

Betrachtungen zur Fastenzeit 2020



Freitag erste Fastenwoche

Erwachsene, die den Kindesmissbrauch überlebt haben, beschreiben oft einen Bewältigungsmechanismus, den sie entwickelt hatten, wenn der wiederholte Missbrauch wieder geschah. Wenn sie die Schritte auf dem Korridor und die Tür sich öffnen hörten, gingen sie mit dem Terror, dem Ekel und der Scham um, indem sie eine Trennung von ihrem Körper erlitten. Die Vorstellung, dass sie in einer Ecke an der Decke schwebten und nach unten blickten, was mit jemandem geschah, der nicht sie selbst waren, war ihre einzige Möglichkeit, zu entkommen.

Es funktionierte damals, aber die Lösung entwickelte sich im späteren Leben zum Problem, als sie erkannten, dass sie sich jetzt nie als real empfanden und nie mit den Menschen, mit denen sie zusammen waren, körperlich verbunden fühlten. Angst, Distanz und ein irrationales, aber unerschütterliches Gefühl der Selbstentfremdung, begleiteten sie und richteten in jedem Aspekt ihres Lebens Verwüstung an.

Wie grausamer Missbrauch in der Kindheit das zukünftige Leben beeinflusst und verzerrt, ist heute allgemein anerkannt, nachdem man jahrtausendlang dachte, dass Kinder mit zunehmendem Alter einfach darüber hinweg kommen. Die verdrehte Wahrnehmung von sich selbst als schuldiges Opfer in den alltäglichsten Situationen des Lebens reißt die gewöhnlichen Freuden und Wunder der Abenteuer des Lebens in jedem seiner Kapitel mit sich.

Doch im Mittelpunkt dieses steht der Heilungsprozess. In ihm kommt die Gnade unvorhersehbar zum Vorschein, oft, wenn die Situation im Begriff ist, unerträglich zu werden. Gnade kann sich in einem belauschten Gespräch, einem in Schweigen gehüllten Wort, einem Blick, einem Buch, einem Mandelbaum in früher Blüte, der an einem kühlen Frühlingstag von der Sonne beleuchtet wird, offenbaren. Oder in einer Person. Gnade wendet keine Gewalt an, aber sie ist mächtig. Sie untergräbt unsere bereits eingeschränkte Freiheit nicht weiter, aber sie ist allmählich unwiderstehlich. Wenn wir sie ablehnen, weil sie einen Schmerz offenbart, den wir lieber verdrängen, Erinnerungen, die wir nicht vollständig ins Bewusstsein rufen können, nimmt die Gnade nicht Anstoß und verschmäht uns. Sie drückt eine weitaus tiefere Liebe aus als das. In der Wüste unseres Herzens, 'wo die heilige Quelle entspringt', entspringt die Gnade und durchdringt die dichtesten Schichten des Schmerzes und die Angst vor der Realität. Was immer uns in diese Wüste führen kann, wo wahre Begegnungen statt finden, ist heilig. Für den Meditierenden ist dieses einfachste Eintreten in die Wüste eine wiederholte, aber immer beunruhigende Entdeckung. Es leitet einen langen Prozess des Loslassens und eine transformierende Neubewertung der gesamten Karte unseres Lebens ein, die wir gemacht hatten.

Natürlich führen uns die Früchte der Meditation dann zu den anderen Quellen der Gnade und Heilung, die wir brauchen: den sicheren Ort, an dem man die Scham teilen kann, das Gefühl, dass Menschen, die trotz ihrer eigenen Schwäche eine Intimität kanalisieren können, die einem für immer verloren schien, dass der Retter, von dem man träumt, nicht existiert. Aber der Retter, der dich kennt und deinen eigenen Schmerz gekannt hat, berührt dich sanft in einem neuen Leben.

Laurence Freeman OSB

(Übersetzung: Susanne Wilke-Probst)