

Leseprobe



Anselm Grün

Erfülltes Leben - Erfüllte Zeit

Gedanken für die Seele

80 Seiten, 20 x 23 cm, farbige Abb., gebunden

ISBN 9783746236575

Mehr Informationen finden Sie unter st-benno.de

Alle Rechte vorbehalten. Die Verwendung von Text und Bildern, auch auszugsweise, ist ohne schriftliche Zustimmung des Verlags urheberrechtswidrig und strafbar. Dies gilt insbesondere für die Vervielfältigung, Übersetzung oder die Verwendung in elektronischen Systemen.

© St. Benno-Verlag GmbH, Leipzig 2014



ANSELM GRÜN

ERFÜLLTES LEBEN –
ERFÜLLTE ZEIT

GEDANKEN FÜR DIE SEELE

benno

AUS DER BENEDIKTREGEL:

Der Gute Kern im anderen

Gott spricht durch Menschen

„Mitmenschlichkeit“, das große Schlagwort unserer Zeit, ist für Benedikt von Nursia kein Gegensatz zu einer frommen Liebe zu Gott. Die soziale Dimension ist immer schon religiös, denn im Bruder wie in der Schwester begegnen wir Christus selbst. Der

Im Bruder wie in der Schwester begegnen wir Christus selbst.

Glaube an Gott konkretisiert sich für Benedikt im Glauben an den guten Kern im Mitmenschen. Daher drückt sich der Glaube aus in einem neuen Umgang miteinander. Das ist für Benedikt die Grundlage wahrer Humanität. Es ist keine erbauliche Idee, sondern Wirklichkeit, die uns

in den alltäglichen Situationen immer wieder betrifft. So spricht Benedikt im Kapitel über den Brüderrat, dass der Abt alle Brüder zum Rat rufen sollte, „weil der Herr oft einem Jüngeren offenbart, was das Bessere ist“ (Regula Benedicti 3, 3). Für Benedikt ist es also klar, dass der Herr durch Menschen zu uns spricht, dass er durch jeden zu uns sprechen kann, auch durch einen Jüngeren, der vielleicht weniger Erfahrung und Wissen besitzt.



Der neue Blick

So könnte uns Benedikt eine Hilfe sein, mit unserem Glauben an die Gegenwart Christi im Bruder wie in der Schwester Ernst zu machen, miteinander aus diesem Glauben heraus umzugehen, zwischenmenschliche Probleme, Spannungen, Antipathien, Aggressionen von der Wirklichkeit Christi im Anderen her anzugehen. Wir spüren, dass sich da in uns schier unüberwindliche Barrieren aufbauen. Und mit viel Vernunft und Logik finden wir dann immer genügend Gründe, dass man es doch nicht so einfach sehen könne, dass man da unterscheiden müsse und so weiter. Benedikt spricht vom Glauben an die Gegenwart Gottes so, als ob es das Natürlichste von der Welt wäre. Und vielleicht kann uns das helfen, über unsere vernünftigen Gründe, über unsere Vorwände hinweg den Schritt in die Realität zu wagen und die Gegenwart Christi im Bruder so ernst zu nehmen, dass sie unser Verhalten, unsere Gebärden, unsere Worte und Blicke bestimmt.



Einander verzeihen

Ob wir wollen oder nicht, immer wieder versagen wir, tun wir nicht, was wir eigentlich wollen. Oft genug beschimpfen wir uns dann selbst. Wir können uns selbst nicht vergeben, dass wir nicht so gehandelt haben, wie wir eigentlich wollten. Wir können uns nicht vergeben, wenn wir etwas, was wir versprochen haben, nicht halten konnten.

Das Verzeihen jedoch vergoldet unser Versagen. Im Verzeihen verzichten wir auf die Beurteilung unseres Handelns. Wir lassen es einfach sein. Das Verzeihen verwandelt unser Versagen in etwas Wertvolles. Es hat uns von der Illusion befreit, als ob wir immer das tun könnten, was wir gerne wollten. Wir haben uns selbst besser kennengelernt. Und wir sind gelassener und freier geworden.

Wir hören auf, uns ständig unter Druck zu setzen, dass wir perfekt sein müssten. Die heitere Gelassenheit, die das Verzeihen bewirkt, vergoldet unser Leben.

Doch Verzeihen richtet sich nicht nur auf uns selbst, sondern auch auf den andern. Im täglichen Miteinander verletzen wir uns, auch wenn wir uns alle Mühe geben, den andern achtungsvoll zu behandeln. Das Verzeihen rechnet nicht auf. Es verzichtet auf jedes Gegeneinander-Aufrechnen. Es schafft Verzeihen. Es löst den Bann der Vergeltung.

Dort, wo wir Verzeihen stiften, bauen wir am Reich Gottes dieser Welt mit.

Aus der Quelle

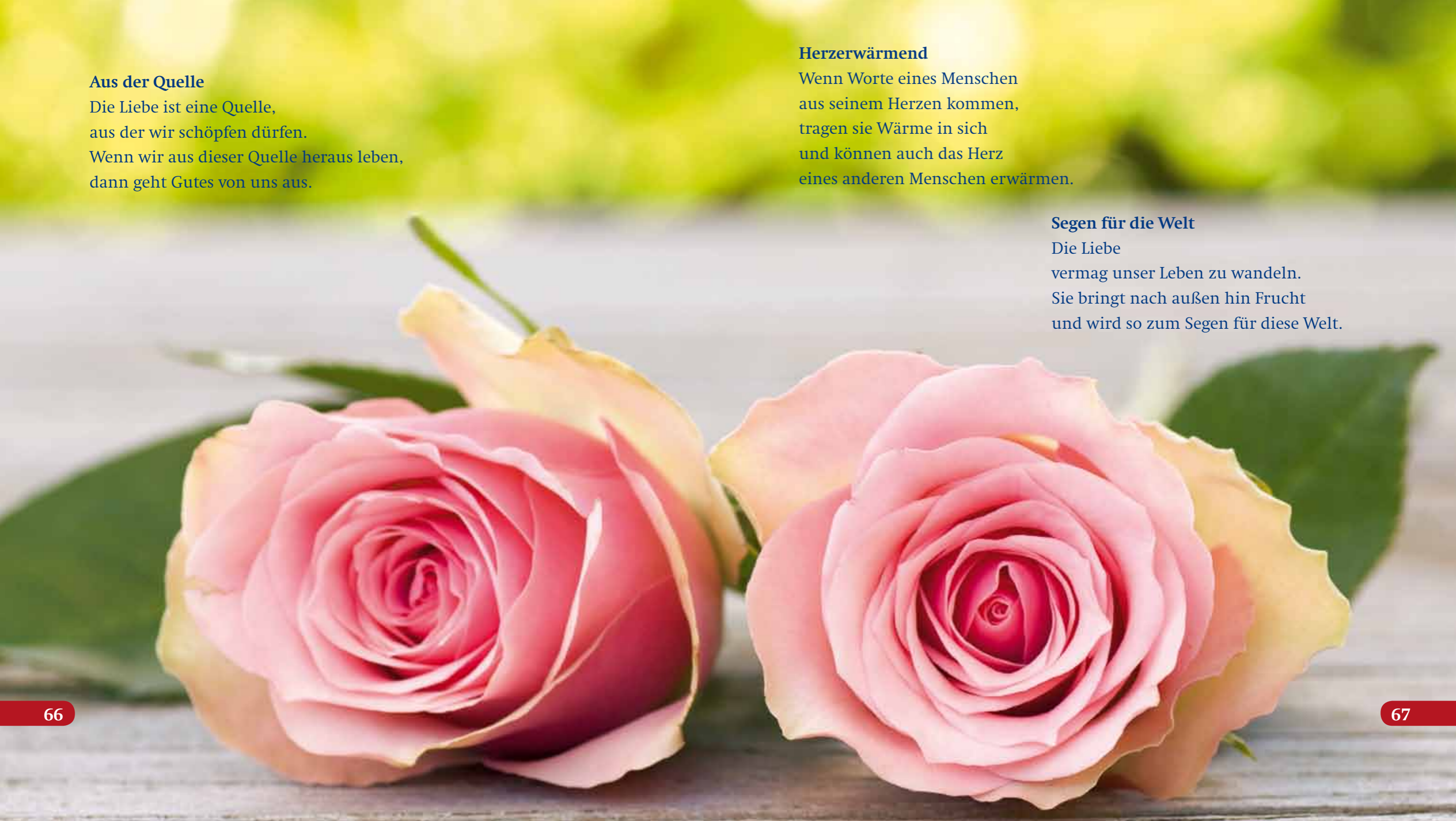
Die Liebe ist eine Quelle,
aus der wir schöpfen dürfen.
Wenn wir aus dieser Quelle heraus leben,
dann geht Gutes von uns aus.

Herzerwärmend

Wenn Worte eines Menschen
aus seinem Herzen kommen,
tragen sie Wärme in sich
und können auch das Herz
eines anderen Menschen erwärmen.

Segen für die Welt

Die Liebe
vermag unser Leben zu wandeln.
Sie bringt nach außen hin Frucht
und wird so zum Segen für diese Welt.



Menschliche Gemeinschaft

„Ich bin bei euch alle Tage bis zum Ende der Welt.“

Gott hat nicht nur einen Traum vom einzelnen Menschen, sondern auch von der menschlichen Gemeinschaft. So zeigt Gott seinen Traum vom wahren Jerusalem dem Propheten Jesaja in einer Vision. Es ist der Traum der Völkerwallfahrt. Alle Völker werden zum heiligen Berg in Jerusalem ziehen: „Denn von Zion kommt die Weisung des Herrn, aus Jerusalem sein Wort.“ (Jes 2,3) Die Menschen werden in Frieden miteinander leben und gemeinsam auf Gottes Wort hören und es befolgen. Jesus greift diesen Traum Gottes von der einen Welt, die unter Gottes Weisung zusammenfindet, am Ende des Matthäusevangeliums auf.

Da schickt der Auferstandene die Jünger in alle Welt, damit sie alle Menschen zu seinen Jüngern machen: „Lehrt sie, alles zu befolgen, was ich euch geboten habe. Seid gewiss: Ich bin bei euch alle Tage bis zum Ende der Welt.“ (Mt 28,20)

Die Jünger sollen im Namen Jesu alle Menschen zu einer einzigen Gemeinschaft zusammenführen, die sich nach Gottes Weisung richtet. Der Geist Jesu soll nicht nur einzelne Menschen prägen, sondern die ganze Welt. Wie sich Jesus diese Gemeinschaft vorstellt, das schildert uns Lukas in der Apostelgeschichte: „Die Gemeinde der Gläubigen war ein Herz und eine Seele. Keiner nannte etwas von dem, was er hatte, sein Eigentum, sondern sie hatten alles gemeinsam.“ (Apg 4,32) Für Lukas ist das ein Beweis, dass das Reich Gottes

wirklich zu uns gekommen ist. Das Reich Gottes ist in jedem Einzelnen. Es drückt sich aber auch in einem neuen Miteinander aus, in einem Miteinander von Arm und Reich, von Juden und Griechen, von Männern und Frauen, von Jungen und Alten. Der Traum Gottes von der Menschheit spiegelt sich auch in Träumen wider, die die Menschen von der Welt haben. Es gibt immer wieder Menschen, die diesen göttlichen Traum von der einen Völkergemeinschaft aufgreifen. Dag Hammarskjöld, der schwedische Politiker und Mystiker, war erfüllt vom Traum, dass die Völker in Frieden zusammenleben. Der amerikanische Bürgerrechtler und Baptistenpfarrer Martin Luther King träumte vom gemeinsamen Weg zwischen Schwarz und Weiß. Er griff bewusst den Traum Jesu von der Gleichheit aller Menschen auf: „Vor 2000 Jahren sagte eine Stimme aus Bethlehem, dass alle Menschen gleich sind.“ Im Auftrag Jesu liebt er auch die, die ihn und seine Freunde bekämpfen: „Wir werden so lange an euer Herz und eure Seele appellieren, bis wir auch euch gewonnen haben.“

**Das Reich Gottes
drückt sich in
einem neuen Mit-
einander aus.**



Solche Träume haben die Welt vorangebracht. Und sie haben den Träumenden eine Kraft verliehen, die letztlich alle Widerstände gewaltlos überwunden hat. Dass heute ein Schwarzer Präsident der Vereinigten Staaten ist, ist eine Erfüllung des Traums, den Martin Luther King verkündet hat. Natürlich müssen wir uns immer wieder fragen, ob unsere Träume von der Welt dem Traum Gottes entsprechen. Martin Luther King hat sich im Gebet diese Frage gestellt. Im Gebet wurde ihm klar, dass sein Traum dem Traum Gottes von der Welt entsprach. So waren das Gebet und die Begegnung mit Gott und seinem Traum von der Welt für ihn die Quelle, aus der er in seinem politischen Engagement geschöpft hat.

Viele Heilige hatten einen Traum von einem neuen Miteinander. Der heilige Benedikt träumte von einer Gemeinschaft von Mönchen, die wahrhaft Gott suchten, die Christus nichts vorzogen und in ihrem Dienst für Gott und für die Menschen diese Welt im Geiste Jesu gestalteten. Sein Traum hat ihn dazu geführt, mitten im Chaos der Völkerwanderungszeit eine kleine Gemeinschaft zu gründen, die über die Jahrhunderte sich in Montecassino einwurzelte und später viele Gemeinschaften entstehen ließ, die für ihre Umwelt zu Quellen der Hoffnung wurden, dass ein neues Miteinander möglich ist.

**Viele Heilige
hatten einen Traum
von einem neuen
Miteinander.**



*Aus lauter Freude -
singen und danken*

Die Musik ist ein Weg,
um die innere Quelle
von Liebe und Freude
und Frieden zu spüren.





Lobet

DEN NAMEN DES HERRN

Lobet, ihr Knechte des Herrn,
lobt den Namen des Herrn!
Der Name des Herrn sei gepriesen
von nun an bis in Ewigkeit!
Vom Aufgang der Sonne bis zu ihrem Untergang
wird gelobt der Name des Herrn.
Erhaben ist der Herr über alle Völker,
über die Himmel seine Herrlichkeit.
Wer gleicht dem Herrn, unserm Gott,
der oben thront in der Höhe,
der in die Tiefe niederschaut
auf Himmel und Erde?
Den Geringen richtet er auf aus dem Staub,
aus dem Schmutz erhebt er den Armen:
Er lässt ihn thronen bei Fürsten,
bei den Fürsten seines Volkes.
Die Kinderlose des Hauses lässt er thronen
als frohe Mutter von Kindern.

Psalm 113



Es gibt viele Psalmen, die uns auffordern, Gott zu loben. Psalm 113 zeichnet uns ein sehr ansprechendes Bild des Gottes, den wir preisen sollen. Von diesem unvergleichlichen Gott, der anders ist als alle Götter und Götzen, die die Menschen in seiner Umgebung anbeten, singt der Psalmist: „Den Geringen richtet er auf aus dem Staub, aus dem Schmutz erhebt er den Armen ... Die Kinderlose des Hauses lässt er thronen als frohe Mutter von Kindern.“ (Ps 113,7.9) Es ist der Gott, der die Maßstäbe der Menschen umstürzt. Im Magnifikat, dem Lobgesang Mariens, begegnen wir dem gleichen Gott. Er lässt die Reichen leer ausgehen, während er die Hungernden mit Gütern erfüllt.

Wenn ich immer wieder diesen Vers singe, dann zieht vor meinem geistigen Auge mein Leben vorbei. Und bei jedem Singen tauchen andere Erfahrungen in mir auf, warum ich den Namen des Herrn loben mag ... All das ist Grund genug, Gottes Namen zu loben. Ich kann mit den ständigen Aufforderungen, Gott zu loben, aber auch noch anders umgehen. Augustinus spricht vom Jubilus. Das ist ein Singen ohne Wort. Augustinus meint, wenn das Herz so voll ist von Freude, dann verlässt es die Worte und fängt einfach an zu singen, „damit sich das Herz ohne Worte freue und die unendliche Weite der Freude keine Grenze habe an den Worten.“ (Augustinus in seiner Auslegung von Ps 32,8)

Ich singe zwar Worte. Aber es sind immer wieder die gleichen Worte. Ich denke nicht an die Worte, sondern lasse in diesen wenigen Worten die innere Freude aufklingen, damit sie mehr und mehr das ganze Herz durchdringt. Das Singen verwandelt mich. Es führt mich in den Grund meiner Seele, in dem die Freude Gottes bereitliegt, die unzerstörbare Freude, die vollkommene Freude, die Jesus uns verheißen hat (vgl. Joh 15,11).

Das Singen führt mich in den Grund meiner Seele, in dem die Freude Gottes bereitliegt.



Singen im Jubel

Ein Zugang zur oft verborgenen Quelle der Freude ist die Musik. Die Griechen sagen: „choros“, der Chorgesang, komme von „chara“, der Freude. Das Singen bringt uns in Berührung mit der Quelle der Freude in uns. Diese Erfahrung machen viele Menschen. Sie singen gerne, alleine oder in einem Chor. Sie sagen, das Singen tue ihnen gut. Wenn ich genauer nachfrage, dann können sie bestätigen: Nach dem Singen fühlen sie sich innerlich aufgeräumt. Sie kommen mit ihrer Freude in Berührung.

Der Kirchenvater Augustinus, der eine eigene Theologie der Musik entfaltet hat, meint: Das Singen führe uns in das Innerste unserer Seele. Es bringe uns in Berührung mit dem Grund unserer Seele, in dem die Freude wie eine Quelle in uns strömt.

Oft haben wir keine Worte, diese Freude auszudrücken. Dann singen wir ohne Worte. Augustinus nennt das den „Jubilus“: Ein Singen ohne Worte, ein Singen voller Freude, das aus dem übervollen Herzen strömt.

In seiner Auslegung des Verses 8 aus Psalm 32 „Singt ihm ein neues Lied“ sagt Augustinus: „Siehe, wie der Herr dir die rechte Weise zu singen schenkt: Suche nicht nach Worten, als ob du erklären könntest, woran sich Gott erfreut. Singe jubelnd (in jubilatione): das heißt nämlich, Gott gut zu singen, jubelnd singen.“

Was ist dieses Singen im Jubel? Nicht verstehen und nicht mit Worten ausdrücken können, was mit dem Herzen gesungen wird. Denn die bei der Ernte, im Weinberg oder bei einer andern anstrengenden Arbeit singen, fangen zuerst an, mit Worten und Liedern ihre Freude auszudrücken. Doch wenn sie so voller Freude sind, dass sie sie mit Worten nicht mehr ausdrücken können, wenden sie sich von den Worten mit ihren Silben ab und gehen zum Jubilieren über.“

Lobe den Herrn,

MEINE SEELE

Lobe den Herrn, meine Seele,
und alles in mir seinen heiligen Namen!
Lobe den Herrn, meine Seele,
und vergiss nicht, was er dir Gutes getan hat.
All deine Schuld vergibt er,
alle deine Gebrechen heilt er.
Aus dem Untergang erlöst er dein Leben,
er krönt dich mit Erbarmen und Liebe.
Er sättigt dein Leben mit Gutem;
wie dem Adler wird dir die Jugend erneuert.
Der Herr ist barmherzig und gnädig,
voll Langmut und reich an Liebe.
Er wird nicht rechten für immer
und trägt nicht ewig nach.
Er handelt an uns nicht nach unsern Sünden,
vergilt uns nicht nach unsrer Schuld.
Denn so hoch der Himmel über der Erde,
so machtvoll ist seine Liebe über denen, die ihn fürchten.
Lobt den Herrn, ihr seine Werke alle
an allen Orten seiner Herrschaft!
Du, meine Seele, lobe den Herrn!

Psalm 103,1-5.8-11.22



Wohl jeder hat in seinem Leben schon erfahren, dass Gott Gutes an ihm getan hat. Maria hat in ihrem Loblied Gott gepriesen, dass er auf sie, die niedrige Magd, geschaut hat. Wir dürfen dankbar sein dafür, dass wir in der Welt sind, dass wir einmalig sind, von Gott mit unserem Namen gerufen. Gott hat uns Gaben geschenkt. Die größte Gabe ist die Fähigkeit zu lieben. Der Ruf fordert uns auf, nie zu vergessen, was Gott uns Gutes getan hat. Wir sind oft fixiert auf das, was uns zu schaffen macht, und vergessen das, was uns geschenkt worden ist. Der Psalm fordert uns zur Dankbarkeit auf. Danken kommt von denken. Wir sind oft gedankenlos und denken nicht mehr an das Gute, das wir empfangen haben.

Der Psalmist dankt Gott dafür, dass er unsere Schuld vergibt und unsere Gebrechen heilt. Es ist ein heilender und befreiender Gott. Vor ihm können wir unsere Schuldgefühle ablegen. Gott nimmt uns bedingungslos an. Er entmachtet in uns den inneren Richter, das eigene Über-Ich, das uns ständig anklagt. Gott ist wie ein Vater, der sich seiner Kinder erbarmt. Und Gott rettet uns vor dem Untergang. Wie dem Adler erneuert er uns die Jugend. Gott ist der ewig Neue, der uns erneuert, wenn wir träge geworden sind und wenn die Vergangenheit uns belastet. Wenn wir Gott im Loblied dafür preisen, was er an uns getan hat und ständig tut, dann erfahren wir im Singen Gottes heilende und liebende Nähe. Dann sind wir nicht gedankenlos, sondern dankbar, dann vergessen wir nicht, sondern erinnern uns. Wir bringen das, was wir erfahren haben, in unser Herz, damit es sich dort heilend auswirkt.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation
in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische
Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Quellenverzeichnis

Die Texte sind entnommen aus den
folgenden Veröffentlichungen von
Anselm Grün:

S. 7, 19, 33, 35 u, 40, 47, 48 o, 57 u, 59,
65-67: aus: Neu beginnen 2013.

S. 8-17, 60/61, 74/75: aus: Freu dich am
Leben

S. 18, 72/73, 76/77: aus: Wenn ich rufe,
gib mir Antwort. Psalmen, die mein
Leben begleiten.

S. 20-32: aus: Du bist ein Segen

S. 34-39, 41-43, 64: aus: Auf der Suche
nach dem inneren Gold.

S. 44-46, 62/63: aus: Benedikt von Nur-
sia. Seine Botschaft heute, 2004.

S. 48-58, 68-70: aus: Lebensträume.
Wegweiser zum Glück.

Sämtliche Werke: © Vier-Türme
GmbH, Verlag, D-97359 Münster-
schwarzach Abtei.

Bilder

Vorsatz: © Julie Hagan/shutterstock

S. 6: © Claudio Calcagno/Fotolia

S. 7: © Andrii Salivon/Fotolia

S. 8: © Kenneth V. Pilon/shutterstock

S. 9: © fotobeam.de/Fotolia

S. 11: © veneratio/Fotolia

S. 12: © Lovrencg/Fotolia

S. 14: © paradiselost/Fotolia

S. 15: © Carlos A. Oliveras/shutter-
stock

S. 16: © Pakhay Oleksandr/Fotolia

S. 18: © Wendy Kaveney/Fotolia

S. 19: © Leonid Tit/Fotolia

S. 20: Verlagsarchiv

S. 22: © Elena Elisseeva/shutterstock

S. 24: © Noam/Fotolia

S. 27: © Dumitru Andrei/Fotolia

S. 28: © racamani/Fotolia

S. 29: © pgm/Fotolia

S. 30: © Peter38/shutterstock

S. 32: © kubais/Fotolia

S. 33: © Alexander/Fotolia

S. 34: © Mathias Weigand/Fotolia

S. 37: © Piotr Marcinski/Fotolia

S. 38: © victoria p./Fotolia

S. 39: © Jean-Jaques Cordier/Fotolia

S. 40: © Alessia/Fotolia

S. 42: Dionisvera/Fotolia

S. 43: © hs-creator/Fotolia

S. 44: © Beverley Grace/Fotolia

S. 45: © Frank Seifert/Fotolia

S. 46: © Micha/Fotolia

S. 47: © Gerhard Führung/Fotolia

S. 49: © Stefan Körber/Fotolia

S. 50: © Delphimages/Fotolia

S. 52: © Sergiy Serdyuk/Fotolia

S. 54: © Angela/Fotolia

S. 55: © Tyler Olson/Fotolia

S. 56: © picsfive/Fotolia

S. 59: © BlueOrange Studio/Fotolia

S. 60: © Véronique Duchiron/Fotolia

S. 61: © Stefan Körber/Fotolia

S. 62: © Vladimir Melnikov/Fotolia

S. 63: © roby1960/Fotolia

S. 64: © granata68/Fotolia

S. 66/67: © gudrun/Fotolia

S. 68: © Michael Nivelet/Fotolia

S. 70: © MAXFX/Fotolia

S. 71: © Liliia Rudchenko/Fotolia

S. 72: © Galyna Andrushko/Fotolia

S. 73: © Ingus Overtovskis/Fotolia

S. 74: © Dmitry Pichugin/Fotolia

S. 77: © gudrun/Fotolia

Besuchen Sie uns im Internet:

www.st-benno.de

Gern informieren wir Sie unverbindlich und aktuell auch in unserem Newsletter zum Verlagsprogramm,
zu Neuerscheinungen und Aktionen. Einfach anmelden unter www.st-benno.de.

ISBN 978-3-7462-3726-8

© St. Benno-Verlag GmbH, 04159 Leipzig

Umschlag: Ulrike Vetter, Leipzig

Umschlagabbildung: © Andrejs Pidjass / Fotolia

Gesamtherstellung: Arnold & Domnick, Leipzig (A)