

BEGEGNUNG & GESPRÄCH

Nr. 138

Oktober 2003

ÖKUMENISCHE BEITRÄGE ZU ERZIEHUNG UND UNTERRICHT



Sich dem Leben aussetzen

Bildmeditation von Elmar Gruber

Einführung

Zum Ursprung dieser Meditation

Angeregt wurde diese Meditation durch die Betrachtung des Pfingstgeschehens und durch das Jesuswort aus dem Gespräch mit Nikodemus (Joh 3,8): »Der Wind weht, wo er will; du hörst sein Brausen, weißt aber nicht, woher er kommt, und wohin er geht. So ist es mit jedem, der aus dem

Geist geboren ist«.

Wir können Gott (die Kraft Gottes, den Hl. Geist, die ewige Liebe und das ewige Leben) mit unseren Sinnen nicht direkt erfahren. Aber wir können Gott sinnhaft in seinen Wirkungen und Auswirkungen erfahren durch Zeichen, Bilder und Symbole.

Das Symbol des Windrads

Dieses Symbol soll uns verdeutlichen, dass wir einerseits ganz »selber« und »selbst-ständig« (eigenverantwortlich) leben müssen, dass wir aber andererseits die Lebenskraft, die wir zu unserer Selbstverwirklichung brauchen, nicht selbst erzeugen können. Wir können auch nicht darüber verfügen. Der Hl. Geist, die Kraft des ewigen Lebens und der Liebe, ist Geschenk, »Gnade«. Wir können darum bitten, auf ihn warten und harren. Wir müssen damit rechnen, dass der Hl. Geist ganz anders kommt, als wir es vermuten. Wir müssen »auf alles gefasst« sein, wo und wie er will; er kann nur kommen »wie der Wind«.

Wie sich das Windrad dem Wind aussetzen muss, um die Windkraft

zu gewinnen, so müssen auch wir uns, ganz absichtslos, aber vertrauensvoll, Gott aussetzen, damit uns seine Kraft weiter hilft, wenn wir am Ende sind. Wir müssen uns Gott anvertrauen, obwohl wir ihn oft gar nicht verstehen.

Es gibt viele Windstärken von der Windstille bis zum Orkan. Sanft, liebevoll, streichelnd - kräftig und »umwerfend« begeisternd berührt und treibt uns der Wind. Aber auch in den orkanhaften Stürmen des Lebens dürfen wir auf Gott vertrauen. Wer im Leid auf Gott baut, den wirft der Sturm nicht um; im Gegenteil: Wer standhaft bleibt und »gut geerdet« ist, wird die Kraft Gottes besonders stark erfahren. Vielleicht muss ich Gott manchmal widerstehen, um zu erfahren, dass er immer stärker ist.

Zum Gebrauch dieser Meditation

Zur Vorbereitung kann es sinnvoll sein, verschiedene und verschiedenartige Windräder zu betrachten, oder vielleicht ist es noch besser, ein Windrad selbst zu basteln. Je nach Gruppensituation kann es erforderlich werden, die Texte zu kürzen. Der jeweils erste Abschnitt enthält meistens schon genügend Betrachtungsimpulse. Zur Eröffnung kann man das letzte Bild schon zeigen - ohne Worte oder nur mit wenig Kommentaren. Am Ende - gleichsam als Brückenschlag - erscheint das Bild wieder als Zusammenfassung aller Gedanken.



Stab im Boden verankert

Das Windrad braucht einen
festen Stand,
einen festen Halt,
um dem Wind
standhalten zu können.
Ich brauche
Standfestigkeit,
Standhaftigkeit,
Bodenständigkeit,
einen festen Standpunkt,
Widerstandskraft -
um in den Stürmen des Lebens
bestehen zu können.

Achse

Alles, was sich drehen soll,
braucht einen Drehpunkt,
eine Achse, um die sich alles dreht.
Im Leben
dreht sich alles
um das Leben selbst.
Auch mein Leben
braucht einen festen Drehpunkt,
eine Achse:
Mein eigenes Ich -
Selbstständigkeit,
Eigen-Verantwortung,
Urteilsfähigkeit,
Entscheidungskraft



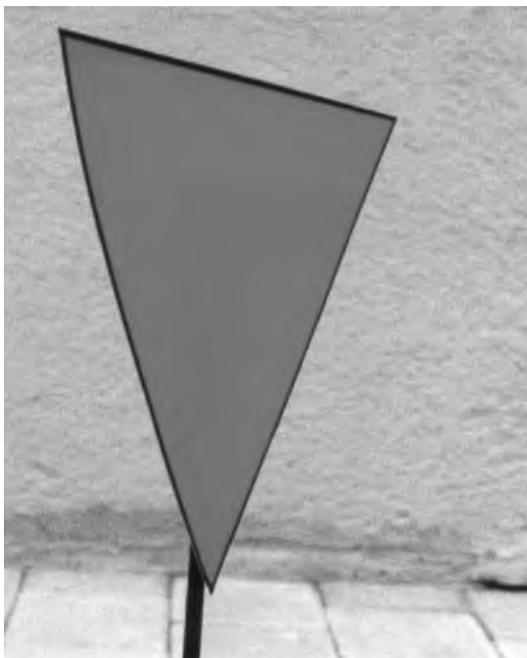


und Entschiedenheit.

Segel, Windradflügel

Das Windrad braucht
Angriffsflächen für den Wind;
Segel, Flügel
müssen gesetzt werden.
Auch mein Leben braucht
»Flügel«,
Stellen, an denen mich die
Lebenskraft erreicht, ergreift,
treibt und bewegt.

Ich kann die Lebenskraft,
die Kraft der Liebe,
nicht selber erzeugen;
ich kann sie nur
empfangen um mich ihr
anzuvertrauen.
Ich muss »angreifbar« sein
und das Leben wagen,
so wie ich es meine,
auch wenn es ganz anders
als erwartet kommt.
Trau' dich leben,



trau' dich dein Leben leben!

Das schräg gestellte Segel

wird vom Wind erfasst.
Es verwandelt einen Teil
des Winddrucks
in Drehkraft für mein Rad.
Das Geheimnis des Windrads
ist Symbol
für das Geheimnis des Lebens:
Widerstehen und Nachgeben
zugleich.
Wenn ich nur widerstehe,

frontal, starr und unbeweglich,
bricht mich
die Kraft des Lebens ab;
wenn ich nur nachgebe
und bequem die Berührung
mit dem Wind vermeide,
entgeht mir die
Kraft des Lebens:
Mein Leben, mein Ich
bleibt sinnlos und tot.
Es gilt den Lebensdruck,
den Leidensdruck

in Lebenskraft zu verwandeln!

Fertige Windradscheibe

Mit allen Flügeln in den Wind!

Alle meine Fähigkeiten bedürfen der »Be-lebung«,
damit ich zur »Fülle des Lebens« gelange.

Ich kann viel tun

zu meiner Selbstverwirklichung;

und ich muss

meinen Beitrag leisten

zum Gelingen meines Lebens,

doch der Kraft,

die mein wahres Selbst

verwirklicht,

muss ich mich öffnen.

Die Kraft des Lebens -

Gott -

geht in mich ein

indem sie (er) mich bewegt.

So ist es letztlich er,

der mit mir

mein wahres Selbst verwirklicht.



(»Nicht mehr ich lebe,
Christus lebt in mir«.)

Steuersegel

Der Wind selbst

hält das Windrad immer wieder

in den Wind

damit kein Wind verloren geht.

Das Leben ist stark,

doch nicht immer bequem.

Es fordert mich immer wieder heraus

und konfrontiert mich

mit sich selbst,

damit ich nicht ausweiche

und damit ich immer

»gut am

Leben« bleibe.

Das Leben selbst

steuert mich immer wieder

in das Leben hinein.

Auch Krankheit und Leid,

Ärger und Enttäuschungen

sind Steuerimpulse,

damit ich mich wieder mehr

am Leben selbst -

an Gott -





orientiere.

Zweites Windrad auf derselben Achse in Gegenbewegung

Derselbe Wind
aus derselben Richtung
treibt ein Rad nach rechts
und zugleich
das andere nach links.
Alle Bewegungen des Lebens
sind gegensätzlicher Natur:
Auf und ab, links und rechts,
vorwärts und rückwärts.
Tun und Lassen,
Geben und Nehmen,
Kommen und Gehen,
sich Freuen und Leiden, ...
in allem wirkt
dieselbe Kraft des Lebens.
Zur Harmonie vereint

Diese Meditation ist entnommen aus:

Elmar Gruber, Schauen und erkennen.

Das Buch ist im Don Bosco Verlag erschienen.



bewirken alle Kräfte
den Fort-Schritt unseres Lebens.

Windrad hoch erhoben

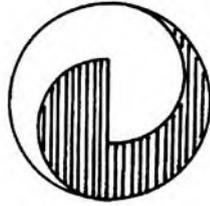
Trau' dich leben;
bleib' beweglich!
Vertraue auf den Wind,
der kommt und geht,
wann, wo und wie
er will.
Gott hat uns seinen Geist gesandt,
»damit wir das Leben haben
und es in Fülle haben« (Joh 10,10) -
nicht nur für uns selbst,
sondern auch zur Weitergabe

Begegnung und Gespräch - online: <http://www.religionsunterricht.de> (alle Ausgaben seit Nr. 113)

Verantwortlich:

Elmar Gruber, Berchemstraße 25, 80686 München · Dr. Leo Hermanutz, Erzb. Ordinariat, Postfach 330360, 80063 München · Siegfried Kratzer, Pfälzer Straße 7a, 92224 Amberg · Dr. Rudolf Kleinöder, Ackerlänge 9a, 92318 Neumarkt · Gestaltung: Christoph Ranzinger, Pauckerweg 5, 81245 München.

2004 Јаниуар



Zeit haben

Alles Irdische
hat seine Zeit.

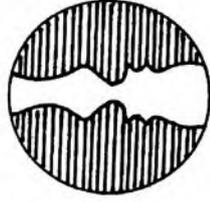
Doch viele jammern:
"Ich habe keine Zeit",
obwohl ihre Zeit
noch lange nicht zu Ende
ist.

Sie hoffen,
durch Beschleunigung
Zeit zu gewinnen.
Doch die Beschleunigung
verkürzt die Zeit
die sie vermehren soll.

Hetze ist der schlimmste
Zeitverbst.

Der Herr der Zeiten
hat immer Zeit;
er gibt sie dir,
du brauchst sie dir
nur nehmen
aus seiner Hand.

Февриуар



Abstand halten

Jedes Lebewesen
braucht Ab-Stand,
um selbst ständig
zu werden.

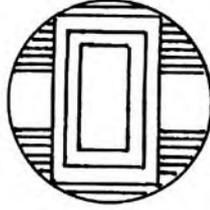
Auch die intimste Nähe
wird zum Gefängnis,
wenn der Abstand fehlt.

Im Abstand
wirkt das "Inter-esse" –
das Dazwischen-sein –
die Beziehungskraft,
die eintr
und doch nicht
vereinbart.

Ich brauche Abstand
von dir, von mir,
von allem,
damit ich nicht selbst
befangen bin.

Gott ist Beziehung;
sein Interesse
schenkt uns Nähe
und Distanz zugleich,
damit wir selbständig
zusammenstehen
können.

Мärз



Namentlich sein

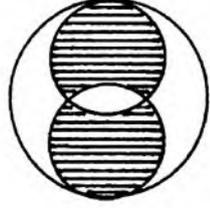
"Wer bin ich?";
fragt mich das Veilchen.
"Du bist das Veilchen."
"Woher kennst du mich,
wer hat dir
meinen Namen gesagt?"

Von ihm,
der alle Namen kennt,
und alle(s) beim Namen
nennt,
habe ich deinen Namen
bekommen,
damit ich dich rufen
und mit dir sprechen
kann.

Er hat dir
auch meinen Namen
genannt;
du kennst mich,
du hast mich
mit deinem Duft
und mit deiner Farbe
angesprochen und
verzaubert.

Dein Duft wird
verwehen,
deine Farbe verblasen,
deinen Namen aber
werde ich immer kennen.

Април



Heilung

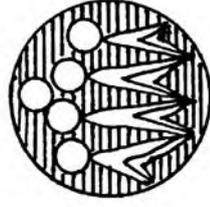
Die Wunde am Stamm,
wo der Ast abgebrochen
war,
ist ganz von selbst
geheilt.

Die Kraft zur Heilung
ist in der Krankheit
schon enthalten.
Wer Heilung sucht,
muss krank sein können.

Auch die Gesundheit
wird zur Krankheit
durch Vergötzung:
Die "unheilbar
Gesunden" können
nicht krank sein.

Nicht was ich "habe"
macht mich krank,
sondern was mir "fehlt":
Glaube und Vertrauen
heilen jede Krankheit;
egal, ob die vergänglichen
Beschwerden vergehen,
oder nicht:
Ich bin
in Gott geborgen.

Мај



Farbig sein

Margerite, Klee und
Glockenblume,
Vergissmeinnicht und
Löwenzahn, –
die Farbenpracht der
Frühlingswiese –

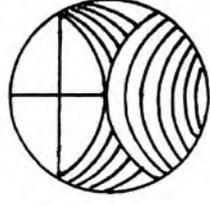
Wenn es nur
eine Farbe gäbe,
dann wäre auch
die eine Farbe
keine Farbe mehr.

Nur im Unterschied
zu anderen
können Farben
farbig sein.

Gleichheit tötet;
das Gleichgemachte
verliert nicht nur
die Eigenart, sondern
auch das Leben.

Lass auch
die anderen Farben gelten,
damit deine Farbe
in ihrer eigenen Pracht
erhalten bleibt.

Јуни



Überstehen

Alles überragt
das Gipfelkreuz:
die Täler, die Berge
und den eigenen Gipfel,
auf dem es steht.

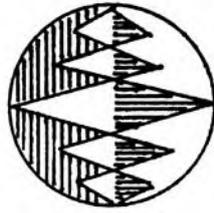
Das Gipfelkreuz
ist noch höher
als jener Höhenpunkt,
wo Himmel und Erde
sich berühren.

Wer unter dem Kreuz
steht,
wächst über sich hinaus.
Er steht über allem

und kann jetzt
alles überstehen.

Schon der Blick
nach oben
hilft mir,
dass ich von oben her
den Überblick gewinne,
der mich zu neuer
Einsicht führt.

Juli



Gewöhnlich leben

Täglich wird es Morgen,
täglich wird es Nacht;
was immer wiederkehrt,
schafft Gewöhnung
und wird zur
Gewohnheit,
auf die ich mich
verlassen kann.

Durch meine
Gewohnheiten
bin ich bei mir selbst
dabeim;
das Gewöhnliche
wird zur Wohnung.
Gewohnheit braucht
Pflege:

Ich muss mich
"eingewöhnen" –
und mir vieles
an- und ab-gewöhnen,
damit ich wohnen kann
und Heimat finde.

Wer sich an Gott
gewöhnt,
findet jetzt schon
seine ewige Wohnung
und braucht beim Sterben
nicht mehr hinzuziehen.

August



Nicht "mehr" haben

Lernt von den Vögeln
und den Lilien:
Sie haben alles,
was sie brauchen –
und sie brauchen
nicht mehr
als sie haben.

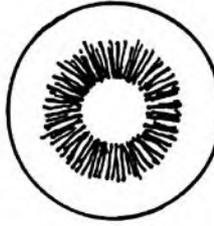
Unbeschwert und frei
leben sie
das Geschenk des Lebens.

Viele Menschen
wollen mehr haben
und verbrauchen mehr
als sie haben;
dann haben sie
nichts "mehr".

Du hast alles,
wenn du nicht mehr
brauchst
als du hast,
und nicht mehr hast,
als du brauchst.

Das Leben
wird durch Überfluss
nicht reicher.

September



Sich verlassen

Alle Geschöpfe
leben jeden Augenblick
aus der schöpferischen
Kraft
des ewigen Lebens,
auf die sie sich blind
verlassen können.

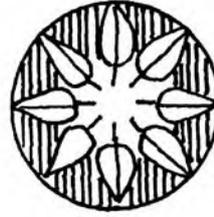
Der Schöpfer
wirkt immer –
auch im Sterben
schöpferisch.

Wenn du dich einsam
und "Gott-verlassen"
fühlst,
hast du dich
noch nicht ganz
auf Gott verlassen.

Wenn dich
die falschen Götter,
auf die du dich verlassen
hast,
verlassen,
kannst du dich
auf Gott verlassen.

Wer sich auf Gott
verlässt,
ist nie verlassen.

Oktober



Lösung

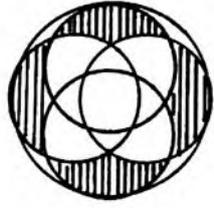
Wenn der Baum
sich ärgern müsste,
weil sich im Herbst
alle Blätter
von ihm lösen,
könnte er den Frühling
nicht mehr froh erhoffen.

Mensch ärgere dich nicht!
Und wenn du meinst,
du "musst" dich ärgern –
gönn dir den Ärger,
du "darfst" dich ärgern!
Der Ärger kann dir
helfen
loszulassen,
was sich selbst schon löst,
und was du
nicht mehr halten kannst.

Die "Lösung"
ist meistens
die Lösung der Probleme,
damit aus deinem Ärger
Hoffnung wächst.

Text und Grafik:
Elmar Gräber
Satz:
Th. Taubert

November



Todesschlaf

Der Herbst ist da.
Im Tod erlöschen
die äußere Pracht
und alle Not des Lebens.
In jedem Tod
geht das Leben schlafen,
im ganz neu und anders
aufzustehen.

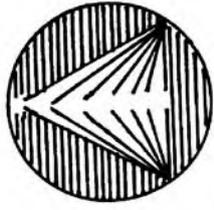
Wenn das Zeitliche
vergeht,
kommt das Ewige
zum Vor-schein,
das den irdischen Tod
erfüllt.

In der Schöpfung
wird die Erfüllung
sichtbar.

Erfüllung und
Erschöpfung
sind die zwei Seiten
einer Münze
in der krisenfesten
Lebensbewährung.

"Lebenssatt" und
"lebensmüde"
darf ich schlafen gehen,
im zeitlos aufzustehen.

Dezember



An-wesen(D) sein

Wir Menschen
sind "An-Wesen"!
Im An-sehen
An-sprechen
An-hören
An-tühen
erfahren wir unsere
An-Wesen-heit.

Ich brauche viele
"An-regungen",
um mich selbst
als Mensch
zu erleben.

"Mensch"
kann ich mir
als "Mit-Mensch",
in der Anwesenheit
mit Menschen
sein und werden.

Gott ist als Mit-Mensch
unter uns
anwesend geworden.
Er hat uns zu seinen
An-wesen gemacht,
um uns von unserer
Un-Menschlichkeit
zu erlösen.