

28. November 2019

Beantwortung von Fragen
“Die Kontemplation - Teil 2“

Frage: 1. Wie können diejenigen, die einen “normalen Lebensstil“ haben, kontemplativ sein?

Gestern haben wir darüber gesprochen, daß die Kontemplation ein Geschenk Gottes ist, welches wir jedoch durch unseren geistlichen Weg vorbereiten können, damit die innere Umwandlung durch den Geist Gottes geschehen kann.

So wird auch eine erste Antwort auf die Frage klar, wie man die Kontemplation in einem normalen Lebensumfeld praktizieren kann.

Genau wie jemand, der eigens ins Kloster geht, um ein kontemplatives Leben zu führen, ist man als Christ berufen, den Weg der Heiligkeit in der Welt zu gehen. Der Blick muß also zuerst darauf gelenkt werden, wie der Weg der Heiligkeit unter den gegebenen Lebensumständen aussehen kann. Damit sind die Lebensumstände gemeint, in die ich bereits eingebunden bin und die somit nicht mehr offen sind für einen besonderen Ruf in eine andere Lebensweise.

Das muß man gut unterscheiden können, denn wenn die Lebensumstände noch nicht festgelegt sind, man z.B. noch nicht verheiratet ist und eine Familie hat, dann kann der Herr uns ja in eine Lebensweise rufen, welche auch in ihrer äußeren Form ganz auf die Kontemplation ausgerichtet ist.

Leben wir aber nach dem Willen Gottes in der Welt, dann werden die gegebenen Umstände zur Herausforderung, sich immer tiefer mit dem Willen Gottes zu vereinen und die uns gestellten Aufgaben in seinem Geist zu erfüllen. Das Ziel eines geistlichen Lebens ist ja, ganz mit dem Willen Gottes vereint zu sein.

Um den Willen Gottes dann auch in den konkreten Situationen besser verstehen und erfüllen zu können, ist ein inniges Leben des Gebetes unabdingbar. Das Gebet führt uns in das immerwährende Gespräch mit Gott, in den inneren Austausch mit ihm. Das Gebet, welches uns für die Kontemplation vorbereitet und zu einem späteren Zeitpunkt selbst zum kontemplativen Gebet werden kann, sollte aber nicht nur gelegentlich sein, sondern mehrere Dimensionen erfüllen.

a) Es sollte nach Maßgabe der Möglichkeiten regelmäßig sein.

b) Wir sollten eifersüchtig darauf bedacht sein, all unsere verfügbare Zeit zur inneren Einkehr mit Gott zu verwenden. Ohne unsere Pflichten zu vernachlässigen, ist darauf zu achten, daß wir keine Zeit mit unnötigen Dingen verbringen und daher unsere Gewohnheiten gut überprüfen, ob sie uns nicht an die Außenwelt binden und die Aufmerksamkeit unserer Seele auf Gott hin schwächen. Es ist nämlich ein großer Unterschied, ob ich im Rahmen meiner Pflicht äußere Tätigkeiten zu verrichten habe oder mich freiwillig in äußeren Tätigkeiten verliere.

Das bedeutet, daß man eine Weise der geistlichen Askese zu praktizieren hat, welche darüber wacht, ob ich tatsächlich all das konkret zu Gott hin öffne, was mir möglich ist. Dies kann man durchaus tun, wenn man in der Welt lebt. Auch unter normalen Lebensumständen gibt es die Möglichkeit, Gott auf diese Weise zu zeigen, daß man die Nähe seiner unmittelbaren Gegenwart den weltlichen Ablenkungen vorzieht.

Wir kommen nun auf die Methodik des hl. Franz von Sales zurück, welcher auf die Allgegenwart Gottes und besonders auf die Gegenwart Gottes im eigenen Herzen aufmerksam machte. Auch ein Hl. Benedikt, der Mönchsvater des Abendlandes, erinnerte seine Mönche daran, sich bewußt zu sein, in der Gegenwart Gottes zu leben. Das kann nun auch in der Welt gut praktiziert werden, indem ich mir geistig vergegenwärtige, daß ich all meine Arbeit, die sich mit der Zeit bewußt in einen Gottesdienst, in einen Dienst im Reiche Gottes verwandelt, im Angesicht Gottes tue. Wir können auch sagen mit Blick auf Gott. Das ist schon ein wichtiger Schritt, um mein Tun mehr im Lichte Gottes verstehen zu lernen und nicht nur einfach von der Dynamik der Tätigkeiten eingenommen zu sein.

Noch tiefer geht es in der anderen Dimension, nämlich die Gegenwart Gottes im eigenen Herzen kennenzulernen.

Es ist nicht schwer zu verstehen, daß es leichter wird, diese Schritte zur Verinnerlichung in einem Raum der Stille einzuüben. Man kann hier z.B. ruhig einige Minuten des Schlafes opfern, um in der Frühe - wenn der Morgen noch jungfräulich ist - einfach still vor dem Herrn zu verweilen und zu versuchen Gottes Gegenwart in uns wahrzunehmen. In diesem Zusammenhang verweise ich auf meine Betrachtungen über das Herzensgebet (23-25 Februar 2019), welches eine ausgezeichnete Übung ist, in das Innere des Herzens einzutreten, aber auch auf meine Hinweise der Errichtung einer Herzenskammer (15 November 2019), in die man sich zurückziehen kann, um dort mit Gott innigen Austausch zu pflegen.

Eigens betonen möchte ich noch das Moment der Stille. Dies ist unschätzbar wertvoll, denn wenn wir uns freiwillig dem Lärm dieser Welt aussetzen, wird uns

das den Zugang zu einer Verinnerlichung enorm erschweren. Die Stille muß man suchen und dann wird man merken, wie sehr wir vom ständigen Lärm umgeben sind, was auch das viele unnötige Sprechen miteinbezieht.

Das Thema wird weitergeführt!

HINWEIS: Auf meinem Blog <https://de-baltalelija.blogspot.com/> habe ich einen neuen Text eingefügt!