



Ein Brief von Laurence Freeman OSB

Direktor der Weltgemeinschaft für Christliche Meditation

Dear Friends,

Geliebte Freunde,

vergangenen Monat nahm ich an einer Konferenz in Singapur teil, die dem Thema nach recht außergewöhnlich war und uns zum Denken anregte. Es war die erste Konferenz dieser Art, die in Asien abgehalten wurde, und sie wollte neue Ideen ergründen, die sich auf ganz unkonventionelle Art mit der Frage befassen, wie und auf welche Weise die Führung der Gesellschaft ganz allgemein und die Leitung auf geschäftlicher Ebene im Besonderen besser gehandhabt werden könnte.

Unter den Anwesenden befanden sich Leute von der Suchmaschine Google, Geschäftsleute, Unternehmer, Pädagogen und spirituelle Lehrer – und dem Programm gemäß war ein voller Tag für die Meditation reserviert worden. Die Zeit, die wir so miteinander verbrachten, war in jeder Hinsicht für alle Teilnehmer bereichernd, und es war für uns alle eine Freude zu sehen, wieviel Hoffnung und gute Kräfte hier am Werk waren, selbst dann, wenn wir den nackten Tatsachen über unsere kulturelle und globale Krise ins Auge blicken mussten. Man hatte zwar keine sofortige Lösung zur Hand, aber es gelang uns doch, klarer zu erkennen, wie sehr eine neue und radikale Einfachheit von Nöten war.

Uns stand immer deutlicher vor Augen, was möglich wäre, wenn sich die vorherr-

schende Denkweise auf einfache, aber radikale Weise ändern würde. *Metanoia*¹ ist für unsere Zeit der kontemplative Ruf, der an uns ergeht und uns zum Handeln bewegen will.

Es ist weiter nicht schwer, auf absehbare Zeit eine vorübergehende Änderung herbeizuführen. Diejenigen, die regelmäßig meditieren, wissen, wie sie sich nach einer Meditation fühlen, wie sie die Dinge dann anders sehen als zuvor; und die Neurologen sind heute dazu bereit, die Wirkung zu bemessen, die die Übung der Meditation vorübergehend mit sich bringt, sei es nun bei Einzelnen oder bei mehreren, wenn man sich also in einer Gruppe befindet. Können wir davon ableiten, wie wir auf Dauer und auf radikale Weise unsere Lebensart und ihre Auswirkung auf den Planeten wandeln können?

Das päpstliche Rundschreiben *Laudato Si*, das generell von einer Bewusstseinswandlung spricht, kam genau zur Zeit der Konferenz heraus. Man hatte durchaus den Eindruck, als ob hier etwas Neues im Werden sei – etwa eine voll integrierte Welle des Bewusstseins, die notwendig war und globale Ausmaße hatte, und die gleichzeitig den Glauben an eine Erneuerung in uns stärkte und der Gerechtigkeit ihr Gleichgewicht wiedergeben würde.

Die Worte des Wüstenvaters kamen mir in den Sinn, wenn er seinen Schülern sagt: „Der Tag wird kommen und ist schon

¹Laut Wikipedia steht *Metanoia* im Neuen Testament für „Umdenken, Sinnesänderung, Umkehr des Denkens“ (Anmerkung der Herausgeberin)

nahe, wenn die Welt in Wahnsinn ausbricht. Und wenn dann die Leute jemandem begegnen, der noch normal ist, werden sie mit dem Finger auf ihn weisen und sagen: ‚Er ist total verrückt. Er ist anders als wir.‘“ Die bestehende Ordnung der Dinge und die Art, wie wir die Welt betrachten und in Frage stellen, wird Opposition hervorrufen. Aber zahlenmäßige Überlegenheit, gut aufeinander abgestimmte Leistungen und die Inspiration, zu der so mancher fähig ist, sind auf unserer Seite.

So war ich zum Beispiel sehr davon beeindruckt, wie viele junge Leute aus Singapur, die sich unter den Anwesenden befanden, mich ansprachen, um mir zu sagen, wie tief sie der Film über Meditation von Mr. Lee Kuan Yew berührt hätte. Für sie war er eine echte, wenn auch etwas distanzierte Vaterfigur, der seine Schafe mit starker Hand führte und mit viel Aufopferungsbereitschaft seiner führenden Stellung nachkam. Aber erst als sie ihn über die Meditation sprechen hörten, als er davon sprach, wie sehr er selbst darum ringen musste und dabei so viel gelernt habe (wer lernt schon etwas, ohne erst oft zu versagen?), wurde ihnen seine tiefere, demütige, menschliche – und für viele war das nichts als seine spirituelle – Seite damit klar.

Denis, ein junger Mann, der gerade seine Lehrzeit für einen Posten in der Regierung durchlief, sagte mir, dass nur Mr. Lee ihn zum Meditieren veranlassen könne. Da neue Leiter notwendig sind, sowohl in der Geschäftswelt, wie auch in der Regierung und ebenso im religiösen Bereich, um die globale Krise zu lösen, und da sich viele unter den jetzigen Leitern auf all diesen Gebieten entfremdet fühlen, und diejenigen, denen sie dienen sollen, ihnen von Grund auf misstrauen, könnte man mutmaßen, dass Mr. Lee vielleicht auch ihnen etwas zu sagen hätte.

Wenn ich nicht anderwärtig engagiert war, las ich das umfangreiche, aber intellektuell anregende Buch von Ian McGilchrist; das Thema, das hier zur Debatte steht, ist das menschliche Gehirn, und er erörtert in sei-

nem Buch, inwieweit die Struktur der beiden Gehirnhälften dazu beigetragen haben mögen, was wir aus unserer Welt gemacht haben. Normalerweise nehmen wir es für gegeben hin, dass die rechte und linke Hälfte die Wirklichkeit jeweils verschieden sehen: die rechte Seite ist intuitiver eingestellt, während die linke Seite der Welt des logischen Denkens angehört. Diese Mutmaßung ist zwar von der neueren Forschung revidiert worden, aber man hat sie trotz allem nicht vollends aufgegeben. ‚Es besteht ein großer Unterschied zwischen den beiden Hälften,‘ sagt McGilchrist. Diese zwei asymmetrischen Hälften des menschlichen Gehirns bergen große Geheimnisse in sich. Wir können jedoch durchaus sagen, dass an fast allen Denkvorgängen beide Hälften beteiligt sind und, wie er sagt, ‚ganz gewiss auch an allen Geisteszuständen.‘

Mehrmals pro Sekunde werden Nachrichten zwischen den beiden Hälften ausgetauscht. Unser Gehirn steht in enger Verbindung mit sich selbst. Vielleicht kommt so das Bewusstsein zustande, und vielleicht gibt uns dies eine Erklärung oder eine Metapher dafür, warum wir so oft und ausschließlich mit uns selbst beschäftigt und häufig uneinig mit uns selbst sind. Die Forscher behaupten, dass es mehr feine Verbindungen im Gehirn gibt als Partikel in dem uns bekannten Universum. Wenn wir also bei dem bleiben, was messbar ist, so können wir sagen, dass wir innen größer sind als das, was uns von außen her umgibt.

Diese Aufteilung in zwei Hälften kann uns auch in etwa eine Erklärung dafür geben, warum die Aufmerksamkeit, die wir Dingen beimessen, so unterschiedlich sein kann: wie etwa wenn wir Einkünfte und Ausgaben berechnen; wenn wir festlegen, wohin wir auf Urlaub fahren wollen; wenn wir uns dafür entscheiden, für wen wir bei der nächsten Wahl wählen wollen; wenn wir bestimmen, wen wir heiraten wollen; wenn wir Musik hören oder ein Gedicht lesen; wenn wir unser Mantra sagen.

Die Aufmerksamkeit, die wir der Welt zukommen lassen, formt die Welt, in der wir leben. Vielleicht ist es nicht ganz falsch, wenn wir sagen; die Welt ist das, was wir aus ihr machen, oder zumindest schaffen wir selbst die Bedingungen, die dann bestimmen, wie wir die Welt erleben. Dem biblischen Sinne nach sind wir die Verwalter der Erde, im mystischen Sinne aber auch Mitwirkende an dem Schöpfungsprozess.

Die linke Gehirnhälfte (nennen wir sie Martha) ist ständig damit beschäftigt, alles Mögliche zu organisieren und zu rationalisieren. Sie stellt den nötigen Abstand her, den wir brauchen, um Entscheidungen treffen und die Zukunft vorausplanen zu können. Der Abstand, so wie er zwischen den Augen und den Worten besteht, die man gerade liest, ist jener Abstand, von dem ich spreche. Zu viel oder zu wenig davon, und man ist nicht mehr in der Lage, die Worte zu lesen. Ähnlich verhält es sich mit unseren Beziehungen, die wir hegen. Ist eine Beziehung zu eng, dann wirkt sie sich beklemmend auf den anderen aus, ist sie zu locker, dann wirkt sie entfremdend.

Die rechte Hälfte sieht die Dinge anders an; denn obwohl Anderssein einen gewissen Abstand schafft und die Dinge objektiviert, so kann dieses Anderssein auch anziehend wirken, erotisch sein und sich nach Vereinigung sehnen.

Wenn wir die verschiedenen Arten der Aufmerksamkeit betrachten, so begegnen wir hierbei einem Paradox. Wir erfahren täglich, wie sehr unser momentaner Geisteszustand die Welt, die wir schaffen und in der wir leben, verändern kann. Wir brauchen keine Experten, um dies nachzuweisen, obwohl diese uns darauf aufmerksam machen und darauf hinweisen, welche Wirkung das auf uns und die Welt hat.

Dies kommt auf ganz tiefe Weise im Johannesevangelium zum Ausdruck. Jesus ist sich nur allzu sehr bewusst, wie sehr jene, die er noch immer Feinde nennt, untereinander uneins sind; er sieht und versteht ihre

Schwäche und Egozentrik. Er weiß sehr wohl, dass man ihn verraten wird. Aber er sieht auch (und hier bedeutet das, wofür man betet, auch gleichzeitig das, was man sieht und erkennt), wie radikal und unverbrüchlich das Band ist, das ihn mit ihnen und mit allen verbindet. Für ihn hat dieser Gedanke des Einsseins, der die Dualität der gewöhnlichen Aufmerksamkeit, so wie sie das Gehirn hat, weitaus übersteigt, in der Erfahrung jenes Einsseins seinen Ursprung, das ihn mit dem ‚Vater‘ verbindet, jenem Seinsgrund, der der Ursprung allen Seins ist. Mit jenen Worten aber, mit denen er dies beschreibt, erreicht das religiöse Bewusstsein des Menschen einen neuen Höhepunkt und findet damit eine neue Blickrichtung.

Wie werden wir mit der Gegensätzlichkeit unseres Verstandes, der wie ein Pingpongball hin und her schwingt, fertig? Wie lässt sich dies mit dem transzendenten Gedanken von Übereinstimmung und Einigkeit, der uns immer anzieht, vereinbaren? Wie und auf welche Weise kann die Übung der Meditation etwas zu unserem täglichen Leben beitragen?

Das Leben spielt sich von Grund auf auf einer dualistischen Ebene ab. Im Persönlichen, wie auch auf politischer Ebene organisieren und handhaben wir alles auf eine binäre Weise. Die Digitaltechnik unseres Handys und Computers macht dies nur allzu deutlich. Auf dieser linken Seite (des Gehirns) bringt diese Art, die Welt zu sehen, und diese Art der Aufmerksamkeit endlose Konflikte hervor. Konflikte aber entwickeln sich geradezu prächtig, wenn die Spaltungen ständig zunehmen. Es tritt förmlich eine Hochstimmung ein, wenn sich die internen Konflikte häufen und sich in immer mehr Splittergruppen aufzulösen scheinen. Einfache Lösungen werden schließlich zunichte gemacht, die Dinge werden immer komplizierter, und diejenigen, die dafür eintreten sollten, machen die Sache noch schlimmer, weil sie sich weigern, die eigenen Fehler einzusehen.

Heute lässt sich diese Tragik in vielen Sphären des öffentlichen Lebens nachverfolgen, wie etwa in der Finanzwelt, der Medizin oder dem Erziehungswesen – aber auch in der politischen Arena des Nahen Ostens, besonders in jenen Gebieten, in denen ‚die Demokratie gerettet werden‘ soll, wo es aber für das Denken des Westens nicht einmal möglich ist, das nötige Verständnis aufzubringen, geschweige denn eine Lösung für das Problem zu finden.

‚Die Zeit wird kommen, da die Welt wahn-sinnig wird.‘ Im Sinne dieser Unausgewogenheit und Zerrüttung war die Welt schon immer wahn-sinnig, seitdem Kain seinen Bruder Abel erschlagen hat. Aber der Wahnsinn kann verschiedene Grade haben, und der Gefahrenbereich erhöht sich so-gleich, wenn es sich um die im höchsten Maße integrierten Systeme der modernen Welt dreht. Der Terrorismus beweist, dass die wenigen die vielen in Schach halten können. Jedoch ist der Terrorismus nicht einmal die größte Gefahr, der die Welt ausgesetzt ist.

Es geht vielmehr darum, wieviel Reizbarkeit, Zerstreutheit, Entrücktheit, Entfremdung und Isoliertheit dabei im Spiel sind – jene Nebenprodukte unseres techno-ökonomischen Fortschritts. Der Verstand der modernen westlichen Welt (und hier geht es nicht mehr nur um einen geographischen Begriff) hat etwas Fieberhaftes angenommen. Zuviel will verarbeitet werden. Zu viele Konferenzen. Zu viele Zielvorstellungen. Ein zu hoch angesetztes Plansoll. Zu wenig Zeit zum Nachdenken. Zu viele Fortsetzungsserien im Fernsehen.

Die Krise innerhalb Europas, die wir während der letzten Monate miterlebt haben und die leicht wie eine Farce wirken kann, beleuchtet dies sehr krass und deutlich; diejenigen, die davon verschont blieben, können sich darüber lustig machen, doch viele Griechen fühlen dabei nichts als qualvolle Schande. Die Pattsituation, wie sie zwischen Deutschland und Griechenland in Erscheinung trat, ist ein gutes Beispiel für die beiden Hälften des Gehirns – die Situa-

tion wird von zwei verschiedenen Standpunkten aus gesehen; dazu kommt auf intellektueller und sozialer Ebene die chaotische Lage, die dann entsteht, wenn man unfähig ist, ein Übereinkommen zu finden und zusammen zu arbeiten. Wir machen aus der Welt das, was wir ihr an Aufmerksamkeit zu geben haben.

Wenn wir uns im Fernsehen die Nachrichten ansehen, können wir leicht das Dilemma erkennen, in dem sich die Politiker befinden, und können den Ärger, den sie darüber verspüren, verstehen; sie tun ihr Bestes, die Übersicht zu behalten, aber gleichzeitig müssen sie sich bei allem äußerst in Acht nehmen, und so werden sie dann doch letzten Endes von jener engen, egozentrischen Perspektive eingeholt. Andererseits sind es aber auch häufig die Leiter öffentlicher Ämter, die Geduld, Ruhe, Ausdauer und Vertrauen ausstrahlen, wenn sie an Verhandlungen teilnehmen, was das einzig richtige Verhalten ist, wenn es darum geht, Entscheidungen zu treffen, die sinnvoll und von Dauer sein sollen. Oft scheinen sie diejenigen zu sein, die den nötigen Abstand haben und einen besseren Ausgleich herstellen können.

Was sich heutzutage in der Politik und dem öffentlichen Diskurs abspielt, ist oft hektischer und chaotischer, als es auf den ersten Blick scheinen mag. Rational gesehen sind sie keineswegs in der Lage, den Abstand und die Zeit aufzubringen, die nötig wäre, um mit Ruhe und Klarheit an die Dinge heranzugehen, so wie es eine Krise verlangt.

Dies ist auch nicht weiter verwunderlich, wenn man bedenkt, dass wir eine Kultur geschaffen haben, bei der beispielsweise in China die bestehende Bildschirmabhängigkeit bei Kindern als eine klinische Störung angesehen wird und man dementsprechend zahlreiche Rehabilitationszentren eingerichtet hat, wo die Kinder auf Monate hinweg behandelt werden. Die amerikanische Akademie für Kinderheilkunde hat erwiesen, dass die Acht- bis Zehnjährigen durchschnittlich acht Stunden pro Tag damit zu-

bringen, sich mit den verschiedenen Medien zu befassen. Nicht der Terrorismus ist es, der unsere Zivilisation am meisten bedroht, sondern es ist diese fortwährende Ablenkung.

Je ärger das Problem wird, umso weniger wird es wahrgenommen – und so verschlimmert es sich dabei noch mehr. Dann betrachten diejenigen, die im Wahn leben, einen normalen und gesunden (oder nicht ganz so verrückten) Menschen als geistesgestört. Wir haben zu einer unbegrenzten Menge von Informationen Zugang und sind auf eine Suchmaschine angewiesen, um davon Gebrauch zu machen. Wir können praktisch tun und lassen, was wir wollen, und gerade deshalb brauchen wir Wertmaßstäbe, um erkennen zu können, was wir wirklich wollen und nötig haben. Wir stellen entsprechend alle möglichen Geräte her, die zeitsparend sind und gleichzeitig jede Strecke verkürzen, und lassen uns von ihnen einfangen, weil wir uns von ihnen abhängig machen lassen; deshalb sind jene Momente so wichtig, in denen wir auf Offlinebetrieb umschalten, und wir müssen die Zeiten, in denen wir im Hier und Jetzt verweilen, sorgfältig schützen.

Wenn man sich also in einer solchen Verfassung befindet und mit dem Meditieren beginnt – und heute haben wir alle, wenn wir damit beginnen, bis zu einem gewissen Grad eine bereits geschädigte Aufmerksamkeit – möchte man gern schnelle und möglichst messbare Ergebnisse verzeichnen können. Jede Medizin, die man schluckt, soll doch auf solche Weise schleunigst wirken, also warum nicht auch das wissenschaftlich erprobte ‚Hilfsmittel‘ Meditation? Diese Einstellung schränkt jedoch von vorneherein die Art der Aufmerksamkeit ein, die für die Meditation zur Verfügung steht; damit bleiben aber auch die Ergebnisse beschränkt, obwohl sie sich durchaus sichtbar machen. Aber zumindest hat man einen Anfang gemacht.

Mit fortwährender Übung und der Unterstützung einer Gemeinschaft wird die Aufmerksamkeit an Wert zunehmen, und die

Einstellung dazu wird sich ändern. Anstatt darauf aus zu sein, dass etwas geschehen soll, wird einem klar, was sich wirklich dadurch ändert: es ist die Art, wie man die Dinge wahrnimmt und in sich aufnimmt; es ist eine bestimmte Art des Schauens und Verstehens. Und damit beginnt sich auch die Welt, in der wir leben, zu ändern.

Metanoia hält, was sie verspricht.

Der heilige Paulus spricht in einer seiner Schriften von seinem Erlebnis, als er sich, wie er es ausdrückt, im ‚dritten Himmel‘ befand. Seiner Kosmologie nach ist der erste Himmel der sichtbare, uns umgebende Himmel; der zweite ist der Bereich jener Wesen, die einer höheren Ordnung angehören, und der dritte ist dort, wo sich Gott aufhält. Dieses Erlebnis, das er hatte, schildert er nicht in der Ichform, denn ein solcher Moment kann sowieso nicht richtig gedanklich erfasst werden.

Wenn man ganz und gar Aufmerksamkeit ist und sich im Zustand reinen Gebets befindet, wird die Identität des Ich darin ausgelöscht, und die Trennung zwischen Gott und ‚mir‘ besteht nicht mehr. Es ist die Liebe, die die Quelle und der Ursprung der Erfahrung ist. Die Personen bleiben dabei in ihrer Verschiedenheit bestehen und sind paradoxerweise doch nicht voneinander getrennt. Dies ist im Grunde, was die Lehre von der Dreieinigkeit besagen will, und es lässt sich hier hinzufügen, dass wir alle dazu aufgerufen sind, voll und ganz daran teilzuhaben. Selbst Paulus erwähnt hier, welch ein außerordentlicher Moment das ist. Die Meditation hat aus anderen Gründen an unserem Leben teil. Jene Art der Erfahrung, die sie hervorruft, ist nicht ganz so in sich geschlossen und erkennbar wie jene Momente der Verzückung, wie sie Paulus erlebte.

Ich sprach vor kurzem mit einer jungen Frau, die in ihrem Berufsleben äußerst erfolgreich ist und sich außerdem täglich einer sehr strikten Routine unterzieht; ihr Marathonlauf verlangt ständiges Training, und beruflich steht sie einer komplexen

und vielschichtigen Institution vor. Sie erzählte mir, wie sehr die Meditation für sie dazu beitrage, auf welche Weise sie ihr Leben lebt und auf welche Art sie die Welt betrachtet. Aber, so sagte sie, sie meditiere nicht jeden Tag. Darauf fragte ich sie, warum nicht? Sie trainiere doch täglich für ihren Marathonlauf? Da lächelte sie und gab dann ehrlich zu: ‚aber das Meditieren ist äußerst schwierig‘. Ich war seltsamerweise recht froh, als sie das sagte, und auch froh darüber, wie sie es sagte; bewies mir das doch, dass sie das richtige Verständnis davon hatte. Und es gibt gewiss andere Methoden, den Blutdruck zu senken – auch ein Marathonlauf kann das erzielen.

Aber hier geht es ja um mehr als das. Denn da wird das Leben als Ganzes gesehen – die rechte und linke Seite des Gehirns, unser Geist und das, was darüber hinausgeht. Es ist ein enger und schwieriger Weg, der zum Leben führt.

Das griechische Wort für ‚eng‘ ist ‚stenos‘. Es bedeutet auch ‚klein‘, was vielleicht für diejenigen unter uns, die von jenem weiten und ungoten Weg herkommen, der in die Irre und ins Verderbnis führt, nicht ganz so erschreckend wirkt.

Das Wort ‚schwierig‘ kann vielleicht ebenfalls leichter akzeptiert werden, wenn man weiß, das es auch gleichzeitig das Pressen der Weintrauben beschreibt, woraus dann der Wein hergestellt wird.

Die Arbeit, die das Rad der Metanoia dreht, mit Hilfe dessen sich die Aufmerksamkeit verändert, die wir der Welt entgegenbringen, und daraufhin die Welt verändert, ist ein kleiner und untergeordneter Vorgang. Simone Weil sagt, das Gebet bestehe aus Aufmerksamkeit, und sie bestehe darin, dass wir unser Denken stilllegen, es leer und losgelöst beiseite schieben, damit es dann von dem durchdrungen werden kann, worauf wir unsere Aufmerksamkeit gerichtet halten.

Das Mantra ist gar so klein, und es quetscht alles aus, was überflüssig, unnötig

und unwirtschaftlich ist, alles, was nur im Geringsten ein Hindernis sein könnte. Es reinigt das Herz und klärt den Geist. Es nimmt beide Seiten des Gehirns ein. Und so gibt es uns früher oder später die Gelegenheit, von uns selbst ab zulassen und damit jener Erfahrung näher zu kommen, jener inneren Sicht der Einheit, die geistiges Wissen, die Weisheit bedeutet, und die wiederum mit der Fähigkeit, mit anderen Mitgefühl zu haben, engstens zusammengeht und alle Dualität überschreitet.

In dem Buch ‚Die Wolke des Nicht-Wissens‘ betont der Autor vor allem die praktische und nützliche Seiten, die die Meditation für alle Dimensionen des Bewusstseins hat. So wirkt sie sich positiv auf die Gesichtsfarbe aus und die Art, wie wir uns geben; ja, sie hilft sogar denen, die sich in einer anderen Sphäre des Lebens befinden.

Aber es wird in unserer Kultur die Zeit kommen, in der wir die Meditation nicht mehr bloß als ‚ein Mittel zum Zweck‘ sehen (in den Bücherläden finden wir sie unter der Rubrik ‚Weiterbildung‘), sondern in ihr das Ergebnis eines allgemeinen und großen Umdenkens erkennen können.

In der jetzigen Meditatio-Ausgabe erfahren wir von einigen aus unserer Gemeinschaft etwas über ihre Beziehung zu jenen traurigen Opfern unserer menschlichen Familie, die wir Flüchtlinge nennen – Eltern und Kinder müssen auf Grund von sinnloser Grausamkeit ihre Heimat verlassen und sich auf den Weg machen, um irgendwo jenes Maß an Sicherheit zu finden, das wir alle brauchen und suchen.

Die Statistiken lauten: es gibt wegen Kriegs- und Konfliktsituationen 60 Millionen Flüchtlinge oder Vertriebene in der Welt. Die Hälfte davon sind Kinder. Wenn wir so etwas hören, können wir nicht umhin, die Tragik und Absurdität einer solchen Situation nachzuempfinden, die Jahrhunderte hindurch immer wieder auftrat und auch die moderne Welt zeichnet. Wir vernichten uns selbst und unsere Brüder und Schwestern, die wie wir sind, nur da-

mit wir das gewinnen können, wonach uns kurzfristig zumute ist, oder aber weil wir ganz einfach weiterhin die Macht in der Hand haben wollen.

Die verdrehten Worte und gefälschten Statistiken vertuschen häufig den zusätzlichen Schaden, den eine solche egoistische Einstellung mit sich bringt. Wie viele, insbesondere die Schutzlosen und Leidenden, sind heute auf Grund eines gewissen korporativen Vorgehens und gewisser wirtschaftlicher Auffassungen von jeder gerechten Behandlung ausgeschlossen?

Geht man aber von dem Gedanken der Einheit aus, so muss man sich sagen: Wann kann eine militärische oder politische Zielsetzung es je rechtfertigen, dass Rechte verschwinden und Menschen, besonders die Unschuldigen, entwürdigt werden? Angesichts so großen Leidens wäre es bloß reine Menschlichkeit, jene Ziele und Pläne, die man sich gesteckt hat, zumindest zeitweilig aufzuschieben, damit man so dem Leiden der betroffenen Menschen Einhalt gebieten kann.

Wir alle tragen an der Schande und dem Schuldgefühl einer Minderheit mit, die diese humanitäre Krise verursacht hat. Eine Familie wird von den Handlungen eines einzelnen ihrer Mitglieder mit betroffen. Wir sind nicht alle schuld daran, aber wir alle tragen gemeinsam die Verantwortung für das, was geschieht.

Oft wird nichts weiter dagegen unternommen, weil uns die Statistiken ganz einfach überrumpeln. Der Gedanke, dass Millionen von Menschen in Not geraten und leiden, veranlasst, dass wir von der einen Seite des Gehirns zur anderen übergehen. Alles wird gleich abstrakter gesehen, wir nehmen Abstand von dem, was wir hören und sehen, bedienen uns einer anderen Taktik, und an Stelle des Mitgefühls, das uns bewegt, wenn wir einem einzelnen Menschen, der in Not ist, begegnen oder wenn wir auf die verwaisten Kinder nur eines Dorfes stoßen, treten recht bald nichtssagende Begriffe in Funktion.

Die Wissenschaftler streiten sich darüber, ob der Rand des Universums 13 oder 14 Milliarden Lichtjahre entfernt sei. Die Frage berührt uns überhaupt nicht. Wenn wir im Alltag stecken, morgens den Zug erwischen, im Internet herumstöbern oder im Wartezimmer des Zahnarztes sitzen, haben Unterschiede von solchen Ausmaßen keine Bedeutung für uns. Es ist immer das, was uns unmittelbar betrifft und sich auf persönlicher Ebene abspielt, was unser Herz aufschließt. Und was ist unmittelbarer und persönlicher als die Meditation?

Wir fühlen uns oft macht- und hilflos, wenn wir einer Krise ausgesetzt sind. Wir handeln dann völlig irrational und leugnen leicht die Tatbestände ab.

Es ist nur allzu leicht, den Ring von Gyges an den Finger zu stecken – das war jener König, der einen Ring fand, der ihn unsichtbar machen konnte. Er war daraufhin in der Lage, Böses zu tun, ohne von außen her gesehen werden zu können.

Plato macht daraus eine moralische Frage: Würden wir alle schlechten Taten erliegen, wenn wir von niemandem gesehen werden könnten? Er kam zu dem Schluss, dass ein guter Mensch von keinem ungunstigen Begehren beherrscht werden und damit nichts Schlimmes vollbringen kann, selbst dann nicht, wenn er dabei heil davon kommen würde.

Man kann jedoch auf verschiedene Weise unsichtbar sein.

Da ist die Tarnkappe, die wir dem Bettler auf der Straße oder den Flüchtlingen, die in einem Boot ankommen, oder den Heranwachsenden, die bereits Schaden erlitten haben, aufsetzen.

Es gibt außerdem den Ring, den wir uns an den Finger stecken, wenn wir so tun, als ob wir gar nicht da und verantwortlich seien.

Die einzig gute Art, unsichtbar zu sein, tritt dann ein, wenn die linke Hand nicht weiß,

was die rechte tut; wenn das Ich abnimmt; erst dann kann das, was wir tun, denken und fühlen, rein und unbefleckt sein. Dann befinden wir uns im reinen Gebet und hören auf, mit uns selbst beschäftigt zu sein. Erst dann können wir erkennen, was wirklich ist.

In treuer Verbundenheit

Laurence



The Meditatio Newsletter

erscheint viermal jährlich und wird *herausgegeben vom*
International Office of The World Community for Christian Meditation,
32 Hamilton Road, London WS2EH, UK
Tel. +44 208 579 4496
Kontakt: welcme@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
Übersetzung: Margrit Dahm