wir eigene Vorstellungen für was und mit wem wir leben wollen. Manchmal ist auch diese freie Lebensgestaltung nicht heilsamer als die befohlene.

Wie viel Lebenszeit geht dadurch verloren, dass wir uns mit Menschen verabreden oder uns für sie einsetzen, die dann das Leben im Sinne eines ‚für mich‘ nicht wirklich mit uns teilen? Die Motive für diese Einseitigkeit oder Oberflächlichkeit sollen an dieser Stelle nicht besprochen werden. Selbstverständlich ist gleichzeitig mitbedacht, dass eine unverbindliche Lockerheit ebenso die Lebensfreude prägen kann!

Oftmals hoffen wir vergeblich oder setzen unsere Lebensenergie umsonst ein, in der Erwartung einer wirklichen Anteilnahme an den Belangen des eigenen Lebens. Bereits in jungen Jahren wiesen mich meine Eltern besonders dann auf dieses Phänomen hin, wenn ich Familientreffen oder Gefälligkeiten gegenüber den Geschwistern zugunsten anderer Personen hintanstellte. Manchmal war es auch die weise Voraussicht meiner Mutter, die hier zum Tragen kam, wenn sie oftmals frühzeitig erkannte, dass so manche Freunde nicht gerade die zuverlässigsten waren. Aber wer lässt sich da hineinreden oder korrigieren: ‚Ich weiß doch selbst am besten, was mir gut tut oder wem ich vertrauen kann‘, hieß damals meine abwehrende Antwort.

Häufig habe ich meine eigene Intuition gegenüber Menschen im Hinblick auf ihre Verbindlichkeit ignoriert und dadurch viel Lebenszeit in den Sand gesetzt. Beeindruckend finde ich auch heute noch die Einstellung des Jesus von Nazareth. Er pflegte den intensiven Umgang mit Personen, die gesellschaftlich nicht vertrauenswürdig waren. Dennoch teilte er seine Lebenszeit mit ihnen. Aber es war nicht so einfach, wirklich in seine Nähe zu kommen, um zum engeren Freundeskreis zu gehören:

„Als sie (Jesus und seine Jünger) auf ihrem Weg weiterzogen, redete ein Mann Jesus an und sagte: Ich will dir folgen, wohin du auch gehst. Jesus antwortete ihm: Die Füchse haben ihre Höhlen und die Vögel ihre Nester; der Menschensohn aber hat keinen Ort, wo er sein Haupt hinlegen kann. Zu einem anderen sagte er: Folge mir nach! Der erwiderte: Lass mich zuerst heimgehen und meinen Vater begraben. Jesus sagte zu ihm: Lass die Toten ihre Toten begraben; du aber geh und verkünde das Reich Gottes! Wieder ein anderer sagte: Ich will dir nachfolgen, Herr. Zuvor aber lass mich von meiner Familie

Abschied nehmen. Jesus erwiderte ihm: Keiner, der die Hand an den Pflug gelegt hat und nochmals zurückblickt, taugt für das Reich Gottes.“ (Lukasevangelium 9,57-62)

Damit Menschen am Leben Jesu wirklich entschieden Anteil nehmen können, macht er ihnen keine falschen Versprechungen – im Gegenteil. Er weist sie auf die Härte seines Lebensstils und auf die damit verbundenen Erschwernisse hin. Zudem fordert er mit einer Bedingungslosigkeit einen Gemeinschaftsgeist ein, der eine grundlegende Entscheidung erwartet und die ungeteilt sein soll. Somit ist für Jesus, was die Zugehörigkeit angeht, nicht zufällige Lockerheit gefragt, die ausprobierend denken mag: ‚Mal sehen, vielleicht springt ja etwas für mich bei dieser Sache heraus.‘

Aber hören Sie selbst hin, wer oder was Ihnen in Situationen vorgezogen wird, wenn Sie Ihre Bedürfnisse guten Freunden gegenüber kundtun oder einfordern.

Und wenn es wahr ist, dass das Leben für jeden ganz persönlich da ist, was sollte Sie daran hindern, Ihre Prinzipien und Maßstäbe für das Zusammenleben in den Vordergrund zu stellen. In einer Beratung sagte eine Frau zu mir, dass sie wahrscheinlich noch einsamer wäre, wenn sie dies tatsächlich tun würde. Jedoch ist die Einsamkeit innerlich schon vorhanden, wenn bereits keine tiefgehende Übereinstimmung gelebt werden kann. Aber was lassen sich Menschen nicht alles gefallen, um nicht allein dastehen zu müssen!

Wenn das Leben nunmehr auch für mich ganz persönlich existiert, sollte ich mich dann nicht allmählich von den Zwängen unguter Bindungen befreien? Vielleicht ist es dabei hilfreich zu wissen, dass die Menschen, die ihre Beziehungsmacht ausüben, in völliger Angst leben, weil sie den freien Willen der Liebe und Zuneigung fürchten und unbeachtet zurückbleiben könnten, wenn sie andere nicht auf ihre Art zwingen.

Aber bedenken wir, wie viele Personen haben wir bereits in die Illusion eigener Freundschaft gelockt, indem wir ihnen unsere Paläste gezeigt haben, anstatt unsere angestaubten seelischen Behausungen?

„Der Hohepriester befragte Jesus über seine Jünger und über seine Lehre. Jesus antwortete ihm: Ich habe offen vor aller Welt gesprochen. Ich habe immer in der Synagoge und im Tempel gelehrt, wo alle Juden zusammenkommen. Nichts habe ich im geheimen gesprochen. Warum fragst du mich? Frag doch die, die mich gehört haben; sie wissen, was ich geredet habe.“ (Johannesevangelium 18, 19-21)

Vielleicht liegt in einer solchen Einstellung ein wichtiger Schlüssel zum eigenen Leben, indem ich mir selbst und anderen nichts vormache und das eigene Leben spüre, so wie es ist: für mich, damit ich mein Leben in der Ehrlichkeit zu den anderen lebe.

Warum also noch die Illusionen von solchen Freundschaften aufrechterhalten?

Eine Woche mit wenig Illusionen und guten Einsichten wünscht Ihnen
Udo Manshausen

Das leere Boot sich selbst loslassen

Liebe Leserinnen und Leser!

„Nein, obwohl vieles in der eigenen Partnerschaft Unzufriedenheit auslöst, möchte ich mich nicht trennen, sondern leidend und mit viel Hoffnung an den Wünschen festhalten. Trennung kommt für mich nicht in Frage, jetzt, wo ich schon so lange ausgehalten habe, und ein Alleinsein ist mir auch nicht möglich.“

„Sie fragen mich, warum ich nach meinem ersten Herzinfarkt keine neue Stelle gesucht habe. Auch wenn ich in der beruflichen Umgebung kaputt zu gehen scheine, was bleibt mir denn anderes übrig, als mich weiterhin unterdrücken zu lassen!“

„Nein, um Gottes Willen kann ich doch meine klösterliche Gemeinschaft nicht verlassen. Ich vereinsame zwar zusehends und fühle mich nicht mehr gebraucht, aber meine Angst, plötzlich auf der Straße ohne Absicherung zu stehen, ist stärker.“

Welchen eigenen Schwerpunkt Sie in diesem Zusammenhang auch immer setzen mögen, es geht an dieser Stelle nicht um Abschied, sondern um Loslassen. Damit ist gemeint, dass die oben angeführten inneren Breakpoints, – die harten inneren anstehenden Wende- oder Bruchpunkte des Lebens – zunächst vom Loslassen *innerhalb* der bestehenden Beziehungssysteme in den Blick genommen werden müssen. Wir reden oft allzu schnell vom Ende, davon, dass doch alles keinen Zweck mehr hat. Dabei bemerken wir nicht, dass wir möglicherweise nicht alles verlassen müssen und dies zudem häufig auch gar nicht können, sondern uns vielmehr schmerzlich und punktuell von unerreichbaren Zielen verabschieden sollten.

Auch wenn sich durch einen möglichen Weggang von Vertrautem befriedigendere Wege öffnen, eine neue Enge mit dem dazugehörigen Loslassen steht wiederum an der nächsten Ecke. Selbstverständlich geschieht Weiterentwicklung ebenso dadurch, dass ich tatsächlich äußere und innere Bindungen komplett zurücklasse. Aber um diesen Aspekt soll es hier nicht gehen. Es geht vielmehr um die Dinge, die ich vor allem im eigenen Inneren entwickeln muss, ohne dass sich die Außenwelt zu unseren erhofften Gunsten verändert. Natürlich hätten wir viel lieber, dass sich alles nach unseren Vorstellungen verändern möge!

Der in einer früheren Meditation bereits zitierte chinesische Philosoph Tschuang-tse (+300 v. Chr.), auch Dschuang Dsi geschrieben, setzt uns zunächst in ein Boot, mit dem wir über den Fluss des Lebens fahren:

„Wenn jemand einen Fluss überquert und sein Kahn mit einem leeren Boot zusammenstößt, wird er, selbst wenn er zu Wutausbrüchen neigt, sich nicht lauthals erregen. Aber wenn er in dem andern Boot jemanden erblickt, dann wird er ihm zurufen: Wirf dein Ruder herum! Hört der andere den Ruf nicht, wird unser Mann wieder rufen, wird er noch einmal schreien. Am Ende bricht er in Flüche aus, und dies alles nur deshalb, weil in dem anderen Boot einer sitzt. Wäre das andere Boot nämlich leer, würde unser Mann nicht schreien und nicht fluchen.“

Wenn du den Fluss des Lebens in einem leeren Boot überqueren kannst, dann wird dir niemand widersprechen, und niemand wird dir schaden.“

(Übersetzung von Thomas Merton)

Tschuang-tse vertritt die innere Einstellung, dass es im Leben im Wesentlichen darauf ankommt, sein eigenes Boot leer zu machen. Das wird nicht so einfach sein und somit zu einer intensiven und andauernden Lebensaufgabe werden. Wir reagieren empfindlich, wenn das Gefühl von Bedeutungslosigkeit unsere Seele erreicht. Und manche zentralen Bedürfnisse lassen sich nicht so leicht über Bord werfen. Sich nicht aufrecht und sichtbar für alle als Galionsfigur zu präsentieren, aus Weisheit in den Hintergrund zu treten, macht es notwendig, die Lautlosigkeit einzuüben, die eigene Macht abzugeben, andere nicht mehr zu beurteilen und es aufzugeben, sich über das Leistungsdenken zu definieren, dies wird das Lebensboot erheblich erleichtern. Wer dies alles erreicht, ist in den Augen des Tschuang-tse der vollkommene Mensch: Sein Boot ist leer.

Jedoch ist eine solche Vollkommenheit nicht im Sinne eines ruhmvollen Zieles zu verstehen, sondern sie ist ein Zustand eines umfassenden Loslassens, einer inneren Befreiung, einer inneren Ruhe, die sich dem Lebensfluss mit Gelassenheit hingibt. Wie dieses genau zu verstehen ist, führt der Mystiker und Dominikaner Meister Eckhart (1260-1327) unmissverständlich aus. In seinen Gedanken erteilt er der christlichen Sehnsucht mancher Menschen, die da glauben, durch Verzicht einem himmlischen Lohn entgegenzusehen, eine deutliche Absage:

„Es kam einmal ein Mensch zu mir - es ist nicht lange her -, und er sagte, er habe große Dinge hingegeben an Grundbesitz, an Vermögen, um dessentwillen, dass er seine Seele rettete. Da dachte ich: ‚Ach, wie wenig und gar nichts hast du gelassen! Es ist eine Blindheit und eine Torheit, solange du irgendwie beachtest, was du gelassen hast. Hast du dich selbst gelassen, dann hast du gelassen.‘ Ein Mensch, der sich selbst gelassen hat, der ist so lauter, dass die Welt ihn nicht zu ertragen vermag.“ (aus: Deutsche Traktate und Predigten, Zürich 1979)

Um diesen Überlegungen folgen zu können, müssen wir möglicherweise all das loslassen, was unsere Erwartungshaltungen dagegen stellen. Wir sollen so sein wie wir sind, nichts im Leben für uns an Vorteilen herausschlagen, hineintauchen in das Leben und es auf uns zukommen lassen und uns jetzt schon dem späteren Vergessensein hingeben, so dass unsere Schritte keine Spuren hinterlassen – wie schrecklich!

Da wir Menschen in Stunden der Wahrheit eher zu Verhandlungen und Kompromissen bereit sind, und bevor wir uns eigentlich ganz in die Einsamkeit und Bedeutungslosigkeit zurückziehen müssten, könnten uns Entscheidungen helfen, unser prunkvolles Handelsschiff, das für einige schon zu einer Galeere geworden ist, zu entlasten. Eines verspreche ich Ihnen: Loslassen kann Spaß machen, befreien und dazu verhelfen, wahrhaftiger zu leben. Aber dies soll kein Anreiz sein, denn es wird darauf ankommen, uns selbstlos freizulassen, sondern nur der Indikator dafür, dass Sie wissen, dass Sie losgelassen haben!

Eine Woche mit gutem Loslassen wünscht Ihnen

Udo Manshausen

Leben, damit ich meinen Wesenskern entdecke!

Liebe Leserinnen und Leser!

Wer da behauptet, nach seinem fünfundzwanzigsten Urlaub wisse er nun, wer er in Wirklichkeit als Mensch sei und wozu das Leben gut sei, der irrt. Denn wie wird dieser sich mit seiner Einsicht verhalten, wenn der sechsundzwanzigste Urlaub daneben geht?

Wiederum ein anderer wird sich stolz erheben, wenn er ein grundlegendes berufliches oder privates Lob erhält: ‚Endlich hat man erkannt, zu was ich fähig bin und was mich bis in die Tiefen hinein ausmacht!‘ Auch hier irrt man sich und das manchmal bis zur Erbärmlichkeit einer Marionette, wenn man glaubt, damit etwas Treffendes über den Kern der Persönlichkeit, über das Wesen Mensch erkannt zu haben.

‚Ich weiß schon gar nicht mehr, wo mir der Kopf steht! Wofür bin ich überhaupt ein lebendiges Wesen geworden?‘, mag da jemand sagen, dem seine eigene Situation wie Unglück vorkommt, und dieser mag recht behalten!

Es wird hilfreich sein zu erkennen, dass wir im Rahmen der Menschheitsgeschichte innerhalb eines Geflechtes stehen, das durch die vergangenen Jahrhunderte und in Bezug auf die noch kommenden im Lebenskern eigentlich nichts wesentlich Neues hervorbringen wird. Der Mensch wird geboren, lebt nach menschlichen Bedingungen und Prinzipien und stirbt.

Im Buch Kohelet, auch ‚Das Buch Prediger‘ genannt, das ich im Rahmen der Meditationen schon häufiger zitiert habe, findet sich ein realistisches Bild von der Wirklichkeit, er schreibt:

„Was gewesen, dasselbe wird wieder sein, und was geschehen, wird wieder geschehen: Nichts Neues gibt es unter der Sonne. Sagt man von etwas: ‚Sieh, das ist neu!‘, so war es schon längst zu den Zeiten, die vor uns gewesen. Kein Gedenken bleibt den Früheren; aber auch den Späteren, die kommen, wird kein Gedenken bleiben bei denen, die noch später sind.“ (Koh 1, 9-11)

Natürlich entdecken wir Menschen immer neue Zusammenhänge, aber eigentlich doch nur, weil sie zu erkennen sind, und von daher müssen sie auch schon immer da gewesen sein. Denn, wie sollte etwas nicht Mögliches hervorgebracht werden können? In diesem Sinne ist es dann nicht etwas Neues, sondern etwas Hervorgehobenes, was bisher im Dunkeln lag.

Ähnlich verhält es sich mit dem langsam erwachenden Bewusstsein des Menschen, der innerhalb seiner Lebenszeit seine Bestimmung und seinen innersten Wesenskern entdeckt. Auf die Frage ‚Was möchten Sie in Ihrem Leben entscheidend verändern, wenn Sie die Wahl dazu hätten?‘ antworten sehr viele, eigentlich die meisten, dass sie trotz schwerer Schicksalsschläge im Großen und Ganzen noch einmal ähnliche Entscheidungen treffen würden. Sie können einmal selbst für sich die Probe machen und sich wirklich ehrlich dieser Lebensfrage stellen. Selbstverständlich geht es um die klare Sicht auf

die Wirklichkeit und nicht um einen Blick, der durch Wut oder Traurigkeit vernebelt ist.

Selbstverständlich würden wir uns dagegen verwahren, zumindest die meisten Menschen, dass unser Leben vorherbestimmt sei, und wir damit eigentlich keine menschliche Freiheit besäßen. Dennoch sind viele Bedingungen dem Leben vorgegeben, so auch unser innerster Kern. Genau genommen erhalten wir unser Wesen als Mensch von Geburt an mitgegeben: unser Gemüt, unsere Seele, unsere Angst vor dem Tod und unsere Sehnsucht nach Unendlichkeit, unsere unverwechselbare Individualität. Eigentlich haben wir auf das Genannte keinen grundlegenden Einfluss, sondern nur darauf, wie wir diese Eigenschaften gestalten und individuell erleben.

Diesen Horizont vom Menschen beschreibt denn auch Kohelet im Rahmen seiner göttlichen Sichtweise:

„Was ist, ward schon längst beim Namen genannt; auch ist vorherbestimmt, was ein Mensch sein wird, ...“ (Koh 6, 10)

Ein spannender Lebensaspekt kann entstehen, wie ich finde, wenn wir uns auf unseren individuellen innersten Wesenskern konzentrieren. Wir brauchen dann zu einem sinnerfülltem Leben weniger Urlaubskataloge wälzen; wir wären unempfindlicher für Lob und Tadel und würden uns aus der wahnwitzigen Abhängigkeit der Beurteilung durch andere befreiend entziehen können; wir könnten unsere negativen äußeren Lebensumstände anders einordnen, und wir würden uns anderen gegenüber nicht weniger wert fühlen.

Wäre es nicht befreiend, daran glauben zu können, dass in uns ein Wert, eine Bedeutung liegt, die in göttlicher Unendlichkeit, in der es keine Zeitrechnung und somit bleibenden menschlichen Sinn gibt, ihren sinnhaften Anfang nahm? Wäre es nicht erhebender, daran zu glauben, dass eine göttliche Kraft uns Potentiale mitgegeben hat, die wir in unserem Dasein entfalten und nicht erst erschaffen müssen, um auf diese Weise der Willkür mancher Menschen zu entgehen, die selbstherrlich beurteilen wollen, was lebenswert und herzlich ist?

Es wäre schön, wenn wir immer mehr begreifen könnten, dass in uns mehr steckt, als alle Anfeuerungsrufe je aus uns herausholen könnten, denn wir sind immer schon diejenigen, die wir jetzt sind: unwiderruflich bei unserem Namen gerufen, der einmalig ist und den wir ihn in unserem Innern mit Widerhall hören. Diesem Klang unseres Namens sollten wir nachgehen, um mehr Gespür für uns selbst zu bekommen, um unabhängiger vom Urteil und der Beeinflussung durch Menschen zu werden.

Helfen wir uns gegenseitig, den Menschen zum Vorschein zu bringen, der jenseits aller Leistung, jenseits unserer Rolle, jenseits unseres Besitzes und unserer Bildung in uns steckt, um uns tatsächlich als Todgeweihte zurufen zu können: Ja, es gibt etwas Neues unter der Sonne: die Entdeckung meines Herzens, das sich nach ewiger Liebe sehnt.

Eine Woche mit neuen Entdeckungen wünscht Ihnen

Udo Manshausen

Überflüssig

Von der Ignoranz gegenüber der Weisheit des Alters

Liebe Leserinnen und Leser!

Bevor Sie sich nunmehr erinnern, wie schwierig, lästig und nervend ältere Menschen sein können, gerade wenn sie körperlich und geistig in ihren Kräften nachlassen, möchte ich meinen Blick auf deren geistige und weisheitliche Potentiale richten.

Erst kürzlich hielt ich einen Vortrag bei einer Ordensgemeinschaft, in dem es um Impulse für die Zukunft ging. Die entscheidenden Beiträge in der anschließenden Diskussion kamen von den älteren Mitgliedern und obwohl meine vorgetragenen Gedanken einige kritische Punkte im Hinblick auf den mangelnden Gemeinschaftssinn enthielten, waren wiederum ‚die Alten‘ sehr aufgeschlossen und konstruktiv. Man konnte den Geist ihrer Weisheit spüren, und es entstand betroffene Stille.

Im Gespräch mit einem Abteilungsleiter, der in einigen Jahren in Rente gehen wird, kam Betroffenheit auf, als er feststellte, dass sein ganzes Wissen für die Firma und deren Menschen verloren geht, wenn er sein Tätigkeitsfeld verlässt. Auch jetzt, da er noch arbeitet, kommt niemand auf die Idee, seine Lebensweisheit anzuzapfen.

Fragen wir uns selbst, wie wir persönlich über ältere Menschen denken:

Stehen wir in einem lernenden Dialog mit Ihnen?

Schätzen wir ihre Lebenserfahrung oder ist uns diese im Sinne einer Bevormundung lästig?

Suchen wir ältere Menschen auf, jenseits des Verwandtschaftsgrades, um mit ihnen geistiges Leben zu teilen?

Wie einsam mag es für alte Menschen sein, wenn sie nicht nur aus ihrer bisherigen Arbeitswelt herausfallen, sondern ebenso von der Gemeinschaft auf ein Abstellgleis gestellt werden?

Wie viele Menschen werden für senil und eigenartig gehalten, weil ihre körperliche Fitness sichtbar abnimmt, und dies wird dann häufig gleich auf die Beweglichkeit des Geistes übertragen.

Der Kirchenlehrer Hieronymus (347-420) greift dieses Phänomen auf und nimmt dabei vergleichenden Bezug zur Jugend:

„Fast alle Kräfte des Körpers verändern sich bei den Greisen, und während die Weisheit allein im Zunehmen bleibt, nimmt alles andere ab, als: Fasten, Nachtwachen, Almosen und das Schlafen auf hartem Boden, die allseitige Geschäftigkeit, die Sorge für die Aufnahme der Pilger, der Schutz der Armen, die Inbrunst und die Ausdauer im Gebet, der Besuch der Kranken, die Handarbeit, um Mittel zum Almosen sich zu verschaffen. Und, um die Rede nicht noch länger hinauszuziehen, alle körperlichen Übungen verringern sich, wenn die Körperkraft gebrochen ist.“

Ich darf den Gedankengang kurz unterbrechen, um zu bemerken, dass der beschriebene Einsatz der Körperkräfte doch für heutiges Denken

ungewöhnliche Zielsetzungen hat. Der Adressat dieser Gedanken ist der Priester Nepotian, und somit sind diese Bezugspunkte körperlicher Arbeit verständlich. Möglicherweise ist die eine oder andere Aufgabe auch für weltliche Erdenbürger attraktiv!

Folgen wir weiter dem Gedankenfluss des Hieronymus:

„Ich will jedoch damit nicht behaupten, daß bei den j u n g e n und in noch rüstigem Alter stehenden Männern (und Frauen), wenigstens nicht bei denjenigen, welche in mühevolem und begeistertem Studium, auch durch die Heiligkeit des Wandels und eifriges Gebet zu unserem Herrn Jesus Christus, sich Wissenschaft erworben haben, die Weisheit geradezu erfriere, die ja auch in so vielen Greisen mit den Jahren abnimmt; sondern, daß wegen der vielen Kämpfe, welche die Jugend mit dem eigenen Leibe auszustehen hat, und bei den Lockungen des Lasters und den Reizungen des Fleisches sie, wie das Feuer im grünen Holze, erstickt wird und ihren Glanz nicht entfalten kann.“

Natürlich haben auch die Alten innere Naturkämpfe durchstanden, und es kann darum nur Weisheit entstehen, wenn ich mich ernsthaft bemüht habe. Aber tägliches Studium und Nachdenken können ja so anstrengend sein! Ein guter Freund rief mich an und gestand mir, dass er meine Meditationen nicht immer zu Ende lese. Es sei ihm zu anstrengend. Er habe lieber etwas, was sich flüssiger lese. Kurz danach berichtete er mir, wie er das ganze Wochenende sein Haus, das er gerade baut, außen isoliert habe. Natürlich kann die Weisheit der Isolierung ebenso für spätere Zeiten nützlich sein.

Wenn es auch tragisch anmuten mag, was Theophrastus, ein Schüler Plato's, gesagt hat, so ist diese beschriebene Realität nur dem erfahrbar, der von Weisheit tief geprägt ist:

„Ich bedauere, daß ich nun, wo ich angefangen habe, weise zu werden, sterben solle.“ (Er wurde 107 Jahre alt)

In diesem Kontext steht das Wort ‚überflüssig‘ mit seinem zweiten Sinne im Mittelpunkt. Während wir es fast nur noch einsetzen, wenn etwas nicht mehr notwendig ist. Theophrastus möchte die Fülle seiner Weisheit leben und überfließend mitteilen.

Ich möchte Sie auffordern, sensibler für die Weisheit des Alters zu werden. Dieses hätte zwei Vorteile: zum einen könnten sie etwas dazulernen, und das vielleicht ohne Anstrengung, wenn Sie denn Ihre Widerstände im Griff haben; zum anderen werden Sie hören, wo Ihnen noch Weisheit fehlt, die Sie jederzeit erwerben könnten, solange Sie noch nicht geistig umnachtet sind.

Und möglicherweise wird es Ihnen wie Sophokles im hohen Alter ergehen. Da er sich allzu sehr äußerlich hängen ließ, dies soll ja schon in jungen Jahren möglich sein, klagten ihn seine Söhne bei Gericht an, er habe den Verstand verloren. Kurz gesagt, sie wollten ihn für unmündig erklären lassen. Bei Gericht trug er seine kurz vorher geschriebene Tragödie ‚Ödipus‘ vor und glänzte mit soviel Weisheit, dass die Mitglieder des ernstesten Gerichtshofes mit Beifall antworteten.

Denken Sie bitte immer wieder eigens an Ihr Alter!

Eine Woche mit weisheitlichen Impulsen wünscht Ihnen

Udo Manshausen

Es macht nichts

Vom Stillstand des Glücklichseins

Dankesworte von Schwester Elisabeth an die Leser

„Es ist für mich eine neue Erfahrung von Kontakt: Menschen, denen ich zum Teil noch nie begegnet bin, sagen, sie denken an mich, senden mir gute Wünsche, beten für mich. Das rührt mich an, hat heilende Kraft und stärkt meine Lebensenergie. Denn in dieser Zeit der Erkrankung spüre ich meine Sehnsucht nach menschlicher Nähe und Gottes Gegenwart besonders deutlich. So möchte ich mich heute bei Ihnen allen von Herzen bedanken. Inzwischen ist der Heilungsprozess so weit fortgeschritten, dass ich in der Anschlussheilbehandlung in Bad Soden wieder flott gemacht werde, allerdings - es dauert. Und noch ein Wunsch: Mögen wir uns weiterhin ermutigen und beschenken, dass unser Herz leuchte und wir unseren Weg finden.“

Liebe Leserinnen und Leser!

Wenn wir einen Zustand in uns erreicht haben, der davon geprägt ist, nichts mehr zu kreieren, keine Freude mehr auszustrahlen und zu empfangen und Glücklichsein als eine Illusion erscheinen lässt, dann sind wir leer und ausgebrannt. Der Mensch ist von seiner Natur dazu berufen, ein glückliches und erfülltes Leben in den Blick zu nehmen, das tiefe Freude hervorbringt. Das Minutenglück einer Skiabfahrt oder der Glückskick geistloser Abenteuer ist damit nicht gemeint, da es um eine existentielle Freude geht, die unsere innere Bestimmung als Mensch ausmacht. Im Zentrum steht dabei das Glück der Liebe. Der Philosoph Josef Pieper (1904-1997) führt dazu aus: „Unser ganzes Wesen ist darauf angelegt, mit Grund sagen zu können: Wie gut, daß es das gibt; wie wunderbar, daß du da bist!“

Wessen Glück hat sich nicht schon einmal gewendet, so dass sich zur Freude auch das Leid oder das Unglück gesellt hat! Wenn wir wirklich lieben, dann sind wir am Verletzlichsten. Sigmund Freud bemerkt: „Niemals sind wir ungeschützter gegen das Leiden, als wenn wir lieben.“

Für den amerikanischen Psychologen Rollo May ist von daher nicht der Hass das Widerspiel der Liebe, sondern die verzweifelte Gleichgültigkeit, für die nichts von Belang ist: „Das Tragischste von allem ist auf lange Sicht, die abschließende Haltung, ‚Es macht nichts‘.“ Eine solche prinzipielle Teilnahmslosigkeit hat es verlernt, oder der Impuls ist erstarrt, Jemanden oder etwas lieben zu können. Gibt es etwas Schrecklicheres oder Seelenloseres? Wer mit ausgebrannten Menschen zu tun hat, bei denen kaum noch etwas ausmacht, die sich nicht mehr trauen, erneut in das Leben liebend einzusteigen, um sich den Menschen und den Dingen der Schöpfung zu nähern, die innerlich wie erloschen sind, der weiß, wie belastend solche Begegnungen sein können. Natürlich erinnern sie uns auch an die eigene verbrannte Seelenwüste!

Angeichts der problematischen Weise eines ‚Es macht nichts‘, kommt Joseph Pieper im Kontext des Kirchenlehrers Thomas von Aquin (1226-1274) und des irischen Autors C.S. Lewis (1898-1963) zu folgenden Überlegungen:

„Selbst der unglücklich Liebende ist glücklicher als der Nicht-Liebende, mit dem er niemals tauschen würde – nicht nur weil ihm, rein in dem Faktum des Liebens selbst, etwas Geliebtes zuteil geworden ist, sondern weil er sogar an dem Sichabwendenden, dem Undankbaren, dem auf Abwege Geratenen, an dem solchermaßen also mit Schmerzen

Geliebten noch immer Anteil hat und behält; weil der Liebende mit ihm auf irgendeine Weise verbunden und eins bleibt; weil selbst die unglückliche Liebe das Prinzip der Geschiedenheit ... dennoch durchbricht und so einen realen Grund zur Freude sich bewahrt, ein wenn auch nur winziges Stück ‚Paradies‘.“

Die Tatsache, dass es schwer ist, Unglückliche von ihrem von außen betrachteten ‚Unglück‘ abzubringen, bewahrheitet diese Aussage. Im Innern spürt der Leidende eine Verbundenheit, die abseits von krankhaften Zuständen, Ausdruck der liebenden Bestimmung des Menschen ist.

Wenn wir uns ausgebrannt und entleert fühlen, dann haben wir die liebende Vergangenheit entweder gelöscht oder zu wenig präsent oder glauben nicht, dass ein entferntes Gefühl der Liebe uns für die gegenwärtige Zukunft hilfreich sein kann. Alles in allem: in solchen Situationen fehlt es an Liebe, die nicht an uns herankommt, weil wir sie nicht annehmen oder weil sie nicht vorhanden ist, und an dem eigenen liebenden Zugehen auf andere, selbst auf die Gefahr hin, enttäuscht oder abgewiesen zu werden.

Eine solche Sichtweise macht es einleuchtend, dass die Kurzweil, mit der wir uns selbst und andere zu beruhigen suchen, ins Leere laufen muss.

Natürlich lässt sich umfangende Liebe nicht per Knopfdruck herstellen. Jedoch kann ich Verantwortung für mich selbst übernehmen, wenn ich an liebende Momente in meinem Leben, seien diese auch noch so schmerzlich ausgegangen oder ins Herz eingebrannt, anknüpfe, damit ich wieder erspüre, was es heißt, liebend auf jemanden oder etwas zuzugehen.

Allzu schnell schneiden wir unsere Erinnerung ab, so als wäre sie vorbei und ausgelöscht oder nicht mehr gefragt. Das mag ja für die Oberfläche der konkreten vergangenen Ereignisse gelten, jedoch nicht für unser seelisches Empfinden, das immer wieder an die Existenz und Wahrheit der Liebe glauben möchte.

Vielleicht ist es hilfreich, sich deutlich vor Augen zu stellen, dass es bei der tiefen Liebe nicht ausschließlich um die realen Personen oder Sachinhalte geht, sondern um die innere Bestimmtheit unseres Menschseins: in der Tiefe glücklich zu sein und einander glücklich zu machen. Wir lassen uns häufig zu sehr auf Fixierungen ein und vergessen dabei, dass das Leben erst zu Ende ist, wenn Schluss ist! Gilt dies aber nicht, dann ist es ratsamer, unser liebendes Gefühl erst nahe dem Lebensende aufbrechen zu lassen, damit wir im Alter glücklich sein können und uns die Jahre der Lustlosigkeit ersparen.

In jedem Augenblick des Lebens liegt die verborgene Chance, die seelische Grundbestimmung des Menschen in Richtung liebender Lebensannahme in Bewegung zu bringen.

„Liebe ist das Ur-Geschenk. Alles, was uns sonst noch unverdient gegeben werden mag, wird erst durch sie zum Geschenk.“
(Thomas von Aquin)

Möge es uns immer mehr gelingen oder wieder von Neuem, Menschen das Unverdiente in liebender Weise zu schenken.

Eine Woche mit liebenden Einsichten wünscht Ihnen
Udo Manshausen

Der königliche Weg

Gedanken über die Mitte des eigenen Herzens

Liebe Leserinnen und Leser!

Stellen Sie sich vor, Menschen die folgende Frage zu stellen: Sind Sie mit Ihrem Leben auf einem königlichen Weg?

Mögliche Antworten könnten lauten:

„Nein, da kein blaues Blut in meinen Adern fließt.“ – „Wenn Sie einmal einen Blick auf mein Bankkonto werfen würden, dann wüssten Sie sofort die Antwort.“ – „Selbstverständlich, ich habe im Moment eine Position erreicht, die es mir ermöglicht, Befehle zu erteilen.“ – „Finanziell habe ich eine gewisse Unabhängigkeit erreicht, so dass mir eigentlich nur noch ein Königreich fehlt.“ – „Zur Zeit bin ich derartig verwirrt, traurig und frustriert, dass ich mich eher unbemerkt auf den Seitenstraßen aufhalte, als auf den großen Boulevards.“ –

Konzentrieren wir uns wirklich noch auf unseren Lebensweg oder werden wir täglich so gelebt, dass alles wie von selbst läuft?

Jede Religion möchte den Menschen dazu anhalten, sich Rechenschaft über die eigene Lebensweise zu geben. Leider bewirkt der Rückgang der Bedeutungen religiöser Richtungen, dass ausgezeichnete Weisheiten und Gedankenregungen verloren gehen. Ich habe es noch kennen gelernt, sich morgens und abends zu fragen: „Bin ich noch auf dem richtigen Weg, den Gott für mich vorgesehen hat und mit seinem Geschenk des Lebens beabsichtigt?“ Dabei ging es nicht um fromme Konformität, sondern um das Bewusstsein, dass Gott mir mit seiner Weisheit, die durch die Herzen der Menschen vermittelt ist, Wegweisung sein kann. Es geht um die tägliche Anfrage: „Lebe ich nach meinen Fähigkeiten und aus einem Gefühl der eigenen Herzensmitte?“

Es gibt das uralte Bild des Königsweges. Das Volk Israel zieht von Ägypten aus durch die Wüste. Mit der Beschreibung dieses Exodus (Auszuges) benennen die Propheten und Autoren des Alten Testaments Hinweise und Bedingungen für die persönliche Entwicklung jedes Menschen. Das Leben ist voller Gefährdungen und deswegen muss der Mensch ohne Ablenkungen auf dem eigenen Weg bleiben:

„Israel schickte Boten zum Amoriterkönig Sihon und ließ ihm sagen: Ich möchte durch dein Land ziehen. Wir werden nicht in die Felder und Weinberge abbiegen, und wir werden kein Wasser aus euren Brunnen trinken. Wir wollen nur die Königsstraße benutzen, bis wir dein Gebiet durchzogen haben.“ (Buch Numeri, 21, 21-22)

Der königliche Weg ist der Weg zur eigenen Mitte und die Gestaltung des Lebens aus dieser heraus. Und gerade dieser Pfad ist es, der jeden Tag in Gefahr steht, verlassen, nicht gefunden oder nicht gewollt zu werden.

Aber wo ist der richtige Weg für Sie, für uns? Da gibt es Zwänge, Irrwege und viel Nebel. Dabei sollte uns glasklar vor Augen stehen, dass der Königsweg zur eigenen Mitte kein Weg ausschließlicher Logik sein kann, es sei denn, wir schließen uns dem Begriff der ‚Logik des Herzens‘ von Blaise Pascal, dem Physiker und Philosoph, an.

Wir sind geradezu hilflos, wenn sich unsere chaotischen, verwirrten und verzweifelten Gefühle ins Bewusstsein drängen, wir diese sogar ignorieren oder vergeblich versuchen, sie in logische Deutungsgründe zu führen. Wie es sich anfühlt, wenn gute Geister und eine ausgeglichene Gesinnung wieder in uns einkehren, beschreibt der Wüstenvater Antonius (3. Jh.) wie folgt:

„Das Erscheinen der seligen Geister nämlich ist nicht von Verwirrung begleitet ...; sondern es geht so ruhig und sanft vor sich, dass sogleich Freude und Jubel und Zuversicht in der Seele entstehen ...; und die Seele bleibt in ihrer Tätigkeit ungestört und ruhig wie der glatte See, so dass sie selbst licht geworden ...“

Wie weit wir uns von einem erleuchteten königlichen Weg der eigenen Mitte entfernt haben, zeigt oft die eigene Unruhe oder die Wut in Bezug auf ungerechte Lebensumstände.

Womit können wir beginnen, worin könnte ein neuer Einstieg liegen, eine heilsamere Lebensrichtung einzuschlagen und das gerade dann, wenn es aufgrund der eigenen Umnachtungen fast aussichtslos erscheint, etwas mehr Licht ins eigene Innere zu bringen? Der Wüstenvater Antonius schlägt als möglichen Einstieg in neue Sichtweisen das Kreuzzeichen vor:

„So schenkt den (bösen und un guten Geistern) kein Gehör und (kümmert) euch überhaupt gar nicht um sie, sondern wappnet euch selbst und eure Wohnung mit dem Zeichen des Kreuzes und ihr werdet sehen wie sie unsichtbar werden; ...“

Vergegenwärtigen wir uns die tiefe Symbolik des Kreuzzeichens, jenseits jedes Aberglaubens, sondern nehmen wir es als Ausdruck eines vertrauenden Grundgefühls:

- Im Namen des Vaters – die Hand berührt die Stirn des Geistes –, der um uns weiß und um den wir wissen; bei ihm können wir Weisheit und Kenntnisse für unser Leben erlangen;
- und des Sohnes – die Hand geht zur körperlichen Herzensmitte –, der einer wie wir Menschen war; er zeigte uns einen Weg zur eigenen Mitte, da er uns die Menschenfreundlichkeit Gottes als Hilfe und Maßstab für das eigene Leben nahe legte;
- und des Heiligen Geistes – die Hand geht zu den beiden Schultern –, der helfen und beistehen möchte, das eigene Handeln, die praktische Tat aus einer geklärten Seele heraus zu verwirklichen.

Wenn es uns gelingt, dieses Zeichen bewusst und meditativ in Gedanken zu vollziehen, dann kann es geschehen, dass für kurze Augenblicke Licht auf unseren eigenen königlichen Weg fällt, weil wir unsere Egozentrik und Ängste für Sekunden ausgeschaltet haben.

Ich wünsche Ihnen eine gute Woche im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes.

Udo Manshausen

Der Kuss der Seele

Die Beschäftigung mit der Weisheit scheint doch für manche außerhalb des sichtbaren Horizontes zu liegen. Besonders gefreut haben mich dennoch die beiden Rückmeldungen meines Aufrufs nach Weisheitsliteratur, die ich als Anregung hiermit weitergeben möchte:

„Mein absolutes Lieblingsbuch ist von Khalil Gibran: Worte wie die Morgenröte (Herder ISBN 3-451-21185-8) weiterhin: Anne Morrow Lindbergh: Muscheln in meiner Hand (Piper ISBN 3-492-03034-3) und last not least: Hermann Hesse: Mit der Reife wird man immer jünger (Insel ISBN 3-458-34011-4).“ „Ich lese derzeit "Die vier edlen Wahrheiten" (Dalai Lama).“

Liebe Leserinnen und Leser!

Es liegt schon fast fünfundzwanzig Jahre zurück. Während meines Seelsorgepraktikums saß ich mit dem Pfarrer in der Sakristei, die ein älteres Ehepaar unerwartet betrat. Sie baten um die Segnung ihres neuen Autos, das vor der Kirche stand. Ich war damals völlig verblüfft, wie selbstverständlich der Pfarrer ohne nähere Fragen diesem Anliegen nachkam, dem ich dann ebenfalls beiwohnte. Ich kann mich noch an den kalten Schauer erinnern, der mir über den Rücken lief, als das Weihwasser über die Motorhaube prasselte. Welch ein Wahnsinn dachte ich in diesem Moment! Etwas versöhnt wurde ich durch die ausgesprochene Bitte an Gott, er möge die Fahrenden stets gut nach Hause geleiten. Das Vaterunser an der Seite der Blechkarosse veränderte wiederum mein Gefühl zum Merkwürdigen hin.

Da wusste ich doch aus dem Religionsunterricht in der Schule, dass die sogenannten Naturvölker Teile der Natur angebetet haben, weil sie sich vor manchen Naturphänomenen fürchteten oder diese für helfend mächtig hielten. Und diese primitiven Glaubensformen seien dadurch zu erklären, so hieß es, dass der geringe Wissensstand eine solche Frömmigkeit, einen solchen Aberglauben begünstige, wo wir doch heute genau erklären können, wie ein Blitz entsteht und aus welchem Material die Götterstatuen oder Autos sind.

Für den Autor des alttestamentlichen Buches der Weisheit ist allerdings die Götzenverehrung nicht Folge einer mangelnden Intelligenz, sondern ein Manko gegenüber einer umfassenden Sichtweise der Schöpfung, das sich durch eine fehlende Gotteserkenntnis ausdrückt:

„Töricht waren von Natur alle Menschen, denen die Gotteserkenntnis fehlte. Sie hatten die Welt in ihrer Vollkommenheit vor Augen, ohne den wahrhaft Seienden erkennen zu können. Beim Anblick der Werke erkannten sie den Meister nicht, sondern hielten das Feuer, den Wind, die flüchtige Luft, den Kreis der Gestirne, die gewaltige Flut oder die Himmelsleuchten für weltbeherrschende Götter. Wenn sie diese entzückt über ihre Schönheit, als Götter ansahen, dann hätten sie auch erkennen sollen, wieviel besser ihr Gebieter ist; denn der Urheber der Schönheit hat sie geschaffen. Und wenn sie über ihre Macht und ihre Kraft in Staunen gerieten, dann hätten sie auch erkennen sollen, wie viel mächtiger jener ist, der sie geschaffen hat; denn von der Größe und Schönheit der Geschöpfe lässt sich auf ihren Schöpfer schließen. Dennoch verdienen jene nur geringen Tadel. Vielleicht suchen sie Gott und wollen ihn finden, gehen aber dabei in die Irre. Sie verweilen bei der Erforschung seiner Werke und lassen sich durch den Augenschein täuschen; denn schön ist, was sie schauen. Doch auch sie sind unentschuldig: Wenn sie durch ihren Verstand schon fähig waren, die Welt zu erforschen, warum fanden sie dann nicht eher den Herrn dieser Welt?“ (Weisheit 13, 1-9)

Sehen Sie es mir bitte nach, wenn ich mich habe hinreißen lassen, den Text länger als ursprünglich geplant zu zitieren. Ich finde es vor allem friedvoll, wie der Autor an dieser Stelle schon deutliche und kritische Worte spricht, jedoch

nicht verurteilt, sondern versucht, die Leser zu verleiten, über ihre gewohnte Erkenntnis hinauszugehen.

Ja, es gibt so viele verschiedene Augen, mit denen ich die Welt sehen kann. Seit Jahrhunderten wird immer wieder darauf hingewiesen, dass die tiefere Erkenntnis vom Menschen und der Welt keine Frage der Logik sei, sondern des Herzens und der Seele. Eine göttliche Erfahrung, die Menschen in sich zu spüren glaubten, wurde als ein solch dichter Prozess erlebt, dass dieser erst im Nachhinein eine Reflexion erlaubte. Das, was wir Seele nennen, wird in solchen Momenten berührt.

Ein solche Berührung mit Gott wird als Ausgangspunkt der Berufung des Propheten Jeremia beschrieben, dem Gott mitteilt, dass er zum Propheten für die Völker bestimmt sei. Doch Jeremia hat seine berechtigten Zweifel:

„Ach mein Gott und Herr, ich kann doch nicht reden, ich bin ja noch so jung. Aber der Herr erwiderte mir: Sag nicht: Ich bin noch so jung. Wohin ich dich auch sende, dahin sollst du gehen, und was ich dir auftrage, das sollst du verkünden. Fürchte dich nicht vor ihnen; denn ich bin mit dir um dich zu retten – Spruch des Herrn. Dann streckte der Herr seine Hand aus, berührte meinen Mund und sagte zu mir: Hiermit lege ich meine Worte in deinen Mund.“ (Jeremia 1, 4-9)

Wie Sie bemerken werden, geht es nicht um einen intellektuellen Prozess, sondern um eine Berührung geistiger oder geistlicher Natur. Der Dominikaner Meister Eckhart gibt dieser Szene, diesem Geschehen die Überschrift: ‚Der Kuss der Seele‘. Ein wunderschönes Bild wie ich finde!

Der Mensch sehnt sich nach einer inneren gefühlvollen Verbindung und das nicht nur zum Menschen hin, sondern ebenso im Kontakt mit seinem Leben und der Schöpfung, mit dem Sinn der Welt. Wir möchten Vertrauen spüren, uns nicht immer strategisch absichern müssen und zudem eine menschliche Aufgabe haben, durch die es uns gelingt, die Herzen und die Seele der anderen zu erreichen und zu erfüllen, damit wir dem Leben glauben. Um dies wahr werden zu lassen, brauchen wir das eigene Urvertrauen, das metaphysisch gesehen nicht sichtbar, so dennoch zutiefst gespürt werden will. Aber wie können wir uns für eine solche Erfahrung offen halten? – Wir müssen zunächst den materiellen Drang hinter uns lassen oder zumindest für einen Zeitraum ausschalten, um die menschliche Sehnsucht nach innerer und äußerer Berührung zum Fließen zu bringen. Und bedenken Sie: Was ist besser geeignet dazu, als die göttliche Dimension des Lebens in den Geist des Spürens hineinzunehmen, von der die Menschen zu Recht sagen, dass sie das Herz weit macht und uns aus der materiellen und zwanghaften Enge herausführen kann. Das Nachdenken über den Kuss der Seele erweitert unsere Lebenssicht, allein schon dadurch, dass wir darüber phantasieren, was dieses Erleben denn für uns persönlich sein könne.

Ja, er ist wie der freie Fall, bei dem wir sicher aufgefangen werden wollen. Es gilt somit zu begreifen, dass jede Absicherung, jeder festhaltende Krampf im und am Leben, jeder Zwang und jegliche Form von Gewalt den Kuss der Seele verhindern wird. Aber werden wir ihn letztlich ohne ein Bewusstsein von Gott erfahren?

Eine Woche mit seelischen Akzenten wünscht Ihnen
Udo Manshausen

Der zerbrochene Spiegel

Entdeckung der eigenen Zerrissenheit

An dieser Stelle möchte ich mich für die Rückmeldungen zu meinen Meditationen bedanken. Trotz des modernen Zeitalters erhielt ich erfreulicherweise vor einigen Tagen eine Karte - kein Fax, keine E-Mail – mit folgendem Inhalt: "Danke, dass Du mir das Kreuzzeichen zurückgegeben hast – ich hatte es verloren."

Liebe Leserinnen und Leser!

Wir sind derartig vielen Reizen ausgesetzt, dass es uns immer schwerer fällt, diese zu verarbeiten. Nicht selten breitet sich das unguete Gefühl aus, nur noch zu funktionieren oder ohne innere Festigkeit zu reagieren. Deutliche Anzeichen dafür sind: Unruhe, Selbstzweifel, andauernde aggressive Grundstimmung, Frustkäufe, die Sehnsucht nach Freizeit und Urlaub, regelmäßiger Alkoholkonsum, sich und anderen etwas vormachen, Gedanken an Selbstmord, die Flucht in sexuelle Erlebnisse, Überheblichkeit, das Ausüben von Macht, übertriebene Action, Antriebslosigkeit, keinen Sinn für das Übernatürliche im Leben.

Ich erinnere mich doch gut, wenn meine Mutter die Fehlgriffe meines Verhaltens mit den Worten kommentierte: ‚Geh ins Badezimmer und schau in den Spiegel. Und dann möchte ich wissen, ob du dir selbst noch in die Augen sehen kannst!‘

Es ist tatsächlich eine schwere Übung, auch wenn wir guter Dinge sind, uns im Spiegel in die eigenen Augen zu blicken. In den inneren Spiegel der eigenen Seele zu schauen, ist auch nicht einfacher. Wenn wir davon sprechen, unsere Gedanken zu reflektieren, dann ist dies ja meist nur möglich, wenn wir in uns eine innere Klarheit haben, von der uns etwas zurückgespiegelt werden kann. Der Appell ‚Denken Sie einmal darüber nach‘ scheint doch eher eine aussichtslose Aufforderung zu sein, wenn wir die Ausgangslage vieler Menschen begreifen, die es nicht mehr gewohnt sind, sich selbst in Ruhe zu betrachten.

Auch wenn die Religionen mit ihren Fehlentwicklungen zu Recht kritisiert und nunmehr gemieden werden, so war und ist die anhaltende Gewissenserforschung die entscheidende Grundlage, um sich selbst in eine Balance zu bringen:

- Bin ich noch ehrlich zu mir und den anderen?
- Respektiere ich meine eigenen Gefühle oder passe ich mich nur den äußeren Erwartungen an?
- Habe ich einen Weg greulicher Überheblichkeit eingeschlagen oder fühle ich mich noch auf die Mitmenschen angewiesen?
- Habe ich mir einen Sinn für den Himmel offen gehalten oder warte ich auf die mathematische Berechnung der Größe ‚Gott‘?
- Glaube ich, dass ich schuldig geworden bin oder hole ich mir meine Rechtfertigung selbstherrlich oder mit Hilfe eines Psychiaters?

- Kann ich Menschen vergeben oder brauche ich die Schuld der anderen immer noch als Waffe?
- Gibt es Grenzen für meinen Egotrip oder lasse ich ihm freien Lauf?
- Wie schaffe ich es, zu mir selbst zu kommen?

Nun könnte der ein oder andere Leser auf die Idee kommen, dass ich jemand ein schlechtes Gewissen machen möchte. Das geht allerdings nur wirklich, wenn es schon da ist.

Der Spiegel ist eine traditionsreiche Metapher, die uns ermöglicht, uns sowohl über unsere dunklen Seiten klar zu werden, als uns auch verstehen lernt, welche positiven Tugenden und Werte für unser Leben hilfreiche und heilsame Spiegelungen sein können.

Der ehrliche Ausgangspunkt ist zunächst einmal eher ein zerbrochener Spiegel, denn wer könnte schon von sich behaupten, die volle widerspiegelnde Klarheit seiner Seele erreicht zu haben. Ja, das Leben wird eigentlich immer zerrissen bleiben, weil wir vom Tod bedroht und einem unbestimmten Schicksal ausgeliefert sind. Und wer immer noch nicht an die bösen Mächte im Leben glaubt, der sollte einfach einmal seine wogenden Rachedgedanken bewusst wahrnehmen.

Aber wie können wir uns auf einen sinnvolleren Weg begeben? Es wird unsere wichtigste Aufgabe sein, die tiefgreifenden und aufrichtigen Elemente der Religionen, in denen sich menschheitliches Wissen mit Weisheit gesammelt hat, wieder zu entdecken. Dafür müssen wir unser konfessionelles Denken, im Guten wie im schlechten Sinne, überwinden und uns selbst der Wirklichkeit stellen. Wir dürfen uns zudem nicht mehr in erster Linie den moralischen Spiegel von anderen vorhalten lassen, denn es wird doch immer offenkundiger, wie wir alle zerbrochene Spiegel in uns tragen. Die Entdeckung der eigenen Zerrissenheit ist vornehmlich unsere eigene Aufgabe und nicht die der anderen. Wir sagen ja in kritischen Situationen zu Recht: ‚Spiele dich nicht so auf, kehre vor deiner eigenen Türe, da gibt es genug zu tun!‘

Gibt es eigentlich ein Wesen - außer Gott -, das von sich behaupten könnte, in die Herzen der Menschen zu schauen, in Wahrheit beurteilen zu können, wie die anderen sind.

Glauben Sie eigentlich, dass es möglich ist, andere leichter beurteilen zu können als sich selbst? Ja, es ist einfacher, den anderen ihren Spiegel vorzuhalten, als selbst in ihn zu blicken. Aber für den anderen ist es dann die schwere Situation. Wenn wir selbst öfter in den eigenen blassen oder zersplitterten Spiegel schauen würden, dann wäre unsere Erinnerung an die eigene Peinlichkeit aktueller. Vielleicht werden wir es dann öfter unterlassen, andere in ein Spiegelkabinett zu stellen.

Ja, da liegt eine große Anstrengung vor uns, wenn wir wieder in einen tugendreichen Spiegel blicken wollen. Die kritische Selbsterkenntnis ist schmerzvoll und allzu oft müssen wir uns schämen, wenn wir bedenken, wie es zu manchen Handlungen kommen konnte. Genau an dieser Stelle kann eine entscheidende Wegänderung liegen: sich nicht selbst zu brandmarken oder brandmarken zu lassen, sondern das Chaotische und Schuldvolle zu verlassen, um einen ehrlich gespiegelten Pfad des Lebens zu beschreiten.

Befragen Sie sich selbst, ob sie noch auf einem mitmenschlichen und aufrichtigen Lebensweg sind!

Der Spiegel des Augenblicks

Jeden Augenblick kann es wahr werden:
die Verstrickung in Schuld;
doch - es geht weiter - in welche Richtung?
Im Bedenken mit Verzweiflung,
im angstvollen Weglaufen,
durch das Zerschmettern der scheinbaren Ganzheit.

Es helfen weder Bestrafung noch Ächtung,
nicht durch uns selbst, nicht durch die anderen.

Aufrecht stehend, blickend in den Spiegel des Augenblicks,
hoffend, uns selbst zu entdecken, wie wir sind im Grunde:
liebepoll, bedürftig und mit Seele,
öffnend den Zugang zu göttlichem Himmel mit Weite.

Ohne Gott – bleibende Zerrissenheit menschlicher Täuschung.
Möge der göttliche Vater, die göttliche Mutter uns verzeihen
im Augen - Blick.
(Udo Manshausen)

Eine Woche mit guten Augen-Blicken wünscht Ihnen
Udo Manshausen

Und

Die Gleichheit zwischen den Menschen

Liebe Leserinnen und Leser!

Wer hat sich nicht schon einmal in seinem Leben gegenüber anderen aufgespielt und sich als etwas Besseres gefühlt? Ein solches Gefälle kann sich leicht auftun, wenn wir erregt sind oder uns minderwertig fühlen oder gar der Hochmut in uns aufsteigt. Bestimmt kann ein derartiges Ansinnen von Hochmut von anderen und von uns selbst leicht verziehen werden. Anders hingegen sähe es aus, wenn wir uns über Menschen auf Dauer hinausgehoben fühlten und damit die menschliche, wesensmäßige Gleichheit auf den Kopf stellen würden. Ganz zu schweigen, von der fast schon krankhaften devoten Haltung gegenüber Würdenträgern, Chefs oder Leuten mit Geld und Einfluss. Wann beenden wir endlich dieses lächerliche und groteske Getue, so als gäbe es in Wirklichkeit Unterschiede unter der Spezies Mensch! Natürlich gibt es Unterschiede zwischen den Menschen, die sich ausdrücken in der Vielfalt der Begabungen, Fähigkeiten und Gedanken und das Leben zu einer umfassenden Ganzheit führen. Aber warum gibt es immer noch das Getue um Ansehen, Ruhm und Ehre?

Das Wort ‚und‘ drückt aus, dass etwas zusammengebunden und mit eingeschlossen ist. Wir Menschen werden geboren, wachsen als Winzlinge auf und sterben. Darin sind wir alle geeint und gleichsam verbunden. Ein jeglicher Versuch, diese Gleichheit in Frage zu stellen, wird scheitern. Dennoch glauben wir manchmal, wir selbst oder andere sind gleicher, so als gäbe es einen wesensmäßigen Unterschied im Sinne einer Ungleichheit. Vielleicht geraten wir so leicht in die Sphäre der Überheblichkeit, weil wir unsere Entwicklung von Windeln an und unseren sicheren Tod geradezu ausgeblendet haben. Und in Grenzsituationen, wenn wir uns von anderen unter Druck gesetzt fühlen, rufen uns vielleicht einige hilfreich zu: ‚Warum machst du dir vor Angst in die Hose, diese Person ist auch nur ein Mensch, ein Sterblicher, der auch nicht ewig auf Erden lebt. Also, warum fürchtest du dich?‘

Wenn wir allerdings selbst daran glauben, etwas Besseres zu sein, dann wird es mitunter schwierig, nicht zu meinen, dass es wiederum jemand gäbe, der über mir steht.

Interessant sind auch die bewussten Versuche, die menschliche Gleichheit lächerlich zu machen sowie in eine pragmatische Ungleichheit zu führen: ‚Es muss Unterschiede im Leben geben, die sich u. a. ausdrücken in Hierarchie, Position und Verantwortlichkeit.‘

Jedoch, wo bleibt die grundlegende menschliche Verbindung im Alltag, die die Person als Mensch einbindet und würdigt im Sinne der Gleichheit?

Wenn wir die Bedeutung der Gleichheit eines jeden Seins einmal bis zum Ende, auf den Tod hin reflektieren, dann müssten wir manchmal über unsere Überheblichkeit erschrecken und uns schämen, weil wir selbst für Momente an den Übermenschen in uns und anderen glaubten.

Vielleicht erstellen Sie sich eine kleine Liste, es kann auch eine größere sein, wo sie die Gleichheit des Wesens Mensch in Frage stellen. Und dies sei hier noch angemerkt: Wer Angst vor einem Menschen hat oder selbst Angst verbreitet, der schließt andere im Sinne der Gleichheit aus. Es reicht aus, um sich ungleich zu fühlen, wenn Sie sich dabei ertappen, wie Sie vor anderen abzucken oder sich in einem schon fast göttlichen Unterschied zu den anderen wähnen. Bei genauer Betrachtungsweise kann man feststellen: Es ist schon ein Wahnsinn, was wir Sterblichen da für Schauspiele von Unsterblichkeit aufführen.

Und haben wir die Einstellung von Jesus von Nazareth mit in unsere Überlegungen eingebunden, der seine Berufung nicht über die Menschen, sondern in den gemeinschaftlichen Dienst gestellt hat? Unter seinen Jüngern ging ebenfalls die Gleichheit für Momente zu Bruch, als sie sich über ihre jeweilige Bedeutung stritten:

„Sie kamen nach Kafarnaum: Als der dann im Haus war, fragte er sie: Worüber habt ihr unterwegs gesprochen? Sie schwiegen, denn sie hatten unterwegs miteinander darüber gesprochen, wer von ihnen der Größte sei. Da setzte er sich, rief die Zwölf und sagte zu ihnen: Wer der Erste sein will, soll der Letzte von allen sein und der Diener aller sein ...“ (Markusevangelium 9, 33-36)

Ein bemerkenswerter Maßstab, wie ich finde, um bei sich selbst auf die Spur einer Einstellung von geglaubter Ungleichheit zu kommen, so als seien die anderen zu Recht da, mir zu dienen oder die Füße zu küssen.

Es klingen schon jetzt die vielfältigen Proteste und Widerstände gegen eine praktische Verwirklichung der menschlichen Gleichheit an mein Ohr. Dies gleich vorweg: Es wird im Leben immer Unterschiede geben, ob zu Recht oder zu Unrecht, mag jeder Einzelne für sich entscheiden. Es ist letztlich die Frage, ob wir bereit sind, unser individuelles Leben zu einer menschlichen Einigkeit und Einheit, die im sterblichen Lebensprinzip grundgelegt ist, zu führen: alle Lebewesen sind im Raum der geschaffenen und geschöpflichen Welt zusammengebunden und in gleicher Weise mit eingeschlossen. Wir sind gleich!

Möglicherweise gelingt es uns, Akzente von Gleichheit im konkreten Leben zu setzen:

- selbst weniger Unterschiede im Sinne der Überheblichkeit zu machen;
- auf ungerechte Ungleichheit hinzuweisen;
- devote Grundhaltungen aufzugeben und Menschen nicht zu Göttern zu machen.

Eine Woche im Sinne der menschlichen Gleichheit wünscht Ihnen

Udo Manshausen

Gedanken zu den Atemzügen

Liebe Leserinnen und Leser!

Kürzlich kam mir bei einer Autofahrt in den Sinn, dass ich eigentlich ständig ein- und ausatme, um am Leben zu bleiben. Dieser selbstverständliche biologische Mechanismus war bis dahin bei mir eher in Vergessenheit geraten. Er wurde mir zwar hier und da öfter bewusst, wenn ich einmal für kurze Zeit außer Atem geriet, aber schon bald war die Atemnot vergessen, und der natürliche Vorgang des Sauerstoffaustauschs ging wieder ins Unbewusste über.

Auf ähnliche Weise verschwinden denn auch oftmals die Gedanken, dass wir alle Teil der Natur sind: auch wir Menschen sind Lebewesen, die jenseits gesellschaftlicher Strukturen vom Ein- und Ausatmen existieren. Mit Hilfe unserer Gedanken und eines verdrängenden Bewusstseins gelingt es uns häufig, uns vom natürlichen Leben abzusondern, wobei wir das Atmen noch nicht überwunden haben, um uns so noch deutlicher über die Natur stellen zu können.

Die Besinnung darauf, dass wir Menschen Lebewesen sind, nicht mehr und nicht weniger, kann uns helfen, wieder zu einem natürlichen oder ursprünglichen Standpunkt im Innern zu kommen: Wir sind nicht das, was andere aus uns machen! Das Leben ist mehr als die sich aufdrängenden Konsumgüter oder in Aussicht gestellten Positionen und Anerkennungen! Vielleicht ist es aber auch weniger als all dieses.

Der Autor Kohelet im Alten Testament bringt es wieder einmal auf den Punkt, wenn er den Menschen und den Tieren das gleiche Geschick zuerkennt:

"Beide haben ein und denselben Atem. Einen Vorteil des Menschen gegenüber dem Tier gibt es da nicht. Beide sind Windhauch. Beide gehen an ein und denselben Ort. Beide sind aus Staub entstanden, beide kehren zum Staub zurück. Wer weiß, ob der Atem der einzelnen Menschen wirklich nach oben steigt, während der Atem der Tiere ins Erdreich hinabsinkt?" (Kohelet 3,19-21)

Für Kohelet steht der Windhauch im Vordergrund seines Denkens. Er möchte die Menschen wachrütteln, damit sie endlich begreifen, dass es letztlich keinen Vorteil unter der Sonne gibt. Nein, es gibt in Wirklichkeit keine Vorherrschaft unter den Lebewesen. Es ist dasselbe Ein- und Ausatmen, das uns alle bis zum letzten Atemzug bestimmt.

Stellen Sie sich einmal vor, sie würden eines Tages auf allen beruflichen Schildern, sei es in Unternehmen oder in öffentlichen Einrichtungen sowie an so vielen Häuserwänden, den Zusatz ‚Lebewesen‘ entdecken. Zwei Beispiele seien hier angeführt, um den Gedanken deutlich werden zu lassen: Abteilungsleiter Herr N. – ‚Lebewesen‘ – bitte Anmeldung im Sekretariat bei Frau S. – ‚Lebewesen‘ –; oder Leiter der chirurgischen Abteilung Chefarzt Prof. Dr. K. – ‚Lebewesen‘ –.

Über diese ‚Zusatzbezeichnung‘ würde sich sicher so mancher wundern. An die akademischen und gesellschaftlichen Windhauchtitel haben wir uns

bereits gewöhnt. Das Schlimme dabei ist, dass die suggestive Wirkung der Titel es häufig schafft, dass wir tatsächlich daran glauben, die bedeutenden Menschen hätten einen längeren Atem. Auf das ganze Leben bezogen, stimmt es auf jeden Fall nicht!

Sich die Gleichheit der Lebewesen bewusst zu machen, kann auf eine Weise geschehen, indem wir die Atmung der anderen beobachten und vielleicht sogar versuchen, den Atemrhythmus zu übernehmen. Manchmal müssen wir schon genauer hinsehen, um zu erkennen, dass unser Gegenüber – Mensch oder Tier – tatsächlich atmet.

Wir wissen, dass Unterdrückung und Angst nicht befreit atmen lassen. Manchmal stockt uns sogar der Atem, wenn wir geschockt werden oder das Ende unseres Lebens deutlich vor Augen steht. Von daher ist es mit dem Ein- und Ausatmen allein nicht getan, wenn unsere Lebensluft gleichmäßig und ruhig durch uns hindurchfließen soll. Auch wenn regelmäßige Atemübungen Rhythmus und Festigkeit geben können, so ist jedoch das Wichtigste der Blick auf die Wirklichkeit, wie sie ist, und die Ordnung unserer Vorstellungen, damit uns die Illusion nicht den Atem nimmt. Kohelet kann mit seiner Windhauchphilosophie so manches an gedanklicher Verquerung aus dem Weg räumen. Eigentlich hilft unserem Atem alles, was uns wieder auf den Boden des Lebens, auf die erdige Erde aufmerksam macht.

Im zweiten Schöpfungsbericht, in der Geschichte von Adam und Eva, bringt der Autor folgende Sichtweise zum Ausdruck:

„Da formte Gott, der Herr, den Menschen aus der Erde vom Ackerboden und blies in seine Nase den Lebensatem. So wurde der Mensch zu einem lebendigen Wesen.“ (Genesis 2,7)

Der Ackerboden ist das Symbol für entstehendes Leben, da aus ihm die Frucht hervorgeht, die das Leben durch Ernährung ermöglicht. Und wie schon erwähnt, kehrt der Mensch dorthin auch wieder zum Ursprünglichen des Lebens zurück. Der Autor stellt ganz deutlich heraus, dass der Sauerstoff allein nicht die Lebendigkeit des Lebens hervorbringt. Für ihn ist das göttliche Element, das Übernatürliche, das, was über die Erde hinausweist, der eigentliche Atem, der uns Menschen aus dem Windhauchdasein herausführt.

Und, was lässt Sie wirklich befreit atmen?

Eine Woche mit befreienden Atemzügen wünscht Ihnen
Udo Manshausen

Eine Meile Luft

Vom Woher und Wohin des Lebens

Liebe Leserinnen und Leser!

„Und wofür das Ganze?“ ist mit die am häufigsten gestellte Frage der Menschheit. Nun kann es sein, dass sich diejenigen Lebewesen glücklicher schätzen, die wissen, wo es in ihrem Leben lang geht, die Ziele haben und sei es lediglich, das Rentenleben zu erreichen. Die planloseren Geschöpfe sind häufiger verzweifelt, weil sie möglicherweise denken, dass sie gesellschaftliche Entwicklungen, wie z.B. die Karriereleiter oder die glückseligen Ziele der irdischen Gemeinschaft, derartig verpassen könnten und somit das tiefe und sinnvolle Menschsein verfehlen.

Mein Großvater pflegte in kritischen Momenten seines Lebens immer zu sagen: „Am Liebsten wäre ich schon tot!“ Und wenn ihm dann keiner Glauben schenkte, fügte er noch hinzu: „Ich hänge mich auf.“

Nun, für den Bruchteil von Sekunden wird schon jeder einmal die Lebensmüdigkeit oder Sinnlosigkeit des eigenen Daseins an die Oberfläche geholt haben.

Wenn wir den Himmel aus unseren Überlegungen ausschließen, dann schöpfen wir lediglich die irdische Natur unseres Menschseins aus. Natürlich wird auch das Überirdische nur aus unserem begrenzten Wesen heraus erfasst.

Vielleicht können Sie dem Gedanken und der Einsicht des Mystikers und Dominikaners Meister Eckhart zustimmen, der sagt, „dass in einer Meile mehr Luft sei, als in einer halben“. Wenn wir diese hilfreiche Erkenntnis auf unser Dasein übertragen, dann ist in der Eindimensionalität kaum Himmel und wenig geistige Erde. Denn der Blick von einem Berg oder einem hohen Turm sowie in den blauen Himmel oder in die Welt der Sterne kann unseren Horizont erweitern. Ja, es ist notwendig, uns regelmäßig einen Überblick zu verschaffen, da wir sonst nicht bemerken, wie die Götter sorgenvoll an Ideen basteln, um die Aufmerksamkeit für das Seelische und Geistige in uns wachzurütteln.

Natürlich können wir Ahnenforschung betreiben, um unsere Herkunft zu erkunden oder professionelle Lebensplanung betreiben, um unserem Dasein mehr Sinnfülle zu geben. Jedoch, es wird nicht ausreichen, um unser geschöpfliches Bestehen in der Tiefe zu ergründen. In einem Dialog mit den Pharisäern betont Jesus: „Ihr urteilt, wie Menschen urteilen ...“ (Johannes 8,15) Er weist daraufhin, dass sie die göttliche Dimension zu wenig in ihr Denken und Handeln mit einbeziehen, sich nur auf irdische Sichtweisen beschränken und die Egozentrik von Habsucht und von Rechthaben nicht überwunden haben. Nun, gut, wer weiß schon wie Gott oder die himmlischen Heerscharen denken. Dennoch wird über Jesus berichtet, und dies von vielen Menschen unabhängig voneinander – da sie nicht in Netzwerken moderner Kommunikation miteinander verbunden waren –, dass er durch seine Art zu denken eine hohe Einfühlung besaß, von der himmlischen Position aus das Leben zu begreifen. Er hatte offenbar für sich Wege gefunden, vor sich selbst

glaubhaft, die Erdanziehung zu übersteigen, indem er die seelische und metaphysische, die überirdische Sichtweise in den Mittelpunkt seines Denkens und Handelns stellte. Vielleicht war er dadurch für viele auch ein Träumer, ein Illusionist, der die Mechanismen der harten Lebenswirklichkeit nicht verstand. Er hätte mehr aus seiner Prophetie machen können, Geldgeber für die Vermarktung seiner ‚Verzauberungen‘ hätte er bestimmt gefunden. Aber bedenken wir vor allem, dass er seinem Tod nicht davon gelaufen ist. Warnungen unterzutauchen und Möglichkeiten, sich der Verfolgung zu entziehen, gab es genügend. Aber möglicherweise war dies ja auch eine Folge seines Realitätsverlustes, dass er sich verhaften ließ, um für seine Ideen notfalls zu sterben.

Aber bei allen kritischen Erwägungen hatte Jesus eine treffende Sichtweise, die uns helfen kann, unser Leben von einer höheren Warte aus zu begreifen, um unseren irdischen Ketten nicht nur für Momente Leichtigkeit zu verschaffen. Er sagt: „... ich weiß, woher ich gekommen bin und wohin ich gehe. Ihr aber wißt nicht, woher ich komme und wohin ich gehe.“ (Johannes 8,14) Damit möchte Jesus nicht nur den Pharisäern, sondern auch uns eine Dimension eröffnen, innerhalb derer wir erspüren sollen, was die eigentlichen Urgründe unseres Daseins sind.

Alle Religionen kommen ohne gegenseitige Absprache, aus sich, aus der eigenen tiefen Einfühlung heraus – und die Religionen sind Ausdruck menschlichen und seelischen Denkens – zu dem gleichen Erkennen: ‚Wir sind nicht eine Laune der Natur, und wir werden nicht ohne Ort sein, wenn wir nicht mehr irdischen Atem in uns tragen.

Sie können für sich selbst ergründen, inwieweit sie sich ausschließlich in irdische Sichtweisen verstrickt haben, wie Sie an Ihre Grenzen stoßen, den Eigensinn als ausschließlichen Lebensatem zu verwirklichen, wie Sie der Habsucht verfallen sind bei der Jagd nach irdischer Unendlichkeit und Machtfülle und auf welche Weise sich Ihr Herz versteinert hat zu einer Härte, die nicht mehr an ein Paradies glauben lässt.

Wir können uns etwas vormachen, auch mit den Gedanken an ein Paradies, das ist wahr. Es ist aber auch offensichtlich, wohin uns die Eindimensionalität unseres Denkens führt – ‚was, Sie haben noch kein Aktienpaket und waren noch nicht in Hawaii!‘. Da kann es leicht passieren, dass wir noch nicht einmal mehr die Luft für eine halbe Meile haben.

Ich möchte Sie anregen, sich über Ihr Woher und Wohin ernsthafte Gedanken zu machen. Warum stellen Sie solche Gedanken nicht einmal in den Mittelpunkt Ihrer geistigen Bemühungen in der nächsten Zeit!

Ich wünsche Ihnen in dieser Woche viel himmlische Luft
Udo Manshausen

Informationen über die Weisheit

Liebe Leserinnen und Leser!

Manchmal kann man das Gejammer von Mitarbeitern in einigen Unternehmen schon nicht mehr hören, die da immer wieder glauben, nicht richtig oder zu spät informiert zu sein. Gleichermäßen gibt es die aufheulende Frage im Privaten: ‚Davon weiß ich ja gar nichts! Davon höre ich jetzt zum ersten Mal!‘ In diese leidvollen Informationsbedürfnisse kann jeder von uns hier und da vor allem hineingeraten, wenn wir uns zurückgesetzt fühlen. Keiner stellt sich allerdings die Frage, ob der Informationsgehalt nicht schon eine geistige Zurücksetzung bedeutet, wenn wir dann erkennen, wie wenig entscheidend für unser Leben viele Mitteilungen und Auskünfte sind und wie sehr wir uns sinnlos darüber aufgeregt haben, nichtwissend im Bilde gewesen zu sein. Ja, oftmals jagen wir geradezu billigen Auskünften hinterher, die nur unsere Egozentrik oder unsere Wichtigkeit oder unseren Zuwachs an Ruhm begleiten sollen!

Und oftmals bekomme ich in meinen Seminaren und Beratungen im Zusammenhang mit weisheitlichen Inhalten entgegengehalten, dass man sich doch nicht ausschließlich mit Menschlichem, der Weisheit oder gar Philosophischem beschäftigen kann. Die Anforderungen des Lebens seien doch häufig ganz anders geartet, als dass sie mit weisheitlichem Wissen beantwortet werden könnten. Im Rahmen der Weisheit geht es natürlich schon um etwas Feinsinnigeres und Tieferes als um das Zurufen von Sprüchen: Es geht um zeitlose und gelebte Reflexion.

An dieser Stelle möchte ich meinen Gedankengang kurz unterbrechen, um Sie vor einem taktischen Dialogfehler zu bewahren. Dies allerdings nicht unter der Motivation, Ihnen einen Trick zu vermitteln, denn die Sache der Weisheit sollte sich keiner Lügen bedienen, sondern ganz im Sinne der Weisheit, dass Sie eine mögliche Begründung für oder gegen die Weisheit dem Kritiker der vernünftigen Gelehrtheit überlassen. Denn wer kennt nicht die unendlichen Rededuellen, die in grundlegender Meinung davon geprägt sind, dass die menschliche und weisheitlich geprägte Lebenserfahrung doch eher nur Beiwerk sei oder zumindest nur wenig Bedeutung habe und eher etwas für anständige Idealisten sei. Der Autor des alttestamentlichen ‚Buches der Weisheit‘ muss schon damals, so in der Zeit zwischen 80 und 30 v. Chr., um dieses Phänomen gewusst haben, das sich in der eben beschriebenen Weise bis heute gehalten hat.

„Ist Reichtum begehrenswerter Besitz im Leben, was ist dann reicher als die Weisheit, die in allem wirkt?

Wenn Klugheit wirksam ist, wer in aller Welt ist ein größerer Meister als sie?

Wenn jemand Gerechtigkeit liebt, in ihren Mühen findet er die Tugenden.

Denn sie (die Weisheit) lehrt Maß und Klugheit, Gerechtigkeit und Tapferkeit, die Tugenden die im Leben der Menschen nützlicher sind als alles andere.“ (Weisheit 8, 5-7)

Und somit gilt es, an alle diejenigen, die die Weisheit nicht in den Mittelpunkt des menschlichen Handelns stellen mögen, die folgende Frage zu stellen: ‚Gibt es im Leben etwas Nützlicheres als die mit der Weisheit verbundenen Tugenden?‘

Wenn ich diese Frage gestellt habe, war oftmals langes Schweigen die Antwort oder die übliche Redewendung, dass man das alles doch differenzierter sehen müsse oder man sagte, dass es eigentlich tatsächlich nichts Nützlicheres gebe.

Auf jeden Fall möchte ich Sie dazu auffordern, diese Frage sich selbst und anderen einmal zu stellen und nach möglichen Antworten zu suchen. Damit ist die Frage nach der Nützlichkeit der Weisheit sozusagen auf den Kopf gestellt, da man ja Weisheitliches entgegenstellen muss, um die Weisheit im Sinne der Nützlichkeit oder ihre Wichtigkeit in Teilen oder gänzlich in Frage zu stellen. Vielleicht geht jedoch so manchem ein Licht auf, so dass Sie sich nunmehr verstärkt um die weisheitlichen Tugenden bemühen und sich und anderen darüber Mitteilung machen.

Um uns ein wenig für die Weisheit zu motivieren, lade ich Sie dazu ein, sich mit Gespür in den Geist und das Wesen der Weisheit einzufühlen, um die eigenen Anklänge von Sehnsucht und Weite, von Größe und Erhabenheit auf eine ehrliche und solide Weise wahrzunehmen und zu hören:

„In ihr ist ein Geist, gedankenvoll, heilig, einzigartig, mannigfaltig, zart, beweglich, durchdringend, unbefleckt, klar, unverletzlich,

das Gute liebend,

scharf,

nicht zu hemmen,

wohltätig,

menschfreundlich,

fest,

sicher, ohne Sorge,

alles vermögend,

alles überwachend und alle Geister durchdringend, die denkenden, reinen und zartesten.

Denn die Weisheit ist beweglicher als alle Bewegung; in ihrer Reinheit durchdringt und erfüllt sie alles.“ (Weisheit 7, 22-24)

Es wird schwer werden, gegen diese bestechende und offensichtliche Wertigkeit anzutreten. Und dennoch geschieht es jeden Tag, dass wir die Lebenszeit ohne Bemühen um Weisheit im Bewusstsein verstreichen lasse, weil wir glauben, es gäbe etwas Wichtigeres, um die eigene seelische Tiefe mit Leben zu füllen.

Bleiben Sie locker bei Ihrer anhaltenden Werbung für die Tugenden, für die Ehrlichkeit, für die Dialogfähigkeit auf der Basis ethischer Werte im Rahmen eines sittlich guten und fairen Handelns. Scheuen Sie sich nicht andere über die menschheitlichen Weisheitsquellen zu informieren oder diese zum Mittelpunkt Ihrer Gespräche oder Konferenzen zu machen! Gibt es im menschlichen Zusammenleben etwas Nützlicheres?

Vielleicht senden Sie mir Titel von Büchern, aus denen Sie gerade Ihre Lebensweisheiten herausspüren, um Ihr Leben mit geistigem Sinn zu füllen und zu reflektieren. Ich werde sie innerhalb des Rahmens der Meditationen gerne veröffentlichen, damit andere mehr Ideen erhalten, sich mit existentiellen Inhalten zu beschäftigen.

Eine Woche mit vielen Weisheitsinformationen wünscht Ihnen

Udo Manshausen

Auf der Suche nach einem Schöpfer des Lebens

Liebe Leserinnen und Leser!

Stellen Sie sich vor, die Welt mit ihren Geschöpfen wäre von einem Menschen erdacht und in Szene gesetzt. Wir würden also unser Sein von einem Menschen haben, der uns durch sein geschaffenes System am Leben erhält. Interessant ist der Gedanke, dass die Eltern eines Kindes dieses als Geschenk empfinden, obwohl sie die biologischen Notwendigkeiten kennen, die zur Geburt geführt haben. Der Mensch traut sich offenbar instinktiv nicht zu, gänzlich für das Entstehen von neuem Leben der Veranlasser zu sein. – Es wäre zudem auch eine schreckliche Vorstellung, wenn wir einmal die Spezies Mensch unter dem Aspekt der brutalen Eigeninteressen und Intrigen betrachten, möglicherweise von einem solchen Exemplar erschaffen worden zu sein. Eine solche Phantasie sollte uns doch eigentlich antreiben, uns wieder einmal dem Begriff oder dem Inhalt zuzuwenden, der mit dem Namen Gott verbunden ist. Gott, wie auch immer gedachten und empfunden, ermöglicht es uns, über unsere Entstehung und über den Sinn des Lebens nachzudenken. Ich glaube, wenn wir uns selbst, den Menschen, als Maßstab des Lebenssinns nehmen würden, dann kämen wir mit unseren Gedanken schnell in die Sphäre destruktiver Sinnlosigkeit.

Ich möchte Sie vielmehr dazu ermuntern, die konfessionellen Ausführungsbestimmungen, wie denn Gott nun sei und wie wir uns konkret in unserem Alltag zu verhalten haben, möglichst beiseite zu lassen, es sei denn, Sie wollen die eigene Vernunft oder Ihren Verstand gänzlich außen vorlassen. Sie dürfen über Gott immer das denken, was Sie möchten, wer sollte Ihnen dies denn auch verbieten! Sie brauchen sich zudem nicht an die konfessionellen Glaubensmauern zu halten oder gegen diese anzulaufen. Vielleicht liegt in einer solchen Freiheit eine neue Chance begründet, von Ihrem kirchlichen Frust – wenn überhaupt vorhanden – Abstand zu nehmen, damit Sie sich wieder wie befreit über Ihre göttliche Herkunft Ideen entwickeln können. Im Blick auf die eigene Lebensgestaltung, die ebenso vom eigenen Denken über die Entstehung des Menschlichen wie auch vom Nachdenken über das Ende bestimmt ist, hat Meister Eckhart, Dominikaner und Mystiker, eine interessante Unterscheidung bereitgestellt, mit der wir uns selbst in Bezug auf unser Handeln gegenüber einem Göttlichen einordnen können:

„Manche Leute laufen Gott voraus, manche neben Gott her, andere, die folgen Gott nach. Die Gott vorauslaufen, das sind diejenigen, die ihrem Eigenwillen folgen und die Gottes Willen nicht billigen wollen; dies ist ganz und gar schlecht ...“

Natürlich kann auch ich Ihnen nicht hinreichend und im Letzten schlüssig beschreiben, was denn der Wille Gottes sei – wer könnte dies schon! –, jedoch möchte der biblisch beschriebene menschenfreundliche Gott, dass wir uns gegenseitig lieben und achten, Gott und die Menschen. Eine Freundin schrieb mir vor kurzem: ‚Nehme demnächst aus beruflichen Gründen an einem Seminar über die nachlassende Solidarität in der Gesellschaft teil. Ich fand bisher gar nicht, dass welche da war.‘

Der Trip des maßlosen Eigenwillens erhebt sich über die Gemeinschaft und zwingt die anderen, das zu tun, was man für richtig hält. Das Wesen der anderen wird zurückgedrängt und Wesentliches in einem selbst bleibt auf der

Strecke, was durch menschliche und göttliche Nähe hätte zum Klingen gebracht werden können. An dieser Stelle können wir über den kleinen Tyrannen in uns nachdenken und uns einmal klar vor Augen führen, was wir Menschen alles angetan haben oder schon in Planung wieder antun werden. „Die anderen, die neben Gott hergehen, die sagen: ‚Herr, ich will nichts anderes, als was Du willst.‘ Sind sie aber krank, so begehren sie, daß Gott wollte, daß sie gesund wären; und dies mag hingehen ...“ Wenn ich vorgebe an Gott zu glauben, an seine Fürsorge für mich, an seine grundlegende Begleitung, dann habe ich die Aufgabe, mein gesamtes Leben in seiner Bedeutung zu reflektieren. Natürlich ist der Wunsch nach Gesundheit oder die Bitte um die Lösung von Problemen verständlich. Jedoch forsche ich denn auch nach der jeweiligen Bedeutung für mein Leben, wenn sich mir Schwierigkeiten in den Weg stellen, die ich zu bewältigen habe, es aber nicht will, und die sich nicht von selbst oder durch einen depressiven Lebensweg auflösen lassen? Im Rückblick wissen wir häufig, welche Sinnhaftigkeit Schicksalsschläge für unser Leben hatten. Im Vorhinein müssen wir uns daher viel deutlicher fragen, welches ‚eigene‘ Handeln oder Aushalten mein Leben nun erfordert und nicht vornehmlich auf Gott und die Menschen zu blicken, die von uns dann im Urteil entweder als ungerecht oder lieblos bezeichnet werden, wenn Hilfestellung verwehrt wird. „Die dritten, die folgen Gott nach. Wohin er will, dahin folgen sie ihm willig, und diese sind vollkommen ... Diese Leute folgen Gott nach, wohin immer er sie leitet: in Krankheit oder in Gesundheit, zu Glück oder Unglück.“ Für viele ist der eindeutige religiöse Weg von Menschen, die z. B. in ein Kloster eintreten, fast schon ein Symbol für totale Anpassung, für Duckmäusertum und Abgabe des Verstandes. Hingegen behaupten die weltlichen Menschen, sie seien frei in ihrem Willen und in der Entscheidung über ihr Lebens. Könnte nicht hier ein fataler Irrtum liegen, zu denken, wir seien frei in unserem Willen? Und nehmen wir einmal an, wir seien es wirklich, könnten wir uns dann sicher sein, das Richtige zu tun gegenüber uns selbst und den Mitmenschen? Hat die wahnwitzige Idee vom freien, autonomen und eigenwilligen Willen nicht auch zur Folge, dass wir alle Widerfahrnisse im Leben zutiefst bekämpfen müssen, und das nicht nur deshalb, weil sie uns nicht in der Kram passen, sondern ebenso weil wir es ja nicht wollten? An einem solchen geglaubten möglichst freien Lebensvollzug werden wir erkranken, uns selbst lähmen, den eigenen möglichen Willen eigenhändig einschränken. Zwar könnten wir dann letztlich in unserem gepflegten Elend sagen, wir haben es ja so gewollt, aber wir haben die Fülle des Lebens nicht ausgeschöpft, die mit Gesundheit und Glück umschrieben wird. Sollten wir uns nicht noch einmal ernsthaft darum bemühen herauszufinden, wer der Schöpfer allen Lebens ist, um von solchen Überlegungen ausgehend erkennen, dass wir nur in begrenztem Maße unser Leben selbst bestimmen können, dass wir uns nicht so sehr an den Eigenwillen anderer Menschen hängen oder durch diesen unterdrücken lassen, dass wir unsere eigenen Möglichkeiten ergreifen können als Geschöpfe und nicht als Schöpfer.

Eine Woche mit geprüftem Eigenwillen wünscht Ihnen Udo Manshausen

Eine Sarglänge Vorausblick

Liebe Leserinnen und Leser!

Konzentrieren wir uns wirklich auf unsere ureigenen Aufgaben im Leben? Haben wir einen klugen Blick dafür, was wir und nicht andere zu tun haben?

Manchmal sind wir darauf fixiert zu sagen, wie andere handeln sollen. Ein anderes Mal hält uns die Sorge für andere davon ab, sachgerechte Hilfe zu leisten, da die Verwobenheit der Gefühle uns beinahe selbst handlungsunfähig macht. Vielleicht seltener sind wir von unserer Ruhmsucht oder Eigenliebe derartig gefesselt, dass sich dieser alles zuordnet, jedoch die eigentliche Berufung, der sinnhafte Einsatz des Lebens nicht erfolgt.

An dieser Stelle möchte ich einen Gedanken des spanischen Karmeliten Johannes vom Kreuz (1542-1591) an Ihr Herz führen, der die Notwendigkeit der Konzentration menschlichen Handelns betont:

„Gib acht, dich nicht in fremde Angelegenheiten einzumischen, ja laß sie dir noch nicht einmal durch den Kopf gehen; denn vielleicht bist du nicht fähig, deine eigene Aufgabe zu erfüllen.“

Um dieser Empfehlung zu entgehen, bedarf es sicher nur ein oder zwei Winkelzüge, und schon haben wir die geistige Berechtigung erworben, uns mit Vehemenz in jedwede Dinge einzumischen. Möglicherweise wäre es jedoch klug, sich dennoch Gedanken darüber zu machen, was denn die eigene Aufgabe in dem jeweils konkreten Lebensszenario ist.

Das bedeutet zunächst einmal, dass ich mein eigenes Tun grundlegend reflektiere und das Zentrum meines Handelns definiere, um mir dessen bewusst zu werden. Ein solches Vorgehen kann sowohl auf das berufliche als auch auf das private Umfeld bezogen sein. Wahrscheinlich kommen wir schon ins Grübeln, wenn wir im Privaten keine Arbeitsplatzbeschreibung vorfinden. Das ist auch gut so, denn wir benötigen diese im Grunde nicht. Es geht vielmehr darum, dass wir innerlich spüren, was wir gestalten sollen und möchten. Denn es ist doch gar nicht zu leisten, dass ständig jemand von außen uns dazu auffordert, das kreativ zu leben, was uns tatsächlich zukommt. Der Antrieb für unser handelndes Leben muss von unserem Innersten ausgehen.

Aber da gibt es doch die vielen schönen Ablenkungen von außen, die uns gleichsam wegführen von unserer inneren Zentrierung, da wir glauben, überall wirklich gebraucht zu sein oder wir basteln an etwas, was nur der Sicherung der eigenen Position dient. Wer möchte sich schon diesen dringenden Aufgaben entziehen wollen! Und so kann es geschehen, dass wir alles andere machen, nur nicht darauf schauen, was unsere wirkliche Aufgabe vor Ort ist oder überhaupt in diesem Leben. Es kann natürlich sein, dass wir uns vehement in die Angelegenheiten anderer einmischen, damit wir keine Zeit

mehr haben, um unsere eigene Bestimmung zu erleben. Die Gründe, die dahinter liegen, können vielfältig sein.

Und selbst in der Wüste, da, wo es nicht viel Ablenkung zu geben scheint, ist es ebenso möglich, an den eigentlichen Pflichten vorbeizulaufen. Das haben die christlichen Wüstenväter der ersten Jahrhunderte am eigenen Leibe erfahren. Um dieser Lebenskrankheit, das nicht zu tun, was gerade notwendig ist, zu entgehen, haben sie eine gute Strategie entwickelt:

„Als der Altvater Silvanos einmal auf dem Berge Sina lebte, ging sein Schüler Zacharias zur Dienstleistung aus und sagte zum Greis: ‚Laß das Wasser ablaufen und gieße den Garten.‘ Silvanos ging hinaus, bedeckte sein Gesicht mit der Kukulie und schaute bloß auf sein Füße. Um dieselbe Stunde kam ein Bruder, und als er ihn von ferne sah, machte er sich Gedanken, was er wohl tue. Der Bruder trat bei ihm ein und sagte: ‚Erkläre mir, Abbas, warum du dein Gesicht mit der Kukulie verhüllst und so den Garten gießt?‘ Der Alte antwortete: ‚Kind, damit meine Augen nicht die Bäume sehen, und mein Geist von der Arbeit auf sie abgelenkt werde.‘“ (859)

Dies gleich vorweg: Es ist für die Wüstenväter nichts Ungewöhnliches, von ihren ‚Schülern‘ einen Auftrag zu erhalten. In einem solchen Verhalten finden wir die Grundeinstellung dieser Mönche: ‚Niemand darf sich über den anderen erheben.‘

Abbas Silvanos schaute nur auf seine Füße. Wir Menschen neigen dazu, uns die fertige Arbeit bereits in der Phantasie vor Augen zu führen oder schon auf das zuzugehen, was immer unser Auge lustvoll erblicken möchte. Hieraus kann verständlich werden, warum wir abends so erschöpft sind. Die gefühlsmäßigen Spannungen, die bei Ablenkungen in Bewegung kommen, müssen wiederum korrigiert und integriert werden. Das kostet Kraft!

Aber verliere ich denn nicht den Überblick oder den Weitblick über mein handelndes Leben, wenn ich der Strategie des Wüstenvaters Silvanos folge? Auf diese Weise wird das Thema des Gesamtblickes über das Leben zur Sprache gebracht. Es ist nur allzu wahr, dass es doch nicht nur um die Erfüllung von irgendwelchen Aufgaben geht; sondern der Blick auf die Füße soll vor allem dazu anleiten, sich auf die Bestimmung des eigenen Lebens zu konzentrieren. Das Wasser steht für das lebendige Leben sowie für die Kreativität und nicht für die Fixierung auf Ziele, die den Menschen entseelen.

Um nunmehr wiederum der Gefahr zu entgehen, sich Luftschlösser zu bauen und um dem selbst auferlegten oder dem aufgezwungenen Jammertal zu entgehen, hält Johannes vom Kreuz noch einen Maßstab für die menschliche Planung bereit, deren Tiefendimension nicht so leicht und eindeutig griffig zu packen ist:

Er sagt, man solle in seinem Leben nie weiter vorausblicken als die Länge eines Sarges.

Ihnen wünsche ich gute Ideen für die Abmessungen Ihres Lebens
Udo Manshausen

Unruhe

Das Zeichen zum Achtgeben auf sich selbst

Liebe Leserinnen und Leser!

Plötzlich steigt erneut eine Unruhe in mir hoch. Ich weiß nicht, wer sie gerufen hat, noch wie sie entstanden ist. Ist sie vielleicht dadurch in mich eingefallen, weil in letzter Zeit keiner angerufen hat, der sich wirklich für mich interessiert hat? Hoffe ich möglicherweise zu sehr auf Zukünftiges, das noch nicht eingetreten ist oder ängstigen mich die anstehenden Aufgaben?

Meine Gedanken springen hin und her. Wo kann ich Halt finden? Was ist die Wahrheit im Leben? Gestalte ich meine Gegenwart richtig und sinnvoll?

Um meiner Unruhe Ausdruck zu verleihen, gehe ich in meiner Wohnung auf und ab und begeben mich auf die Suche. Von meinem Balkon aus sehe ich einen Menschen in der Nähe, der in voller Ruhe verweilt. Aber was macht er da? Er liest Zeitung. Ich versuche mir vorzustellen, was wohl in seinem Innern abläuft. Vielleicht liest er gerade über einen Mord, oder etwas über Aktien, womöglich über Kriegswirren irgendwo auf der Welt. Und schon beginnt sich seine Wirklichkeit zu verändern, obwohl er doch lediglich auf seiner Terrasse sitzt. Eigentlich verliert er für diese Augenblicke das Gespür für seine eigene Realität vor Ort, kaum wahrnehmend, was direkt um ihn herum vor sich geht, wenig begreifend und spürend, dass er gerade dort lebt und existiert, wo er sich gerade befindet. Und so wird sein Bewusstsein vom Leben, von der Welt geprägt, erschüttert oder beruhigt. Aber was ist in seinem, in meinem Innern ohne alle diese Informationen, ohne diese weltlichen Bestimmungen und Verstimmungen?

In meiner unruhigen Einsamkeit dringt die Grundregel der Wüstenväter an mein Ohr:

"Als der Altvater Arsenios noch im Palast weilte, betete er zu Gott: 'Herr, zeige mir einen Weg, wie ich Rettung finde!' Und es kam eine Stimme zu ihm, die sprach: 'Arsenios, fliehe die Menschen, und du wirst gerettet werden.'"

Nun, ich brauche in diesem Moment nicht mehr zu fliehen, denn ich bin schon allein. Oder gibt es noch etwas, von dem ich Abstand nehmen sollte? Ja, vermutlich von einigen eitlen Gedanken über Ansehen, Berühmtheit und jubelnder Akzeptanz aufgrund meiner Leistungen oder von chaotischen und wirren Gedankenketten.

In meinem Gefühl der Unruhe begeben mich auf die Suche nach Geistigem, nach Ruhe für meine Seele. Ich nehme mir Zeit, mein Inneres zu befrieden, mich nicht von Nervosität überwältigen zu lassen.

Ich nehme zwei Leitsätze des großen Denkers Anselm von Canterbury (1033-1109) in mein Herz auf. Anselm spricht zu der Seele:

„Entzieh dich auf ein wenig aus der Unruhe äußerer Werke.“

Erleichtert über das ‚ein wenig‘, – denn das kann ich mir gut vorstellen, mich kurze Augenblicke bewusst zurückzuziehen und nicht nur im Außen zu wirken sowie unruhige Aktivitäten für Momente einzustellen –, lese ich zuversichtlich bei Anselm weiter:

‚Fliehe und verbirg dich vor dem Gestürme innerer Gedanken, die ebenfalls Unruhe verursachen in der Seele.‘

Das leuchtet mir sofort ein, denn es sind ja gerade die Gedanken- und Gefühlsstürme, die mir die größte Unruhe bescheren. Ich gehe weiter hin und her und versuche die unruhigen Geister in mir zu stellen. Da sind sie also, wobei ich nicht weiß, ob sie sich alle versammelt haben oder sich mehr versteckt zurückhalten. Diesen Einbildungen gilt es sich also zu entziehen, damit ich ein wenig mehr zu mir selbst komme, in mich hineinhorchen kann, um meinen Wesenskern zu erspüren. Wohin soll ich steuern, wo soll ich an Land gehen, um festen Boden unter die Füße zu bekommen?

Es gelingt mir noch nicht ganz, mich in meinem Innern aufzuhalten, mich meinem Ich zu stellen, und Fluchtgedanken breiten sich erneut aus. Ich versuche mich abzulenken, mache den Fernseher an, esse etwas, doch die Unruhe bleibt. Erneut zwingt ich mich zum Lesen. Wahllos greife ich in einen Stapel Bücher und suche nach Überschriften, die mich aufhorchen lassen. Und da kommt mir ein gedanklicher Hinweis entgegen, der mir Mut gibt in dieser Zeit der Gedankenstürme. Der Mystiker Heinrich Seuse (1295-1366) kennt das Problem mangelnder Konzentration, das Weglaufen vor sich selbst: „Kannst du aber hierin (im eigenen Innern) noch nicht bleiben, so soll dich das häufige Einkehren und die emsige Flucht in dich selbst zur Stetigkeit bringen, sofern es möglich ist.“

Seine Grundidee gibt mir Halt und Zuversicht: zu sich selbst fliehen, ja das ist es, warum eigentlich nicht. Klar, alles ist auch eine Sache der Übung und Gewohnheit. Und je öfter ich trainiere, umso geplanter wird die Flucht nach innen werden.

Natürlich reicht ein bloßer psychischer Mechanismus nicht aus. Meine Seele braucht Ideen, beruhigende Einfälle.

In Seuses fiktivem Dialog mit Gott antwortet die göttliche Stimme dem wahrheitssuchenden Menschen:

„Wo du sitzt, gehst oder stehst, so sei dir, als ob ich dich gegenwärtig mahne und spreche: ‚Mein Kind, halte dich innerlich, lauter, ledig und emporgespannt!‘“

innerlich:	Zeiten der Stille und Besinnung finden und einhalten
lauter:	um Ehrlichkeit bemüht sein
ledig:	verbohrte Ziel aufgebend, frei und neu beginnen
emporgespannt:	das Göttliche im Blick haben und mit diesem rechnen

Diese Gedanken bringen mich allmählich von meinen inneren Stürmen ab. Aber ich möchte ebenso etwas in mir wahrnehmen, was nicht ausschließlich von mir selbst stammt, denn alles Wichtige alleine zu bewirken, wird mich leicht überfordern und mich in erneute Unruhe stürzen. In Ruhe hoffe ich und warte ich darauf, dass sich etwas Ähnliches ereignet, wie es im alttestamentlichen Buch Ijob verzeichnet ist:

„Zu mir hat sich ein Wort gestohlen, geflüstert hat es mein Ohr erreicht.“ (Ijob 4, 12)

Eine Woche mit viel innerer Stimme wünscht Ihnen
Udo Manshausen

Hinterherlaufen Abhängig und sonst nichts?

Liebe Leserinnen und Leser!

Wir stehen tagtäglich in einem Klima von Abhängigkeiten und Pflichterfüllungen, und dennoch behaupten wir, dass wir stolz auf unsere erworbenen Freiheiten sind. Es soll hier jetzt keine eine Liste sozialer oder geistiger Befreiungen innerhalb der Menschheitsgeschichte aufgeführt werden. Unsere Jahrzehnte sind sicherlich durch die Loslösung von religiösen Zwängen bestimmt und in Teilen von der Konformität bürgerlichen Anstandes. Jedoch, wenn ich mich von etwas oder jemanden befreie, dann bleibt zunächst, für eine gewisse Zeit, diese ehemals einengende Lebensweise Bezugspunkt meines Denkens oder Handelns: ‚Ich bin gerade dabei, meine Eigenständigkeit gegenüber diesem oder jenen zu erkämpfen!‘ ‚Davon habe ich mich jetzt endlich verabschiedet, und ich werde darauf achten, dass ich in solche ungoden Zwänge nicht mehr hineingerate.‘

Bei solchen Prozessen zeigen uns letztlich unsere Gefühle, wie weit wir uns noch auf unsere alten Abhängigkeiten beziehen und somit dennoch unter gewissen Einflüssen und Wirkungen bleiben. Von daher sollten wir mit unserem Jubel über Befreiungsschläge und geglaubte Unabhängigkeitsgefühle vorsichtiger sein!

Wie weit wir mit unserer geistigen und gefühlsmäßigen Autonomie sind, können wir anhand der Gedanken des Mystikers und Dominikaners Meister Eckhart gut betrachten. Wer könnte von sich ganz oder annähernd Folgendes sagen:

‚Gegenüber keinem war er (der Mensch) hörig, sondern er war frei in der Vernunft und im Willen und auch allen Dingen gegenüber.‘

Wir sollten uns an dieser Stelle nun nicht davonstellen, indem wir tönen, dass es einen Menschen mit einem solchen Verhalten nicht gebe oder auch nicht geben werde. Das ist Meister Eckhart auch klar!

Das Wort hörig verwenden wir vornehmlich, wenn wir damit eine starke Abhängigkeit im Sinne einer Verfallenheit oder Sucht bezeichnen wollen. Aber trifft dieses Wort wirklich nur für derartige Diagnosen zu: Auf wen hören wir nicht alles, was beten wir trotz religiöser Abstinenz nicht alles nach? Wem glauben wir nicht alles, ohne zu hinterfragen oder unseren eigenen Verstand einzusetzen? – *Ja, wir sind oft hörig.*

Um frei in der Vernunft zu sein, bedürfen wir der Klugheit, die sich der Objektivität und Weisheit verpflichtet fühlt. – *Für Bildung und Aufrichtigkeit bleibt heutzutage oft kaum Zeit. Sie kennen das ja: die Sachzwänge bestimmen das menschliche Handeln.*

Wie oft bemerken wir innerlich wie äußerlich: Wenn es nach mir ginge, dann wollte ich ganz anders. Andere wiederum glauben tatsächlich, sie seien doch fast selbständig im Gebrauch ihres eigenen Willens und das nicht nur deshalb, weil sie anderen ihren Willen aufzwingen. – *Und, Sie, was wollen Sie eigentlich wirklich, was dann auch vor der Vernunft bestehen kann?*

Da gibt es dann auch noch die kleinen, jedoch nicht wirklich relevanten, materiellen Annehmlichkeiten des Lebens. Fast schon wie selbstverständlich nebenbei können wir denn auch sagen, wenn wir im Besitz solcher sind, dass wir eigentlich ebenso ohne das Ganze auskommen können, wenn es darauf ankommt. – *Ja, wie sorglos und gelassen können wir doch unseren Besitztümern gegenüberstehen.*

Wer angesichts solcher Reflexion nunmehr glaubt, er sei doch gar nicht so frei in der Vernunft, im Willen und gegenüber den geschaffenen Dingen, der hat jetzt ein Problem, die anderen möglicherweise nicht.

Aufrichtige Liebe und Zuneigung machen den Bereich unseres Lebens aus, in dem wir wenig Spaß oder Ironie vertragen. Aber auch hier kann vieles im Argen liegen. Um eine kleine freiheitliche Bestandsaufnahme zu machen, bieten sich die kritischen Gedanken des englischen Dichters John Donne (1572-1631) an, der immer am Ende einer Strophe den Leser mit der möglichen desavouierten Liebe konfrontiert. Hören wir zunächst in die erste Strophe seines Gedichtes ‚Der letzte Wille‘ hinein, um im Weiteren seine Anstöße aufzunehmen:

„Eh ich den letzten Hauch verseufze, sei noch rasch mein Hab und Gut verteilt: Ich hinterlass dem Argus, wenn sie klar sind, meine Augen, wenn blind, dann kann sie Amor sicher brauchen; dem Klatsch die Zunge, Lauschern meine Ohren, und meine Tränen Weibern oder Meeren,
die Liebe selbst wars, die mich lehrte, da sie mich ihr, die zwanzig hat, bescherte, nur dort zu geben, wo zuvor schon Fülle herrschte.“

„... Du, Liebe, lehrtest mich (hab Dank), da du mich ungeliebt zu lieben zwangst, nur dem zu geben, der unfähig zum Empfang ...“

„... Du, Liebe, hast mich der bestimmt, die meine Liebe als Beleidigung nimmt: drum schenk ich solchen nur, die das Geschenk beschimpft ...“

„... da Du, Liebe, die anzubeten mich zwangst, die in mein Herz erst Liebe legte, gabst du mir vor, Geschenk sei das, was ich bloß wiedergebe ...“

„... Du, die Liebe, die mich lieben ließ, wo Freundschaft angemessene Löhnung hieß für junge Liebe, lehrtest mich, wie man unpassend gibt ...“

Sie können nun in Bezug auf die Liebe Ihre eigene Situation oder Ihren eigenen Umgang damit reflektieren. Klar, wir machen Fehler oder folgen öfter unseren fragwürdigen Einstellungen. Das wird auch in Zukunft nicht zu verhindern sein. Dennoch sollten wir damit beginnen, nicht mehr so oft hinterherzulaufen, um dann am Ende zu glauben, dass im Nachjagen oder durch Geschmeichel unser Herz freier werde.

Verändern Sie Ihr Leben durch neue Erkenntnisse:

Wo bin ich hörig und korrumpiere meine Seele?

In welchen Situationen setzt mein Verstand aus, so dass ich den Überblick verliere?

Auf welche Weise lasse ich mich zu etwas zwingen, was ich in Wirklichkeit nicht will?

An welcher materiellen Sache hängt mein Herz am meisten?

Eine Woche mit dem Aufbruch zu mehr Unabhängigkeit wünscht Ihnen
Udo Manshausen

Gestörte Weiterentwicklung

Wenn die Lebenslüge zum Programm wird

Liebe Leserinnen und Leser!

Wer würde es nicht freudig als Erleichterung aufnehmen, wenn alles Gute so bleiben könnte wie es ist, und dies dann für das Leben anhaltend und ausreichend bliebe. Dass selbst das Gute sich verändert, genommen werden kann oder sich letztlich nicht als so gut erweist, ist die eine schmerzliche Erfahrung; Eine weitere, dass wir nicht beständig zu den Lebensregeln stehen, die uns und den anderen gut tun. Aufgrund dieser beiden Erfahrungen wissen wir, dass wir uns immerwährend ändern und geistig wie seelisch entwickeln müssen.

Persönliche Weiterentwicklung ist jedoch so unendlich galaktisch schwer, weil wir ständig in der Gefahr stehen, entlarvt zu werden, und somit könnte unser ideales Selbst ein paar kritische Kratzer erhält. Damit haben wir alle zu kämpfen!

Aber haben wir denn die lebensbefähigenden Ideale ernsthaft im Blick, denen wir bewusst zugestimmt haben oder die wir fraglos bejahen können.

Der Philosoph Epiktet (50-120 n. Chr.) fordert seine Schüler zu einer eindeutigen ethischen Haltung auf:

„Halte die philosophischen Lehren wie Gesetze, und halte es für eine Sünde, sie zu übertreten. Was man auch sagen mag, kümmere dich nicht darum, denn das liegt nicht mehr in deiner Macht.“

Was andere über uns denken, liegt wirklich letztlich nicht in unserer Macht. Von daher ist es wichtig, zu menschlichem und gutem Verhalten zu stehen, selbst wenn wir ausgelacht oder bedroht werden. Epiktet schreibt weiter:

„Wie lange willst du es noch hinausschieben, dich des Besten für wert zu halten und in keinem Falle die Vernunft außer acht zu lassen, die zwischen Gut und Böse scheidet?“

Aber welche Werte sind dies denn, die großes Ansehen genießen und die unter den ‚Top-ten‘ ethischer Maxime stehen? Ich möchte Ihnen an dieser Stelle die wertvollen zehn Gebote nicht näher ausführen, weil das die Leser vielleicht nerven oder seltsam berühren könnte und weil diese ‚Platte‘ durch die Kirchen in Form gefälschter Botschaft erhebliche Kratzer erhalten hat. Natürlich wäre es außerordentlich wichtig, sich wieder vorurteilsfreier mit dieser elementaren Grundlage für das menschliche Zusammenleben zu beschäftigen.

An dieser Stelle möchte ich jedoch die menschliche Gleichheit oder Gleichwertigkeit betonen, auf die wir uns alle im Grundgesetz geeinigt haben, und die damit verbundene unantastbaren Würde des Menschen. Um sich selbst daran zu messen oder diese zu bedenken, müssen wir keiner Menschenrechtsorganisation angehören, sondern dafür genügt der Blick auf unseren Alltag: Der Umgang mit den Mitmenschen und mit uns selbst lässt zu wünschen übrig!

Können wir ein versöhnliches und würdevolles Verhalten denn überhaupt initiieren, wenn wir selbst auf unwürdige Weise mit unserer eigenen Seele umgehen? Den anderen zu belügen, beginnt in uns selbst, indem wir uns

nicht nur etwas vormachen, sondern die Lüge unseres Lebens pflegen und nicht bereinigen:

„Du bist doch kein Knabe mehr, sondern ein reifer Mann. Wenn du also nachlässig und leichtsinnig bist, immer nur gute Vorsätze faßt und einen Tag nach dem anderen festsetzt, von dem du auf dich achten willst, dann wirst du, ohne es recht zu merken, überhaupt keine Fortschritte machen, sondern ein Stümper bleiben im Leben und im Sterben. Halte dich endlich für wert, Fortschritte zu machen wie ein reifer Mann! Und alles, was dir als das Beste erscheint, sei dir ein unverbrüchliches Gesetz. Mag es sich um Mühevolleres oder Angenehmes, um Ruhmvolles oder Ruhmloses handeln, denke immer: jetzt gilt es zu kämpfen, hier sind die Olympischen Spiele, da gilt kein Aufschub.“ (Epiktet)

Einmal etwas zu verschieben oder sich länger Zeit zu nehmen, kann manchmal in Ordnung gehen. Aber diese ständigen Ausreden, warum dies oder das an persönlicher Entwicklung nicht möglich ist, wieder einmal nicht angesagt ist oder sowieso nichts bringt, können leicht in eine Lüge hineinmünden. Dieser können wir dadurch begegnen, dass wir einfach sagen: ‚Ich will nicht!‘ Ab da wird dann einiges klarer: ‚Ich möchte mich nicht ethisch oder versöhnlich verhalten, weil sonst meine eigenen Interessen gefährdet sind.‘ ‚Ich habe Angst mich zu verändern.‘ ‚Es ist viel bequemer, alles beim Alten zu belassen.‘ Darüber ist schon eher ein Austausch möglich.

Eine andere Strategie beim ‚Lügenspiel‘ ist das Element der Plausibilität und deren Beweiskräftigkeit. Wenn es nicht so ernst wäre, könnten wir richtig schmunzeln, wenn wir gleich lesen, wie Epiktet unsere Strategie der Ausrede entlarvt und uns zudem zu einer neuen Lebensverbindlichkeit führen möchte:

„Der erste und wichtigste Teil der Philosophie ist ihre Anwendung im Leben, wie zum Beispiel, daß man nicht lügt. Das zweite sind die Beweise, z. B. warum man nicht lügen soll. Das dritte ist die Begründung und scharfe Untersuchung der Beweise selber, z. B.: woraus ergibt sich, daß dies ein Beweis ist; ... was ist wahr und was ist falsch. Das dritte ist wegen des zweiten nötig, das zweite wegen des ersten. Das Notwendigste aber bleibt das erste, und bei ihm soll man verweilen. Wir machen es gewöhnlich umgekehrt. Wir verweilen beim dritten Teil und all unser Eifer gilt diesem, während wir den ersten Teil außer acht lassen. So kommt es, daß wir lügen; wie aber bewiesen wird, daß man nicht lügen darf, ist uns nur geläufig.“

Und auf diese Weise kann es zur Lebenslüge werden, wenn wir uns beweisen, warum wir uns nicht wandeln oder es doch unklug sei, sich korrekt zu verhalten. Denn eigentlich liegt es doch klar auf der Hand, dass das Gute darin besteht, weise, gerecht, tapfer und maßvoll zu handeln. Dafür bedarf es keines Beweises. Aber um dieses wirklich leben zu können, bedürfen wir der Bildung und Einübung eines korrekten Verhaltens, das den jeweiligen Situationen menschlich angemessen ist und das eigene innere Wesen nicht übergeht oder verletzt und zutiefst ehrlich ist. Ohne weisheitliches Training, ohne das innere wie äußere Bekräftigen menschheitlicher Lehren und ohne die Pflege der wesensmäßigen Gleichheit unter den Menschen werden wir nicht auskommen. Sich für diese Dinge keine Zeit zu nehmen, kann zur Lüge des Lebens führen, indem wir postulieren, dass entweder alles in Ordnung sei oder dass wir noch Zeit haben, irgendwann ein guter Mensch zu werden.

Entdecken Sie das persönliche Programm Ihrer eigenen Lebenslüge und schalten Sie wirkungsvoll um.

Eine Woche mit einer neuen Ehrlichkeit wünscht Ihnen
Udo Manshausen

Losschlagen

Liebe Leserinnen und Leser!

Es gibt Situationen in unserem Leben, die unsere Gefühle derartig in Wallung bringen, dass wir geneigt sind, loszuschlagen, draufzuschlagen: geistig, seelisch oder körperlich: durch geistige Taten, indem wir andere mit Argumenten an die Wand drängen und mundtot machen, durch seelische Qualen, die wir in Form von Kränkungen und durch Verbreitung von Angst initiieren, durch körperliche Gewalt bis zum letzten Auslösen des Lebens.

Ich möchte nicht beurteilen, welche Form die gemeinste oder schrecklichste ist. Aber eines weiß ich gewiss: Wir sind zu allem fähig, wenn unsere inneren Urkräfte zu einer ungunstigen Konstellation zusammengeballt sind. Und, es kann jeder Zeit geschehen, dass unsere innere Gefühlslage dazu auffordert oder uns sogar psychisch zwingen möchte, loszuschlagen, weil wir glauben, uns verteidigen zu müssen. Dann geht es los: Schlag auf Schlag!

Ja aber: Wir können uns doch auch nicht alles gefallen lassen! Und schließlich, auch wenn schon alles unwiederbringlich vorbei ist, so müssen wir doch vorbeugen, indem wir drohen, quälen oder töten, damit so etwas Schlimmes, was unsere Seele zutiefst getroffen hat, sich nicht noch einmal ereignet!

Auch ich weiß mir da manchmal keinen durchtragenden weisen Rat, auf den ich mich in unruhigen inneren Zeiten stützen könnte. Wenn ich mich angegriffen fühle, dann sind meine inneren Satelliten auf Rache und Genugtuung eingestellt, und ich plane innerlich eine Vergeltungsaktion oder schlage schon sofort zurück.

Aber wenn es dann ganz schlimm für uns kommt, haben wir dann nicht alle moralische Berechtigung auf unserer Seite, um den Feind unseres Herzens zu quälen und zu bestrafen oder sogar mit Gott zu hadern?

Beeindruckend ist das Szenario, das der Autor des alttestamentlichen Buches Ijob (auch Hiob genannt) entworfen hat. Dem rechtschaffenen und gottesfürchtigen Ijob wird einfach alles genommen und zudem ereilt ihn noch eine schlimme Krankheit. Wir können die Dichte des Geschehens erspüren, wenn wir die folgenden Verse lesen:

„Nun geschah es eines Tages, dass seine Söhne und Töchter im Haus ihres erstgeborenen Bruders aßen und Wein tranken, da kam ein Bote zu Ijob und meldete: Die Rinder waren beim Pflügen, und die Esel weideten daneben. Da fielen Sabäer ein, nahmen sie weg und erschlugen die Knechte mit scharfem Schwert. Ich ganz allein bin entronnen, um es dir zu berichten. Noch ist dieser am Reden, da kommt schon ein anderer und sagt: Feuer Gottes viel vom Himmel, schlug brennend ein in die Schafe und Knechte und verzehrte sie. Ich ganz allein bin entronnen, um es dir zu berichten. Noch ist dieser am Reden, da kommt schon ein anderer und sagt: Die Chaldäer stellten drei Rotten auf, fielen über die Kamele her, nahmen sie weg und erschlugen die Knechte mit scharfem Schwert. Ich ganz allein bin entronnen, um es dir zu berichten. Noch ist dieser am Reden, da kommt schon ein anderer und sagt: Deine Söhne und Töchter aßen und tranken Wein im Haus ihres erstgeborenen Bruders. Da kam ein gewaltiger Wind über die Wüste und packte das Haus an allen vier Ecken; es stürzte über die jungen Leute, und sie starben. Ich ganz allein bin entronnen, um es dir zu berichten.“ (1,13-21)

Wir können uns sicher ausmalen, wie es uns in vergleichbaren Situationen ergehen würde oder schon ergangen ist. Wut, Verzweiflung oder der schon gelebte Zwiespalt an die Existenz eines gütigen Gottes übermächtigen unsere Gefühle. Ob wir nach solchen Treffern sinnvolle Entscheidungen fällen können? Aber auch das Abwarten, bis sich innerlich wieder einiges beruhigt hat, reicht doch bei weitem nicht aus, das widerfahrene Lebensschicksal umfassend in den Blick zu nehmen. Denn der eigentliche Sinn des Lebens, das Sinnhafte im Wechsel von Gutem und Bösem wird uns letztlich in diesem Dasein immer verschlossen bleiben. Also können wir nicht so tun, als blickten wir durch, als wüssten wir, was nach Bedrohung und Gewalt wirklich angebracht, angemessen und kluger Weisheit entspricht.

Im Dialog mit Ijob sagt sein Freund Elifas von Teman:

„Gibt ein Weiser windige Kunde zur Antwort, füllt er sein Inneres mit Ostwind an, um zu rechten mit Gerede, das nichts taugt, mit Worten, in denen kein Nutzen liegt?“ (15, 2-3)

Nein, ein wirklich Weiser bedient sich nicht eines alles versengenden Glutwindes aus der östlichen Wüste weder auf geistige, seelische noch körperlicher Weise.

Wir gebrauchen das Wort Weise fast schon selbstverständlich im Hinblick auf den Ausdruck ‚Art und Weise‘ und kritisieren, einleitend damit, die Form des Handelns, die vielleicht nicht weise war. Dabei geht auf diese Weise allerdings allzu oft das Denken an die Weise eines Weisen etwas verloren: oder steht das Streben nach menschlicher Weisheit ausdrücklich im Zielprogramm unseres Strebens und Kämpfens? Was ist mit unseren inneren Feinden, den Dämonen, den bösen Geistern, den Stimmen aus unserer psychischen Schattenwelt, die nach Vergeltung schreien und keine Vorstellung auslassen, wie wir über unsere ‚Gegner‘ triumphieren könnten? Und wenn Sie wirklich ehrlich sind, dann werden Sie zugeben müssen, was sich wirklich in Ihnen abspielt, wenn wir zutiefst getroffen worden sind.

Wann also geben wir es endlich zu, dass wir uns viel zu wenig bemühen, unsere dunklen Gedanken wahrzunehmen und uns einzugestehen, damit wir uns mit echter Weisheit aufmachen können, unseren psychischen Konstellationen wirklich zu begegnen. Ja, es ist nur allzu wahr, dass wir angesichts einer solchen Aufgabe wirklich kämpfen müssen, allerdings nicht gegen andere. Es ist ein harter und steiniger Weg, wenn wir unsere *Rachedgedanken* angesichts eigener tödlicher Bedrohung auf die *Weise* des Heiligen Stephanus leben könnten, der, als ihm die tödlichen Steine entgegenflogen, laut rief: „Herr, rechne ihnen diese Sünde nicht an! Nach diesen Worten starb er.“ Er wurde aufgrund seiner religiösen Einstellungen umgebracht.

losschlagen
auf welche Weise
beginnen bei sich selbst
seelische Bildung des Herzens
Befriedung eigener Rache
Gebet

Eine Woche ohne Losschlagen gegen andere wünscht Ihnen
Udo Manshausen

Fremde Gäste in der Seele

Liebe Leserinnen und Leser!

Wenn wir einmal die Expedition unternehmen, den Ort in uns zu finden, der mit dem Wort Seele umschrieben wird, der Ort der Stille, des Loslassens, der Geborgenheit, des Urvertrauens, dort, wo uns Gott erwarten mag, dann werden wir überrascht oder erschreckt feststellen, welche Gedanken uns auf dieser Reise umgeben und sich zu Wort melden. Um ein wenig Ordnung in dieses Stimmengewirr zu bringen, möchte ich Ihnen einige Bereiche benennen, zu denen wir unsere Gedanken und Gefühle hinordnen können, um diese besser im Blick zu haben und zu besänftigen:

- Die Roboterecke

Was müssen und sollen wir nicht alles bedenken, von dem andere glauben, dass wir darüber nachdenken und uns somit mit deren Gedankengespinnsten beschäftigen sollen, damit wir nachher genauso handelnd denken sowie gehorsam und folgsam sind.

„Folget mir nach und stellt das Denken und die Widerstände ab, so wird es euch gut ergehen.“ „Macht was ich sage, damit es mir gut geht.“

- Der Gedankenbasar

Nicht nur die Ängste bewegen unser Planen, sondern ebenso der gute und böse Wille, der der Motor für das *mögliche* Handeln ist. Auf dieser Ebene werden die Rachefeldzüge, die Intrigen und das Erreichen-wollen geplant, um erwünschte Lebensumstände herzustellen.

„Das Böse wird mit Bösem vergolten. Das Gute erwartet die Gegenleistung. Nichts ist umsonst im Leben.“

- Der Klageraum

Hier können sich die Gedanken sammeln, die uns suggerieren, dass wir vom Leben benachteiligt worden sind. Eigentlich steht uns ein besseres und sorgenfreieres Leben zu. Die Kränkungen und Verletzungen geben den Ton des Wehklagens an.

„Was macht es für einen Sinn zu leben.“ „Ach, was könnte das Leben doch schön sein.“

- Die Fankurve

Die Gefühle und Gedanken jubeln über den Erfolg. Wohlstand und Ansehen erfüllen uns mit Atem und am Liebsten sollte die Zeit anhalten, die Hoch-Zeit. Da werden Eitelkeit und Stolz zur machtvollen Begleitung und der menschliche Mehrwert wird ausgewogen und die Gewichte und Lasten den Niedrigen aufgeladen.

„Was bin ich doch für ein edler Mensch. Ich kann mir was leisten.“

Bitte missverstehen Sie diese Beschreibung der Gedankenarten nicht! Es sind nur Ideen und Gefühle, nichts weiter.

Die angeführten Einbildungen können als fremde Gäste zu Eindringlingen in unserer Seele werden, die dazu auffordern, beachtet, gepflegt oder umgesetzt zu werden. Und dann geschieht es: Wir kommen vom erfüllenden Seelenkurs ab.

Nehmen wir uns einen Moment Zeit, um nur das zu erreichen: Zeit der Stille. Und innerhalb dieses Augenblicks sollte es uns gelingen, keine Pläne zu machen, keine Rache zu empfinden, keine Goldmedaille entgegenzunehmen. Das Hören der Befehle ist eingestellt, der Basar geschlossen, das Wehklagen und der Jubel verklungen, die Egozentrik zum Schweigen gebracht: Stille als das einzige Ziel.

In dieser Stille, damit sie Stille ist, kann nichts angeboten werden, um etwas zu erreichen. Sie ist Leere. Sie enthält dennoch alles, was wir in Wahrheit besitzen – ein heilvolles Nichts. In dieser seelischen Stille sind wir an dem Ort, wo wir später hin zurückkehren werden, ein Außerhalb von der irdischen Welt, in das Nicht-Gegenständliche, aber dennoch Erfüllende, der Ort, der wirksamer und heilsamer ist als alle Güter dieser Welt – Raum innerster Zufriedenheit.

Ja, wenn wir uns beruhigt haben, wenn wir die eigenen Ansprüche und die der anderen in die gekennzeichneten Räume überführt haben, um die Türen für Augenblicke zu schließen, dann können nur noch wir selbst möglicherweise als Fremde dort in der Seele wesend sein, weil wir uns wundern, wie anders wir sind und sein können in der Begegnung mit der Tiefe unseres Innern. Jedoch schon ab da, jetzt, fängt es an vertrauter zu werden, hinziehend in eine Weite, die göttlich sein kann, wenn es uns gelingt, das Fremde im Nichts aufzulösen. Und dann gibt es nichts mehr als dieses Nichts, aber auch nicht weniger, denn wir stehen stille.

Ob uns dort jemand, Gott, entgegenkommt, wir wissen es nicht.

Ob dort Dunkelheit herrscht, bestimmt, aber nicht nur.

Ob dort helles Licht strahlt, ja auch, aber unsichtbar hell.

Ob dort Einsamkeit wohnt, ja, wir sind dort als Mensch allein.

Ob wir dort erwärmt werden, gewiss, um eins mit uns zu werden.

Warum sollten wir diese Expedition nicht antreten? Wir benötigen dafür kein Geld, keine machtvolle Erlaubnis, keine Anfeuerungsrufe und kein Gefühl von Aussichtslosigkeit, um noch einmal etwas wagen zu können. Dafür genügen allein das Schließen der Augen in Ruhe und der feste Wille, nach innen zu gehen, so als lägen wir bereits im Grabe, das alles Irdische von uns abhält. Und weisen Sie den Gedanken den entsprechenden Platz zu, denn dort fühlen sie sich wohl. Und denken Sie daran: die Leere und das heilvolle Nichts mögen keine fremden und unheilvollen Gäste! Sie doch auch nicht, oder?

Ihnen wünsche ich den Aufbruch zur Vorbereitung Ihrer seelischen Expedition
Udo Manshausen

Rebellen gegen das Licht

Liebe Leserinnen und Leser!

Unser Widerstand gegenüber Gedanken und Handlungen, die unseren Absichten entgegenstehen und diese stören, ist allzu verständlich. Aber haben wir wirklich im Blick, ob unsere Ziele denn, wenn schon nicht Göttliches, so doch menschlich Lichtvolles in sich tragen?

Wer vermag eigentlich zu beurteilen, ob sich im eigenen Handeln Dunkles und Unheilvolles anbahnt! Um einer solchen Differenzierung zu entgehen, bedienen wir uns häufig der bösen Menschen in der Welt oder innerhalb der nächsten Umgebung. Wenn es um den anderen Menschen geht, da sind wir mit unserem Urteil sogleich schnell, erbarmungslos und eindeutig. Jedoch - ist nicht jeder Einzelne auf seine unnachsichtige Art und Weise häufig ein Rebell gegen das Licht – gegen das Heilvolle, gegen tiefes seelisches Leben, gegen verbindende Gefühle, gegen die Hoffnung auf ewiges Leben in der Liebe?

Um an dieser Stelle nicht ganz abzuheben in das Ungreifbare, stellt Bildad von Schuach im Dialog mit seinem Freund Hiob die folgende Maxime auf. Doch vorab zur Erinnerung: Hiob, ein rechtschaffener und frommer Mensch, hat alles verloren, was er je besaß. Und nun diskutiert er mit seinen Freunden über eigene Schuld, über den Einfluss Gottes und darüber, ob es möglich ist, angesichts dieses ganzen Unheils noch Vertrauen zu Gott aufnehmen zu können. Bildad von Schuach fordert Hiob auf:

„Wann endlich macht ihr Schluss mit dem Reden? Nehmt Einsicht an, dann reden wir.“
(Hiob 18,2)

„Zuerst Einsicht, dann Reden!“, stellt ein solches Ansinnen nicht unsere gesamte Dialogkultur auf den Kopf? Ist nicht gerade der Dialog, der Austausch, der Wegbereiter für die wichtigen Erkenntnisse in unserem Leben? –

Dennoch kennen wir ebenso die andere Seite unserer konfliktreichen und so mancher niveaulosen Gespräche: Wo ist die Erkenntnis, die das Einvernehmen oder Geistigkeit bewirkt? Sollten wir uns nicht vorher besser besinnen, ehe wir fragwürdige Laute von uns geben? Damit ist nicht die strategische Vorbereitung gemeint, die das Ziel hat, den anderen fertig zu machen oder ausschließlich die eigenen Ziele im Auge zu behalten. Nein - es geht auch hier wieder einmal um Weisheit, um die Befriedung der eigenen Wut sowie um das Loslassen eigener Egozentrik, die verbunden ist mit dem Streben nach Glanz und verbalem Königtum.

Wäre es nicht wunderbar, wenn wir erst dann aufeinander losgingen, nachdem wir Einsicht und maßvolles Urteil gewonnen hätten? Nun mag der eine oder andere mutmaßen, ob sich bei einer solchen inneren Einstellung nicht zuviel Stille im Dialog ausdehnen könnte oder dass viele Besprechungen bis auf weiteres ausfallen müssten - warum eigentlich nicht!

Es braucht Zeit, bis wir wieder oder immer wieder den Anschluss an menschliche Weisheit gefunden haben. Zu Recht fragt Hiob im Gespräch mit seinen Freunden:

„... wessen Atem geht von dir aus ...?“ (Hiob 26,4)

Damit stellt er die Frage: , Wessen Geistes Kind bist du? Von welchem Lebensatem bist du bestimmt? Bist du ein Rebell gegen das Licht, weil Deine Interessen gefährdet sind?‘

Und wiederum erneut: Ich benötige Zeit, Stille und ein ehrliches Nachspüren, um meine Motive zu orten und meine Werte zu markieren.

Aber sollte nicht jedes Nachsinnen damit beginnen, in uns wach zu halten, dass wir Sterbliche sind, dass uns schon bald und unerwartet eine Krankheit zum Tode ereilen, ein Schicksalsschlag uns in tiefe Traurigkeit stürzen kann? Liegt nicht auf einer solchen Grundlage, so widersinnig dies auch zunächst klingen mag, der eigentliche Weg zu einer Lichtsuche, die nicht das Kämpfen, sondern die Suche nach Vertrauen in den Vordergrund stellt? Hiob führt dazu aus:

„Die Weisheit aber, wo ist sie zu finden, und wo ist der Ort der Einsicht? Kein Mensch kennt die Schicht, in der sie liegt; sie findet sich nicht in der Lebenden Land. Die Urflut sagt: Bei mir weilt sie nicht. Man kann nicht Feingold für sie geben, nicht Silber als Preis für sie wägen. Nicht wiegt sie Gold aus Ofir auf, kein kostbarer Carneol, kein Saphir. Gold und Glas stehen ihr nicht gleich, kein Tausch für sie ist Goldgerät, nicht zu reden von Korallen und Kristall; weit über Perlen geht der Weisheit Besitz. Der Topas von Kusch kommt ihr nicht gleich, und reinstes Gold wiegt sie nicht auf.

Die Weisheit aber, wo kommt sie her, und wo ist der Ort der Einsicht? Verhüllt ist sie vor aller Lebenden Auge, verborgen vor den Vögeln des Himmels. Abgrund und Tod sagen: Unser Ohr vernahm von ihr nur ein Raunen. Gott ist es, der den Weg zu ihr weiß, nur er kennt ihren Ort. Denn er blickt bis hin zu den Enden der Erde; was unter dem All des Himmels ist, sieht er. Als er dem Wind sein Gewicht schuf und die Wasser nach Maß bestimmte, als er dem Regen das Gesetz schuf und einen Weg in Donnergewölk, damals hat der sie gesehen und gezählt, sie festgestellt und erforscht. Doch zum Menschen sprach er: Seht, die Furcht (die Verwiesenheit) vor dem Herrn, das ist Weisheit, das Meiden des Bösen ist Einsicht.“

(Hiob 28, 12-28)

Ein herrlicher und beeindruckender Text wie ich finde!

Und wer es etwas nüchterner und weniger fromm haben möchte: Die Weisheit liegt nicht unterhalb von uns, sondern oberhalb, im Geistigen.

Spüren und bedenken wir einmal mehr unseren Atem und achten wir darauf, von was und von wem er spricht. Und wenn wir die Luft anhalten, dann ist dies möglicherweise besser.

Ihnen wünsche ich in dieser Woche einen geistreichen Atem der Stille
Udo Manshausen

Seinen Stuhl in den Himmel setzen

Liebe Leserinnen und Leser!

Das Leben des Jesus von Nazareth war im Kern davon geprägt, seine Erfahrungen mit Gott den Menschen nahezubringen. So sprach er über das Reich Gottes und das Verbindende zwischen dem Göttlichen und dem Menschlichen. Sein Gefühl und sein Urvertrauen gaben ihm die Gewissheit, dass Gott helfend auf der Seite der Menschen steht, egal was passiert!

Der Kirchenlehrer Augustinus (354-430) kommentiert die Lehrtätigkeit Jesu mit den Worten: „Wer (so) lehrt, der hat seinen Stuhl in den Himmel gesetzt.“ (Augustinus, Über das christliche Leben, cap. 14, n.13) Als ich diesen Gedanken las, war ich zunächst fragwürdig überrascht. Einen Stuhl in den Himmel setzen, heißt es dort, warum nicht – eine verrückte Idee! Aber wieso verwendet Augustinus im Rahmen eines solchen Bildes einen Stuhl? Im Austausch mit Schwester Elisabeth, Dominikanerin, fiel ihr zunächst spontan das englische Wort ‚chairman‘ ein, was wörtlich übersetzt ‚Stuhlmensch‘, ‚Stuhlmann‘ oder ‚Stuhlperson‘ heißen kann. Sie sprach weiterhin darüber, dass ihr bei ihrer missionarischen Tätigkeit in Afrika noch eine andere Variante dieses Ausdrucks begegnet sei. Wenn eine Frau den Vorsitz einer Gesprächsrunde hatte, dann wurde diese mit ‚chairwoman‘, ‚Stuhlfrau‘ angesprochen. Beide englischen Bezeichnungen drücken auf diese Weise die Führungsrolle einer Person aus.

Bei meinen weiteren Nachforschungen stieß ich auf eine Bibelstelle im neuen Testament beim Evangelisten Matthäus: „Die Schriftgelehrten und Pharisäer haben sich auf den Stuhl des Mose gesetzt.“ (Mt 23, 2) Dieser Stuhl des Mose war in den Synagogen ein steinerner Ehrensessel, den die religiösen Führer einnahmen,

Tiefe Einsicht

Liebe Leserinnen und Leser!

Es ist ein natürlicher Reflex, wenn wir uns angesichts von Leid, seelischer Enge oder Schicksalsschlägen fragen, ‚Wo denn nun der Gott sei, an den wir glauben oder an den wir uns in solchen Situationen wieder erinnern?‘. Wenn es eine höhere Macht gibt, warum lässt sie das Schlechte und Böse im Leben zu? Wir wissen es letztlich nicht!

Ja, die unbestimmbaren und unvorhergesehenen Dinge im Leben beunruhigen uns. Alles Geplante kann sich als null und nichtig erweisen. Und selbst wenn wir alles erreicht hätten, so läge dennoch darüber der Hauch des Vergänglichen und des verborgenen Nichts: Was haben wir davon, wenn unser Streben zum erfolgreichen Ziel gekommen ist? Es sind schöne Minuten, Stunden, Tage, Jahre, Jahrzehnte oder Jahrhunderte immer wieder vergangen, und sie werden weiterhin vergehen. Wie viel Ungeplantes im Vergleich zum Geplanten hat unsere Wirklichkeit bestimmt? Bitte erschrecken Sie nicht über soviel Zufälliges in Ihrem Leben!

Obwohl ich selbst oft mit dem Wetter hadere, als Motorradfahrer bin ich in dieser Hinsicht besonders sensibel, hoffe ich seit Jahren insgeheim, dass es uns Menschen nicht gelingen möge, das Wetter über Jahre oder über einen längeren Zeitraum vorherzusagen. Was wir in diesem Zusammenhang häufig stillschweigend vergessen, ist die Tatsache, dass das Wetter eigentlich macht, was es will, selbst wenn wir es über lange Zeit im Voraus bestimmen könnten.

Nun könnte man denken, es wird die Zeit kommen, in der wir beides können. Aber was würde dieses für das Selbstbewusstsein der Menschen bedeuten?

Mein Erdkundelehrer lehrte uns Schüler die große Unbestimmbarkeit des Wetters. Er meinte, dass derjenige, der das Wetter über Jahre vorhersagen könnte, der reichste Mann der Welt sein würde. Die Urlaube und damit die Zeit von Milliarden von Menschen würden sich nach diesen Vorhersagen richten und ordnen, Umweltkatastrophen könnten verhindert werden, die Kleidungsindustrie wäre strategisch bestens vorbereitet, die Arbeitszeit würde sich nicht mehr nach den Wochentagen richten, sondern nach der Wetterlage, so dass es keinen Ärger über verregnete Freizeit mehr geben müsste. Beerdigungen brauchten nie mehr bei strömendem Regen oder bei großer Hitze stattzufinden, Hochzeiten könnten sich nach dem Thermometer ausrichten. Mit Sicherheit hätten wir uns an alle diese Vorzüge schnell gewöhnt, und dennoch würde unser neuer Luxus sehr schnell wieder eingedämmt werden, wenn unsere Gedanken und unser Leben erneut unsere Vergänglichkeit deutlich werden lassen.

Die Menschheit hat sich zu allen Zeiten mit dem Leid des Lebens auseinandergesetzt und immer wieder versucht, zu klärenden Antworten zu kommen. In der Bibel setzt sich im Alten Testament vor allem das Buch Hiob mit dem Elend im Leben auseinander. Nachdem Hiob, der alles mit einem Schlag verloren hat und zudem noch einer schlimmen Krankheit verfällt, mit seinen Freunden heftig diskutiert hat, um dem Schmerz eine Schuld oder einem Schuldigen zuzuordnen, meldet sich schließlich Gott zu Wort:

„Da antwortete der Herr dem Hiob aus dem Wettersturm und sprach: Wer ist es, der den Ratschluss verdunkelt mit Gerede ohne Einsicht? Auf, gürte deine Lenden wie ein Mann: Ich will dich fragen, du belehre mich! Wo warst du, als ich die Erde gegründet? Sag es denn, wenn du Bescheid weißt. Wer setzte ihre Maße? Du weißt es ja. Wer hat die Messschnur über ihr gespannt? Wohin sind ihre Pfeiler eingesenkt? ... Wer verschloss das Meer mit Toren, als schäumend es dem Mutterschoß entquoll, als Wolken ich zum Kleid ihm machte, ihm zur Windel dunklen Dunst, als ich ihm ausbrach meine Grenze, ihm Tor und Riegel setzte und sprach: Bis hierher darfst du und nicht weiter, hier muss sich legen deiner Wogen Stolz?

Hast du je in deinem Leben dem Morgen geboten, dem Frührot seinen Ort bestimmt, ... Bist du zu den Quellen des Meeres gekommen, hast du des Urgrunds Tiefe durchwandert? Haben dir sich die Tore des Todes geöffnet, hast du der Finsternis Tore geschaut? Hast du der Erde Breiten überblickt? Sag es, wenn du das alles weißt.

Wo ist der Weg zur Wohnstatt des Lichts? Die Finsternis, wo hat sie ihren Ort, dass du sie einführst in ihren Bereich, die Pfade zu ihrem Haus sie führst? ... Wo ist der Weg dorthin, wo das Licht sich verteilt, der Ostwind sich über die Erde zerstreut? ... Kennst du die Gesetze des Himmels, legst du auf die Erde seine Urkunde nieder? Erhebst du zu den Wolken deine Stimme, dass dich die Woge des Wassers bedeckt?“ (Hiob 38, 1f-34)

Nun geben Sie Acht, denn es wird entscheidend auf Sie ankommen, auf welche Weise Sie Ihr Schicksal beschreiben und interpretieren. Werden wir oftmals nicht gerade dazu gezwungen, unser königliches Denken aufzugeben, weil wir nur noch abwarten, aushalten oder hoffen können? Je mehr wir uns bewusst werden, dass unser Leben viel größer, viel komplexer und fast unbestimmbar ist, desto mehr können wir über uns hinauswachsen. Das Entscheidende in unserem Leben ist es doch wirklich nicht, welches Ansehen oder welche Position wir haben, sondern dass wir glaubhaft erkennen, dass wir in ein mächtiges Geschehen, die Bewegung des Erdkreises, hineingeboren wurden.

Eine solche wahrhafte Wirklichkeit sollte von uns verinnerlicht werden. Auf diese Weise können wir zu einer tieferen Einsicht gelangen, die alles Wissen übersteigt: ‚Unsere Stimme kann der Natur keinen Einhalt gebieten! Die Blitze zucken unaufhaltsam am Himmel und fahren zu Boden. Der Donner folgt seinen eigenen Gesetzen. Der Wind lässt sich nicht aufhalten.‘ Unser persönliches Schicksal ereignet sich in Liebe oder Leid, in Gemach oder Ungemach. Ja, wir dürfen ein wenig mitwirken. Aber tun wir wirklich Entscheidendes für unser Leben? Das psychologisch Wichtige, jenseits eines formalen Glaubens, liegt in der Antwort, die Hiob auf die Rede Gottes gibt:

„Ich hab erkannt, dass du alles vermagst; kein Vorhaben ist dir verwehrt. Wer ist es, der ohne Einsicht den Rat verdunkelt? So habe ich denn im Unverstand geredet über Dinge, die zu wunderbar für mich und unbegreiflich sind. Hör doch, ich will nun reden, ich will dich fragen, belehre mich! Vom Hörensagen nur hatte ich von dir vernommen; jetzt aber hat mein Auge dich geschaut. Darum widerrufe ich und atme auf, in Staub und Asche.“

(Hiob 42, 1-6)

Durch diese Erkenntnis der eigenen Begrenztheit und eigenen Überheblichkeit ändert sich das Leben des Hiob schlagartig. So wird auf jeden Fall die Geschichte weitererzählt. Er gelangt daraufhin zu noch größerem Reichtum als vorher. Vielleicht können Sie Ihre Einstellung zum Leben einmal überdenken, damit die Weisheit des Lebens nicht verdunkelt bleibt. Machen Sie sich auf und suchen Sie die Wohnstatt des Lichtes.

Ihnen wünsche ich in dieser Woche heilsame Gewitter

Udo Manshausen

Die Kleinen und die Großen

Liebe Leserinnen und Leser!

Wenn wir immer noch feststellen sollten, dass wir gegenüber anderen Menschen Angst haben, oder befürchten, uns zu blamieren, dann haben wir noch nicht richtig begriffen, was allen Menschen gleich ist. Eine gesunde Spannkraft und anregende Nervosität sind sicherlich von Vorteil, damit wir das Gute und das Beste von uns hergeben. Sollten wir jedoch in solchen Momenten von dem Gedanken beseelt sein, dass der andere doch mehr Macht hat, uns das Leben von daher ganz schön schwer machen kann, dann mag dieses zutreffen, aber im Grunde auch nicht. Was nicht alles passieren kann, wenn wir Fehler machen, schlechte Qualität abliefern oder durch unsere Faulheit glänzen, das kann sich jeder selbst ausmalen! Und natürlich kann eine Menge Negatives auf denjenigen zukommen, der nicht in der Gunst der göttlichen Menschen steht. Dennoch befinden sich beide, sowohl diejenigen, die sich ohnmächtig und klein fühlen als auch jene, die sich mächtig und einflussreich geben, in einer Art Schiefelage.

Unser Leben ist gewiss von Unterschieden bestimmt. Wer mag dies leugnen! Wenn alle die gleichen Fähigkeiten besäßen, wenn wir alle gleichermaßen Chefs und Könige wären, dann könnten wir unsere Fähigkeiten nicht richtig ausleben, denn keiner könnte sie gebrauchen, weil sie ja jeder selbst besitzt. Über wen sollten wir dann noch herrschen und uns erheben? Das Leben jedes Einzelnen entfaltet sich vielmehr aufgrund der Unterschiedlichkeiten. Wir bilden unser Wesen heran, damit wir uns ergänzen und gegenseitig helfen, sodass wir auf diese Weise überleben können. Aber dennoch scheint in uns immer wieder das Gefühl aufzusteigen, uns über andere erheben zu müssen, unsere Macht zu demonstrieren. Und dann, wenn wir einer solchen Macht gegenüberstehen, kommen angstvolle Befürchtungen in uns hoch, wir seien weniger wert, wir würden zu wenig beachtet und wir seien in solchen Augenblicken machtlos, klein, winzig und weniger Mensch als der Mitmensch. Es ist geradezu erstaunlich, dass wir von Zeit zu Zeit deutlich das Druckgefühl in uns spüren, wir könnten uns blamieren. Vielleicht liegt es ja auch daran, dass wir allzu oft groß herauskommen und uns als die Besten beweisen möchten, oder weil wir immer noch nicht verstanden haben, was Leben im eigentlichen Sinne wirklich ist, oder weil wir selber glauben, wir seien mehr wert als andere. Dem Glauben an den menschlichen Mehrwert folgt die angstvolle Logik, dass wir auf Menschen treffen, die wir beeinflussen wollen, damit unser Großsein erhalten bleibt. Dies alles kann ganz schön anstrengend sein. Die Freude am Leben wird oftmals durch ein solches Denken reduziert und wann immer ein solcher Kreislauf eintritt, verlieren wir das Gespür für die Grundprinzipien des Lebens, die die Kleinen und die Großen gleichermaßen betreffen. Um uns selbst wachzurütteln, die Angst vor der Blamage gegenüber dem Mitmenschen zu verlieren, sollten wir uns möglichst oft vor Augen führen, worin unsere Gleichheit besteht, ohne dass wir die Unterschiede des Personseins auflösen müssen.

Auf anschauliche und eindringliche Weise beschreibt der Bischof und Kirchenvater Theodoret von Kyros (393-460) die Grundlage, das Entstehen und das Werden aller Menschen:

Der allgemeine Regierer der Welt hat die irdischen Güter gleich ausgeteilt: Er gab allen „einen gemeinsamen Fußboden - die Erde, eine gemeinsame Wohnung, eine gemeinsame Nährerin und Mutter, ein gemeinsames Grab, die gleiche Bildung, eben denselben Urstoff, den Staub.“

„... die Zeit bekümmert sich nicht um die Reichtümer, lässt nicht aus Achtung für das Geld den einen das Tageslicht früher oder später erblicken, sondern (alle) werden in der nämlichen Zeit ausgetragen, auch (ein jeder) unter gleichen Schmerzen geboren; ...

Betrachte die Neugeborenen selbst und siehe, wie sie alle nackt zur Welt kommen! Das Kind des Reichen ist nicht mit Purpur bekleidet, das Kind des Armen nicht mit Lumpen bedeckt; beide kommen nackt hervor, eine Einrichtung, wodurch uns der Schöpfer laut predigt, beide Kinder sind einander gleich. Beide atmen dieselbe Luft ein, Beide saugen an den mütterlichen Brüsten; ... Und nicht allein *kommen* alle Menschen auf gleiche Weise zur Welt, - beide *gehen* auch auf gleiche Weise aus der Welt. Alle fallen in die Hände des Todes ... Es haben demnach sowohl Die, welche mit ihrem Reichtum prahlen, als auch Die, welche sich mit der Armut herumschlagen müssen, ein gleiches Ende; und auch nach diesem wartet ihrer ein gleiches Schicksal. Die Leiber von Beiden gehen in Fäulnis über; aus ihnen fließt gleichmäßig Eiter und wachsen Würmer; die Augen, welche mit ihrem Blicke Schrecken eingejagt, erlöschen und vermodern; der unersättliche Mund und die Lästerzunge werden eine Speise der Würmer; der stolz gestreckte Nacken wird nicht nur gebeugt, er zerfällt sogar in Stücke; die aufgeblasenen Backen fallen nicht nur ein, sie werden sogar dünner Staub; die Blüte der Wangen welkt und verschwindet ganz und gar; jene Finger, welche Böses niedergeschrieben, liegen da, ganz aus ihrem Zusammenhange gerissen. Das alles haben Arme und Reiche gemeinsam.“

Aber, was machen wir nun mit unseren Gefühlen der Überlegenheit, der Arroganz, des Machtinstinkts, der Machtfülle, der Erhabenheit, der Minderwertigkeit, der Angst voreinander, der Kleinmütigkeit, der Lebensbenachteiligung ...?

Alle diese Empfindungen und Eindrücke nehmen immer Bezug zum Mitmenschen, der entweder als Konkurrent oder Feind sowie als Freund oder Begleiter erlebt wird. Die tiefer liegende Gleichheit des Menschen kommt vor allem darin zum Ausdruck, wie sie Meister Eckhart kurz umschreibt:

„Ich gebe manchmal den Anschein, dass ich einen Menschen mehr liebe als einen anderen: dennoch habe ich dieselbe Gunst gegenüber einem anderen, den ich nie gesehen habe, nur bietet sich mir jener mehr dar, und darum vermag ich mich mehr in ihn auszugießen.“

„Ein ... Meister nämlich spricht dies: ‚Der Mensch ist ein Lebewesen, das von Natur aus sanftmütig ist.‘“

Zunächst einmal wird es darauf ankommen, die eigene Sanftmut in mir selbst zu entdecken, des Weiteren mich auf den Weg zu machen, diese zu zeigen und zu leben. Eine solche Verhaltensweise kann dazu führen, dass andere Menschen mehr auf mich zukommen, jenseits der eigenen Rolle, jenseits der Umsetzung von ganz bestimmten Interessen, so dass wir uns in Gleichheit und mit Gleichheit begegnen können, wohlwollend, angstfrei, begleitend, aufnehmend und annehmend in Einfachheit: „... ermutigt die Ängstlichen, nehmt euch der Schwachen an, seid geduldig mit allen! Seht zu, dass keiner Böses mit Bösem vergilt, sondern bemüht euch immer, einander und allen Gutes zu tun.“ (Der Apostel Paulus im Brief an die Thessalonicher)

Je weiter bei Ihnen die Überlegungen über die eigene Größe und Kleinheit zurückstehen, desto mehr Zeit haben Sie, die Gleichheit unter uns allen aufzubauen und zu leben, die den wohlwollenden Respekt verteilt.

Eine Woche mit viel Gleichheit durch partnerschaftliches Erleben
wünscht Ihnen Udo Manshausen

Nichts als Stille

Liebe Leserinnen und Leser!

Stille, sie drang an mein Ohr, erleichternd, pochend. Da war sie unüberhörbar. Die Gedanken lenkten ab von ihr, doch ich lauschte weiterhin auf ihre Botschaft. Da war neben der Fülle des Raumes das Nichts, was ohne Bedeutung war. Erleichterung breitete sich aus, nicht antworten zu müssen. Das stille Nichts hatte keine Fragen, es ruhte und umfing mich von allen Seiten.

Doch innerlich kamen Fragen, Erinnerung und Gefühle an einen bestimmten Druck, an eine würgende Beklemmung: die Angst zu versagen – warum? Ja, ich habe dennoch überlebt, mein Herz schlägt weiter, und meine Sinne erleben erneut, nach hinten und nach vorne gewandt, das Missbehagen. Was da unendlich bleibt, ist nur die Stille des Nichts. Sie ist nicht nur einfache Leere, sondern sie beinhaltet das, was mir fehlt: Geborgenheit.

In die Stille des Nichts passe ich hinein, weil ich aufgenommen bin, selbst wenn ich mich noch wehre. Die Stille hat Zeit für mich, sie gibt mir den Raum, um das Versagen zu spüren – allein – und nimmt mich dennoch fraglos und bedingungslos auf, auch wenn meine Gedanken und Gefühle es zunächst wieder verhindern, hineinzutauchen in die Fülle der Leere. Die Stille bietet alles auf, um mich zu prägen. Sie sagt: Du bist einsam und verlassen; du bist nicht bedroht, außer du lässt es zu, dass sich deine Gedanken an die Peinlichkeit des möglichen Scheiterns erinnern. Ja, ich brauche mehr vom Inhalt des Nichts, um nicht vor der Leere zu erschrecken, aus Unkenntnis und lähmender Bewertung.

Wenn mich die Stille umfängt, warum lasse ich sie nicht fraglos hinein, um zu erfahren, was meine eigene Nichtigkeit ist oder war, um die ich mich sorgte?

Traurigkeit taucht plötzlich in mir auf: die Stille weint in mir. Sie steht mir zur Seite und lässt mein Bedauern zu. Sie bewertet nicht, sondern sie gibt meinen traurigen Ängsten Raum. Da sind sie, die Tränen, die mich zum Menschen machen. Sie fallen füllend in das Nichts, in die Leere, die mich umgibt. Ist es wichtig, dass die Tränen gesehen und bemerkt werden? Die Stille nimmt mein Klagen auf. Sie tröstet mich mit dem Nichts, indem sie lautlos das Gespür verbreitet: ohne Belang.

Ja, genau das ist es, was mir fehlt, geborgen zu sein, um geborgen zu sein, berührt zu werden, um berührt zu werden, zu weinen, um zu weinen. –

Kein Druck vom Menschen, von mir selbst, sondern die Aufnahme der Verbindung zum Nichts lässt mich mit dem Menschenleeren verschmelzen. Ja, und da wird unvermutet die sich öffnende Stille zum Verbündeten, zu einer tragenden Tröstung. Die Stille sagt: Ich bin schon immer allein, da es nur eine

Stille gibt. Und es ist schön, im Nichts zu verweilen, weil es das ist, was bleibend ist, und ich bleibe in der Stille, sagt die Stille.

Langsam dringen wieder Geräusche an mein Ohr. Ich beginne wieder, Kontakt aufzunehmen mit dem Leben, um zu leben. Und erst jetzt erkenne ich, wo ich mich hineinbegeben habe. –

Im poetischen Buch ‚Klagelieder‘ im Alten Testament spiegelt sich mir mein Handeln wieder:

„Ich sprach: Dahin ist mein Glanz und mein Vertrauen auf den Herrn. An meine Not und Unrast denken ist Wermut und Gift. Immer denkt meine Seele daran, und ist betrübt in mir. Das will ich mir zu Herzen nehmen, darauf darf ich harren: Die Huld des Herrn ist nicht erschöpft, sein Erbarmen ist nicht zu Ende. Neu ist es an jedem Morgen; groß ist deine Treue. Mein Anteil ist der Herr, sagt meine Seele, darum harre ich auf ihn. Gut ist der Herr zu dem, der auf ihn hofft, zur Seele, die ihn sucht. Gut ist es, schweigend zu harren auf die Hilfe des Herrn.“ (3, 18-26)

Jeden Morgen neu, das ist es, darauf möchte ich vertrauen, dass nichts bleibt wie es ist, außer der Stille, die mich begleiten möge!

Eine stillende Woche wünscht Ihnen

Udo Manshausen

Begegnung

Liebe Leserinnen und Leser!

Merken wir noch auf, wenn wir etwas ungewöhnlich Geistiges entdecken, oder gehen wir mit Unverständnis darüber hinweg, so als hätten wir es nicht gehört, als wäre es nicht in unseren Geist oder in unser Herz gedrungen?

„Man erzählte von Abbas Sisoës: Er saß einmal da und schrie mit lauter Stimme: ‚O Elend! Sein Schüler sprach zu ihm: ‚Was hast du, Vater?‘ Der Greis antwortete: ‚Einen einzigen Menschen suche ich, um mit ihm zu reden - aber ich finde keinen!‘“

Vielleicht hat sich ja der Wüstenvater Sisoës, der sich über Jahrzehnte in der Einsamkeit der Wüste aufgehalten hat, lediglich versprochen oder diese sprachliche Begebenheit wurde falsch überliefert oder nicht richtig übersetzt?

Abbas Sisoës bringt in seinem Schmerz vor allem drei Dinge zur Sprache, die Voraussetzung für wirkliche Begegnung sind:

Der Mensch muss einig mit sich selbst sein, um den anderen verstehen zu können. Der Gesprächspartner muss sich ebenfalls als ein ganzer Mensch erfahren haben, um das Gemeinsame zu erkennen. Die Bereitschaft zur Begegnung muss gegeben sein.

Mit sich selbst ganz in Einklang zu sein, in sich selbst zu ruhen, in seinem eigenen Innern sich wie zu Hause zu fühlen und bei sich selbst zu sein, ist sicher die schwierigste Aufgabe der Menschheit. Wie hart ein solcher Lebensprozess ist, wenn er denn überhaupt bewusst angestrebt wird, wissen wir möglicherweise von uns selbst. Darüber hinaus zeigen uns ebenso die zahlreichen Gemeinschaften, vor allem die auf geistige Ziele ausgerichtet sind, dass es ein Urbedürfnis des Menschen ist, seine Identität, seine Unverwechselbarkeit im Raum der Gruppe zu erfahren. Das befreit uns jedoch nicht von der Aufgabe, ein tiefes Gespür für uns selbst zu erlangen, damit wir die Gemeinschaft nicht dazu missbrauchen, unserem kleinen Leben eine größere Bedeutung geben zu wollen, als uns in Wirklichkeit zukommt.

Aber wie werde ich ‚ein Mensch‘? Viele Meister sagen: ‚Geh hinaus in die Welt und mache deine Erfahrungen. Erlebe möglichst viel, koste das Leben aus und spüre, was es heißt, Mensch unter Menschen zu sein.‘ Dies hört sich gut an, was hier prophezeit wird, doch es ist nicht das Vernunftbegabteste. Ein solcher Lebensstil mag gut sein und gut tun, doch er ist nicht das Beste, sagen andere Meister, denn das Wichtigste im Leben ist die Reise nach innen, um die Einheit und Einigkeit mit sich selbst zu suchen.

Im Letzten geht es nicht um die Entscheidung zwischen Gut oder Schlecht, sondern um die Erfahrbarkeit des Menschen mit seinem Wesen selbst. Der Dominikaner und Mystiker Meister Eckhart schreibt:

„Nun will auch ich darlegen, was ein Mensch sei. Homo heißt soviel als ‚ein Mensch‘, dem Substanz mitgegeben ist, und sie gibt ihm Sein und Leben und ein vernunftbegabtes Wesen. Ein vernunftbegabter Mensch ist, wer sich selbst vernunftgemäß erkennt und in sich selbst losgelöst ist von allen Materien und Formen. Je mehr er losgelöst ist von allen Dingen und in sich selbst gewendet, je mehr erkennt er alle Dinge klar und vernunftgemäß in sich selbst ohne Wendung nach außen: desto mehr ist er ‚ein Mensch‘. Nun sage ich:

Wie kann dies sein, dass Losgelöstheit des Erkennens ohne Form und Bild in sich selbst alle Dinge erkennt, ohne Wendung nach außen und Veränderung seiner selbst? Ich spreche: Dies kommt von seiner Einseitigkeit; denn je reiner einfältig der Mensch an sich selbst und in sich selbst ist, umso einfältiger erkennt er alle Mannigfaltigkeit in sich selbst und bleibt er unveränderlich in sich selbst.“

Natürlich bedürfen wir auch immer wieder der Dinge, die uns in Gedanken und Bildern von außen vermitteln, was das Wesen Mensch ausmacht. Wenn wir dabei nicht offen sind und unsere Einseitigkeit zum Äußeren hin nicht zeitweise überwinden, dann laufen wir Gefahr, das unser Wesen mit seiner eigenen Mannigfaltigkeit nur wenig zu entdecken und glauben somit, dass Wichtige spiele sich fast nur noch außerhalb unserer Innigkeit ab.

Stellen wir uns einmal vor, ein Mensch verfolge nur äußere Interessen im Kontakt mit unserer Person, er nutze lediglich meinen Einfluss, meine Fähigkeiten oder meine materiellen Möglichkeiten aus: das wäre doch schrecklich!

Somit müssen wir doch für uns selbst verhindern, dass wir mit uns auf ähnliche Weise verfahren, indem wir das Letzte aus uns herausholen, um lediglich angstvoll zu funktionieren, gut dazustehen und was weiß ich noch.

Wir sollten uns zunächst in uns selbst begegnen, bevor wir mit anderen auf eine vertiefte Weise reden können.

Vielleicht können wir jetzt den Schrei ‚O Elend‘ des Abbas Sisoës besser verstehen. Wer die Mentalität der Wüstenväter kennt, der weiß, dass diese sich zu allererst selbst kritisieren. Somit beklagt Sisoës vornehmlich den Dialog mit sich selbst, der ihn noch nicht in die Tiefe seines Ichs geführt hat, von der er aus die Vielfalt seines Lebens erblicken kann, um dann seinem Schüler wirklich als ‚ein Mensch‘ begegnen zu können, der nicht von unterschiedlichen Interessen und widerstreitenden Gefühlen zerrissen ist und somit eher das Bild einer flexiblen und multiplen Persönlichkeit abgibt.

Ja, der alte philosophische Grundsatz, dass die Vielheit erst durch die Einheit möglich und in dieser einen Einheit erst alles vertieft entdeckt werden kann, ist zutiefst wahr. Wir mögen manchmal anders vorgehen, indem wir glauben, die Vielheit führe uns schon zur eigentlichen Einheit des Lebens.

Gespaltenes Ich

Angstvoll blickte ich nach innen,
oder war es umgekehrt,
dass ich erst furchtsam traurig
nach außen mich richtete -
oder mich die Welt als zerrissen berührte?

Jedoch – alles mündete im oder ging aus
vom Uneinssein mit mir selbst, mit anderen.

Wo ist Einigkeit und Einheit?, schrie es in mir.
Wenn es sie in mir nicht gibt,
dann zerstöre ich weiter – Begegnung. (Udo Manshausen)

Ihnen wünsche ich eine Woche der Einigkeit auf allen Ebenen
Udo Manshausen

Worte, die nicht handeln

Liebe Leserinnen und Leser!

Natürlich können Worte an sich nicht handeln, jedoch wir Menschen. An dieser Stelle möchte ich zwei Arten von handelnden Worten anführen, die unser Leben weitreichend prägen: Es gibt Aussprachen, in denen wir viele mögliche Aktivitäten erwägen, die wir gar nicht ausführen können, da sie uns entweder nicht selbst betreffen - andere sind die handelnden Subjekte - oder durch uns nicht umgesetzt werden können. Wie schnell versenden wir durch Worte ein paar Bomben dahin oder dorthin um einzugreifen; manchmal dirigieren wir Politiker mit unseren Gedankenworten, lösen Hungerkatastrophen mit einem theoretischen Welternährungsprogramm, wissen um die Lösung der Konflikte anderer und schaffen mit unseren Gedanken eine heilvolle Welt.

Dass es auch böse Wünsche und Strategien gegen Menschen gibt, möchte ich nicht ausführlicher erwähnen.

Und wem nützen diese ganzen klugen Gedanken? Was können sie letztlich bewirken? Eigentlich erhitzen sie nur die Gemüter oder schaffen uns sanfte Ruheklissen, denn wir können ja nicht, was wir wollen - und, wer hört schon auf unsere weisen Worte!

Daneben gibt es Perspektiven sinnvollen Handelns, die wir zwar planen und auch verwirklichen können, jedoch es bleibt beim Erdachten. Dabei habe ich nicht so sehr unsere Wankelmütigkeit im Blick, als vielmehr die verpasste Chance, mit unserem Einsatz wirkliches Leben zu gestalten. Wie viel Zeit können wir sparen, wenn wir nur dasjenige zur Sprache bringen würden, was wir dann auch tatsächlich aktiv betreiben werden? Und was wäre das für eine heilvolle Stille zwischen den Menschen und auf dem gesamten Erdball! Zudem unterhielten wir uns dann mehr über das Verwirklichte und ständen beim nächsten Gespräch wieder vor dem Beginn einer weiteren realistischen Wirklichkeit.

Zwei Reflexionsfragen sollten unbedingt im Vordergrund stehen:

- Kann ich selbst das Bedachte ins Leben einbringen?
- In welchem Punkt möchte ich das eigene Handeln tatsächlich vorantreiben?

Bei allen Überlegungen dürfen wir den Blick für die Folgen und die Wirkung des eigenen Handelns nicht aus dem Gespür eines verantwortlichen Herzens verlieren. Dabei sollten wir uns ebenso immer wieder die Begrenztheit des eigenen Lebensvollzuges vor Augen führen. Bin ich der alleinige Garant für mein Handeln? Habe ich mein Urvertrauen im wahrsten Sinne des Wortes ausschließlich selbst in der Hand?

Zur Erinnerung: Wir haben uns nicht selbst erschaffen, wir sind geworden. Unser Leben ist somit von einer existenziellen Unbestimmtheit geprägt, die nur mit Vertrauen entschärft und befriedet werden kann. Jedoch Vertrauen ist bezogen auf Etwas oder Jemanden.

Den Urgrund seines persönlichen Vertrauens bringt der Evangelist Johannes gleich zu Beginn seiner Schrift mit folgenden Worten zum Ausdruck:

„Im Anfang war das Wort, und das Wort war bei Gott, und das Wort war Gott. Im Anfang war es bei Gott. Alles ist durch das Wort geworden, und ohne das Wort wurde nichts, was geworden ist. In ihm war das Leben, und das Leben war das Licht der Menschen. Und das Licht leuchtet in der Finsternis, und die Finsternis hat es nicht erfasst.“ Joh 1,1-5

Ist es nicht eine beruhigende Vorstellung, dass es etwas gäbe, worin alles Vertrauen gründete? So als sei es möglich, dass Jemand so verlässlich zu seinem Wort steht, dass es nicht nur gestaltendes Leben ermöglicht, sondern uns Menschen, mir selbst ein Hoffnungsschimmer in dunklen Zeiten ist!

Haben wir schon einmal den Versuch unternommen, - bei aller menschlichen Begrenztheit - leuchtende Wärme durch handelnde Worte zu bewirken?

Merken Sie bitte gut auf. Es geht nicht um die Vorstellung, mit den Mitmenschen auf liebevolle Tuchfühlung zu gehen, sondern um das Zurückhalten der eigenen Worte, indem ich konkret Wärme, Versöhnung, Zuversicht und Umkehr ins Leben hineintrage.

Denn wenn Worte nicht handeln würden, bliebe unsere Phantasie grenzenlos.

In dieser Woche wünsche ich Ihnen wohl überlegte und handelnde Worte.

Udo Manshausen

Der vergessene Tod

Liebe Leserinnen und Leser!

Eigentlich lässt uns in erster Linie die eigene Betroffenheit ernsthaft über den Tod des Lebens nachdenken. Da mögen die einen sagen ‚müssen denn die vielen Toten im Fernsehen oder in der Zeitung erwähnt werden‘, und die anderen geben angesichts solcher Meinung zu bedenken, ‚ja, der Tod ist unser Schicksal, und dies kann nicht oft genug in Erinnerung gebracht werden‘.

Jedoch zwei Gruppen von Menschen fehlen in dieser Einteilung noch. Das sind die irdisch Unsterblichen, die sich mit Titeln ewiger Weltlichkeit hervorheben, die mit Arroganz und Macht sich so geben, als gäbe es einen Tod erster, zweiter oder dritter Klasse. Und dann gibt es immer noch die Einfältigen, die die Einstufungen des Menschseins mit diesen teilen, indem sie ängstlich oder schleimend den Sterblichen in der ersten Klasse begegnen wollen, um selbst ein Stück von der eigens geglaubten irdischen Ewigkeit zu erhaschen.

Sind wir nicht manchmal, zumindest was dieses Thema angeht, ganz schön crazy und verrückt? Glauben wir allen Ernstes, indem wir den Tod möglichst aus unserem Alltagsdenken verdrängen oder an unserer Gottheit basteln, dass wir dadurch weniger sterben oder unbeschwerter oder befreiter leben können?

Wenn wir uns einmal kurz auf die Spur der lebenden Unsterblichen begeben, dann achten wir vielleicht in der nächsten Zeit einmal verstärkt darauf, mit welchen Titeln und Fähigkeiten sich die Menschen dekorieren. Da betitelt sich doch tatsächlich ein Sterblicher: Europas führender Experte für Zeitsouveränität, Effektivität und sinnvolles Lebensmanagement. Und da gibt es Menschen, die das auch tatsächlich glauben!

Da klingen die Worte des alttestamentlichen Autors Kohelet doch schon viel realistischer, wenn er feststellt:

„Wie er aus dem Leib seiner Mutter herausgekommen ist – nackt, wie er kam, muss er wieder gehen. Von seinem Besitz darf er überhaupt nichts forttragen, nichts, das er als ihm gehörig mitnehmen könnte.“ (Koh 5, 14)

Wenn wir dann in unsere Kleidungsstücke hineingeschlüpft sind, mögen wir unsere Nacktheit vergessen haben. Aber sie ist dennoch anwesend – bei allen.

Ist das Leben denn noch wirklich befreiend lebenswert, wenn wir ständig an unseren Tod denken?

Ist unser bewusstes Dasein und Handeln denn überhaupt realistisch, wenn wir die Sterblichkeit in unser Handeln und unseren Umgang mit den Mitmenschen nicht einbeziehen?

Der vor einigen Jahren verstorbene jüdische Philosoph Jeshajahu Leibowitz gibt Folgendes zu bedenken:

"Jeder Mensch lebt, als ob er nicht weiß, daß er sterben muß. Anders wäre er nicht fähig zu leben... Der Mensch weiß, daß er sterben muß, ohne jeden Zweifel. Wie ist er dann fähig zu leben? Weil er eigentlich nicht an seinen Tod glaubt."

Es kann tatsächlich gut tun, sich den eigenen Tod oder den eines geliebten Menschen nicht ständig vor Augen zu führen, damit wir uns loslassen und wahrhaft in das Leben einbringen können – die Gefahren der Überheblichkeit einmal außer Acht gelassen.

Ein sinnvolles Gegengewicht findet sich in der christlichen Bewusstheit des sterblichen Lebens. So heißt es im 1 Korintherbrief des Apostels Paulus:

"Täglich sterbe ich." (1 Kor. 15,31)

Der weltberühmte Wüstenvater Antonius führt dazu aus:

"Das Gesagte ist aber so zu verstehen, daß wir beim Erwachen jeden Tag denken sollen: wir leben nicht bis zum Abend; und hinwieder, wenn wir im Begriffe sind, uns zur Ruhe zu legen, denken sollen, wir werden nicht mehr erwachen; wie denn auch wirklich unsere Lebensdauer von Natur ungewiß und Tag für Tag von der Vorsehung zugemessen ist."

Eine hervorragende Strategie, wie ich finde! Oder ist es möglicherweise keine Methode, sondern viel eher der Weg zu einer inneren Grundhaltung?

Wenn Sie mit dieser täglichen Übung morgens und abends beginnen, dann mag es in der ersten Zeit etwas beunruhigend oder ungewöhnlich anmuten. Vielleicht baut sich auch ein kleiner Widerstand auf. Jedoch mit jedem Mal wird Ihr Inneres mehr von einer Selbstverständlichkeit geprägt, die besänftigend dem Leben begegnet und die der aktuellen Tagesangst korrigierend entgegenhalten kann:

„Für was kämpfst du hier wieder? Vor welcher Peinlichkeit läufst du davon, oh Sterblicher? Ist es nicht wahnsinnig, was ich da gerade wieder einmal tun werde oder anstrebe? Ist es richtig, die Menschen zu Göttern zu machen, und diese schleimend anzubeten?“

Ja, es kann heilsam sein, sich der eigenen Endlichkeit täglich bewusst zu werden, selbst wenn es weniger ist als ein kurzer Augenblick.

Wer sein Leben ein wenig mehr aus der Fülle des Lebens gestalten möchte, und sich ein solches Ansinnen nicht nur für das hohe Alter aufbewahren möchte, der kann folgende Sichtweise der Wüstenväter einmal mehr bedenken:

„Ein Altvater sprach zu seinem Bruder: ‚Vergegenwärtige dir alle Tage deinen Tod als nahe und kümmere dich um nichts in dieser Welt, gleich als lägest du schon im Grabe. Habe auch immer die Gottesfurcht in dir. Halte dich für geringer als alle Menschen. Rede von niemand Schlechtes, denn Gott weiß alles. Sei vielmehr mit allen in Frieden, dann wird dir Gott allezeit die Herzensruhe schenken.“

Entscheiden Sie selbst, worin Sie mehr inneren Frieden finden können – im Gedenken an die menschliche Endlichkeit oder an den Glauben der eigenen Unbesiegbarkeit.

Ihnen wünsche ich eine Woche mit dem verstärkten Blick für die Nacktheit im Leben

Udo Manshausen

Das Reden aus der Tiefe ist Schweigen

Liebe Leserinnen und Leser!

Geht es Ihnen manchmal auch so, dass Sie nicht mehr antworten mögen, weil Sie schon so viel gesagt haben? Sind Sie obendrein häufig frustriert, weil Ihre Worte auf Unverständnis stoßen? Haben Sie ebenfalls den Eindruck, dass der andere reagiert, so als hätten Sie nichts zu ihm gesagt, obwohl Sie sich stundenlang erklärt haben?

Wir mögen auf solche Begebenheiten unterschiedlich reagieren: verärgert, beleidigt, aggressiv, uns wiederholend, zurückhaltend, nachdenklich, anspruchsvoll – schweigend.

Nehmen wir einmal an, wir hätten einen goldenen Augenblick in der Geschichte unserer Dialogkultur und könnten uns in einer wichtigen Situation zurücknehmen, uns regelrecht heraushalten. Und wir würden diese Sternstunde unseres Handelns so ausdehnen, dass unser Gegenüber fast schon vorwurfsvoll äußerste: ‚Und sie, haben sie dazu nichts zu sagen?‘ Und wir würden gelassen antworten: ‚Doch in meinem Innern schon!‘

Es ist nunmehr sicher leicht, sich vorzustellen, dass eine mögliche Reaktion darauf ein Ausdruck von Erstaunen sein könnte: ‚Was soll denn das bedeuten, nun einmal heraus damit! Was sagen sie denn aus ihrem Innern dazu?‘ Wenn unsere weise Gelassenheit noch ein wenig anhielte, mögen wir vielleicht sagen: ‚Ich antworte nur, wenn sie ebenfalls Worte aus ihrer Herzentiefe finden.‘ Provozierend könnte der Gesprächspartner entgegenen: ‚Wie wollen sie denn beurteilen, ob meine Gedanken aus der seelischen Mitte meines Herzens kommen?‘ Das ist ganz einfach: ‚Sie würden wissend schweigen und hätten nicht mehr den Drang, sich mit ihren Worten einen Platz im Rampenlicht zu verschaffen.‘

Was treibt uns denn so sehr an, dass wir fast zu allem einen Kommentar abgeben müssen? Sicher ist unser Darstellungsdrang in unsere Überlegungen einzubeziehen. Ein weiterer Grund für unser Gerede könnte ebenso in unserer mangelnden Klarheit haben. Nun könnte man im Hinblick auf den letzten Gedanken einwenden, dass man doch nicht reden könne, ohne wirklich eine Ahnung von einem Thema zu haben. Natürlich ist auch solches möglich. Jedoch der geistige Akzent in diesen Ausführungen soll auf etwas anderem liegen als auf dem sachlich Gewussten. Es geht vielmehr um die Eindeutigkeit der eigenen Motive und um den aufgeklärten Antrieb meines handelnden Wortes.

Stellen Sie sich vor, Ihnen würde folgende Frage gestellt: ‚Wie reich sind Sie?‘ Und nach der üblichen Antwort werden Sie gefragt, wie es denn mit dem inneren Reichtum aussehe. Innerer Reichtum, was kann denn damit gemeint sein? Kommt es denn auf diesen im Leben überhaupt an?

Wenn wir unseren Blickwinkel einen Augenblick verändern, und ein wenig göttliche Sichtweise einbeziehen, dann können wir die folgende faszinierende Sichtweise über Gott ebenso auf unser Leben beziehen:

„Das Schönste, was der Mensch von Gott auszusagen vermag, das ist, dass er aus der Weisheit des inneren Reichtums schweigen könne.“

Dieser tiefgreifende Gedanke findet sich in den Schriften des Dionysius Areopagita, die Ende des 5. Jh. in die Öffentlichkeit gelangten.

Wird vielleicht deswegen so viel geredet, weil der innere Reichtum fehlt? Wo wird auf eine solche bereichernde Innerlichkeit konkret und vornehmlich hingewirkt? Wäre es nicht erbaulich, wenn wir die Erlangung der Weisheit zum eigentlichen Ziel unseres Lebens erklären würden?

Ja, es leuchtet ein, dass die Weisheit, die seelische Erfüllung, die durch Materielles nie und nimmer erreicht werden kann, – eine solche Erkenntnis allein ist schon das Eingangstor zur Weisheit – in direktem Zusammenhang mit dem Schweigen-Können steht, denn letztlich ist doch die innere Zufriedenheit, die friedvolle Gelassenheit, die freudige Harmonie, die Glückseligkeit das eigentliche Ziel des Menschen. Allerdings sind die häufig eingeschlagenen Wege zu materiellen Gütern eher dilettantisch.

Aber was bedeutet denn ‚Weisheit des inneren Reichtums‘, was beinhaltet diese konkret?

Zuallererst: Schweigen können, es mit sich allein aushalten können. Stille genießen können. Das Tobende und den Gleichmut in eine natürliche Balance bringen.

Des Weiteren: Das Leben in seiner Gesamtheit wahrnehmen. Den Tod und die Gleichheit der Menschen einführend begreifen. Sich nicht für etwas Besseres halten, sondern die menschheitliche Weisheit in sich aufnehmen.

Jeden Tag neu beginnend: sich selbst ergründen, seine Gefühle orten, den Zorn besänftigen, die Ruhmsucht eindämmen und den Hochmut in sich selbst bekämpfen.

Schon allein ein solcher Lebenskatalog befähigt uns auf dem Weg zur Selbsterkenntnis auch zum Schweigen, denn um all das zu erreichen, müssen wir in uns hineinhorchen, ins Gespräch mit uns selbst kommen, Erkenntnisse sammeln, bevor wir reden können.

Können Sie auf einen inneren Reichtum jederzeit zurückgreifen? Was macht Ihre innere Goldreserve aus? Was tun Sie täglich, um wirklich ein ganzer Mensch zu werden? Wie viele Minuten schweigen Sie pro Tag?

Vielleicht müssen Sie auch erst ein Konto der Weisheit eröffnen!

Ich wünsche Ihnen viel schweigenden Austausch voll innerer Weisheit.

Udo Manshausen

Stichwortverzeichnis

Atemzug.....	65	Nicht-Handeln.....	44
Ausgangsplattform.....	14	Nichtvorhandene.....	89
Autodidakten.....	27	Nutzlosigkeit.....	39
Befriedung.....	85	Persönlichkeitsbildung.....	23
Begegnung.....	97	Rache.....	81
Bestimmung.....	74	Reifung.....	23
Beweglichkeit.....	52	Sarglänge.....	73
depressiven Fatalismus.....	35	Scheinheiliger.....	23
Egotrip.....	30	Schicksal.....	92
Eigenwillen.....	71	Schöpfer.....	71
Eindimensionalität.....	67	Schweigen.....	103
Einsicht.....	91	Seele.....	58, 60, 83
Entkräftung.....	15	Seelenlage.....	7
Erkenntnis.....	21	Seelentröster.....	17
Fluchtgedanke.....	18	Seelenwüste.....	54
Frage.....	42	Stille.....	95
Fragekategorien.....	37	Stillstand.....	54
Freiheit.....	5, 51	Talent.....	6
Freundschaft.....	46	Tod.....	7, 101
geistige Nahrung.....	16	Trauer.....	16
Glaube.....	88	Überflüssig.....	52
Gleichheit.....	63	Unendlichkeit.....	51
Gott.....	72	Unruhe.....	75
Götterstatuen.....	58	unsichtbare Welt.....	35
Grundwahrheit.....	36	Urvertrauen.....	14
Herz.....	32	Vergessenheit.....	34
Herzensstärke.....	31	Verlassenheit.....	9
Himmel.....	22, 87	Verstand.....	17
Ideale.....	79	Vertrauen.....	10
Illusionen.....	47	Verzweiflung.....	16
Jesus.....	44, 64	Wächter-Ego.....	28
Klarheit.....	89	Wahrheit.....	11
Königsweg.....	56	Weisheit.....	69
Lebensberechtigung.....	8	Wesenskern.....	50
Lebensprinzip.....	12	Windhauch.....	65
Lebenssuche.....	12	Worte.....	100
Lebensverbindlichkeit.....	80	Zeit.....	25
Leid.....	91	Zerrissenheit.....	60
Leistungsdenken.....	49	Ziel.....	13
Liebe.....	19, 78	Zukunft.....	33
Mensch.....	93		