

2. Impuls

Ihr lieben Mitmeditierenden,

wie schön, dass Ihr mitmacht, dass Sie mitmachen bei unserem Angebot "Das Gebet der Ruhe - ein virtueller Meditationstreff"! Inzwischen sind wir zu einer kraftvollen Gruppe angewachsen, 48 Menschen sammeln sich Montagabends und suchen zwischen 19.00-20.30 für eine selbst bestimmte Zeit die Stille, werden gegenwärtig in der Gegenwart des göttlichen Geheimnisses.

Viele Emails erreichen mich, die zeigen, wie unterstützend und stärkend diese Verbindung des Herzens und des Geistes erlebt wird, - und wie nötig wir diese Verbindung haben.

Denn die Mails zeugen auch davon, wie schwer und herausfordernd diese Zeit für viele ist, gerade für diejenigen, die allein leben.

Kontaktbeschränkungen und Isolation sind uns von außen auferlegt und erst einmal nicht unsere Wahl. Als Menschen, die kontemplativ leben möchten, haben wir die Möglichkeit, die Gegebenheiten anzunehmen und bewusst und aktiv 'ja' zu sagen zu der verordneten Ruhe. Ich kann sie in eine geistliche Übung verwandeln, sie als eine Einkehrzeit annehmen und gestalten, in der ich für eine bestimmte Zeit aus meinem gewohnten Leben heraustrete, um mich zu besinnen.

Bei den Wüstenmüttern und Wüstenvätern des 3.- 8. Jahrhunderts heißt es "Geh in dein Kellion (deine Behausung) und Dein Kellion wird dich alles lehren". Denn auf sich selbst zurückgeworfen, allein in ihrer Behausung lernten sie ihre inneren "Dämonen" kennen, - die Angst, die Hoffnungslosigkeit, die Ungeduld, die Unsicherheit, die Langeweile....., all die Gefühle, die sich jetzt auch verstärkt bei uns melden.

Wie kann ich mit ihnen umgehen? Ich kann die Gefühle erst einmal wahrnehmen, die in mir rumoren, die mich zeitweise vielleicht sogar zu überschwemmen drohen. Ich anerkenne, dass sie da sind und da sein dürfen, dass es gute Gründe gibt, warum sich diese Gefühle gerade jetzt kraftvoll in mir zeigen. Ich schaue sie an - in einer Haltung des Wohlwollens und nicht der strengen Richterinnen - und lasse sie los, so gut es geht.

Das tue ich, indem ich meine Aufmerksamkeit in die Gegenwart bringe: Mein Herzenswort spreche, meinen Atemfluss beobachte, bewusst ein- und ausatme, in meinen Körper spüre, oder das, was mich umtreibt in einem Gebet vor Gott ausspreche. Es kann unterstützend sein, Gedanken und Gefühle -ohne zu zensieren- aufzuschreiben in einem geistlichen Tagebuch oder ein Bild dazu zu malen.

Wir sind eingeladen, einzukehren bei uns selbst, in unser eigenes Herz und die Qualität "des Seins" und die Kraft der Stille wieder zu entdecken.

Die Worte für den inneren Weg, die ich Euch heute mitgeben möchte, stehen bei dem Propheten Hosea im 2. Kapitel, Vers 16 (freie Übertragung) und bei Meister Eckhart:

"Gott spricht: Ich will sie in die Wüste führen und direkt zu ihrem Herzen reden"

Und dazu Meister Eckhart:

"Ich will sitzen und will schweigen und hören, was Gott in mir rede"

Bitte meldet Euch, wenn Ihr ein offenes Ohr sucht. Matthias und ich stehen gern für ein Gespräch zur Verfügung.

Verbunden mit herzlichen Segenswünschen grüße ich Euch und Sie, auch im Namen von Matthias Hoyer,

Ihre und Eure
Maike Ewert

--

Pastorin Maike Ewert
Stadtkloster-Kirche der Stille
Sticksfeld 6 / Thie 8
30539 Hannover-Kronsberg
Telefon 0511-9507085
Ewert@kirche-der-stille-hannover.de
www.kirche-der-stille-hannover.de