

Kreuzwort vom 23. 02. 2024

### In der Krise: Innehalten

Seit fast 25 Jahren bereiten wir in einer Gruppe den ökumenischen Gottesdienst TimeOut vor. Zur Vorbereitung des jeweils neuen Timeouts schauen wir zunächst gemeinsam hin, was gerade aktuell ist, bzw. uns bewegt. Das letzte Mal waren wir uns schnell einig: Es ist manchmal nicht zum Aushalten. Was müssen und was können Menschen im Kleinen wie im Großen aushalten?

Historisch betrachtet, so las ich kürzlich, sind wir Menschen in einer Krisensituation, die es so seit 60 Jahren nicht mehr gab. In der damaligen Zeit war es der Bau der Berliner Mauer, die Kubakrise, die die Welt an den Rand eines atomaren Krieges führte, der Start der sexuellen Revolution, die viel Althergebrachtes in Frage stellte um nur ein paar Beispiele zu nennen. Und auch damals gab es ein Erstarren der NPD.

Und aktuell? Wohin man schaut Krisenmodus. Und die Frage ist: Was gibt uns Halt, um mit der Situation erwachsen umzugehen. Es gibt Menschen, die neigen dazu, die Realität auszublenken und andere verantwortlich zu machen. Sie machen sich gerne aus dem Staub.

Meine Perspektive sieht anderes aus. Ich bin der festen Überzeugung: jede Zeit ist so wie sie ist und diese gilt es anzunehmen. Das ist leichter gesagt, als getan. Mir hilft dabei Meditation. Indem ich innehalte, in die Stille gehe, merke ich, wie viel mir durch den Kopf geht und ich nicht zur Ruhe komme: Wie viel „Staub“ auch in mir aufgewühlt ist. Wenn ich das aushalte, bekomme ich immer wieder die Erfahrung geschenkt: wer inne hält, den hält das Innere. Diese Erfahrungen sind mir sehr kostbar. Sie helfen mir – um im Bild zu bleiben - im Staub des Alltags, die leuchtenden Augenblicke zu erkennen.

Ja vieles ist aktuell in Bewegung. Und manchmal kommt es einem vor, als würde Vieles in Schutt und Asche liegen. Aber mit dieser Erfahrung des Innehaltens kommt auch etwas Neues auf mich zu, das mir Halt gibt:

Ich brauche das geduldige Vertrauen in das Leben, das in der christlichen Perspektive von einem positiven Vorzeichen geprägt ist. Zu Beginn der Fastenzeit bezeichnen wir uns mit dem Aschenkreuz. Auch aus der Asche und dem Staub kann etwas Neues erwachsen. Aber zuerst müssen wir innehalten und das wahrnehmen was ist. Dann können wir im Vertrauen auf das Leben weitergehen. Die Zusage lautet: die Aushaltkraft wird uns dann dazu gegeben. Aus dem Staub machen gilt nicht!

Peter Müller