

Frieden finden?

Wir sind in eine Zeit geworfen, die für viele von uns neu und kaum vorstellbar ist:

Es ist Krieg in Europa. Das kann viele Gefühle auslösen: Unsicherheit und Sorge, vielleicht Angst oder Wut, - oder der Wunsch, etwas tun zu wollen, verbunden mit dem Gefühl der Hilflosigkeit.

Ich möchte gerne etwas tun, - doch was kann das sein?

Der Mensch ist nicht das Problem

Der im Februar verstorbene vietnamesische Mönch Thich Nhat Hanh, der den Krieg in seinem Heimatland miterlebt hat, hat einmal gesagt: „Der Mensch ist nicht das Problem, es sind Gier, Hass und Wut.“ Ja, denke ich, das stimmt, - doch natürlich kommen angesichts der Grausamkeiten und des Leids, schnell Gedanken an Schuldzuweisungen auf.

Hilft das? Mir nicht. Was dann?

Inneren Frieden finden?

Ein Impuls von Alexander Poraj* hat mich berührt. Er sagt, dass wir überhaupt über Angriff und Verteidigung nachdenken und reden, setzt voraus, dass wir es kennen. Wir führen Kriege, ständig: von Nachbar zu Nachbar, von Familie zu Familie, mit Unternehmen ... und vor allem: in uns selbst. Wir *bekämpfen* unsere eigenen Unzulänglichkeiten (bzw. das, was wir als solche empfinden), wir *kämpfen* gegen Schmerzen und Krankheit, und wir *flüchten* in Ablenkung, weil wir es mit uns selbst nicht aushalten. Wie wäre es, wenn wir in all dem Kampf oder der Flucht unseren inneren Frieden finden?

Jeden Tag ein bisschen mehr

Ich weiß nicht, ob der Impuls von Alexander Poraj so gemeint war, doch es schenkt Ruhe, wenn ich mir vorstelle, dass ich diesen (inneren) Frieden in alle diesem Leid ausstrahlen kann. Wie ist es, wenn wir einander auf diese friedvolle Weise begegnen können? Wenn wir uns - in Frieden mit uns selbst - einander zuwenden, für einander da sind? Ich erkenne jetzt viele meiner täglichen Kämpfe und Fluchten, und ich probiere mich aus, Frieden zu schließen ... jeden Tag ein bisschen mehr.

Machen Sie (Du) mit? Wir können Viele werden!

Herzlich

Ihre Elke Scheffer

**spiritueller Leiter am Benediktushof Holzkirchen*