

Briefe in den Kreis

01/2017

16.01.2017

Liebe Schwestern und Brüder,

das folgende Gedicht der Schriftstellerin Inken Christiansen eröffnet uns eine Haltung, mit der wir gut in das neue Jahr gehen können. Lasst uns aufbrechen und für viele neue Erfahrungen offen sein.

Es grüßt Euch herzlich

Euer

Andreas

Losgehen

Die Verheißung des Morgens atmen.
In die Stille des Unberührten aufbrechen.

Schlafende Häuser hinter sich lassen.
Wind im Gesicht spüren.

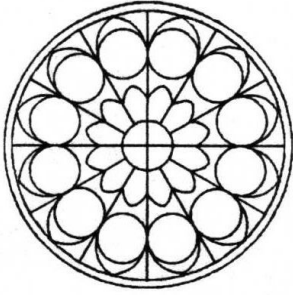
Dem neuen Jahr entgegenlaufen.
Mit eigenen Schritten hineinwandern.

Bekannte Wege wie Neuland erkunden.
Ins Weite wollen.

Dem Ungewissen vertrauen.
Aus der Dunkelheit heraustreten.

Gottes Himmel offen sehen.
Alles für möglich halten.

Anfangen



Briefe in den Kreis

02/2017

20.02.2017

Löse dich ganz
von allem Äußeren
und sammle dich
in einem stillen Schweigen
reinen Inneseins.

Heinrich Seuse

Liebe Schwestern und Brüder,

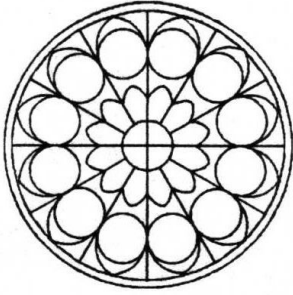
auf den Mystiker Heinrich Seuse wurde ich vor einigen Jahren in Überlingen am Bodensee aufmerksam. Dort erinnert ein Denkmal an ihn. Dort ist er wahrscheinlich geboren, in einem Haus, das heute ein Treffpunkt für all jene ist, die mehr erfahren wollen über Mystik und Kontemplation.

Der am 21. März 1295 zur Welt gekommene Heinrich Seuse trat, beeinflusst von seiner Mutter, mit dreizehn Jahren dem Orden der Dominikaner in Konstanz bei, wo man bald seine besonderen Begabungen erkannte. Nach einer Ausbildung in Theologie und Philosophie schickte ihn sein Abt zum Studium Generale nach Köln, wo Seuse zum engsten Schülerkreis Meister Eckharts gehörte. Im Rahmen des Häresie-Prozesses gegen Eckhart geriet auch Seuse unter Verdacht. Von nun an widmete er sich der Seelsorge und begann zu schreiben, in einer äußerst bildhaften und ausdrucksstarken Sprache. Sein wichtigstes Werk, die „Vita“, beschäftigt sich mit Askese und Mystik. Seuse hat bis zum vierzigsten Lebensjahr extreme Formen der Selbstkasteiung praktiziert. In den letzten Kapiteln der „Vita“ jedoch erteilt er dem eine klare Absage und fordert eine „Askese der Gelassenheit“. Hinsichtlich der „harten Übungen“ mahnt er eindringlich zur „Besonnenheit“. Das Äußere soll zurücktreten, das Sich-Sammeln in einem „stillen Schweigen reinen Inneseins“ tritt in den Vordergrund. Mit dieser Kehrtwende wird Heinrich Seuse zu einem der bedeutenden Mystiker des späten Mittelalters und zum Vordenker christlicher Kontemplation.

Es grüßt Euch herzlich

Euer

Andreas



Briefe in den Kreis

03/2017

20.03.2017

Gott ist immer in uns,
nur sind wir so selten zu Hause.
Gott ist in jeder Seele gegenwärtig.
Er gehört zu ihrem Wesen.
Der Mensch kann diese Würde nie verlieren
und er hat sie nie verloren.

Meister Eckhard

Liebe Schwestern und Brüder,

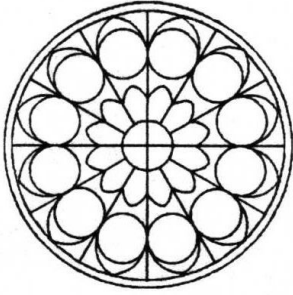
in vielen Schriften hat Meister Eckhard versucht, das Verhältnis des Menschen zu Gott zu beschreiben. Ganz in seinem Sinne begibt sich Johann Wolfgang Goethe Jahrhunderte später in die uralte Tradition der Mystik. Er schreibt: Wenn das Auge nicht sonnengleich wäre, wie könnte es dann die Sonne erblicken?

Wir sind immer Teil dessen, was wir erkennen können. Und es liegt an uns, wie tief diese Erkenntnis ist. Meister Eckhard erläutert das so: Stellt dir vor, in einer großen Wanne befindet sich Wasser. Und am Grunde ruht ein Spiegel, der die Sonne reflektiert. Je ruhiger das Wasser, desto klarer das Bild. Mit unserer Seele verhält es sich ähnlich. Je mehr sie zur Ruhe kommt, desto mehr ist sie empfänglich, desto mehr ist sie fähig, dass Göttliche in sich zu spiegeln. Um Weite und Tiefe zu spüren, muss sich der Mensch von Zeit zu Zeit in die Abgeschiedenheit begeben, um sich von Gedanken und Gefühlen zu befreien, die ihn einengen und bedrücken. Die innere Schale leeren, das Wasser still werden lassen, mehr bei sich sein, das ist Eckhards Weg der inneren Entwicklung. Das ist wahre Seelenbildung. Gott ist immer in uns, sagt Eckhard, nur sind wir so selten zu Hause. Doch er spricht uns auch Mut zu: Gott ist in jeder Seele gegenwärtig, er gehört zu ihrem Wesen. Der Mensch kann diese Würde nie verlieren und er hat sie nie verloren.

Es grüßt Euch herzlich

Euer

Andreas



Briefe in den Kreis

04/2017

15.05.2017

Ich versuchte, ihn zu finden am Kreuz der Christen, aber er war nicht dort. Ich ging zu den Tempeln der Hindus und zu den alten Pagoden, aber ich konnte nirgendwo eine Spur von ihm finden. Ich suchte ihn in den Bergen und Tälern, aber weder in der Höhe noch in der Tiefe sah ich mich imstande, ihn zu finden. Ich befragte die Gelehrten und Philosophen, aber er war jenseits ihres Verstehens. Ich prüfte mein Herz, und dort wartete er, als ich ihn sah. Er ist nirgends sonst zu finden.

Rumi

Liebe Schwestern und Brüder,

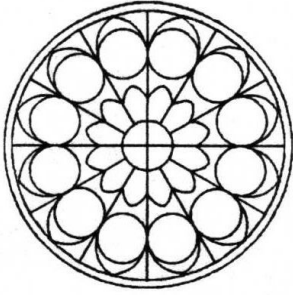
Dschalal ad-Din Muhammad Rumi (1207 - 1273), zählt zu den bedeutendsten persischsprachigen Dichtern des Mittelalters und gilt als Mitbegründer der islamischen Mystik. Geboren in Balch im heutigen Afghanistan, lebte und wirkte er lange bis zu seinem Tod in Konya, der heutigen Türkei. Zu Zeiten Rumis wurde Anatolien im islamischen Raum, bezogen auf das Byzantinische Reich, als Rum ("[Ost-] Rom") bezeichnet, daher der Beiname Rumi (Römer). Der Mevlevi-Derwisch-Orden geht auf ihn zurück; von seinen Derwischen und späteren Anhängern wird er Mevlana (Herr/Meister) genannt.

In eindrucksvoller Weise schildert Rumi hier eine Grundeinsicht der Mystik: Die Erfahrung Gottes findet sich in den Schriften, Dogmen, Ritualen und Symbolen der Religionen nicht unmittelbar und unvermittelt. Der Suchende kann von ihnen auf den Weg gebracht werden, und in diesem Sinne ist es wichtig, ein religiöses Fundament zu haben. Der Dalai Lama rät sogar jedem Suchenden, bei seiner Religion zu bleiben, weil sie für seinen Kultur- und Erfahrungskreis die angemessene Art ist, über den Glauben zu sprechen. Der Mystiker Willigis Jäger sieht in den großen Religionen vor allem Anlaufstellen, über die viele Menschen auf den spirituellen Weg gelangen. Was dann geschieht, geht über die institutionelle Religion hinaus und führt zu Erfahrungen, die Mystiker unterschiedlicher Religionen überall in der Welt sehr ähnlich erleben und beschreiben. Der persische Mystiker Rumi findet Gott in seinem Herzen. Und auch das ist nur eine Umschreibung dessen, was wir in der Meditation erfahren können.

Es grüßt Euch herzlich

Euer

Andreas



Briefe in den Kreis

05/2017

19.06.2017

Alles wandelt sich. Neu beginnen
kannst du mit dem nächsten Atemzug.
Aber was geschehen, ist geschehen. Und das Wasser
Das du in den Wein gossest, kannst du
Nicht mehr herausschütten.

Was geschehen, ist geschehen. Das Wasser
Das du in den Wein gossest, kannst du
Nicht mehr herausschütten, aber
Alles wandelt sich. Neu beginnen
Kannst du mit dem nächsten Atemzug.

Berthold Brecht

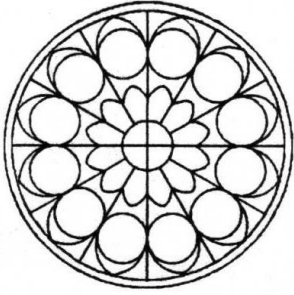
Liebe Schwestern und Brüder,

viele kennen die Theaterstücke Berthold Brechts. Wenige wissen, dass er ein großartiger Lyriker war. Hier variiert er einen Satz des griechischen Philosophen Heraklit: *panta rei* - Alles fließt. Heraklit benutzt gern das Bild des Flusses. Dort fließt ständig frisches Wasser an uns vorbei. Ohne darüber nachzudenken, glauben wir, dass der Fluß jeden Tag der gleiche wäre. Aber das ist nicht so. Und auch wir sind zu keinem Augenblick die Gleichen, sondern verändern uns ständig. Sicherlich: Das Leben, das wir gelebt haben, ist an uns vorbei geflossen. Das Wasser, das wir in den Wein gossen, lässt sich nicht mehr herausschütten. Dinge, die wir falsch gemacht haben, oder Gelegenheiten, die nicht wahr gemacht haben, sind vorübergezogen. Aber: Der Fluß bringt täglich neues Wasser. Du kannst zu jeden Augenblick neu beginnen. Mit dem nächsten Atemzug. So auch in der Meditation. Egal, was Dir in der Vergangenheit gelungen ist oder nicht gelungen ist. Du kannst heute neu beginnen, mit dem nächsten Atemzug.

Es grüßt Euch herzlich

Euer

Andreas



Briefe in den Kreis

06/2017

28.08.2017

Erst das Schweigen
tut das Ohr auf
für den inneren Ton
in allen Dingen.

Romano Guardini

Liebe Schwestern und Brüder,

es ist eine ganz besondere Erfahrung, im Mindener Dom zu meditieren. Man befindet sich in einem sakralen Raum, der mehr als tausend Jahre alt ist. Die gotischen Architekten gestalteten ihre Kathedralen nach besonderen Vorstellungen, die sich auch im Dom zu Minden wiederentdecken lassen. Wenn man durch die großen schweren Türen eintritt, bemerkt man als erstes den Taufstein. Er steht für den Beginn unseres Lebens. Wenn wir nun den großen Raum durchwandern, schreiten wir symbolisch unseren Lebensweg ab, der schließlich vor dem Kreuz endet. Der Tod erwartet uns. Und doch befindet sich hinter dem Altar ein weiterer Raum: Aus den hohen Fenstern des Chores scheint uns farbiges Licht entgegen.

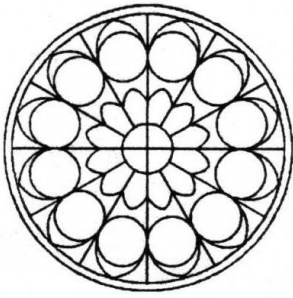
In völliger Dunkelheit könnte sich dieses Farbwunder nicht entfalten. Wenn aber die Strahlen der Sonne mit ihrem Glanz die Fenster des Doms durchdringen, ergeht es uns vielleicht so wie den Erbauern der großen Kathedralen: Wir erleben die Gegenwart Gottes im Licht, das vielfarbig von den großen, aufstrebenden Fenstern herab den Raum erfüllt.

Gegen Abend ändert sich dann alles. Das Licht tritt zurück. Und immer mehr nehmen wir diesen Raum mit den Ohren wahr. Es ist die Zeit der Meditation. Nicht mehr das Sehen, sondern das Hören erfüllt nun unsere Aufmerksamkeit. Wenn wir am Altar sitzen und die Augen geschlossen halten, können wir die einzigartige Raum- und Klangstruktur des Doms wahrnehmen. Kleinste Geräusche werden vielfältig im Raum reflektiert. Dieses einzigartige Erlebnis kann zum Fokus unserer Meditation werden. Die Konzentration auf das Hören kann uns frei machen von Gedanken und Gefühlen, die uns sonst ablenken. Und vielleicht gelingt es uns schließlich sogar, zwischen all den tausenden, leisen, schimmernden Klängen und Geräuschen hindurchzuhören, mit ihnen eins zu werden und alles loszulassen.

Es grüßt Euch herzlich

Euer

Andreas



Briefe in den Kreis

07/2017

18.09.2017

Die Blätter falllen, fallen wie von weit
als welkten in den Himmeln ferne Gärten;
sie fallen mit verneinender Gebärde.

Und in den Nächten fällt die schwere Erde
aus allen Sternen in die Einsamkeit.

Wir alle fallen. Diese Hand da fällt.
Und sieh dir andre an: es ist in allen.

Und doch ist einer, welcher dieses Fallen
unendlich sanft in seinen Händen hält.

Rainer Maria Rilke

Liebe Schwestern und Brüder,

im Botanischen Garten von Minden kann man in diesen Wochen eine besondere Ausstellung besuchen. Verteilt über die gesamte Fläche des Friedhofs finden sich kleine Pulte, auf denen man jeweils ein Herbstgedicht lesen kann. Auch Rainer Maria Rilke ist dort zu vertreten.

Der Herbst ist eine besondere Zeit, die uns daran erinnert, dass alles vergänglich ist. Gedichte greifen dieses Motiv auf. Oft leiten sie den Blick aber auch voran: Nach der Kälte des Winters wartet ein Neuanfang auf uns.

Rilkes Gedicht ist ein Glaubensbekenntnis. Es zeichnet den Niedergang allen Seins in anschaulichen, drastischen Bildern. Aber zugleich deutet es in einzigartiger Weise darauf, dass der Tod nicht das letzte Wort hat, dass wir nicht ins Nichts fallen.

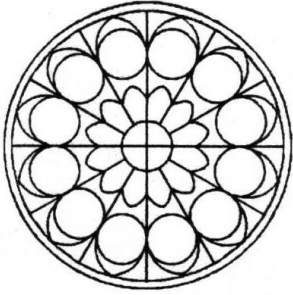
Eingedenk der Erfahrung, dass vielleicht eine schwere Zeit auf uns wartet, schreibt Rilke ein weiteres Herbstgedicht. Es kommt einem Gebet gleich:

Herr: es ist Zeit. Der Sommer war sehr groß.
Leg deinen Schatten auf die Sonnenuhren
und auf den Fluren lass die Winde los.
Befiel den letzten Früchten voll zu sein;
gib ihnen noch zwei südlichere Tage,
dränge sie zur Vollendung hin und jage
die letzte Süße in den schweren Wein ...

Es grüßt Euch herzlich

Euer

Andreas



Briefe in den Kreis

08/2017

16.10.2017

Und meine Seele spannte
Weit ihre Flügel aus,
Flog durch die stillen Lande,
Als flöge sie nach Haus.

Joseph von Eichendorff

Liebe Schwestern und Brüder,

in seinem berühmten Gedicht „Mondnacht“ versucht Joseph von Eichendorff in eindringlicher Weise, ein mystisches Erlebnis in Worte zu fassen.

Es ist sternenklare Nacht. Der Beobachter befindet sich auf einem Feld, nahe am Waldesrand. Ein leichter Wind weht. Und für einen Augenblick erfährt und empfindet dieser Beobachter etwas, dass sich nüchternen Worten entzieht: „Es war, als hätt der Himmel die Erde still geküßt, dass sie im Blütenschimmer von ihm nun träumen muss.“

Wie soll man über die Erfahrung des Göttlichen sprechen? Eichendorff tut es in Metaphern, in Vergleichen, Personifikationen, im Konjunktiv, wohlwissend, auf welch unmögliches Unterfangen er sich da eingelassen hat.

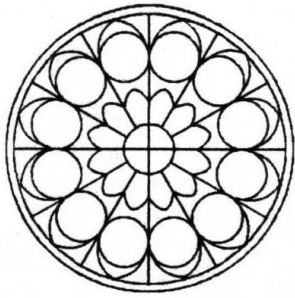
Die Welt hat sich geöffnet, und das tut auch der Beobachter auf dem Felde: „Und meine Seele spannte weit ihre Flügel aus.“ Mit diesem Sich-Öffnen ist eine Ahnung, eine Hoffnung der Seele verbunden: „Flog durch die stillen Lande, als flöge sie nach Haus.“

In der Meditation fliegt auch unsere Seele, wenn die inneren Stimmen zur Ruhe gekommen sind, durch stille Lande. Sie fliegt absichtslos, und doch wird sie nie heimatlos sein, sondern bei sich und bei Gott.

Es grüßt Euch herzlich

Euer

Andreas



Briefe in den Kreis

09/2017

20.11.2017

Erst
das Schweigen
tut das Ohr auf
für den inneren Ton
in allen Dingen.

Romano Guardini

Liebe Schwestern und Brüder,
da kommt etwas ins Schwingen, das vorher nicht gehört wurde. Die Welt war zu laut. Und nun - in der Stille - wird es hörbar.

Romano Guardinis Gedanke beschreibt das, was wir in der Meditation erleben, sehr treffend. Wir lassen den Lärm der Welt hinter uns und gehen in die Stille.

Das Lärmen der Welt, das kann man auch im übertragenen Sinne verstehen. Da sind die Dinge, die auf uns eindringen, nicht nur Lärm, sondern auch die Erwartungen, die an uns herangetragen werden: auf der Arbeit; in der Familie; durch Freundinnen und Freunde; und letztlich auch durch uns selbst, wenn wir uns unter Druck setzen, weil wir meinen, etwas ganz Bestimmtes sein zu wollen oder erreichen zu müssen.

Irgendwann steht da aber die Frage: Was bleibt von mir angesichts all dieser Kräfte, die mich treiben und mich nicht zur Ruhe kommen lassen? - Und mit dieser Frage beginnt ein neuer Weg.

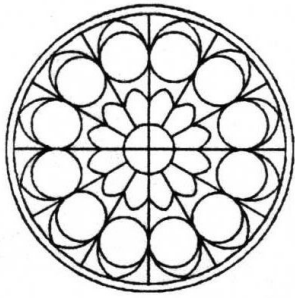
In der Meditation halten wir die Welt an. Für eine gewisse Zeit gönnen wir uns den Luxus, ganz für uns zu sein. Es gibt in diesem Augenblick keine Pflichten, nichts zu tun, nichts zu bedenken. Wir lassen all das zurück und gehen in die Stille. Natürlich holen uns auch dort Gefühle und Gedanken ein. Es ist gar nicht so einfach loszulassen. Aber was gibt diesen Gedanken und Gefühle das Recht, uns bis in diese Stille zu verfolgen? Wir betrachten sie und wissen, dass sie immer wiederkommen werden. Aber nun, in diesem Augenblick, haben sie unseren Wunsch nach Stille zu respektieren. Lassen wir sie davongehen!

Nun erst, in diesem Augenblick der Freiheit, sind wir in jenem Raum der Stille angekommen, an dem wir ganz wir selbst sein können; einen Raum, an dem wir unseren inneren Ton ungestört hören können. Hier sind wir ganz bei uns selbst. Hier können wir uns endlich wieder begegnen, unser eigentliches Sein wiederentdecken, wieder gesunden.

Es grüßt Euch herzlich

Euer

Andreas



Briefe in den Kreis

10/2017

18.12.2017

Each small candle
lights a corner of the dark.

Roger Waters

Liebe Schwestern und Brüder,
der Advent ist die Zeit des Lichts. Die Nacht und die Kälte werden nicht ewig dauern. „Wir schauen durch sie hindurch“, schreibt der Theologie Helmut Gollwitzer, „vorwärts auf ein Licht, zu dem wir jetzt schon gehören und das uns nicht loslassen wird.“ Von diesem göttlichen Licht handelt auch die folgende Morgenandacht, die ich vor einigen Jahren für den NDR geschrieben habe.

Es grüßt Euch herzlich

Euer

Andreas

Es ist Anfang Dezember, und ich stehe im Garten vor der Kirche St. Julien le Pauvre. Viele Jahrhunderte war sie Anlaufpunkt der Pilger, die in Paris Halt machten, um nach kurzem Aufenthalt ihren Weg fortzusetzen. Hier im „Haus des armen Julien“ erhielten sie Unterkunft und eine einfache Mahlzeit. Und sie konnten hinüberschauen zu Notre Dame, deren Schönheit man vom Garten aus bewundern kann, wenn man über die Seine hinweg auf die Ile-de-la-Cité blickt.

Schon damals werden die Pilger auch die große Kathedrale besucht haben. Wenn ich zur Mittagszeit das Mittelschiff betrete, mich auf einen der Stühle setze und mit kaum geöffneten Augen meditiere, dann nehme ich im gedämpften Licht wahr, wie Hunderte von Menschen Schemen gleich einem Punkt zustreben, als würden sie wie magisch angezogen. Sie durchwandern den großen Raum, dann die Vierung und gehen im Chor dem Altar entgegen, auf dem sich ein großes Kreuz erhebt. Sie blicken hinauf und sehen darüber drei große Fenster aus leuchtend buntem Glas.

In völliger Dunkelheit könnte sich dieses Farbwunder nicht entfalten. Doch wenn die Strahlen der Sonne mit ihrem Glanz die Fenster der Kathedrale durchdringen, offenbart sich etwas Außergewöhnliches. Wir können unmittelbar erspüren, dass wir uns in einem besonderen Raum befinden. All unsere Sinne werden angesprochen. Und vielleicht ergeht es uns wie den Erbauern der großen Kathedralen: Wir erleben die Gegenwart Gottes in der Anwesenheit des Lichts, das vielfarbig von den großen, aufstrebenden Fenstern herab den Raum erfüllt. Auf unserem Weg durch Notre Dame sind auch wir für eine kurze Zeit zu Pilgern geworden - zu Menschen, die erahnen, dass dieser Ort, diese Welt mehr ist als Stein, Holz und Glas.