



Betrachtungen in der Fastenzeit 2019

Freitag nach Aschermittwoch (Matthäus 9:14-15)

Heute sagt Jesus, es gibt eine Zeit, um zu fasten und es gibt eine Zeit, um nicht zu fasten. In Kana in Galiläa, wo er sein erstes 'Zeichen' vollführte, als er mit seiner Familie und Freunden an einem Hochzeitsfest teilnahm, fastete er ganz bestimmt nicht. Er hat sich bestimmt prächtig amüsiert. Aber die Fastenzeit *ist* eine Zeit, um zu fasten – digital wie auch im Essen und Trinken – und wir können uns dabei ebenso prächtig amüsieren wie an einem Fest. Jesus wanderte sprechend durch die Täler und Berge seiner Heimat, aber er nahm sich auch regelmäßig Auszeiten an einsamen Orten und betete öfters die ganze Nacht durch. Es gibt viele Dimensionen von Tugend, die respektiert werden müssen, wenn das Leben ganzheitlich und unser Land heilig sein soll.

Üblicherweise leben wir in drei Dimensionen des Raums und einer vierten der Zeit. Diese sind unterschiedliche Arten des Seins und der Welterkenntnis. Wir sollten auf sie alle eingestimmt sein, wenn wir ein gutes Leben wollen und der Zeit eine tiefe, weite und lange Qualität geben wollen. Stress oder Depression sind Zeichen dafür, dass Raum und Zeit in uns nicht harmonisch wirken. Als Jesus sich vierzig Tage in der Wüste nahm, bevor er an die Öffentlichkeit trat, wurde er wohl auch der göttlichen

Dimension der Realität ernsthaft gewahrt. Das mag kein guter Ausdruck sein, denn er suggeriert, dass das Göttliche nur eine weitere Dimension sei, anstatt der Realität, die alle Dimensionen enthält und erfüllt. Nennen wir sie die spirituelle Dimension und dann sehen wir rasch, wie wenig wir auf diese eingestimmt sind, aufgrund der Hyperaktivität der vierdimensionalen Welt, die wir zu bewohnen glauben.

In unserer begrenzten Fixierung auf die materielle Welt und die Wissenschaften wurde die spirituelle Dimension an den Rand verbannt oder ganz ausgeschlossen. Die Wissenschaft selbst jedoch – wenn sie mit den kontemplativen Prinzipien der Aufmerksamkeit und Selbstlosigkeit durchgeführt wird – zeigt uns, dass es mehr Realitätsdimensionen gibt, als wir uns vorstellen. Ein String-Theoretiker der modernen Physik würde sagen, es gibt mindestens zehn Dimensionen, an denen wir Realität 'messen' können (ich glaube, es werden bis zu 26 vorgeschlagen). Wenn das stimmt, wo sind sie? Die Physiker sagen, sie sind genauso real wie die 'vier Großen', die wir kennen. Aber sie beschreiben sie als 'aufgerollt' außer Sichtweite. Das wurde schon mit verglichen mit dem, wie wir die Drähte zwischen Telefonmasten wahrnehmen. Aus der Distanz sehen eindimensional aus, wie eine einzelne Linie. Aus der Nähe betrachtet sehen wir, dass sie rund sind und dreidimensional. Der poetische Visionär William Blake erinnert uns: *Würden die Pforten der Wahrnehmung gereinigt, erschiene dem Menschen alles so, wie es ist - unendlich. Denn der Mensch hat sich selbst eingesperrt, sodass er alle Dinge nur durch die engen Ritzen seiner Höhle sieht.*

Der Zweck angemessener spiritueller Übungen während der Fastenzeit ist nicht, alternative Bewusstseinszustände zu forcieren, sondern es uns zu ermöglichen, *mehr* zu sehen – und klarer. Unsere tägliche Routine in der Fastenzeit ist wie ein Frühjahrsputz. Wir versuchen nicht zu sehen, was wir denken existiert nicht. Sondern wir versuchen alles zu sehen, was existiert. Die spirituelle Dimension kann betrachtet werden als Dimension, in der alle Dimensionen der Realität bekannt sind. Es ist die Dimension der Ganzheit und der Integration: der Weg, das unaussprechliche Mysterium, Gott. In dieser Dimension findet Heilung statt, die aus der Ganzheit fließt und Abgrenzung überwindet, Schäden aus Konflikten repariert, indem sie in unseren eigenen Mikrokosmos und den Kosmos eintritt.

Das heißt nicht, dass wir alle Dimensionen zu benennen vermögen oder sie verstehen müssen. Aber wir können sie aufgrund unserer gereinigten Wahrnehmung 'sehen'. Für uns auf der nördlichen Halbkugel ist es eine pure Freude und ein Gefühl der Offenbarung, wenn wir ein Büschel Krokus unter einem winterlich baren, stillen Baum entdecken.

Laurence Freeman OSB

(Übersetzung: Susanne Blaser)