



Ein Brief von Laurence Freeman OSB

Direktor der Weltgemeinschaft für Christliche Meditation

Geliebte Freunde,

Ich habe niemanden je zum Weinen gebracht. Ich habe noch nie mit Hochmut in der Stimme geredet. Es ist noch nie vorgekommen, dass jemand meinetwegen zornig wurde. Ich habe mir niemals die Ohren zugehalten, wenn es um Worte der Gerechtigkeit und Wahrheit ging.

Woher stammen wohl diese Worte? Von einem Mahatma, der groß war unter den Menschen? Aus einer der großen Schriften der Menschheit? Empfindet man sie etwa so, dass man aus ihnen einen unerträglichen Stolz heraushört? Oder weisen sie uns auf ein Ideal hin, an das wir glauben wollen, das aber, ach, so unerreichbar für uns zu sein scheint?

Ganz gleich, was unsere erste Reaktion darauf ist, so stellt sich schließlich doch heraus, dass diese Worte, was unsere Beziehungen zu anderen Menschen betrifft, ein Ideal verkörpern, das mehr oder weniger, wahrscheinlich eher weniger als mehr, durch die Erfahrung des Einzelnen verwirklicht wird. Sie bringen in uns ein Verständnis dafür hervor, wie unsere gegenseitigen Beziehungen wirklich sein sollten, und wenn so etwas übersehen wird, laufen wir Gefahr, unmenschlich und grausam zu werden, wobei wir womöglich andere ausbeuten.

In dem Maße, wie die Migranten und ihre Familien ihr vom Krieg zerrüttetes Land verlassen und sich verzweifelt dem Erbar-

men ihrer Nachbarn aussetzen, kommt diesen Worten auch eine besondere Weisheit zu, und zwar durchaus nicht auf abstrakte, sondern auf sehr praktische Weise. Die Griechen sprachen von zwei verschiedenen Arten von Weisheit. Die eine ist ein reines Sich-Innewerden, die *sophia*; sie muss sich in der Weisheit, die sich im Tätigen übt, der *phronesis*, bestätigen. Der heilige Jakobus spricht ebenso von der Nächstenliebe, wenn er sagt:

„Vielmehr wird man sagen: „Du hast Glauben, und ich habe Werke?“ Zeige mir deinen Glauben ohne die Werke, dann will ich dir an meinen Werken meinen Glauben zeigen. Du glaubst, dass es nur einen Gott gibt. Da hast du recht. Auch die Dämonen glauben das und zittern. Willst du nun aber einsehen,... dass der Glaube ohne die Werke wirkungslos ist?“

(Jakobus 2 : 18-20)

Der Glaube bestätigt sich in tätigen Werken, und dies geschieht aus einer Weisheit heraus, die praktisch ausgerichtet ist. Die Worte, die ich oben zitiert habe, stammen aus dem ägyptischen Buch, das wir jetzt „Totenbuch“ nennen, einer Sammlung von dunkel gefärbten Texten, die von zweitausend v. Ch. an als das „Heraustreten in das Tageslicht“ bekannt war. Sie sprechen nicht von stolzer Selbstgerechtigkeit, sondern davon, wie der Mensch von Rechts wegen die Dinge beurteilen und ihnen die entsprechende Bedeutung zumessen soll.

„Denn ich war hungrig, und du gabst mir zu essen; ich hatte Durst, und du gabst mir zu trinken; ich war ein Fremder, und du

nahmst mich auf; nackt, und du hast mich bekleidet; ich war krank, und du kamst mich besuchen; ich war im Gefängnis, und du kamst zu mir.' (Matth 23: 35-36)

Die Worte wollen nicht bezwecken, dass wir uns auf Grund eines unmöglichen Ideals verurteilt und verdammt fühlen sollen – etwa wie in einem Alptraum von Kafka, wo wir zwar unschuldig sind, aber des Übertretens irgendwelcher Regeln bezichtigt werden, die wir nicht verstehen und von denen wir nicht glauben können, dass wir für sie verantwortlich gehalten werden können. Die Texte weisen auf eine Wahrheit hin, deren wir uns bewusst sein und die wir auf praktische Weise handhaben sollten, eine Wahrheit, die, wie jede Wahrheit, aus der Erfahrung des Menschen hervorgeht, die Bemühung und Scheitern gleichermaßen in sich mit einschließt.

Wie jede geistige Übung fordert sie uns heraus. Dabei geht es nicht um den persönlichen Erfolg; vielmehr hält sie uns an, dem lebenslangen Weg treu zu bleiben, der uns aus dem Gefängnis des Ich und seiner Illusionen herausführt und uns die klare, unvergängliche Tageshelle der Wirklichkeit erleben lässt.

*

Diese Worte wollen nicht besagen, dass es nun in menschlichen Beziehungen nie zu Tränen oder zornigen Worten kommt, aber sie bedeuten doch, dass wir nicht mit Absicht in anderen solche Reaktionen hervorrufen sollen. Wenn Tränen und Verärgerung in uns selbst aufkommen, wenn es zum Beispiel der Fall ist, dass wir unsere eigenen Mängel und unser eigenes Versagen bewusst erfahren, können die Tränen, die wir dabei vergießen, läuternd und kathartisch wirken, und sie sind dann der Auftakt zu einem neuen Abschnitt in unserem Leben. Der Zorn, den wir empfinden, kann in uns einen erneuten und leidenschaftlichen Eifer für die Wahrheit entfachen. Aber dann, was sollen wir dann tun? Wir müssen Mittel und Wege finden, diese Erkenntnisse in tätige Werke umzuwan-

deln, unsere Haltung muss eine Haltung der Liebe und des Mitgefühls werden, die in allen Phasen unseres Lebens erhalten bleibt. Und hier wird es dann wesentlich, dass eine Lebensregel, eine tägliche, praktische Weisheit, am Werk ist.

Diesen Sommer haben wir im San Anselmo Monastic Institut ein Seminar über „die Meditation in der Tradition des Mönchtums“ abgehalten. (Die Videos, die die verschiedenen Ansprachen enthalten, sind jetzt auf unserem You-Tube Programm zu finden). Das Seminar fand eine solch bereichernde und fruchtbare Aufnahme, dass für den nächsten Sommer wieder eine Woche geplant ist, in der das Thema „Neue Formen des Mönchtums“ zur Diskussion stehen wird. Die Lebensregel, die dieser Diskussion Form gab und geben wird, ist natürlich dieselbe, die die mönchische Regel in der Kirche des Westens geprägt hat.

Die Regel – Benedikt nennt sie eine „kleine Regel für Anfänger“ – beschreibt in etwa 13.000 Worten einen Weg, den man im Leben befolgen kann, sei es nun, dass dieses Leben hinter den Mauern eines Klosters zugebracht wird oder in einem Kloster, das keine Mauern kennt. In unserer hektischen und ungeordneten Welt suchen viele Menschen nach Sinn, nach Gesellschaft mit Gleichgesinnten und einer inneren Ausgeglichenheit, und die Regel kann dabei für sie ein Begleiter und Wegweiser werden, der zugleich von Menschlichkeit und Menschenwürde spricht. In vielen Situationen und Anforderungen, die das Leben stellt und die in der Regel berücksichtigt werden, tritt die Weisheit dieser ägyptischen Worte, aber auch und vor allem die Weisheit der Worte Jesu ins Licht. Benedikt denkt dabei an einen maßvollen Mittelweg, der uns durchs Leben führen soll; ‚maßvoll‘ bedeutet hier nicht lauwarm, wobei wesentliche Werte kompromittiert werden, sondern eher im Sinne des ‚Mittelweges‘, von dem Buddha spricht, oder des ‚engen Pfades‘, von dem Jesus sagt, dass er zum Leben führt.

Ein solcher Weg schlägt einen Kurs ein, der zwischen unflexiblen Institutionen, die uns entmenschlichen, und der Anarchie, die sich chaotisch auswirkt und bei der, zwar auf andere Weise, aber ebenso brutal, unsere Menschlichkeit zerstört wird, hindurchführt. Benedikt wusste, dass der enge Pfad, der sich einer unendlichen Weite des Lebens hin öffnet – jener in seinen Worten „unbeschreiblichen Freude der Liebe“ – der Achtsamkeit bedarf. Eben da wir immer und überall miteinander in Beziehung stehen, bedürfen wir einer im hohen Grad anwesenden Achtsamkeit – einer Haltung andachtsvollen Gebets – wenn wir bewusst bleiben und Mitgefühl mit anderen haben wollen.

Benedikt weiß, dass zum Funktionieren und Aufrechterhalten einer Gemeinschaft eine gute und tüchtige Führung ist, dass aber der Gehorsam sowohl auf vertikaler, wie auch auf horizontaler Ebene verlaufen muss. Wir können den Ansprüchen, die unsere gegenseitigen Beziehungen an uns stellen, nicht dadurch entgehen, dass wir einfach dem Chef oder den Verordnungen gehorchen. Seine Gemeinschaften waren und sind so gestaltet, dass sie sich im Wesentlichen selbst verwalten. Sie sollten außerdem danach streben, ökologisch gesehen ihr Soll zu erfüllen und womöglich Selbstversorger zu sein. Benedikt hätte voll und ganz Laotse zugestimmt, dass nichts so schädlich ist wie das ungehemmte und ständige Zunehmen von sogenannten Bedürfnissen.

In seinem Zeitmanagement zeigt uns Benedikt zeigt uns, wie dieser enge Pfad der Liebe – fordernd, aber nicht anstrengend, achtsam und ohne Ablenkungen – wirklich möglich ist. Er entwirft einen kontemplativen Lebensstil, bei dem man durchaus nicht in einer Kirche stundenlang beten muss, sondern der einen harmonischen Ausgleich darstellt zwischen dem, was wir brauchen, und dem, worin sich unsere komplexe menschliche Veranlagung ausdrückt. Die drei verschiedenen Dimensionen in uns, die körperliche, intellektuelle und geistige, können nicht voneinander ge-

trennt und sollten auch nicht miteinander verwechselt werden. Diese holistische Spiritualität wird unter dem Motto „ora et labora“, bete und arbeite, zusammengefasst, und diese beiden Aktivitäten hängen recht eng zusammen. Die Arbeit ist dann ein Gebet, ein Lab-oratorium eines Lebens, dessen Mitte Gott ist, und das Gebet ist dann eine Art von Arbeit. Solch ein Leben kann Männern und Frauen (und selbst Kindern) die Möglichkeit geben, frei von Ablenkungen zu sein. Das Ziel (das gleiche Ziel, wie es die Wüstenmönche hatten) ist dabei, ohne Unterlass zu beten und das Gebet des heiligen Geistes unbefangen aus jenem tiefen Herzensgrund heraus in uns aufsteigen zu lassen, der alle Furchen unseres Lebens bewässert und nährt.

*

Die Lebensform, die uns von Benedikt hinterlassen wurde, hatte einen starken Einfluss auf die Zivilisation, Bildung, Regierungsform und Kultur des Westens, und dies sogar zu der Zeit, als während des frühen Mittelalters Chaos auf sozialer Ebene und Unklarheit und Durcheinander in moralischer Hinsicht herrschten. Wie es immer der Fall ist, wenn sich etwas auf lange Dauer gesehen durchsetzt, so hatte auch dieser Einfluss nichts Grandioses oder Hochmütiges an sich, sondern war fest auf dem Boden der Tatsachen verankert. Ein wichtiges und auf seine Art umwälzendes Element seiner Regel war dabei ausschlaggebend: Benedikt bestand darauf, dass jeder Mönch lesen können sollte und lesen sollte. Die Mönche sollten die heiligen Schriften lesen, und sie sollten sie auch gemeinsam singen: also *lectio divina*, das Lesen der heiligen Schrift, das dem Einzelnen überlassen blieb, und *opus dei*, wenn sie sich zum Beten versammelten. Benedikt erkannte die starke Verbindung zwischen öffentlichem Gottesdienst und persönlichem Gebet, insbesondere dem Herzensgebet.

Er sagt, dass nichts Vorrang haben sollte vor den Zeiten des Gebets. Hier in unserer Oblatengemeinschaft in London wird zur

Zeit der Liturgie und Meditation, die wir in unserer Gemeinschaft miteinander verbinden, alles andere vorübergehend außer Kraft gesetzt. Benedikt widmet in seiner Regel zwölf Kapitel dem opus dei, wobei er genauestens festlegt, wann und wie Psalmen, Hymnen und Lobgesang verteilt werden sollen. Aber dann überlässt er es wiederum den einzelnen Gemeinschaften, wie sie dies alles den gegebenen Umständen anpassen.

Daran erinnerte ich mich, als ich in diesem Sommer Taizé besuchte. Die dortige Brüdergemeinschaft ist vor 75 Jahren von Bruder Roger gegründet worden; sie sollte ein Ort der Einheit und Einigkeit sein, an dem die Wunden, die Krieg und Zerissenheit verursacht hatten, geheilt werden konnten. Ihre Liturgie ist äußerst schlicht und eindrucksvoll; sie setzt sich aus kurzen, mantra-ähnlichen Gesängen und dem Lesen von kurzen Abschnitten der heiligen Schrift zusammen; dazwischen ist jeweils ein längeres Schweigen. Alles wird mit echter Ehrfurcht und Andacht verrichtet und schließt gleichzeitig die wesentlichen Elemente allen Gebets mit ein – Musik, das Wort, Ritual und Schweigen. Gleichzeitig wird hier auf die große Zahl von jungen Menschen Rücksicht genommen, die jedes Jahr nach Taizé kommen, um hier zu beten, der Messe beizuwohnen und Gott in sich selbst und ihren Beziehungen zu anderen zu suchen.

Benedikt, der einer ganz anderen Zeit angehörte, hielt daran fest, dass jede Woche 150 Psalmen gesungen wurden. Moderne Ansprüche und Umstände verlangen es, dass das Schweigen und die kontemplative Dimension des Gebets enger miteinander integriert werden. Für St. Basilius, der für die östliche Kirche das war, was Benedikt für den Westen wurde, bezieht sich das opus dei nicht nur auf die regelmäßigen Zeiten des Gebets, sondern auch auf das gesamte Leben des Mönchs. Beide glaubten fest, dass das Leben nur dann wirklich gelebt werden kann, wenn Eifer für die Arbeit Gottes vorhanden ist und Gott mit Leidenschaft gesucht wird. Benedikt sah es so,

dass Gott überall anwesend ist, auf den Feldern, in der Kapelle, im Refektorium und im Bett, aber er sah auch ein, dass wir zu verschiedenen Zeiten, bei Tag und bei Nacht, bestimmte Zeiträume reservieren müssen, um inne zu halten und zur Besinnung zu kommen. Die Wüstenväter sahen in der Psalmodie, dem Singen der Psalmen, eine Möglichkeit, innerlich anwesend und gegenwärtig zu sein und den Verstand im Herzen ruhen zu lassen; heute würden wir sagen, dass wir in einem Zustand der Andacht verweilen.

Evagrius glaubte, dass die Psalmodie die „Leidenschaften“ und einen unruhigen Verstand heilen könnte. Wenn sie ohne Ablenkungen verrichtet wurde, galt sie als eine Art Therapie; sie war ein Teil des Werkzeugkastens, den auch „Christus, das Wort, das alles heilt, der göttliche Arzt“ verwendete; dabei war die Kombination von Musik und der Bedeutung der Worte wichtig. Die Psalmen enthalten die ganze Skala von Gefühlen – selbst die, vor denen wir zurückschrecken und die wir uns nicht eingestehen wollen. Sie waren keineswegs mechanische Wiederholungen, und aus diesem Grund hielten die Wüstenmönche nach jedem Psalm eine kurze Zeit des Schweigens ein.

Aber als das Mönchtum innerhalb der bestehenden Gesellschaft immer mehr Erfolg hatte und aus den Klöstern eine Institution wurde, wurden die Zeiten, die man bei den Gesängen zubrachte, immer länger. Aus dem Laboratorium wurde eine Fabrik, und die Zeiten eines kontemplativen Schweigens schrumpften zu nichts zusammen.

*

In allen Zeiten der Erneuerung hat man jenes feine Gleichgewicht dieser Lebensform oder dieses Lebensstils, der unser Leben ausgleichen will, aufs Neue ins Auge gefasst. Aber heute kommen wir zu diesen Gebetsübungen mit einer so hohen Zerstreuung und einer so schweren Süchtigkeit, wie es sich die damaligen Mönche kaum vorstellen konnten.

Wir haben alle in unserem Umkreis Menschen, die so sehr an ihren Haustieren hängen, dass es oft so scheinen mag, als wäre das Tier der Ersatz für menschliche Beziehungen. Vielleicht sind uns Menschen diese Tiere gegeben worden, damit wir uns nicht ganz so allein und einsam fühlen. Unser Bedürfnis, sich verbunden zu fühlen und sich mitteilen zu dürfen, das so tief in unser Herz eingeschrieben ist, kann jedoch nur durch einen Austausch von Mensch zu Mensch befriedigt werden. Es geschieht aber immer häufiger, dass der Ersatz nicht mehr ein Tier ist, sondern die weitläufige und machtvolle Herrschaft der Technologie, die dieses Bedürfnis in uns zufrieden stellt. Die meisten Menschen verbringen im Vergleich zu der Zeit, die sie vor ihrem Laptop oder Computer sitzen, sechsmal so viel Zeit mit ihrem Handy oder Tablet. Sie erwarten von ihren apps immer öfter, dass sie hier die Freunde finden, die sie sich wünschen. Sie erwarten von ihren apps, dass diese mit ihnen in direkter Verbindung stehen und ihnen sagen, was sie tun sollen. Kein Wunder also, dass es anscheinend so schwierig ist, die Menschen in einem Konzert oder im Meditationsraum darauf aufmerksam zu machen, dass ihre Handys nun abgestellt sein sollten.

Wie können wir das nötige Gleichgewicht beibehalten – oder wiederfinden? Diese Frage sollte für die heutige Erziehung im Vordergrund stehen, da diese der Technologie und dem Kommerz in hohem Maß anheimgefallen ist, ähnlich wie damals das Mönchtum, als das Bilden von Institutionen zu sehr überhand nahm. Unsere Menschheit und Menschlichkeit hängt davon ab, dass wir einen Ausgleich in uns finden.

Da die Welt sich so schnell verändert, muss sich auch die Weisheit des Mönchtums mit verändern. Sie muss neue Formen des Mönchtums finden, wenn sie eine „Formel“ sein will, die Leben hat. („Formel“ war das lateinische Wort, das Cassianus benutzte, wenn er das Mantra, den „kurzen Vers“ beschreiben wollte.)

Vielleicht gibt uns Benedikt ein Schlüsselwort, wenn er darauf besteht, dass wir das Lesen erlernen sollen. „Read“ (Lesen) ist ein altes angelsächsisches Wort, das zugleich Ratschlag, Erklärung, Interpretation und sogar Erraten bedeutet. Dies weist darauf hin, dass Lesen mehr sein sollte als nur Zeichen auf einer Seite zu entziffern oder einige Daten zusammenzutragen. Wir lesen etwas vom Gesicht eines Menschen ab. Wir lesen aus einem Traum gewisse Dinge heraus. Wir versuchen, in den Rätseln unseres Lebens zu lesen. Wir könnten hier hinzufügen, dass wir „unser Mantra nicht nur sagen“, sondern es uns „anlesen“. Eine solche Erfahrung mit dem Lesen unterscheidet sich sehr von dem Dokument, in dem es heißt: „Nur zum Durchlesen“, so wie wir es in der Digitalwelt antreffen, und was immer etwas Fixiertes, Undurchdringliches, Unveränderliches und Eingeleigtes ist.

Wenn wir so lesen wollen, wie es uns Benedikt empfiehlt, so bedeutet das, dass eine Verbindung auf beiden Seiten zustande kommt, dass wir Beziehung aufnehmen. Daraus wird sogar eine dreifache Verbindung, wenn die Quelle und der Ursprung des göttlichen Wortes in den geschriebenen Worten wahrgenommen werden können und wir uns dessen bewusst werden.

„Dann aber werde ich ganz erkennen, wie ich auch ganz erkannt worden bin.“
(1 Kor.13:12)

Für gewöhnlich lesen wir, weil wir uns informieren, weil wir Bescheid wissen wollen, aber der heilige Paulus sagt, diese Art von Wissen verschwinde schließlich, weil es nur ein Teilwissen ist. Es schwindet, so sagt er, „wenn wir des Ganzen teilhaftig werden“. Wir lesen, um etwas zu erlernen. Aber wenn wir etwas wirklich erlernen wollen, wenn wir wachsen und reifen wollen, müssen wir auch etwas zurücklassen. Dem widersetzen wir uns. Wir wollen etwas dazu bekommen, ohne dabei der Notwendigkeit zu gehorchen, auf etwas zu verzichten. Wenn wir jedoch Leben in Fülle haben wollen, müssen wir das, was wir

wissen, aufgeben, erkennen, was wir nicht wissen, und ins Unbekannte vordringen. Es wären niemals neue Kontinente entdeckt worden, wenn die Forscher nicht ihren Heimatstrand verlassen hätten.

Benedikt und die Lehrer der alten Weisheit wussten, dass es darauf ankommt, wie wir die heiligen Schriften lesen, wenn dieser Vorgang förderlich sein soll. Das aber hängt wiederum davon ab, inwieweit wir uns von den heiligen Schriften „lesen lassen“. Wir wollen dem Text, den wir lesen, nicht nur seine Bedeutung entnehmen und ihn so verstehen. Wir lassen auch zu, dass er unter uns steht, uns unterstützt und seinen Sinn in uns zum Leben bringt. Dann „werden wir von ihm gelesen“, während wir ihn lesen, und es ist diese gegenseitige Beeinflussung beim Lesen, die uns heil und ganz macht. Ein Lesen solcher Art führt uns zu jener wechselseitigen Beziehung, die der Liebe eigen ist. Es führt uns in eine Erfahrung mit dem Wort ein, das heilt, tröstet und erneuert. Wie die Liebe, so ist auch das Lesen der Heiligen Schrift für uns stets vertraut und neu zugleich. Die Zeit, die wir damit verbringen, die Heilige Schrift zu lesen und „von ihr gelesen zu werden“, bringt uns unweigerlich zu einem Gebet, das eine größere Tiefe hat, das ins Schweigen führt, und von hier wiederum zur Erfahrung der kontemplativen Einfachheit des Einsseins, worin wir uns ganz verlieren, obwohl wir noch nie so vollständig wir selbst gewesen sind wie durch diese Erfahrung.

*

So wie wir es in der Weisheit des Mönchtums vorfinden, stellt die Lesung, *lectio*, eine heilende Kraft dar, die einen wichtigen Teil unseres Menschseins angeht: es ist jene Kraft, die uns zur Verfügung steht, um das, was uns am Herzen liegt, und das, wozu wir fest entschlossen sind, zu verwirklichen – es ist der Schaffensgeist des Menschen, den uns unsere techno-wissenschaftlichen falschen „Freunde“ rauben wollen. Wir brauchen *thumos*, wie es die Griechen nannten; ein echter Zorn sollte

uns anfallen und wir sollten uns leidenschaftlich einsetzen, wenn wir die humanitäre Krise um uns zu Gesicht bekommen, so wie es die jetzige Lage der vielen Flüchtlinge von uns verlangt. Das Gegenteil von *thumos*, was ein engagiertes und warmherziges Verbundensein bedeutet, ist Desinteresse.

Entscheidend ist: wofür sollen wir uns nicht interessieren? Wenn wir die richtigen menschlichen Werte wiederfinden und die gesunde moralische Kraft in uns wiedererlangen wollen, *müssen* wir ein Desinteresse entwickeln gegenüber Dingen wie Geld, Ruhm und Erfolg, jenen falschen „Besitztümern“ des Ich. Wenn uns das nicht gelingt, werden wir in ein noch tieferes und dunkleres Desinteresse verfallen, so wie es unter jenen zerfahrenen Individuen, bei denen die Technologie zur Sucht wird, ständig zunimmt. Aus diesem Desinteresse wird dann bald eine gewisse Herzenskälte in moralischer Hinsicht und eine gewisse Unmenschlichkeit gegenüber den Bedürfnissen und Notlagen anderer.

Wenn wir uns uns als Teil der täglichen Disziplin Raum geben, zu lesen und gleichzeitig von dem Text „gelesen zu werden“, werden wir auf ganz natürliche Weise zur kontemplativen Erfahrung hingeleitet, jener Erfahrung, bei der wir lernen, zu lieben und geliebt zu werden, bei der wir zur Erkenntnis kommen und gleichzeitig selbst erkannt werden. Diese Wechselseitigkeit ist es, die unseren Geist heilt und die Kraft in uns wiederherstellt, die wir gegenüber anderen und für andere brauchen; denn sie steigt aus einem so tiefen Zentrum der Selbstlosigkeit auf.

Das göttliche Wort ist also nicht nur eine linguistische Einheit, ein Zeichen auf einem Blatt Papier. Es ist etwas, das sich ereignet, es regt sich darin die göttliche Liebe, die uns durch alle Schleierwolken hindurch erfasst, die sonst unsere Menschlichkeit lahm legen würden. Die Gegenwart Gottes schlägt wie ein Blitz in die Dimensionen von Zeit und Raum ein, ganz so, wie wir es in der Heiligen Schrift erleben

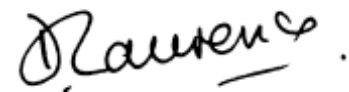
können, wenn Jesus in das Herz eines Menschen hineinschaut und ihn und den ganzen Verlauf seines Lebens verändert.

Der Brief an die Hebräer (4:12) besagt, dass das Wort Gottes voll Leben sei und voll Kraft. Es sei schärfer als jedes zweischneidige Schwert. Wenn wir dabei an eine Waffe denken, so ist dies ein beunruhigender Vergleich; aber es geht dabei um ein Werkzeug. Es schlüpft durch die Verwirrungen und Zweideutigkeiten unseres Verstandes hindurch, dringt zu dem eigentlichen Sitz der Wahrheit vor, die uns mit unserer Menschlichkeit wieder in Verbindung bringt, und lässt uns wieder ganze Menschen werden, die in einer Gemeinschaft miteinander leben können. Benedikt, dessen Denken ganz von der Heiligen Schrift geprägt war, war sich dieser Wirkung, die das Wort Gottes auf uns hat, sehr wohl bewusst. Und so hält er uns dazu an, die Kunst des Lesens zu erlernen, damit wir auf diese Weise „gelesen werden“ können, und dann entdecken, worin unsere Bedeutung als Menschen liegt und was wir an Menschlichkeit miteinander gemein haben.

Die Regel weist auf einzigartige Weise auf die Verbindung hin, die fortwährend zwischen lectio und meditatio besteht, und verweist auch auf die Gnade oder das reine Geschenk der *contemplatio*. Diese drei Dimensionen des Gebets erhalten aus einem Leben, das auf das andachtsvolle Suchen von Gott ausgerichtet ist, ihre geistige Nahrung.

Diese drei Ebenen der Erfahrung nehmen vielleicht eine gewisse Zeit in Anspruch, bei der wir uns nicht um unser Smartphone oder Tablet kümmern, aber sie haben die Kraft, unser Leben und unsere, ach, so gefährlich unausgeglichene Welt wieder ins richtige Geleis und Gleichgewicht zu bringen.

In großer Liebe



The Meditatio Newsletter

erscheint viermal jährlich und wird *herausgegeben vom*
International Office of The World Community for Christian Meditation,
32 Hamilton Road, London W52EH, 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