

Orientierungen 13 vom 28. Juni 2025

Impulse für den Alltag

Achtsamkeit und Blöße bei Jesus und uns

- Von Michael Becker

Haben Sie sich auch schon einmal gefragt, warum gefühlt so viele Skulpturen Menschen nackt darstellen?

Kunstwissenschaftler mögen es mir verzeihen, aber mittlerweile denke ich, viele Figuren sind nackt, weil das einfacher zu modellieren ist als ein faltenreiches Gewand. Andererseits: Auf den zentralen Darstellungen Jesu ist er ebenfalls – nackt.

Sowohl am Kreuz, bei der Kreuzabnahme und selbst als Auferstandener, von Weihnachten ganz zu schweigen. Äußerste Demütigung und Entmenschlichung war das Ziel der nackten Kreuzigung aus der Sicht der Römer.

„Sie kreuzigten ihn und verteilten sein Gewand unter sich.“ Nacktheit als Gewalt. „Vater, vergib ihnen, denn sie wissen nicht, was sie tun.“ Es genügt, sich diese Szene vorzustellen.

Unfassbar diese Antwort, oder? Er antwortet auf die Gewalt mit Achtsamkeit. Genau dieser Tod Jesu sollte das Tor der Vertrautheit zwischen Menschen und Gott wieder öffnen, wie es durch den Sündenfall im Paradies verschlossen worden war.

Achtsam sein im Alltag

Und vor dem Sündenfall waren Adam und Eva eben – nackt und es störte sie nicht, weil sie einander vertrauten. Worin liegt hier jetzt der Impuls für den Alltag? Achtsamkeit schafft Vertrautheit, Vertrautheit schafft Offenheit und damit die Gnade, sich verletzlich, schutzlos, vielleicht auch nackt zu zeigen.

Und das ist heilig, weil es auch so leicht zerstört werden kann. Es beginnt mit Achtsamkeit gegenüber dem Nächsten, gegenüber der Schöpfung in ihrer Zerbrechlichkeit, gegenüber dem Augenblick und seinem Anruf.

Wege hin zum Frieden

Beendet Hass und Aggression oder Großzügigkeit die Gewaltspirale?

- Von Michael Becker

Diese Statue steht im finnischen Savonlinna vor einem Soldatendenkmal aus dem sogenannten Winterkrieg 1939 zwischen Finnland und der Sowjetunion.

Ein kniender Mann übergibt seinen Soldatenhelm. Er liefert sich aus. Allein der Blick sagt etwas gänzlich anderes aus. Ich lese Stolz, wenn nicht auch Hass darin. Als würde er nur darauf warten, es dem Aggressor so bald wie möglich heimzuzahlen.



Und will der Angreifer der Sieger bleiben, muss er den Unterlegenen unterdrücken, denn Gewalt erzeugt Gegengewalt. Genau und nur genau für diese Situation hat Jesus einen überraschenden Handlungsvorschlag: Wenn einer dich zwingt, eine Meile mit ihm zu gehen, dann gehe zwei mit ihm.

Hintergrund ist das Recht der römischen Besatzungssoldaten, jeden Einheimischen zu zwingen, sein Gepäck für eine Meile zu tragen. Weigerte der sich, konnte er getötet werden. Eine zweite Meile mit dem Soldaten zu gehen, bedeutete dann, aus der Rolle des Unterdrückten in die Rolle des großzügigen Helfers zu wechseln. Das gab Würde zurück und durchbrach die Gewaltspirale.

Genauso in dem berühmten Satz mit der Wange: Ein Rechtshänder kann einem anderen Mann nur mit dem Handrücken auf die rechte Wange schlagen, äußerst

demütigend. Bietet der Geschlagene dann auch die andere an, fordert er den Schläger auf, mit Würde von Mann zu Mann zuzuschlagen.

Jesu Vorschläge sind Ideen, sich aus der Opferrolle zu befreien und zum Überlegenen zu werden. Sie hebeln die Spirale aus. Gewalt löst keine Konflikte, sie verlängert sie. Das bedeutet aber noch lange nicht, dass man sich nicht für den Konflikt rüsten darf, um ihn zu verhindern. Alles andere wäre naiv und würde das Böse im Menschen verleugnen.

Foto: Michael Becker

Rund 70000 Finnen wurden im „Winterkrieg“ 1939/40 gegen die Sowjetunion verwundet oder getötet

Klosterurlaub – mal was anderes

- Von Michael Becker

Vielleicht haben Sie den Urlaub bereits hinter sich und dennoch Lust, noch einmal für ein paar Tage fortzufahren. Vielleicht ist das folgende etwas: 360 km von Rottweil mit dem Auto, auch mit der Bahn gut erreichbar, nahe einer ansehnlichen Stadt und doch etwas zurückgezogen. Ein aktives Kloster mit engagierten Schwestern und doch nicht spartanisch: Das Kloster Arenberg bei Koblenz. Die Dominikanerinnen dort beschreiben ihr Angebot folgendermaßen: „Eine ganzheitliche Sorge für Leib, Seele und Geist – das ist das Konzept von Kloster Arenberg. Hier können Sie Ihren Klosterurlaub in Verbundenheit mit der Natur verbringen. Mit Wellness- und Fitnessangeboten. Und einer heilsamen Spiritualität. Kloster – das bedeutet immer auch Gastfreundschaft. Die Schwestern und Mitarbeiter von Kloster Arenberg teilen ihren Ruhe- und Kraftort mit Menschen, die sich nach klösterlicher Stille sehnen. Die aufatmen und neue Lebensenergie tanken möchten.“ Wir waren nach Weihnachten ein paar Tage dort und können es empfehlen. Wirkliche Stille wird man dort nicht finden, aber wenn man noch ein paar Tage weg möchte und mal etwas anderes machen möchte, dann ist das eine Idee.