

Mehr Lebendigkeit

„Wie viel uns doch verloren geht, nur weil wir oft so abgestumpft durchs Leben gehen“, schreibt David Steindl-Rast im Buch „Achtsamkeit des Herzens“. Und der Autor fährt fort: „Dass du noch nicht gestorben bist, reicht nicht aus als Beweis, dass du wirklich lebst.“ Es geht im Leben um Lebendigkeit. Was das heißt, können wir uns am besten anhand des Gegenteils vor Augen führen. Das Verkrustete, Erstarrte, Verstaubte und Gelähmte. Der Soziologe Hartmut Rosa meint: „Lebendig sein kann man nicht für sich alleine.“ Lebendigkeit hat also etwas mit Beziehung zu tun. Lebendigkeit braucht ein Gegenüber. Dieses andere kann z. B. ein Mensch, ein Lied oder ein Buch sein.

Lebendigkeit liegt im Austausch und im Miteinander. Eine materialistische Sichtweise der Welt verleitet uns oft dazu, auch unsere Beziehungen zu „verzwecken“. Wir fragen uns: Was bringt es mir? Was hab ich davon? Die Dinge müssen funktionieren und am besten auch die Menschen. Dieser recht gefühlslose Umgang mit Mitmensch, Tier und Umwelt, macht uns blind für das wahre Wesen der Schöpfung, für deren Sinn und Schönheit. Wir richten unseren Blick mehr und mehr auf den Mangel und auf die Unvollkommenheit. Dabei vergessen wir die Freude und die Dankbarkeit am Dasein, verlernen das Staunen und das Träumen. Die Sommermonate Juli und August sind die typischen Ferien- und Urlaubszeiten. Hier können wir ein Stück weit aus dem Alltag ausbrechen, können uns Zeit gönnen, um das zu tun, wofür sonst wenig Zeit bleibt. Doch dabei ist nicht entscheidend, dass wir möglichst viel tun. Ein bewusstes, aufmerksames Tun hilft uns, die Welt mit offenen Augen und weitem Herzen zu sehen. Auf diesem Weg gelangen wir wieder zu mehr Lebendigkeit.