

### **Leben im Augenblick**

Unser Leben steht derzeit „auf dem Kopf“. Was vor einigen Wochen noch ganz wichtig war, hat heute keine Bedeutung mehr, weil jetzt andere Maßstäbe gelten. Viele von uns verbringen jetzt mehr Zeit in den eigenen vier Wänden, im eigenen Wohnort, Mobilität ist nur unter Einhaltung bestimmter Regeln möglich.

Dieses etwas andere Leben birgt auch neue Chancen. Eine dieser Chancen möchte ich Ihnen heute vorstellen. Versuchen wir doch einmal bei den Mystikern, bei den Menschen, die sich intensiv, mit jeder Faser ihres Lebens auf die Suche nach Gott begeben haben, in die Lehre zu gehen. Die Mystiker aller Religionen betonen immer wieder, dass das **Leben im Augenblick**, der **gegenwärtige Moment**, das „**Jetzt**“, für ein erfülltes Leben, ein Leben mit Gott, ganz wichtig ist.

Dazu möchte ich Ihnen zwei Texte an die Hand geben - zuerst einen sehr bekannten aus dem Buddhismus und einen zweiten Text aus dem Christentum.

*Ein buddhistischer Meister wurde einmal gefragt, warum er trotz seiner vielen Beschäftigungen immer so glücklich sei. Er sagte: „Wenn ich stehe, dann stehe ich, wenn ich gehe, dann gehe ich, wenn ich sitze, dann sitze ich, wenn ich esse, dann esse ich ...“ Da fielen im die Fragesteller ins Wort und sagten: „Das tun wir auch, was machst du denn darüber hinaus?“ Er antwortete wiederum: „Wenn ich stehe, dann stehe ich, wenn ich gehe, dann gehe ich, wenn ich sitze, dann sitze ich, wenn ich esse, dann esse ich ...“ Wieder sagten die Leute: „Aber das tun wir doch auch!“ Er aber sagte zu ihnen: „Nein - wenn ihr sitzt, dann steht ihr schon, wenn ihr steht, dann lauft ihr schon, wenn ihr lauft, dann seid ihr schon am Ziel.“*

Andreas Knapp, ein Ordensmann (Kleiner Bruder vom Evangelium) gibt uns in seinem Gedicht „Realpräsenz“, einige Tipps für das **Leben im Augenblick**.

*am blühenden Baum  
nicht entatmet vorüber hasten  
einen Augenblick lang  
stehen und staunen*

*den duftenden Kaffee  
nicht gedankenlos hinunterstürzen  
einen Schluck lang  
schmecken und kosten*

*die Stimmen in mir  
zum Schweigen bringen  
um ganz Ohr zu sein  
wenn du mir erzählst*

*nicht im Vergangenen verbleiben  
nicht ins Künftige auswandern  
ganz hin und weg sein  
und darin ganz da*

*leben  
in der reinen  
Gegenwart  
sie ist Gottes*



Versuchen Sie es - es lohnt sich! Und bleiben Sie behütet!

Christiane Hetterich