



Die Sonntagspredigt

P. Jeremias Müller O.S.B.
Benediktinerstift Admont

27. März 2011, Dritter Sonntag der Österlichen Bußzeit

Die Mitte finden = das Wesentliche suchen!

Lesungen: Ex 17,3-7 / Röm 5,1-2.5-8 / Joh 4,5-42

Wenn es einem Volk zu gut geht, vergessen sie Gott. So oder ähnlich hat es meine Großmutter mal gesagt. Dabei spielte sie dann auf die Wohlstandsgesellschaft an. In der Tat, es ist was dran. Mir fällt ein Schüler ein, 13 Jahre alt, der kürzlich mit dem Brustton der Überzeugung deklarierte: „Pater Jeremias, wenn ein Junge in meinem Alter kein Vertragshandy hat, dann ist das echt peinlich!“ – Meine Antwort, dass ich in seinem Alter auch noch kein Handy gehabt und bis heute überlebt habe, tat er weg mit den Worten: „Sie sind ja auch eine ganz andere Generation!“

Ich frage mich, ob es nicht doch zu jeder Generation die gleiche Grundfrage irgendwann gibt: Was ist das Wesentliche? Was ist die eigene Mitte? Statt einem Vertragshandy wünschte ich mir viel mehr, dass die Menschen einen Vertrag mit dem Lebenspartner Gott geschlossen hätten, statt in reinen Intervallen, hier und da mal den Kontakt zu pflegen. Für mich ist Gott die Mitte, seine Präsenz in meinem Leben ist nicht eine, die ich von Berufswegen ernst nehme. Ohne Gott würde mir jemand fehlen. Mir würde nämlich tatsächlich meine Mitte fehlen, der ruhende Pol, der innere Baum an den ich mich anlehnen kann.

Das Buch Exodus, aus dem wir die heutige erste Lesung gehört haben, führt es uns vor Augen. Wenn Menschen ihre Mitte verloren haben, geraten sie „außer sich“ und damit in Streit untereinander. An „Massa“ und „Meriba“ stellten sie alles auf den Kopf, fragten nach Gott, ob er denn überhaupt in ihrer Mitte sei. Der Hintergrund: Sie hatten Durst! Die Wüstenerfahrung machte ihnen zu schaffen. Die Wüsten unseres Lebens machen uns auch zu schaffen. Und wenn wir selbst hohl und leer sind, dann braucht es äußere Ablenkung, das, was wir „Events“ nennen. Wir betäuben uns etwas über-sinnlich mit irgendwelchen Ereignissen, vergessen für ein paar Stunden die Wirklichkeit und schweben auf einer anderen Wolke. Wenn ich ins Kino gehe, geht's mir auch immer so. Für ein paar Stunden bin ich einfach „weg“ – das ist auch gut so. Aber die Rückkehr in

den Alltag bedeutet auch, in die Wüste des Lebens zurückzukehren, sich den alltäglichen Dingen zu stellen. Und hier kommt die Frage dann umso heftiger: Was ist in meiner Mitte? Was hält mich?

Das Evangelium versucht an diesem Sonntag eine Antwort zu geben. Eine sehr intime Antwort. Die Frau, die am Jakobsbrunnen zur Mittagshitze Wasser schöpfen will, begegnet jenem Mann aus Nazareth, der sie zu kennen scheint, ohne dass sie ihn kennt. Das Wasser, welches sie schöpfen will, sei reines Wasser. Doch der Durst sei damit nicht gelöscht, sagt Jesus. Er hingegen könne ihr „lebendiges Wasser“ geben, ein Wasser, das im Menschen zu einer sprudelnden Quelle wird, ewiges (erfülltes) Leben schenkt. Manchmal sagen wir von einem Menschen, der nicht mehr aufhört zu reden, er „sprudelt nur so“ und kommen damit recht nah an das Geschehen heran. Wer von dieser inneren Quelle bewegt wird, kann nicht anders, als tatsächlich das innere nach außen bringen.

Sie dürfen jetzt gerne einmal überlegen: Was wäre das, was aus mir herausprudelt? Was könnte ich von innen nach außen – wie ein Brunnen, wie eine Fontaine, preisgeben und kundtun? Was ist in mir lebendig? Anders: Was ist in mir das Wesentliche? Kann ich davon Zeugnis ablegen? Die eigene Mitte finden setzt voraus, dass ich das Wesentliche des Lebens suche!

Zwei gute Übungen aus dem Buddhistischen könnten dazu helfen: Stellen Sie eine Schale gefüllt mit Wasser vor sich hin. Halten Sie ein paar Steine bereit. Werfen Sie diese von oben senkrecht in das Wasser, warten sie so lange, bis die Wasseroberfläche wieder ganz ruhig geworden ist. In dieser Zeit beobachten sie, wie von der Mitte aus, die Wellen sanft nach außen dringen und Kreise ziehen. Diese Wirkung hätte ihre Öffnung zur Mitte hin auch zur Konsequenz! Die zweite Übung geht so: leeren Sie 1 kg Sand vor sich den Tisch oder den Boden. Nehmen sie ein dünnes Holzstäbchen und beginnen sie in der Mitte. Ziehen Sie mit dem Holzstäbchen langsam einen Kreis und gehen Sie spiralförmig nach außen. Achten Sie auf den richtigen Abstand.

Bei beiden Übungen braucht es Geduld und Zeit. Wiederholen Sie die Übung, 10min lang, 30min lang, eine Stunde lang. Die Wirkung zeigt sich bald: Sie werden mehr und mehr in die innere Suchbewegung nach der eigenen Mitte und damit nach dem Wesentlichen gelangen. Es ist eine geistliche Übung. Dehnen Sie diese aus, in dem Sie einfach lange die Schale mit Wasser oder die Sandfläche betrachten und in ein Gebet einmünden lassen.

Die Grundfrage dabei sollte immer lauten: Ist der HERR in meiner Mitte oder nicht?

Es gilt das gesprochene Wort!

© P. Jeremias Müller OSB (14.3.2011)