

22.03.2023 Befreiung aus der Polarität - Wunder des Einsseins
Beginn zunehmender Mond

Ich bin dankbar *Stefan Rehm*

Ich bin dankbar
Für die Steuern, die ich zahle, weil das bedeutet:
ich habe Arbeit und Einkommen.

Für die Hose, die ein bisschen zu eng sitzt, weil das bedeutet:
ich habe genug zu essen.

Für das Durcheinander nach der Feiern, das ich aufräumen muss, weil das
bedeutet:
ich war von lieben Menschen umgeben.

Für den Rasen, der gemäht, die Fenster, die geputzt werden müssen, weil das
bedeutet:
ich habe ein Zuhause.

Für die laut geäußerten Beschwerden über die Regierung, weil das bedeutet:
wir leben in einem freien Land und haben das Recht auf freie
Meinungsäußerung.

Für die Parklücke, ganz hinten in der äußersten Ecke des Parkplatzes, weil das
bedeutet:
ich kann mir ein Auto leisten.

Für die Frau in der Gemeinde, die hinter mir sitzt und falsch singt, weil das
bedeutet:
dass ich gut hören kann.

Für die Wäsche und den Bügelberg, weil das bedeutet:
dass ich genug Kleidung habe.

Für die Müdigkeit und die schmerzenden Muskeln am Ende des Tages, weil das
bedeutet:
ich bin fähig hart zu arbeiten.

Für den Wecker, der morgens klingelt, weil das bedeutet:
mir wird ein neuer Tag geschenkt.

Wir begrüßen euch zur fünften Fröhschicht, heute zum Thema Befreiung von der Polarität – Wunder des Einsseins.

Zu unserem Leben gehören Polaritäten. Tag und Nacht, einatmen und ausatmen, Leben und Tod usw. Warum also Befreiung von der Polarität?

Weil sie uns dazu verleitet das Leben nicht als Ganzes zu nehmen. Wir versuchen Krankheit, Tod, Unangenehmes auszublenden und konzentrieren uns auf Freizeit, Urlaub, Gesundheit; verlieren die Fähigkeit mit Tod und Krankheit umzugehen. Bei uns und bei anderen.

Wir unterteilen unser Leben, unseren Tag in: angenehm und unangenehm. Dies ist Arbeit, dort ist Freizeit, belasten unsere Arbeitszeiten mit negativen Geföhlen und unsere Freizeit mit hohen Erwartungen. Dabei enthalten Arbeitszeiten egal ob es sich um Erwerbsarbeit, Hausarbeit, ehrenamtliche Arbeit o.ä. handelt, doch auch so viele Momente von Freude, Lachen am Telefon, Quatschen mit Kollegen, Freude über eine aufgeräumte Wohnung, gemeisterte Herausforderungen. Wir zerstückeln unseren Tag unser Leben in lauter Fetzen.

Die heilige Terese von Lisieux hat dagegen ihre Lehre von „den kleinen Schritten“ gesetzt. Es bedeutete ihr, nicht Außergewöhnliches zu tun, sondern das Gewöhnliche, mit Liebe zu tun, ob sie nun Kranke pflegte oder Wäsche wusch oder betete. Was sie „geistliche Kindschaft“ nannte würde ich übersetzen in „lieben, wie nur ein Kind liebt“ ohne Berechnung, ohne Ego. Sie fühlte sich darin besonders Jesus verbunden durch seine Aussage: „Was ihr einem meiner geringsten Brüder getan habt, das habt ihr mir getan.“

Mich hat das beeindruckt. Wenn ich versuche meine Aufgaben mit Liebe zu tun, kommt das nicht nur der Arbeit zugute, sondern auch mir selbst. Ich bin entspannter und fröhlicher. Auch im Umgang mit nervigen, schwierigen Menschen kann mir ein liebevoller Blick auf diesen und auch auf meine ärgerliche Reaktion gut tun. Ich verliere das nur immer wieder aus den Augen.

Im eben gehörten Text ist es die Dankbarkeit, die uns versöhnen kann mit allem, was uns ärgert, in dem wir tiefer schauen und nicht an der Oberfläche hängen bleiben.

Sind euch vielleicht solche Wunder in den letzten Wochen begegnet und in eurer Schale gelandet? Tut sich da noch etwas?

Schaut auch nochmal auf den Mond. Gestern war Neumond. Ab heute nimmt er wieder zu, bis zum ersten Fröhlingssvollmond in der Karwoche.

In der Tiefe des Brunnens *Alfred Delp SJ*

Das eine ist mir so klar und spürbar wie selten:
die Welt ist Gottes so voll.
Aus allen Poren der Dinge quillt er gleichsam uns entgegen.
Wir aber sind oft blind.
Wir bleiben in den schönen und bösen Stunden hängen
und erleben sie nicht durch
bis an den Brunnenpunkt, an dem sie aus Gott herausströmen.
Das gilt für alles Schöne und auch für das Elend.
In allem will Gott Begegnung feiern.

Man müsste den Dingen auf den Grund gehen,
die schönen und schrecklichen Momente durchleben und durchleiden
und das Leben annehmen, so, wie es ist,
dann würden wir den Urgrund berühren,
der uns mit allen Menschen
und der Schöpfung verbindet.
Alles ändert sich, wenn wir es vom Brunnenpunkt aus sehen.

Als Delp den Text formuliert, weiß er bereits, dass seine Situation aussichtslos ist. Am 02.02.1945 wurde er hingerichtet, weil er, zusammen mit anderen, Ideen für ein neues Deutschland nach dem Dritten Reich entworfen hatte und sich im Widerstand in Artikeln, Büchern und Predigten kritisch mit der nationalsozialistischen Ideologie und Realität auseinander gesetzt hatte.

Text nochmal lesen

Meditation: Der Brunnenpunkt - Das Wunder des Einsseins – Das Leben im Ganzen

Die zwei Schalen *Sufi-Geschichte*

Es waren einmal zwei Männer, die genau das gleiche Essen bekamen, bloß hatte der eine zwei Schalen, während der andere nur eine besaß.

Der Mann mit den zwei Schalen unterteilte das Essen in Süßes und Bitteres. Er legte alles Bittere in die eine Schüssel und alles Süße in die andere. Der andere Mann mischte das Bittere mit dem Süßen.

Mit der Zeit wurde der erste Mann immer dünner und schwächer, während der zweite täglich gesünder wurde.

Schließlich sah der erste Mann seinen Tod kommen und fragte den anderen verzweifelt, was das Geheimnis seiner Stärke und Lebenskraft sei.

„Du hast zwei Schalen“, sagte der, „in denen du Bitteres von Süßem trennst, und richtest dich nach deinen geschmacklichen Vorlieben. Du hast dem Essen nicht erlaubt, dich in deiner Ganzheit zu erhalten, Doch ich habe nur eine Schale und

vermische alles miteinander. Ich sortiere nicht aus. Was immer mir gegeben wird, das nehme ich einfach an und es hört nicht auf, mich ständig zu nähren.“ Der erste Mann erhob sich von seinem Krankenbett. Mit großer Anstrengung nahm er eine der Schalen und zerbrach sie in tausend Stücke. Von nun an aß er dankbar aus der übriggebliebenen Schale sein Essen in der Gesamtheit und wurde wieder gesund.

Gebet

Gott,
schwarz und weiß
gut und böse
schön und hässlich
wir lieben solche Unterscheidungen
Im Prinzip ist es auch nicht falsch,
weil wir auf diese Weise versuchen uns die Welt zu erklären
und uns vor Gefahren schützen.
Wenn wir aber beginnen unser Leben zu zerstückeln,
weil wir süchtig werden nach dem Angenehmen,
dann verlieren wir uns,
die mit uns verbundenen Menschen
und dich, Gott.
Denn du bist der Eine, das Ganze,
der Brunnen aus dem das Leben strömt
Segne uns heute und in der kommenden Woche
Vater, Sohn und Heiliger Geist