



Abschiednehmen ...

Liebe Leserin, lieber Leser!

in den letzten Jahren verging kein Jahr, wo ich nicht fragend am Grab eines Freundes oder Familienangehörigen stand. Ja, es ist so, dass sich das Leben zwischen den Polen Geburt und Tod bewegt. Immer muss etwas geboren werden und das nicht nur physisch: auch ein Gedanke, der kommt und geht. Auch jede Liebe wird geboren und sie kann sterben. Wir sind nie nur gesund oder nur krank. Die Waage ist nie exakt auf Augenhöhe. Anders gesagt: Wir leben nicht fixiert im Entweder- Oder, sondern zwischen einem Sowohl- als-Auch.

In der Trauer schlägt das Pendel der Balance in die eine oder andere Richtung. Und das ist dann die Kunst, es wieder auszugleichen. Das Leben verspricht uns nichts, aber es hält so manches: Und zwar das, was wir mit anderen auf die Beine stellen oder geschenkt bekommen. Zugegeben, Leben kann auch eine Zitterpartie sein, aber auch wenn wir scheitern oder ein Unglück erleben, muss das nicht unbedingt schlecht sein: Wir sehen das, wenn Menschen, die ein Unglück erleiden, Hilfe und Zusammenhalt erfahren und sagen können: „Jetzt weiß ich, wer zu mir steht!“ Wir leben nicht immer in Gemeinsamkeit, sondern auch im Übergang - von der Geburt bis zum Tod befinden wir uns in der Situation des Wandels, Abschieds und des Neuanfangs.

Nur indem wir leben und sterben, also immer wieder Abschied nehmen und immer wieder weitermachen, werden wir zu Experten unseres einzigartigen Lebensprozesses. Wandel ist immer nur möglich durch Transformation. Wenn eine Krise kommt, muss ich sie annehmen. Eine Krise annehmen ist eine Herausforderung, natürlich kann Trauer und Leid den Menschen auch überfordern. Aber jeder kann lernen, dass auch das Schwierigste – mit Hilfe des Glaubens und durch Anteilnahme von Mitmenschen – angenommen werden kann und auch bewältigt werden kann.

Die benediktinische Einfachheit - Ora et labora - ist für mich das Grundprinzip des Lebens. Es hat aber auch polare Aspekte: Das, was wir in Dialog und Kooperation mit anderen, und das, was wir in eigener Aktivität erfahren. Das, was uns herausfordert, und das, was wir als Geschenk erfahren. Das in seinem Zusammenhang zu verstehen und immer wieder ins eigene Leben zu übersetzen, in sich zu Hause sein im Alltag, darum geht es. Es ist ein einfaches Prinzip, allerdings oft schwer zu erkennen. Die Mönche leben nach ihrem Rhythmus von Ora et labora – mir persönlich hilft dieser Rhythmus, mich selbst in die Balance von Abschiednehmen und Neuanfang zu führen.

Mit herzlichen Grüßen und bleiben Sie gesund

Ihr Norbert Paulus Wagner Obl/OSB

Bildquelle: Kloster-Coaching, fotocommunity und fotolia

Prävention • Krisenintervention • Friedensmediation • Suizidprophylaxe



Führungskräfte-Coaching
Business: CEO, Vorstand
Politiker aller Parteien
Mitarbeiter von Airlines



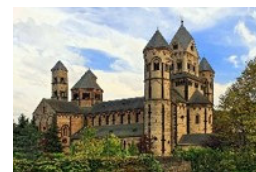
Wirtschaftsmediation
Friedensmediation
Konfliktintervention
Round Table



Suizidprophylaxe
Im betrieblichen Setting
Suizidforschung
BRD/Schweiz



Vorträge & Seminare
Vertrauenkultur
Kommunikation GFK
Erfolgsfaktor Mensch



Klösterliche Achtsamkeit:
Kloster Maria Laach
Kloster Plankstetten
Kloster Münsterschwarzach