

## Betrachtungen zur Fastenzeit 2020



### Mittwoch vierte Fastenwoche

In unserer Gemeinschaft arbeiten wir weltweit zusammen, um einen "Kontemplativen Weg durch die Krise" anzubieten. Wie Sie vielleicht auf unserer Website oder in anderen Mailings, die Sie von der Gemeinschaft erhalten haben, gesehen haben, bieten wir Ihnen eine gesunde Vielfalt von Ressourcen und Veranstaltungen an, aus der Sie auswählen können, was immer für Sie persönlich oder für Ihre Familie oder für die Gruppe, mit der Sie online meditieren, hilfreich ist.

Wenn Sie einer regulären Meditationsgruppe angehören und Sie diese vermissen, weil sie nicht stattfindet, sollten Sie darüber nachdenken, sich zur selben regulären Zeit online zu treffen. Es ist nicht schwer, eine solche Gruppe einzurichten, und Sie können einfache Ratschläge erhalten, wie sich das technisch umsetzen lässt. Es gibt auch bereits eine große Liste von Online-Gruppen, auf die sie zurückgreifen können.

Dieser "Kontemplative Weg durch die Krise" hat bereits mit einer Online-Reihe von "interkontemplativen Dialogen" zwischen Alan Wallace, einem alten Freund und bekannten buddhistischen Lehrer, mit Eva Natanya, einer katholischen buddhistischen Gelehrten und mit mir begonnen. Ich werde in der Bibliothek in Bonnevaux mit einigen Mitgliedern unserer Gemeinschaft hier sitzen. Er und Eva werden in einem Karmeliterkloster in Colorado sitzen. Und Sie werden sein, wo immer Sie sind. Wir werden alle den gleichen Moment erleben und uns gemeinsam in Achtsamkeit üben. Jede Sitzung wird mit einer Meditationssitzung enden. Wir werden dann an dem einen Ort zusammen sein, der uns alle durch die Dimensionen von Zeit und Raum vereint. Diese Gespräche werden nach der Live-Übertragung online gestellt. Am Sonntag werden wir eine kontemplative Messe feiern.

Alle Aktualisierungen für diesen "Weg" werden auf unserer Website veröffentlicht, die Ihre zentrale Anlaufstelle sein wird:

[www.wccm.org](http://www.wccm.org)

Viele der Lehrer in der Weltgemeinschaft werden an der Gestaltung dieses Kontemplativen Weges beteiligt sein und etwas zu ihm beitragen. Und ich lade Sie ein, Ihre Ideen und Vorschläge einzubringen, was Ihrer Meinung nach nützlich und förderlich sein könnte.

Wir werden in regelmäßigen Abständen, aber ohne Sie mit der Auswahl zu überfordern, Ressourcen und Veranstaltungen aktualisieren, die Sie vielleicht hilfreich finden, um einen kontemplativen Weg durch diese schwierige, ängstliche und für viele einsame Zeit zu gehen. Wir haben alle gehört, dass das chinesische Wort für "Krise" sowohl Gefahr als auch Chance bedeutet. Ich hoffe, dass dieser Kontemplative Weg dazu beiträgt, die Chance klarer und leichter zu erfassen.

Der eigentliche Sinn all dessen besteht darin, Ihre tägliche Praxis des Muskels der Aufmerksamkeit zu stärken - das ist reines Gebet. Das Bittgebet und die Fürbitte sind authentische Formen, und wir brauchen sie auch. Genauso wie wir von der gemeinsamen Anbetung profitieren. Aber es ist das reine Gebet, das Gebet des Herzens - das nicht "mein" allein ist, sondern mein Eintritt in das eine, vereinende Gebet des Geistes - das höchst kraftvoll und transformierend ist. Indem Sie Ihr Herz ändern, haben Sie bereits begonnen, die Welt zu verändern.

Übersetzt mit [www.DeepL.com/Translator](http://www.DeepL.com/Translator) (kostenlose Version)

Laurence Freeman OSB

(Übersetzung: Stefanie Grünberg)