

Newsletter 15 Eckhart: Sich lassen (02.07.2020)

Damit es kein Missverständnis gibt: Mit dem epochalen Umbruch der Menschheit meine ich nicht die Corona-Krise, die ist nur ein kleines Symptom dieser gesamten Krise: Ich meine den Umbruch von der mental und individualistisch ausgerichteten in eine integral-ökologische Bewusstseinsstruktur. Das Mentale und Individuelle war geschichtlich zunächst Befreiung, die Vereinseitigung schneidet uns vom Leben ab. Trotz der kleinen Schritte, zu denen ich mich ausdrücklich bekenne, haben wir ökologisch nicht mehr viel Zeit.

Vielleicht verbindet ein Gedanke von Meister Eckhart das Große und das Kleine: *„Nimm dich selbst wahr. Und wo du dich findest, da lass dich, das ist das Allerbeste. Du musst wissen, dass sich noch nie ein Mensch in diesem Leben so weitgehend gelassen hat, dass er nicht gefunden hätte, er müsse sich noch mehr lassen. So weit du ausgehst aus allen Dingen, so weit geht Gott ein mit all dem Seinen. Da findest du wahren Frieden und nirgends sonst.“*

Wahren Frieden finden, das klingt verlockend. Wie geht das? Dazu eine leicht gekürzte Auslegung von der Theologin und Philosophin Dr. Irmgard Kampmann, die ich dankenswerter Weise abdrucken darf:

„Wir sind mit unserer Aufmerksamkeit meistens ‚draußen‘, bei der Situation, in der wir jetzt sind, bei den Menschen um uns, bei der Aufgabe, mit der wir gerade befasst sind. Aber wir sind es oft nicht ruhig und offen, sondern angespannt, voller Wünsche und Befürchtungen, eingeengt durch unsere Denkgewohnheiten oder alten Verletzungen. Dies alles bestimmt mit, wie uns etwas erscheint, wie wir es bewerten und wie wir damit umgehen. Eckhart schlägt vor, den Blick immer wieder von den äußeren Dingen abzuwenden und auf uns selbst, unsere Befindlichkeit und unsere Antriebe zu richten: *„Nimm dich selbst wahr!“*

Und dann *„lass dich“*. Das Wort ‚lassen‘ hat mehrere Bedeutungen. Es kann ‚loslassen‘ meinen, auch ‚aufhören mit einem Tun‘. Es kann aber auch ‚gewähren lassen‘, ‚sein lassen‘ bedeuten. ... Ich darf sein, ich kann mich sein lassen, wie ich jetzt bin. Ja, ich habe Angst. Ja, ich bin frustriert, genervt, am Ende mit meiner Kraft. Was nicht verdrängt, sondern wahrgenommen wird, beruhigt sich.

Kein Mensch kann immer, ein für alle Mal, gelassen sein. ... Seien wir geduldig mit uns selbst und miteinander. Und verlieren wir trotzdem das Ziel nicht aus den Augen: die Ängste, Verletzungen, festen Vorstellungen, wie etwas oder jemand zu sein habe, loszulassen.

Warum ist das Lassen so wichtig, dass Eckhart es *„das Allerbeste“* nennt? Wenn ich in einer Situation meine Sorge um mich selbst loslasse, kann alles andere so sein, wie es ist. Ich setze die Brille meines Wollens ab und kann sehen, wie sich die Dinge oder Menschen verhalten, wenn ich sie in Ruhe lasse. Dann kann sich mir zeigen, wie alles miteinander zusammenhängt. *„Dann geht Gott ein“* in meine Wahrnehmung der Welt, in mein Leben, *„mit all dem Seinen“*. Ich konnte nicht erkennen, was jetzt zu tun gerecht wäre, als ich noch nach meinem Vorteil suchte. Ich konnte nicht verstehen, dass diesem Menschen die Erfahrung der Liebe fehlt, als ich mich noch über sein Verhalten ärgerte. Ich konnte nicht sehen, dass ich längst in der allumfassenden Liebe geborgen bin, als ich noch jeden Gedanken an meine Endlichkeit verdrängen musste.

Tun, was ich hier und jetzt als gerecht erkenne. Mich und alle anderen Wesen lieben, weil wir alle verletzlich, kostbar, aufeinander angewiesen sind. Auf mein Sterben zugehen in Vertrauen und Geborgenheit. *„Darin findest du wahren Frieden und nirgends sonst.“*

Mögen uns diese Gedanken in der Bewältigung der Herausforderungen durch Corona sowie in der Präsenz in der Ferienzeit helfen.