

SPIRITUALE PODCAST

Einleitung:

Heute werden wir über etwas sprechen, das jeden von uns betrifft. Über Veränderungen.

Manche Veränderungen begrüßen wir. Auf andere warten wir gespannt. Aber es gibt auch solche Veränderungen, vor denen wir Angst haben und die wir am liebsten gar nicht zulassen würden.

Denn der Mensch liebt Gewissheit. Er möchte wissen, was morgen sein wird, wohin der Weg führt oder was ihn erwartet. Doch das Leben erlaubt es uns selten, alles im Voraus zu planen.

Etwas endet, etwas Neues beginnt. Menschen kommen und gehen, unsere Arbeit, unsere Beziehungen und unsere Gesundheit verändern sich, ebenso wie unsere eigene Sicht auf die Welt.

Die Frage lautet also wohl nicht, wie man Veränderungen verhindern kann. Viel wichtiger ist es, zu lernen, wie man Lebensveränderungen meistert.

Gespräch:

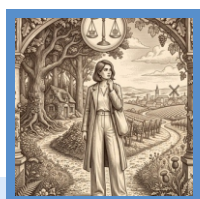
Der Mensch hat ein natürliches Bedürfnis nach Gewissheit. Er muss wissen, wo er hingehört, worauf er sich stützen kann, was morgen und in einem Monat sein wird. Gewissheit gibt uns ein Gefühl der Sicherheit und ermöglicht es uns im Grunde, unser Leben zu planen. Wir bauen Häuser, gründen Familien, suchen nach einer Arbeit, die uns Sinn gibt. Wir pflegen Beziehungen und Gewohnheiten, zu denen wir immer wieder zurückkehren möchten. Und wir sehnen uns nach einem festen Ankerpunkt, auf den wir uns stützen können. Aber meistens ist das nicht der Fall...

Das Leben ist erstaunlich unbeständig.

In dem Moment, in dem wir glauben, die Dinge schon gut zu kennen und sie im Griff zu haben, kommt die Veränderung. Etwas endet, etwas beginnt, jemand tritt in unser Leben ein und jemand anderes verlässt es wieder. Unsere Arbeit, unsere Beziehungen, unsere Ansichten, unsere Möglichkeiten oder sogar unser eigener Körper verändern sich. Einfach Veränderung!

Und dann fragen wir uns: „Warum ändert sich in meinem Leben ständig etwas? Warum kann nicht mal eine Weile alles ruhig sein?“ Wir haben das Gefühl, dass es gut läuft, dass alles seine Ordnung hat und dass das Leben so verläuft, wie es soll. Und dann kommt plötzlich diese unerwartete Phase, in der eine Veränderung die nächste jagt.

Aber genau so ist das Leben doch.



SPIRITUALE PODCAST

Es ist keine Gerade, auf der wir ein für alle Mal in die richtige Richtung aufbrechen würden. Eigentlich ist es ein Weg, der sich mal in die Landschaft öffnet, dann bergauf führt, mal durch ein Tal verläuft und sich manchmal in einer Kurve verliert, hinter der wir nichts mehr sehen können.

Das Leben kommt nämlich in Wellen. Es gibt Zeiten, in denen wir das Gefühl haben, dass alles gut läuft. Wir sind zufrieden, haben Kraft, die Dinge gelingen und die Zukunft sieht sehr überschaubar aus. Und dann, aus heiterem Himmel, kommen Momente der Unsicherheit, der Veränderungen, der Hindernisse – ja sogar der Verluste. All das gehört jedoch zu unserem Leben dazu. Zeiten der Ruhe und des Wohlbefindens ebenso wie Zeiten der Unsicherheit.

Die Natur zeigt uns das jeden Tag. Es kommen Frühling, Sommer, Herbst und Winter. Ein Baum blüht im Frühling, wächst im Sommer, wirft im Herbst seine Blätter ab und scheint im Winter stillzustehen. Und niemand hält darüber inne und sagt, der Herbst sei ein Fehler oder der Winter ein Versagen. Wir akzeptieren diesen Rhythmus der Natur als etwas Selbstverständliches. Und so sollten wir einen ähnlichen Rhythmus auch in unserem eigenen Leben akzeptieren.

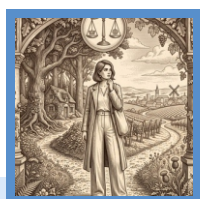
Wir streben jedoch eifrig nach etwas anderem. Wir versuchen, unser Leben zu kontrollieren.

Wir wollen wissen, was kommt. Wir wollen einen Plan haben. Wir wollen unsere Zukunft absichern und alles aus dem Weg räumen, was unsere Vorstellung stören könnte.

Doch das Leben lässt sich nicht vollständig planen. Je mehr wir versuchen, alles in unseren Händen zu behalten, desto schmerzhafter erleben wir den Moment, in dem uns etwas entgleitet. Und wir stellen fest, dass wir unterscheiden müssen zwischen dem, was wir beeinflussen können, und dem, was sich nicht beeinflussen lässt.

Wir können Entscheidungen treffen. Wir können arbeiten. Wir können unsere Beziehungen pflegen. Wir können uns bemühen, das Richtige zu tun. Und wir können aus unseren Fehlern lernen. Aber wir können der Zeit nicht befehlen, stillzustehen. Wir können nicht alle Veränderungen verhindern. Wir können nicht sicherstellen, dass uns niemals etwas wehtut. Und wir können nicht im Voraus alle Wege kennen, die wir gehen müssen.

Und aus dieser grundlegenden Erkenntnis entsteht Vertrauen.



SPIRITUALE PODCAST

Kein blindes Vertrauen, dass alles gut ausgehen wird. Sondern der Glaube, dass auch das, was wir heute nicht verstehen, in unserem Leben eine Bedeutung haben kann.

Denn Hindernisse kommen nicht, um uns zu zerstören. Sie sind da, damit wir etwas über uns selbst lernen. Erst in einer schwierigen Situation erkennen wir, wie viel Kraft wir haben. Erst durch einen Verlust wird uns bewusst, was wir nicht geschätzt haben. Erst wenn etwas schiefgeht, erkennen wir, was wir anders hätten machen können. Und erst dann verstehen wir, dass der von uns gewählte Weg nur einer von vielen war.

Und ja – manche Lektionen sind freudig, andere schmerzhaft. Und beides verändert uns.

Das Leben stellt uns Hindernisse in den Weg, nicht um uns etwas wegzunehmen, ganz im Gegenteil ... Gerade beim Überwinden dieser Hindernisse entdecken wir unsere eigenen Fähigkeiten, erkennen unsere Schwächen und beginnen zu verstehen, was für uns wirklich wichtig ist.

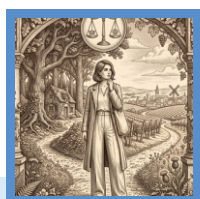
Ist es also in Ordnung, dass sich mein Leben ständig verändert?

Ja. Das ist in Ordnung. Schließlich werden wir Veränderung nicht als Problem betrachten, jede Unsicherheit nicht als Bedrohung und jedes Hindernis nicht als Ungerechtigkeit. Das Leben verändert sich einfach deshalb, weil wir leben. Und mit ihm – mit unserem Leben – verändern auch wir uns. Schließlich schaffen wir es, diese Veränderungen zu verstehen, sie anzunehmen und etwas daraus mitzunehmen. Und so sammeln wir Erfahrungen. Und diese entstehen nicht aus dem, was wir gelesen haben oder was uns jemand erklärt hat. Sie entstehen durch das, was wir tatsächlich erlebt haben. Wir lernen aus unserem eigenen Leben.

Und was am wichtigsten ist: Wir fangen an, Vertrauen zu fassen. Vertrauen darauf, dass wir den nächsten Schritt schaffen, auch wenn wir nicht das ganze Bild kennen, auch wenn wir eigentlich nicht wissen, wie es weitergeht. Und genau darin liegt eines der größten Geschenke des Lebens – dass es uns immer weiterführt, uns immer weiter lehrt und uns immer wieder die Möglichkeit gibt, zu einem Menschen zu werden, der wir gestern noch nicht waren.

Zum Schluss:

Versuchen Sie heute einmal, über eine Veränderung nachzudenken, die Ihnen in letzter Zeit widerfahren ist. Vielleicht ist es eine Veränderung, gegen die Sie sich gewehrt haben.



SPIRITUALE PODCAST

Vielleicht durchleben Sie gerade etwas und wissen noch nicht, wohin es Sie führen wird.

Versuchen Sie diesmal, alles ein wenig anders zu betrachten.

Nicht als etwas, das Ihnen den Boden unter den Füßen wegzieht, sondern als Lebensweg. Einen Weg, dessen nächsten Abschnitt Sie noch nicht kennen, vor dem Sie sich aber nicht fürchten. Sie vertrauen darauf.

Und wenn ihr jemals das Gefühl habt, dass ihr für eine Weile aus dem Alltagstrott aussteigen müsst, kommt ins Spirituelle Zentrum in Vranov. Die Ruhe des Klosters, der Kirche und der umliegenden Landschaft – dort müsst ihr nicht alle Antworten kennen. Man hält einfach inne, atmet tief durch und lässt manche Dinge für einen Moment einfach so, wie sie sind.

Und dann gewinnt man vielleicht den Mut, den nächsten Schritt zu tun.

Wir müssen nicht das ganze Leben kennen. Es reicht, dem weiteren Weg zu vertrauen.

Und loszugehen.

Autor: Mgr. Miroslav Lindovský

