



# Ein Brief von Laurence Freeman OSB

Direktor der Weltgemeinschaft für Christliche Meditation

*Dearest friends,*

Geliebte Freunde,

Wir alle können nicht umhin, von Zeit zu Zeit zu holpern und zu stolpern. Zumindest sagt uns das der heilige Jakobus. Dabei ist eigentlich nicht das Stolpern das Problem – denn Stolpern ist menschlich, und alles, was menschlich ist, kann verziehen werden – sondern es ist eben nicht so leicht, es erst zu erkennen und dann auch ehrlich zuzugeben. Wir müssen es ganz bewusst auf uns nehmen und es zugleich demütig einsehen; nur so können wir es vermeiden, dass unser Stolpern Verhaltensweisen in uns hervorruft, die wir dann sogleich heftig verteidigen und stolz rechtfertigen müssen. Dieses Stolpern ist so sehr ein wesentlicher Bestandteil allen geistigen Wachstums, dass – und das ist nicht weiter verwunderlich – jede Tradition gewisse Hilfsmaßnahmen vorzuschlagen hat, die dem Menschen zeigen wollen, was nützt, wenn er wieder einmal ins Stolpern geraten und rückfällig geworden ist, und dies bezieht sich auch vor allem auf seine fixierten und falschen Verhaltensweisen. Alle Traditionen sind sich darin einig, dass eine solche innere Arbeit das eigentliche Wesen des Friedens ausmacht. Da wir heute in einer Zeit leben, die von Gewalttätigkeit und Angst geprägt ist, hilft es uns, wenn wir in der Meditation einen ‚Weg des Friedens‘ sehen, der damit beginnt, dass wir zunächst unsere eigenen Unebenheiten korrigieren, der sich aber dann weiter nach außen ausdehnt und alle Menschen mit einbezieht, mit denen wir in Kontakt kommen und durch die wir sind, was wir sind.

Ich besuchte im Sommer Kappadozien in der Türkei und besichtigte dort die alten Klöster, die aus Höhlen bestehen und in die Felsen hineingehauen sind. Sie machen auf den Besucher einen recht unwirklichen Eindruck, insbesondere im Sommer, wenn über allem eine intensive trockene Hitze liegt. Sie wirken dann eher wie eine Szene aus einem Film, der eine science fiction ist. Sie sind durch die Aushöhlungen merkwürdiger vulkanischer Felsformationen entstanden, die bereits lange bevor sie Klöster wurden bewohnbar waren. Die Mönche sind dort etwa eintausend Jahre lang ansässig gewesen. Höhlen bedeuten für uns ein Symbol, das von Sicherheit und Zufluchtsort spricht – Sicherheit vor wilden Tieren, schlechtem Wetter oder gefährlichen Widersachern. Aber sie waren gleichzeitig auch Stätten, wo es zur innerlichen Verwandlung und Offenbarung kommen konnte. Propheten und Mönche zogen sich oft auf lange Zeit in die Höhlen zurück, um sich in ihrem Denken umwandeln zu lassen, und hießen darauf ein neugewonnenes Zielbewusstsein, eine neue Richtung willkommen, die ihnen dort zu teil geworden waren.

Wenn wir auf eine solche Weise neu geformt werden, beginnen wir schließlich darin Gottes Wege zu erkennen, die durch die Nebelschleier der Illusion und die unstillen Zeiten der Zerstreungen hindurch allmählich deutlich werden. Wenn sich dann unsere Fixierungen und Denkmuster in nichts auflösen, liegt die Wirklichkeit, wie sie sich ihrem eigenen Muster entsprechend präsentiert, vor uns: die göttliche Liebe in all ihrer Vielfältigkeit, in ihrem Geben und Nehmen und wieder Zurückgeben, ganz so wie es in allem gegenwärtig ist; das schließt auch unseren Atem,

unsere Beziehungen zu anderen Menschen und den Zyklus allen Lebens überhaupt mit ein. In der Kammer, der Höhle unseres Herzens – der Kammer, von der Jesus spricht, dort, wo echtes Gebet zuhause ist – lernen wir, dass die Wirklichkeit kein statisches Quantum, sondern eine bewusste Kraft höchster Güte ist, die sich immer und überall in alles hinein ergießt. Dieser Strom bringt die Erfahrung mit der Wahrheit mit sich, nach der wir uns alle sehnen, und sie kommt zu uns nicht bloß in irgend welchen Formulierungen oder glaubhaften Überzeugungen, sondern sie teilt sich uns in ihrer ganzen wesensechten Gutheit mit und verströmt sich in einem ekstatischen Lobpreis der Liebe.

Die Mönche lebten in kleinen Gruppen in diesen Behausungen, so wie es auch die ägyptischen Wüstenmönche und die keltischen Mönche von Skellig getan haben. Sie unternahmen diesen Schritt nicht aus Sicherheitsgründen oder des Komforts wegen oder um eine gewisse Vorrangstellung zu genießen, und selbst deshalb nicht, weil sie ‚zu sich selbst finden‘ wollten – zumindest war dies am Anfang nicht der Fall; was sie trieb, war der Wunsch, selbst ein Zentrum des Friedens zu werden – was der einzige Beweggrund ist, der solch einen radikalen Schritt befürworten kann; das bedeutet aber, das man sich verliert und wieder findet, dass man verwandelt wird, und dennoch ganz einfach ein Mensch bleibt. In den Höhlen von Kappadozien oder in den einem Bienenstock ähnlichen kleinen Hütten von Skellig, wie auch in unserer täglichen Meditation suchen wir, wenn wir in jene innere Kammer eintreten, von der Jesus sagt, dass sie der wahre Ort des Gebets sei, jenen tiefen Brunnen auf und schöpfen aus seinem Frieden, der der Geist Gottes in uns ist.

Ich schreibe diese Zeilen im John Main Zentrum, das sich im Universitätsgelände der Georgetown University befindet, und wo ich mich zur Zeit aufhalte. Dieses Zentrum ist zwar keine Höhle, aber doch ein kleines Gebäude, das auf das Jahr 1792 zurückgeht, und das inmitten des vielseitig beschäftigten Universitätsgeländes seine Stille wahrt. Hier kann man zu regelmäßigen Zeiten meditieren, aber Studenten, Lehrer, Angestellte und Besucher zugleich können sich hier zu jeder Tages- und

Nachtzeit einfinden und in der Stille dieses Raumes jenen Brunnen des Friedens in sich finden. Einige von ihnen finden sich regelmäßig hier ein, aber fast jedes Mal sind auch einige Neuankömmlinge darunter. Oft lässt sich feststellen, wer ein Regelmäßiger und wer ein Neuankömmling ist. Wer den Raum regelmäßig aufsucht, ist mit ihm bereits vertraut – er fühlt sich dort zuhause.

Überall in der Welt wird die Erfahrung, die uns die Meditation gibt, als ein ‚Heimkommen‘ beschrieben. Der Ort, wo man regelmäßig meditiert, wird als ein geistiges Zuhause empfunden. Ich glaube, dass wir es aus diesem Grund als etwas Heiliges erleben, wenn wir in ein Kloster oder eine Höhle kommen, wo Menschen einst ihren inneren Raum gesucht und gefunden haben; denn eine geistige Heimat ist nicht nur für die, die dort leben, eine Heimstätte, sondern für die gesamte Menschheit.

Ich empfand dies sehr stark, als ich nach meinem Besuch in Kappadozien nach Konya im Süden der Türkei pilgerte; Konya ist die Heimatstadt des großen Sufi Dichters Jalal ad-Din Muhammad Rumi, und hier liegt er auch begraben. Als er den großen Verlust seines einmaligen und unersetzbaren Lehrers erlitt, war er so von seinem Schmerz überwältigt, dass er völlig darin versank, bis er schließlich wieder aus der Tiefe auftauchte und zu unermesslichen Höhen aufstieg. Rumi entdeckte lange vor Leonard Cohen, dass ‚das Licht dort hereinscheint, wo die Wunde ist‘. Im Glanz dieses Lichtes sang er in seinen außerordentlichen Gedichte von der Liebe und der Freiheit und von der Kraft des Friedens, die aus der großen Quelle unseres Seins, wie wir sie in uns finden können, emporsteigt. Dies ist die universale Verwandlung, die wir erleben, wenn wir entdecken, dass wir recht eigentlich in uns selbst zuhause sind, und dass Gott dieses Zuhause in uns ist. ‚Gestern war ich so klug,‘ schrieb Rumi, ‚dass ich die Welt verändern wollte. Heute bin ich weise genug, mich selbst verändern zu wollen.‘ Wir ändern uns auf diese Weise, nicht weil wir versuchen, etwas zu sein, was wir nicht sind, sondern indem wir ganz das werden, was wir in Wahrheit sind.

Diejenigen, die das Meditieren üben und dabei einer der verschiedenen Traditionen folgen, wie sie uns heute zur Verfügung stehen, können diesen Vorgang, der am Werk in ihnen ist, in sich selbst und auch in den anderen nachempfinden, und daraus entsteht oft eine Freundschaft zwischen ihnen, die alle Unterschiede übersteigt. Wenn man jedoch zum allerersten Mal an der Meditation teilnimmt, so klingt so etwas übertrieben, und man trägt dann jenen skeptischen und reservierten Ausdruck zur Schau, der denjenigen, die zum ersten Mal ins Zentrum oder zur Meditationsgruppe kommen, eigen ist. Aber wenn sie dann mehr darüber erfahren und das Meditieren weiterhin üben, kann man merken, dass sich – nicht immer, aber doch oft – eine Wandlung in ihnen vollzieht. Man beobachtet dann in ihrem Gesichtsausdruck so etwas wie ein Zeichen von Erleichterung und man merkt, dass sie etwas Neues entdeckt haben – genau so wie es ist, wenn man etwas findet, das man schon für verloren glaubte, wie etwa eine wichtige Telefonnummer, und sie dann in der Tasche des Wintermantels vom letzten Jahr wiederfindet. Es ist jener Ausdruck, der – falls man gewillt ist, ihn bestehen zu lassen – einem sagt, dass die Dinge ganz einfach und recht offensichtlich beginnen, ihren rechten Platz einzunehmen.

Nicht weit entfernt von den Klöstern in Kappadozien und dem ständigen Strom der Pilger, die an Rumis Grab vorbeiziehen – diesen Stätten tiefen Friedens und geistiger Erneuerung – liegen die verwüsteten Städte von Syrien, die Selbstmordanschläge vom Irak, die Demütigungen von Gaza, die gewalttätigen Unwahrheiten der Ukraine, die verkrüppelten Waisenkinder und die Angst und der Hass, die von einer Generation auf die andere übertragen werden, entsprechend die Umwelt verseuchen und die gesamte Familie der Menschheit damit anstecken. Wenn es wahr ist, dass eine echte geistige Heimat für alle zur Heimstätte werden kann, so muss es ebenso zutreffen, dass die Entweihung des Lebens, die an einem bestimmten Ort stattfindet, darüberhinaus ihre Auswirkung hat und uns alle gleichermaßen verunreinigt. Wo immer menschliche Freundschaft zurückgewiesen und verweigert wird,

breitet sich die Feindseligkeit gleich einem hässlichen Schandfleck aus, der das Gewissen der Menschen belastet.

Es fällt nicht schwer, andere zu verdammen, wenn man sich moralisch auf ein hohes Ross setzt und sich ein paar Minuten, bevor das gewünschte Fernsehprogramm beginnt, eben mal schnell die Nachrichten mit anhört. Wenn uns die Meditation ein solches Überlegenheitsgefühl, bei dem man sich völlig von allem Übel distanzieren kann, bescheren würde, so wäre sie nichts als eine Farce, eine Spiritualität für den Verbraucher, der jener Seinsgrund fehlt, ja, die ihn sogar vermeidet, jener Grund, aus dem heraus der echte Friede, der jenseits allen Verständnisses liegt, in die Welt tritt. Wenn man eine Konsumgesellschaft mit der Meditation vertraut machen will, so bringt das viele Probleme mit sich, da die Menschen daran gewöhnt sind (und fast alle von uns sind in dieser Beziehung von unserer Erziehung her geprägt), in der Spiritualität so etwas wie eine neue Marke zu sehen, die man einmal ausprobieren will. Es ist immer leichter, diejenigen anzusprechen, die nur halbwegs von einer solchen Einstellung beeinflusst sind, und man muss von Güte und Gültigkeit der Erfahrung mit der Meditation wirklich ganz und gar überzeugt sein, wenn man anderen Menschen helfen will, eine solche Erfahrung in sich selbst zu erleben. In dem Maße aber, da die Erfahrung an Kraft gewinnt, kann man merken, wie allmählich ein neues Gefühl des Verbundenseins an die Stelle des einsamen Individualismus und seiner Isoliertheit tritt. Der übliche Verdacht und jener instinktive Konkurrenzgeist machen einem Gefühl des Vertrauens und dem Wunsch für Zusammenarbeit Platz, deren man sich alsbald bewusst wird. Es wird nicht gleich alles hell und licht, aber wenn das Licht einmal begonnen hat einzudringen, kann man bereits den Unterschied bemerken.

Die Welt der Natur ist voll reizvoller Schönheit. Die Musik entstand, als der Mensch von dem Lied der Vögel angezogen wurde. Sonnenaufgang und -untergang, jener Moment des Übergangs von Tag und Nacht, wurden ein Gegenstand der Anbetung. Tod und Geburt, so alltäglich und heilig zugleich, halfen uns, die

Bedeutung der Sexualität und der Liebe besser zu verstehen. Aber es sind auch sehr grausame Kräfte in der Natur am Werk, und im Tierreich geht es ständig um den Kampf des Überlebens. Vielleicht geschah es, als das Ich-Bewusstsein im Menschen erwacht war (in anderen Geschöpfen ist es nicht vorhanden, aber die frühen Menschentypen hatten es bereits in sich entwickelt), dass Gewalttätigkeit auf den Plan trat.

Das Bewusstsein des Menschen, das sich weiter und darüber hinaus entwickelt hat, erkennt die Sinnlosigkeit der Gewalt durchaus an, wenn man zum Beispiel eine Lösung für verschiedene Interessensbereiche finden will, die im Widerstreit zueinander stehen und das Werk des Ich sind. Ein solches Bewusstsein sieht dies ganz klar, so klar wie es für ein entartetes Bewusstsein ist, sich an den Sensationen der Gewalttätigkeit erbauen zu wollen oder den Kitzel eines gewissen Machtgefühls zu genießen. Ein klarer Verstand weiß genau, dass eine Gewalttat eine Energie erzeugt, die fehl am Platz ist, und dass es immer eine Lebensart gibt, die weitaus besser ist. Aber das Ich ist nur eine gewisse Stufe auf der Leiter der Evolution. Erst wenn wir in der Lage sind, über das Ich hinauszuwachsen und zu jener Erfahrung der Einheit zu kommen, die jede Trennung auflöst, erst dann können wir den echten Sinn des Friedens verstehen und finden. Bevor es zu diesem entscheidenden Wendepunkt kommt und eine Transzendenz stattfinden kann, ist der Friede nur ein Flackerschein – Friedensverhandlungen missglücken, jeder Waffenstillstand geht in die Brüche.

„Unwissenheit“, so schrieb Rumi, „ist der Feind der Seele. Unkenntnis ist das Gefängnis Gottes. Erkennen ist der Palast Gottes.“ Was der Grund auch sein mag, der uns zum Meditieren bringt, woran wir auch glauben und aus dieser Überzeugung heraus uns die Meditation erklären, jenes Erkennen und Wissen ist immer eine Frucht der Meditation. Aktives Wissen, und nicht bloß die Anhäufung von Kenntnissen. Erkenntnis findet immer im Jetzt statt und legt das ewige Bestehen der Wahrheit offen. Kenntnis bedient sich immer der Erinnerung, und wenn es auch einen gewissen Wert hat, diese weiterzu-

geben, so liegt ihr eigentlicher Zweck doch darin, dass sie jenen Akt des Erkennens aufs Neue in uns erstehen lässt. Bewusstheit, und nicht bloß neue Lösungen zu alten Problemen, kann allein die in uns festgefahrenen Verhaltensweisen sichtbar machen und entkräften und kann damit das unermessliche Potenzial, das der Geist ist, freigeben. Eben weil die großen geistigen Lehrer diese Erkenntnis hatten und auch lehrten, waren sie alle auf das Gleiche ausgerichtet, und diese Blickrichtung bietet in ihrer schlichten Einfachheit und ihrer kindlichen Direktheit allen Traditionen und Kulturen einen gemeinsamen Weg des Friedens.

In der Lehre Jesu wird diese Erkenntnis das Reich Gottes genannt. Er beschreibt sie als etwas, auf das man stößt, das man entdeckt, das in uns wächst, das uns verbindet, das man wahrnimmt, aber das er nicht, wie seine Anhänger oft annahmen, als einen Ort hinstellt, der sich vom hiesigen unterscheidet, und vielleicht eine Belohnung irgendwann in der Zukunft ist oder gar ein schwer zugängliches Privileg, ein Club für diejenigen, die ihre Mitgliedschaft regelmäßig erneuern. Er hätte sich nicht klarer aussprechen können. Das Reich kann man nicht sehen, weil es nicht im Umkreis der Dualität besteht (ob hier oder dort). Es ist in uns, in der tiefsten und geheimnisvollen Tiefe unseres Seins, unseres wahren Seins, und es kann in all den Beziehungen gefunden werden, die uns mit anderen Wesen verbinden. Dasselbe und doch auch anders. Nur für Kinder und Weise ergibt sich daraus ein Sinn.

Kinder finden oft ganz zufällig ihren Weg in das Reich Gottes und werden dann wie Rumi auch in seinen vielen Geschichten aus seinem Leben und in seinen Gedichten von einer unaussprechlichen Freude ganz erfüllt, die der Realität des Leidens unverhohlen ins Auge blicken kann, sie mit einschließt und verwandelt. Jesus „pries“ auf diese Weise „den Geist“, als er einmal davon sprach, dass nur die Einfältigen diese Geheimnisse verstehen können, und gleich darauf sprach er dann davon, dass er um seine Einheit mit dem Vater wisse: „Der Vater und ich sind eins.“ Solche Momente, da die Wahrheit zum Durchbruch kommt und erkannt wird, können nicht vorausgesehen und nicht wiederholt

werden. Das Ich, das immer gleich seine Wünsche befriedigen will und Kenntnis mit Wissen verwechselt, versucht natürlich, diese Momente je nach Lust und Laune herbeizuführen, um dann bald wieder davon abzulassen. Es kann sogar diejenigen beneiden oder verurteilen, die eine solche Erfahrung öfter genießen als es selbst, und es wird jede Meditation danach abtasten und entsprechend bewerten wollen.

Daher erinnern diejenigen Lehrer der Meditation, denen man wie John Main Vertrauen schenken kann, immer daran, dass es nicht nur notwendig ist, die Meditation zu üben, sondern dass man auch meditieren soll, ohne weiter etwas davon zu erwarten und ohne irgend welche Ansprüche an sie zu stellen. Da dies im Anfang so gut wie unmöglich ist, müssen wir diese sogenannten ‚spirituellen‘ Erwartungen in uns zunächst identifizieren, sie für das sehen, was sie sind, und sie dann zur Seite schieben. Für uns heute, in unserer heutigen Kultur, hilft es, wenn wir uns noch einmal den Unterschied klarmachen, der zwischen den Vorteilen, die uns die Meditation bietet, und dem, was sie an Gutem zu geben hat, besteht. Die Vorteile wie etwa niedriger Blutdruck und Nachlassen von Stress können entsprechend bemessen und leichter wahrgenommen werden als die eigentlichen Früchte der Meditation wie Liebe, Freude und Frieden. Aber sobald die Vorteile, die die Übung mit sich bringt, nachweisbar sind, beginnt der Verstand aus seiner üblichen Neugier heraus, gewisse Dinge wissen zu wollen. Woher stammen diese Vorteile? Inwieweit übt die Gnade einen Einfluss auf mich aus? Jeder echte geistige Weg beginnt mit solchen Fragen.

Aber es gibt auch noch eine andere Art von Unwissenheit, wie die, von der Rumi sagt, sie sei der Feind der Seele, und von der Buddha in einer seiner edlen Wahrheiten sagt, sie und die Begehrlichkeit seien die Ursache allen Leids. Diese zerstörerische Unwissenheit ist oft durchaus nicht dumm, wie man erwarten würde, sondern im Gegenteil höchst intelligent, scheinbar rational und recht unergründlich. Eine solche dunkle Unwissenheit ist wie ein Torhüter oder wie jemand, von dem wir abhängig sind und missbraucht werden, ihm

aber nicht entgehen können. Es gibt jedoch auch eine Unwissenheit, die man am ehesten ein Unwissen oder Nicht-Wissen nennen könnte und die Keats eine ‚negative Fähigkeit‘ nannte; es ist die Fähigkeit, sich mit echtem Erstaunen an etwas erfreuen zu können. Dieses Nicht-Wissen üben wir während unserer Meditation, wenn wir beispielsweise jede Lösung zu bestehenden Problemen, die während der Meditation auftauchen können, außer Acht lassen, ebenso wie jeden guten Einfall, den wir womöglich festhalten und gedanklich beibehalten wollen, oder auch irgend welche Fantasien, denen wir nachzugehen gesinnt sind. Diese anscheinende Unwissenheit, die wir auf diese Weise üben, offenbart unser wahres Wissen. Bei diesem scheinbar aufwendigen Verlust wird uns gezeigt, dass das, was verloren schien, uns durchaus wieder zurückgegeben wird.

Es ist noch nie in der Evolution des Menschen leicht gewesen, diese Tatsache so ohne weiteres anzuerkennen, eben weil das Ich Widerstand bietet und alles, was damit in Verbindung steht, heftig ablehnet. In der modernen Konsumgesellschaft, die darauf aus ist, jedem Wunsch so schnell wie möglich Befriedigung zu verschaffen, wobei die vielen Wunder der heutigen Technik und die Illusionen, die der Wohlstand mit sich bringt, das ihre beitragen, ist das schwieriger denn je. Aber die vielen Ausschreitungen und Verlockungen, die unsere Kultur bereithält, gibt uns auch wiederum die Möglichkeit, unsere Fähigkeit, etwas zu wissen und zu verstehen, sowie unser Verlangen nach Frieden wiederherzustellen. Den Stress zu beheben, den Sinn hinter der Oberflächlichkeit des Wohlstandes zu finden, gute, gesunde Beziehungen wieder anzuknüpfen und Freude an dem Natürlichen neu zu entdecken, erneut zu lernen, eine Arbeit zu verrichten, die uns befriedigt – all diese Dinge, die so häufig unserer modernen Lebensweise abhanden gekommen sind, und unser Bedürfnis für eben diese menschlichen Besonderheiten sind es, die uns auf jene uralte Weisheit zurückverweisen.

In dem Bemühen unserer Gemeinschaft, immer mehr verschiedene Lebensbereiche mit einzubeziehen, haben wir uns auch der Finanz- und Geschäftswelt zuge-

wandt; ich konnte dabei immer wieder feststellen, dass viele sich vollends darüber im Klaren sind, wieviele unserer Institutionen falsch verwaltet und geleitet werden. Dasselbe kann auch in anderen Bereichen beobachtet werden wie beispielsweise in der Medizin oder dem Erziehungswesen, und kleine Gruppen, die als Musterbeispiel dienen wollen und die untereinander in Verbindung stehen, beginnen sich herauszubilden. Viele Leiter und Direktoren, die von einer solchen Entwicklung der Dinge begeistert und persönlich mit dem geistigen Weg vertraut sind, stellen sich die Frage, wie ein Ausweg aus der herrschenden Situation und eine neue Richtung gefunden werden können.

Oft ist es die verkappte Unwissenheit solcher Institutionen, die den Konflikten, wie wir sie auf unserem Planeten heute antreffen, immer wieder neuen Zündstoff liefert – wir brauchen dabei bloß an die Waffenindustrie und ihrem Anteil am BIP zu denken. Dieselben Länder, die Friedensverträge aushandeln wollen, sind paradoxerweise gleichzeitig die Waffenlieferanten. Die Klügeleien dieser Unwissenheit will uns davon überzeugen, dass die Aggression eine Form der Verteidigung sei. Natürlich ist es notwendig, gewaltsam dagegen anzukämpfen, wenn man mit der ärgsten Form der Gewalttätigkeit zu tun hat, wie es heute etwa die Machenschaften der Radikalislamisten sind, ähnlich wie man mitunter in einem Krankenhaus für Geisteskranke auf einen Patienten Zwang ausüben muss. Aber diese Unwissenheit macht die Ausnahme zur Regel, und eine aggressive Verteidigungstaktik wird zur Lebensnotwendigkeit – etwas was sich auf die Schwachen und Verwundbaren verheerend auswirkt und einigen wenigen enorme materielle Vorteile einbringt.

Jene, die eine führende Stellung innehaben und klug genug sind, über diese Dinge nachzudenken, debattieren bisweilen miteinander über die Frage, wie sich eine Änderung der Lage einfädeln liesse – sie sprechen von neuen Regelungen und persönlicher Verwandlung. Ist es besser, neue Gesetze und verbunden damit wirkungsstarke Sanktionen in Kraft zu setzen, um denjenigen, die unter dem Druck der Gewalt agieren, überlegen zu sein und sie in

ihrem Tun zu beeinträchtigen? Und finanzielle Unredlichkeit, wie wir sie in dem Ausmaße neuerdings erleben mussten, ist gewiss eine Form der Gewalt, die die Schwächsten in der Gesellschaft angreift; man kann, wenn man hier von Moral sprechen will, durchaus sagen, dass der Bankier und seine unethische Handlungsweise in nichts dem Terroristen nachsteht. Können wir aber, sollte das Errichten von neuen Vorschriften fehlschlagen, vielleicht dann darauf pochen, dass eine Umwandlung tief im Innern möglich ist, auf Grund derer die Menschen wach werden und den Weg zu einer neuen Denkweise finden, die sie auch ethisch handeln lässt? Und werden diejenigen, die eine solche tiefgreifende Umwandlung erleben, auch weiterhin in ihrer Machtstellung bleiben wollen, damit sie von dort aus ihr neugefundenes Wissen in die Tat umsetzen können? Wird es die Moral oder die Mystik sein, die unser Modell vertauschen und einen neuen Weg, der zum Frieden führt, finden wird? Abänderungen im äußeren Verhalten oder das Gewährwerden des Reiches Gottes, das in uns wohnt?

Der Dalai Lama spricht eine universale Weisheit aus, wenn er sagt: ‚Wo die Unwissenheit unsere Lehrmeisterin ist, kann es keinen Frieden geben.‘ Aber er ist auch Pragmatiker genug, um uns zu sagen, dass eine Reduzierung der Gewalttätigkeit dem vollständigen Frieden vorausgehen müsse. Es mag zwar eine utopische Idee sein, sich eine Welt ohne jede Gewalttätigkeit vorzustellen, aber es ist auch töricht, nicht davon überzeugt zu sein, dass wir durchaus neue Grundsätze aufstellen und mit deren Hilfe den jetzigen Grad der Gewalttätigkeit in fortschreitendem Maße abbauen können. Tun wir das nicht, dann geben wir uns nur allzu leicht jener Verzweiflung hin, wie sie ein unabänderlicher Zyklus des Hasses unweigerlich zur Folge hat.

Wenn wir aber mit einer guten Portion von Idealismus und Pragmatismus an die Sache herangehen, dann sehen wir auch deutlich, dass es seinen Sinn hat, wenn wir eine gewisse Anzahl von kritisch eingestellten Leuten an der Führungsspitze zur Verfügung haben, die genügend Erfahrung von ihrer möglichen persönlichen

Wandlungsfähigkeit, aber auch die Macht haben, systematisch eine Änderung in die Wege zu leiten. Vielleicht ist dies zuviel verlangt, aber es rechtfertigt nichtsdestoweniger unser Bemühen, die Meditation den Führenden an der Spitze und auch am Arbeitsplatz nahezubringen. Jedoch ist das vielleicht nicht der einzige Weg. Wie Rumi sagt: ‚es gibt Tausende von Möglichkeiten, wie man sich hinknien und den Boden küssen kann; es gibt Tausende von Wegen, die dich nach Hause führen.‘ Auf jeden Fall ist dies ein Weg, der es wert ist, ihn einmal weiter zu verfolgen.

Das griechische Wort für ‚Frieden‘ (eirene) im Neuen Testament ist mit dem Verb ‚verbinden‘ verwandt und steht mit dem schönen hebräischen Wort ‚shalom‘ in Beziehung, das Ganzheit und Harmonie bedeutet. Wenn man Frieden schließen will, so ist es dabei stets der erste Schritt, zunächst wieder mit sich selbst eins zu sein, und dann finden wir auch jene Harmonie, jenen Einklang und jenes Gefühl, ein geschlossenes Ganzes zu sein, in uns wieder, was ja recht eigentlich unserem wahren Wesen entspricht. Ein Frieden, der den anderen Menschen oder unserer Umgebung gelten soll, der aber nicht mit diesem inneren, ganz persönlichen Frieden in Verbindung steht, kann niemals andauern.

Unter den verschiedenen Lehrern, die die Menschheit erlebt hat, ist Jesus derjenige, der besonderen Nachdruck darauf legt, den Aposteln die volle Bedeutung der Versöhnung oder Aussöhnung anheimzustellen. Für ihn ist es ein ganz wesentlicher Bestandteil echten Glücklichseins, so viel wie möglich mit allen Frieden zu halten. Vor allem zeigt er uns auch, dass echter Friede kein negativer Zustand ist – wenn ganz einfach keinerlei Konflikte bestehen –

sondern eine Kraft, die alles mit einschließt und die sich, wie jede Kraft, übertragen lässt. Er sagt seinen ersten Jüngern, als er sie aussendet, dass sie den Segen des Friedens erteilen sollen, und falls dieser abgelehnt wird, ‚kehre er zu ihnen zurück‘. Er ließ seinen Atem auf sie ausströmen, als sie voller Angst im Raum versammelt waren, und gab ihnen seinen Frieden – nicht den Frieden, den die Welt zu geben hat, sondern seinen eigenen Frieden. Die Angst, die den Frieden zerstört, gehört zu dieser Welt, jener Welt, die er besiegt hat.

Auf Grund unserer Unwissenheit sind wir nicht in der Lage, diesem Frieden zu trauen, noch können wir ihn sehen. Aber wir können seine Kraft tief in unserem Inneren finden; denn dort ergießt sie sich ständig, ohne irgend welche Bedingungen zu stellen, und sie ist großherzig genug, eine Transzendenz herbeizuführen. Er selbst ist unser Friede, denn er machte aus zweien eins und machte aus der Menschheit ‚einen neuen Menschen‘. Wenn wir also mit seiner Gegenwart in Berührung kommen, werden wir von jeder Angst befreit und fühlen die Kraft in uns, den Frieden, den er uns gibt und der er ist, an alle weiterzugeben, mit denen wir in Kontakt kommen.

Das Wunder unserer Meditation in Christus bedeutet nicht mehr und nicht weniger als genau das.

In großer Liebe

*D. Lawrence*



**The Christian Meditation Newsletter**

erscheint viermal jährlich und wird *herausgegeben vom*  
International Centre of The World Community for Christian Meditation,  
St Mark's, Myddelton Square, London EC1R 1XX, UK  
Tel. +44 20 7278 2070 / Fax +44 20 7713 6346  
Kontakt: [www.wccm.org](http://www.wccm.org)  
(Copyright The World Community for Christian Meditation)

**Herausgabe der deutschen Fassung**

Weltgemeinschaft für Christliche Meditation in Deutschland  
Koordination: Christiane Floyd  
Nassauische Straße 23, 10717 Berlin, Deutschland  
Tel. +49 (0)30 8833555  
Kontakt: [www.wccm.de](http://www.wccm.de)  
Übersetzung: Margrit Dahm