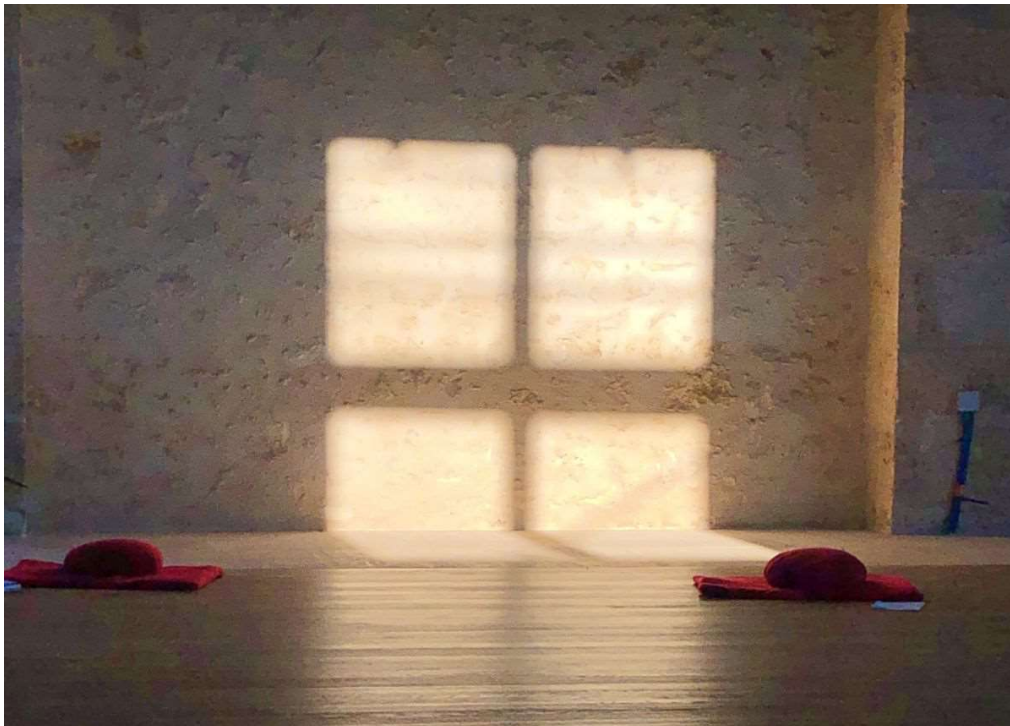


Betrachtungen zur Fastenzeit 2020



Donnerstag fünfte Fastenwoche

Noch vor nicht allzu langer Zeit waren Experten und Spezialisten aus der Mode gekommen. Sie wurden als Teil des "Establishments" abgelehnt und durch "das Volk" ersetzt, durch einfache Leute, die ihre Meinung zu Gehör bringen wollten. In einer globalen Gesundheitskrise, die die Welt verändert, wie es weder das Establishment noch das Volk hätten tun können, sind Experten diejenigen, denen wir vertrauen. Wir vertrauen ihnen, weil medizinische Experten, Statistiker und Epidemiologen, im Gegensatz zu den Führern, die Verleugnung und falsche Hoffnung predigen, eine große Bandbreite an Unsicherheiten in ihren Meinungen zugeben. Sie behaupten nicht, alle Antworten zu haben, und im Allgemeinen erkennen sie an, dass dies nicht der richtige Zeitpunkt ist, um mit dem Finger auf andere zu zeigen.

Mit der Unsicherheit zu leben, ist eine Funktion der rechten Gehirnhälfte. Es ist ein Teil des kontemplativen Weges durch das Leben, einschließlich aller Lebenskrisen. In einem unkontemplativen Lebensstil, in dem alles im Übermaß und mit unnötiger Geschwindigkeit erledigt wird, springen wir von einer falschen Gewissheit zur anderen. Die plötzliche Verlangsamung und Abschaltung betrifft uns alle - von den Menschen, die allein an ihren Computern in den Vorstädten arbeiten, über diejenigen, die ihre Arbeit verloren haben und sich und ihre Familien nicht mehr ernähren können, bis hin zu den Millionen von Arbeitsmigranten in Indien, die gezwungen sind, nach vier Stunden Vorankündigung Hunderte von Kilometern zu ihren Heimatdörfern zu laufen. Leid und Angst können uns isolieren, aber sie können auch zu einer Brücke werden, wenn wir sehen, dass wir uns genauso fühlen wie alle anderen auch. Der Schock besteht darin, festzustellen, wie radikal die Unsicherheit ist. Wie notwendig es also ist, dass wir verstehen, weise mit dieser Unsicherheit zu le-

ben. Ebenso ist ein plötzlich verändertes Zeitgefühl ein Schock.

Eine wertvolle Quelle der Weisheit ist die klösterliche Lebensregel aus dem 6. Jahrhundert, die der heilige Benedikt geschrieben hat und die wir an unser Leben hier in Bonnevaux angepasst haben. Benedikt kannte die Ungewissheit: Eine von ihm gegründete Gemeinschaft versuchte, ihn zu vergiften, die große Stadt Rom (das damalige Washington DC) wurde von Barbaren überfallen und geplündert, und er lebte mit einer Gruppe von Menschen sehr unterschiedlichen Temperaments, das jeden Tag - oder mehrmals am Tag - in verschiedene Richtungen losgehen konnte. Seine Hauptlösung für die Unsicherheit bestand darin, einen Tagesplan zu erstellen und - natürlich mit einer angemessenen Flexibilität - sich daran zu halten.

Vielleicht ist das ein erster Schritt für viele Menschen, die zu Hause mit anderen oder alleine isoliert sind: Machen Sie einen realistischen Zeitplan mit den Dingen, die Sie brauchen und tun wollen, und hängen Sie ihn an Ihre Külschranktür. Betrachten Sie ihn und überprüfen Sie, ob er ausgewogen ist. Repräsentiert er normale, alltägliche, menschliche Bedürfnisse - körperlich, geistig und spirituell?

Die Anpassung an die menschlichen Grundbedürfnisse ist ein erster Schritt, um das Gefühl der Angst und Panik, die Unsicherheit und Verlangsamung, in den Griff zu bekommen. Es ist ein Schritt, um den Virus der Angst und Panik zu heilen. Es hilft uns, das Thema Gesundheit auch inmitten einer Pandemie neu zu sehen. Wenn wir uns wieder mit dem Bewusstsein für die Gegenwart verbunden haben, werden wir feststellen, dass der Frieden - der Frieden, den wir in all dem Stress verloren haben - näher bei uns ist, tiefer in uns, als wir es uns jemals vorgestellt haben.

Übersetzt mit www.DeepL.com/Translator (kostenlose Version)

Laurence Freeman OSB

(Übersetzung: Stefanie Grünberg)