

Betrachtungen zur Fastenzeit 2020



Dienstag dritte Fastenwoche

Eine falsche Auffassung des Fastens - und der geistlichen Askese (Übung) im Allgemeinen - assoziiert sie damit ernst und feierlich zu sein oder zumindest so zu tun bis hin zur Erbärmlichkeit. Jesus begegnet dem, indem er sagt, dass, wenn man sich in Selbstdisziplin übt, dies nicht ausposaunen sollte und sich nicht als fromm oder schwer arbeitend präsentieren sollte. Geht euren Weg, entspannt und fröhlich.

In unserer Psyche ist eine Schuld-Dynamik angelegt. Ein weiterer beunruhigender Faktor für das Ego ist das magische Gefühl, dass jeder glückliche Moment ein begrenztes Guthaben verbraucht, wie bei einem Telefonvertrag, und dass dies durch etwas Hartes oder Schwieriges ausgeglichen werden muss. Man zahlt für das Glück. Glück ist ein Produkt, nicht unser natürlicher Zustand. Wir haben nicht das Recht, glücklich zu sein, während die Welt von einem globalen Virus heimgesucht wird, oder es in Syrien eine Million Flüchtlinge gibt oder ein Freund zu leiden hat.

Was ist Glück? Bei religiösen Menschen kann dieser Begriff abgeleitet in die Vorstellung eines Gottes, der nur dann will, dass man glücklich ist, wenn man ihn in der Weise anbetet, die er gutheißt. Und dieser Gott, eine komplexere Form der Idee des Karma - man bekommt, was man verdient - wird dann zu einem kleinlichen Gott, der belohnt und bestraft. Religiöse Bildung und kulturell verankerte Gottesvorstellungen verstärken diese Ideen oft, aber sie entstehen schon in der Kindheit, wenn wir beobachten, wie Erwachsene uns behandeln. Braver Junge, hier hast du ein Geschenk. Böser Junge, geh ins Bett.

Meditation hat eine erstaunliche Kraft, diese selbstverstärkenden Konzepte und zwanghaftes Regelkreis-Denken aufzubrechen. Dies wirkt direkt auf all unsere Gedanken und Bilder von Gott - die nicht nur intellektueller Natur, sondern auch stark emotional sind. Wenn Sie glauben, dass Gott Sie für Ihre Verfehlungen bestraft, sind Sie in allem, was Sie tun, und in all Ihren Beziehungen emotional beeinflusst. Wenn sich die Vorstellungen von Gott ändern, ändern sich auch unsere grundlegenden Ansichten über die Realität und unsere Beziehungen zu anderen Menschen.

Religiöse Menschen werden in der ersten Phase dieses Prozesses oft verunsichert. Sie befürchten, dass Gott entschwindet, dass Meditation nicht wirklich ein Gebet ist oder dass sie als Atheist enden könnten. Ein Mann erzählte mir einmal, dass er zwar treu meditiere, aber nicht der Meinung sei, dass es sich wirklich um eine Form des Gebets handle, die von der Kirche oder von Gott anerkannt sei. Also begann er jede Meditation mit einem Gebet: "Lieber Gott, ich werde jetzt meditieren. Aber glaube mir, ich bin eigentlich kein Buddhist."

Wenn alte Vorstellungen von Gott verblasen, tritt nicht sofort etwas Konkretes an ihre Stelle. Zeit und Glaube helfen uns jedoch zu begreifen: Das Nichts ist die Armut des Geistes, die Leere ist der Raum der Fülle, und der Verlust ist der erste Teil eines Prozesses, der zu einer überraschenden neuen Entdeckung führt. Wir finden, was wir verloren haben, aber verwandelt, weil es verloren war. In der Distanz, die durch den Verlust entstand, hat es sich verändert oder wir haben uns verändert. Manchmal müssen wir unsere Vorstellungen von Gott verlieren, sogar aufhören zu glauben und einfach warten. Bis wir wieder auf eine neue Art und Weise glauben. Der Glaube wird durch die Zeit vertieft. Und die Zeit wird durch den Glauben transzendiert.

Laurence Freeman OSB

(Übersetzung: Tobias Schnabel)