

Leben mit Leere und Unvorhersehbarkeit

Es schleicht sich ein, wenn wir über unser Leben nachdenken, die Zukunft ergründen und die Grenzen unserer Existenz aufspüren wollen. Oder es erfasst uns plötzlich, dieses Gefühl, das sich kaum in Worte fassen lässt – als ob ein innerer Vorhang jäh aufgerissen wird und wir schonungslos dem Blick auf das Unbegreifliche jenseits unserer Raum- und Zeitvorstellungen standhalten müssen.

Horror Vacui: das Grauen vor der Leere... Aus der Stille des Universums bekommen wir keine Antwort und verstummen...

Die verschiedenen Religionen bieten auf die vielen offenen Fragen einen Kanon an Erklärungen, die den Menschen in seiner tiefen Sehnsucht, unsterblich zu sein und am Ewigen teilzuhaben, auffangen und trösten können.

Im Kern beziehen sich die meisten Lehren auf Offenbarungen, die auf das Geheimnis des umfassenden göttlichen Willens deuten und vom Menschen nur noch gesehen, erkannt und angenommen werden müssen. Das Vertrauen in das Göttliche, der Glaube, verbindet und kann ein Gefühl tiefer Geborgenheit geben.

Heute fühlen sich die meisten Menschen nicht mehr aufgefangen in einem in sich geschlossenen Glauben, der über alle Zweifel erhaben ist, und müssen sich alleine und bezogen auf ihren jeweiligen Lebenshorizont mit den kleinen und großen, den nahen und fernen Fragen ihres Daseins auseinandersetzen.

Die Herausforderung, die Leere auszuhalten und das nicht stillbare Verlangen nach innerer Einheit, Sicherheit und Klarheit zu ertragen, wird nicht aus der Welt zu schaffen sein und gilt für jeden von uns.

Auch wenn es sicher nicht darum gehen kann, sich den ungelösten Fragen jeden Tag zu stellen, ist es wichtig, immer wieder Momente zu

schaffen, in denen wir diesen Fragen in der Tiefe unseres Innern begegnen und uns bewusst mit ihnen auseinander setzen.

Das Vermeiden, Verleugnen, Verdrängen der Leere, das Ausweichen oder Ausblenden, kostet Kraft und vergrößert das Sinnvakuum in unserem Leben – auch wenn wir es im Strudel des Beschäftigtseins und an der Oberfläche unserer Wahrnehmung zunächst nicht so empfinden.

Wenn wir hingegen lernen, den naturgegebenen, engen Zusammenhang von Leben und Vergehen zu akzeptieren, kann unsere Fähigkeit zum bewussten Er-Leben eine besondere Intensität und Kraft gewinnen. Auf der Basis eines gereiften Grundvertrauens in uns und vielleicht in eine göttliche Kraft lassen wir das Leben mit all dem Unvorhersehbaren und Unberechenbaren, das es in sich birgt, an uns heran – und fühlen uns lebendig.

Dazu gehört auch, dass wir uns dem ganzen Spektrum unserer Gefühle öffnen und uns mit den Empfindungen vertraut machen, die wir eigentlich ignorieren, leugnen, verdrängen wollen. Trauern oder Leiden lassen wir eher zu, wenn wir sie als natürliche und unvermeidliche Erfahrungen des Lebens annehmen. Wir begegnen gelassener der Provokation unserer inneren Dämonen, unseren negativen, ungezügelter Gefühlen und Gedanken, wenn wir sie nicht auszublen versuchen. Und wir ertragen die ungelösten Fragen besser, die uns immer wieder bedrängen, wenn wir zu der Einsicht kommen, dass einige ohne eine Antwort bleiben müssen.

Es kann ein großer und ein befreiender Schritt sein, uns einzulassen auf das Wagnis der Leere und dabei dem Unvorhersehbaren, dem Unsichtbaren und Unerklärlichen Vertrauen zu schenken.