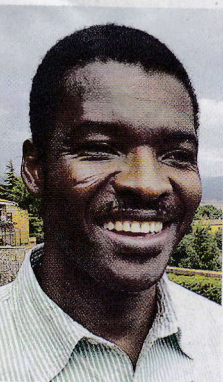


„Dankbarkeit führt uns ins Jetzt und bringt uns mit der Gegenwart Gottes in Berührung.“

Bruder David Steindl-Rast, Benediktinerbruder und Kenner des Zen-Buddhismus



Bruder David ist weit gereist und hat viel gesehen. Die Essenz aus 90 Jahren Leben ist: Dankbar zu leben schenkt Herzensfrieden. Und jeder kann das lernen



BERUFUNG GEFUNDEN

Pater Moses Asaah Awinongya SVD sagt: „Ich bin dankbar, meine Berufung entdeckt zu haben. Jesus sagt: Ihr sollt das Leben haben und ihr sollt es in Fülle haben. Für mich heißt das, das Leben

anderer bunt zu machen. Ich habe die Stiftung 'Regentropfen' gegründet, die Kindern und Jugendlichen in Ghana eine Schulausbildung ermöglicht. Das ist der Schlüssel zur Zukunft. Ich möchte die Kinder lä-

cheln sehen. Wenn sie merken, dass sie das Leben meistern können, auch wenn es hart erscheint, bin ich dankbar. Ich habe als Kind in einer Diamantenmine arbeiten müssen. Ich habe mich durchgebissen, aber nicht allein. Damals habe ich gelernt, dass das afrikanische Sprichwort stimmt: 'Wenn du schnell gehen möchtest, geh allein. Aber wenn du weit gehen möchtest, geh mit anderen.' Diese Erfahrung macht mich dankbar, weil sie mein Leben geformt hat. Was ich tue, kann nur Kräfte schaffen, wenn ich dankbar dafür bin.“

Anna Papatthanasiou

für Vergangenes dankbar sein oder dafür, dass ich eine Zukunft habe; aber dankbar bin ich nur in der Gegenwart. Und das ist Ziel jeder spirituellen Übung: Im Hier und Jetzt sein. Dankbarkeit führt uns ins Jetzt und bringt uns mit der Gegenwart Gottes in Berührung.“

Es stimmt. Viel zu oft hängen wir Dingen nach, die wir nicht mehr ändern können. Und viel zu oft denken wir schon an die nächsten Schritte, ans Morgen, wenn wir die nächste Aufgabe lösen müssen. Oder wir fragen uns, warum wir einen bestimmten Moment des Glücks nicht mehr ausgekostet haben. Der Schmerz darüber, dass etwas unwiederbringlich vorbei ist – der eigene Hochzeitstag, die Zeit, als die Kinder noch klein und anhänglich waren, – überschattet manchmal die Gegenwart. Mit allem, was wir sind, in diesem einen Augenblick zu sein, bewusst und wach, das ist ein sehr verlockender Gedanke.

WELTREISENDER UND EREMIT

David Steindl-Rast ist 1926 in Wien geboren, wo er studierte und in Psychologie promovierte. Später folgte er seiner Familie in die USA und trat 1953 in New York in ein Benediktinerkloster ein. Ab den Sechziger-Jahren befasste er sich mit der Tradition des Zen-Buddhismus und ließ sich von asiatischen Meistern ausbilden. Damit dürfte er einer der ersten katholischen Ordensmänner gewesen sein. Der interreligiöse Dialog wurde sein Thema. Sein Portal für dankbares Leben ist international angelegt. Für seine Vorträge reist er um die Welt, lebt aber ansonsten als Eremit. Er sieht sich selber als spirituellen Lehrer.

Als Mönch hat er vielleicht mehr Gelegenheit als ich oder andere Menschen, die Familie, Arbeit und einen ganz normalen Alltag haben, sich auf die Suche nach dem Herzensfrieden zu machen. Herzensfrieden, so nennt er das Glück. Aber seine Idee von der

GOTT GEHT MIT UNS MIT

Mit sechs Jahren hatte Zina, 17, einen Blinddarmdurchbruch. „Das hätte mächtig schief gehen können“, erinnert sich ihre Mutter Cornelia Soldat, 47. Zum Glück trafen sie im Krankenhaus auf eine kompetente Ärztin und gutes Pflegepersonal. Nach der ersten OP bildete sich ein Abszess, es entwickelte sich eine Sepsis. „Zina ist immer schwächer geworden“, sagt ihre Mutter. Sie saß nachts am Bett ihrer Tochter und hielt deren Hand. Wäre Zina nicht zweimal schnell operiert worden, wäre sie gestorben. „Ich habe gespürt: Gott geht mit! Ich habe gebetet und fühlte mich getragen. Im Zwie-



gespräch sagte ich Gott: Du hast uns da hineingeritten, da musst Du uns auch wieder herausholen! Und das hat er gemacht“, berichtet Cornelia. Zina war glücklich, als sie wieder zur Schule gehen konnte. „Mich erfüllte Dankbarkeit, als wir als Familie zu viert zusammen Weihnachten feiern duften“, erzählt Cornelia.

Gudrun Schriever

Dankbarkeit und dem Glück ist nicht kompliziert; jeder kann trainieren, für die Gaben des Lebens dankbar zu sein. Er beschreibt es so: „Wer einmal wach dafür ist, findet unzählige Gelegenheiten, dankbar zu sein – und damit freudvoller.“

Bruder David geht es nicht um eine individuelle Glücksstrategie, wie sie so viele Ratgeber versprechen. Natürlich liegt der Grund für die Dankbarkeit immer in Gott, denn er ist ja derjenige, der alles gegeben hat. Außerdem ist die Dankbarkeit eine Kraft, die nicht nur unser eigenes Leben erfüllter macht, sondern auch die Welt verändert. Dankbare Menschen geben etwas zurück, weil sie die Gelegenheit erkennen, etwas für andere zu tun. Kurz gesagt: Je mehr dankbare Menschen es gibt, desto lebensbejahender die Gesellschaft.

WOLLEN UND BRAUCHEN

Die zehnte Lebensdekade liegt vor David Steindl-Rast, doch nicht Altersschwäche, sondern eine ansteckende Energie spricht aus ihm. Seine dunklen Augen blitzen heiter und klug unter den dichten weißen Brauen. Beim Sprechen bewegt er seine Arme in den weiten weißen Ärmeln seiner Kutte in großen Gesten – eine ständige Einladung an die Welt. Er sieht aus wie einer, der alles gesehen und nach reiflicher Überlegung die richtigen Schlüsse daraus gezogen hat. Offensichtlich ist ihm seine eigene Lehre in Leib und Seele übergegangen. Er ist dankbar für jeden neuen Tag, den er so lebt, als sei es sein erster und der allerletzte.

Seltsamerweise sind die, die alles haben, nicht immer die Dankbarsten. Und umgekehrt strahlen Menschen, die in erschreckender Armut leben, manchmal eine große Zufriedenheit aus. Auch Bruder David hat diese Beobachtung gemacht: „Unter den Hungernden in Indien habe ich oft mehr Dankbarkeit gefunden als unter den

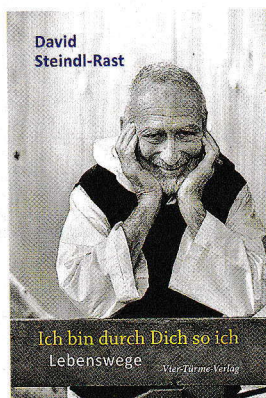
Satten. Wir sind es, die Dankbarkeit lernen müssen. Wenn wir nicht unterscheiden zwischen dem, was wir wollen, und dem, was wir wirklich brauchen, verlieren wir unser Ziel aus den Augen.“ Schwester Michaela formuliert es so: „Oft vergessen wir einfach, dankbar zu sein und nehmen alles als selbstverständlich hin. Wir erwarten, dass alles immer so weiterläuft, dass uns Glück, Erfolg und Gesundheit zustehen.“

Die Steyler Schwester erlebt, dass Menschen nach einer Krise, wenn sie den Fall schon hinter sich haben, häufiger dankbar sind als Andere. Sie unterscheiden nicht mehr zwischen großen und kleinen Dingen, freuen sich über die Sonne in ihrem Gesicht oder ein Erdbeereis am Nach-

mittag. Die Dankbarkeit ist ihnen zur Lebenshaltung geworden, weil sie das, was ist, als gegeben anerkennen. Ganz nach Bruder David.

Dankbarkeit macht genügsam. Mein Experiment läuft nun schon einige Tage, und ich kann das bestätigen. Seitdem ich dankbar bin für die Kleidung, die ich am Leib trage, habe ich weniger das Bedürfnis, mir etwas Neues zu kaufen. Weil ich dankbar bin für das leckere Glas Rotwein am Abend, kann ich den letzten Schluck in der Flasche gut abgeben. Ich gebe zu: Noch gelingt es mir nicht, in jeder Situation dankbar zu sein. Aber ich übe weiter. Weil Dankbarkeit die einzig passende Reaktion auf das Leben ist.

Anna Papathanasiou



David Steindl-Rast ist der Autor vieler Bücher. In diesem erzählt er seine spannende Lebensgeschichte. Seine Mission ist die Mystik. Er ist fest davon überzeugt, dass der Geist Gottes in und aus jedem spricht.

David Steindl-Rast
„Ich bin durch Dich so ich“,
19,99 Euro,
Vier-Türme-Verlag