



### Montag Fastenzeit Woche 1

Wie reagieren Sie auf das Wort "Stille"? Assoziieren Sie es mit Balance, Gegengewicht, Gleichgewicht, Ordnung, Ruhe? Oder mit Untätigkeit, Stagnation, Rückzug, Passivität? Ist Stille dynamisch oder statisch? Ist sie das Ziel, das wir anstreben sollten, oder ein Zustand, aus dem wir so schnell wie möglich herauskommen sollten? Als Meditierende könnten wir sagen: "Es kommt darauf an", denn Meditierende haben gerne das Beste aus beiden Welten. Und das können sie auch.

Wahrscheinlich hängt es von den Umständen ab, aber es kann (immer noch) eine Präferenz für oder gegen das Konzept geben. Hinter dieser Vorliebe kann entweder eine Angst vor oder eine Sehnsucht nach Stille lauern. Wenn Sie überaktiv sind, wird Stille attraktiv erscheinen. Wenn Sie gelangweilt, arbeitslos oder in Quarantäne sind, ist Stille das Letzte, was Sie wollen. Die Polarisierung gegensätzlicher Ansichten, selbst über die Bedeutung eines harmlosen kleinen Wortes wie diesem, führt zu einem Gefühl des Konflikts, das oft auf dem Gefühl beruht, dass "wenn ich nicht alles bekomme, könnte ich am Ende mit nichts dastehen". Und so ist derjenige, der anderer Meinung ist als ich, der auf der anderen Seite eines Flusses zu sein scheint, der schneller fließt als gedacht und ohne Brücken in Sicht ist, mein Feind. Er hat also nicht so viel Existenzberechtigung wie ich. Das Gefühl des potentiellen Mangels - auch das, was ich zu haben glaube, könnte mir weggenommen werden - entzündet sich.

Die Pro- und Anti-Trump-Fraktionen in den USA, die Remainers und Leavers in Großbritannien haben ein tiefes Gefühl der Spaltung und Uneinigkeit erzeugt. Den Dialog und den Geist des Vertrauens wieder aufzubauen, wird für beide Gesellschaften die harte Arbeit der nächsten Jahre sein. Wo auf der Welt hat man dies nicht gespürt? Spaltungen stören das Gleichgewicht der Zivilgesellschaft und Stille, eine Beruhigung von Fraktionalismus und gegenseitiger Ablehnung, hat zumindest eine gewisse Anziehungskraft. Die Frage ist nur, wie.

Der Ansatz "es kommt darauf an" ist unzureichend. Die Antwort ist nicht entweder/oder, sondern beides und beides in Harmonie. Der praktischste Weg, die Mischung aus dynamischer Stille und harmonischer Aktivität zu erreichen, ist, bereitwillig Zeit für die Arbeit der Stille zu opfern. Da die menschliche Natur zu Überaktivität neigt (körperlich, wirtschaftlich oder geistig), besteht die Herausforderung, wie die Geschichte von Martha und Maria deutlich macht, darin, das Element der Stille und des Schweigens zu schützen; und es als wesentlichen Teil des menschlichen Wohlbefindens zu schätzen. Das Leben Jesu, das ein Beispiel dafür ist, wie Menschen leben sollten, beinhaltete sowohl Zeiten der Einsamkeit und Stille als auch Zeiten geschäftiger äußerer Aktivität.

Stille ist ein wesentlicher Bestandteil des guten Lebens. Zusammen mit Gebet und Fasten berührt die Gerechtigkeit das Zentrum, in dem die Stille zu finden ist. Alle drei sind Aspekte einer guten Fastenzeit. Es geht um das Gleichgewicht, das immer hart erkämpft und schwer aufrechtzuerhalten ist, ob in unserem persönlichen oder gesellschaftlichen Leben.

Laurence

Übersetzung: H.Ungibauer-Kremp mit [www.DeepL.com/Translator](http://www.DeepL.com/Translator) (kostenlose Version)