

Wolfgang Öxler

Haltestellen für die Seele

Gedanken für den Weg durchs Leben

Mit Fotografien von Andrea Göppel

HERDER 

FREIBURG · BASEL · WIEN





Vorwort	9
Sehnsucht & Aufbruch	11
Wachsen & Werden	23
Rhythmus & Klang	33
Herz & Seele	49
Hoffnung & Vertrauen	65
Annehmen & Verwandeln	75
Halt an & Sei da	87
Suchen & Zweifeln	101

Inhalt

Hindernisse & Brücken	113
Achtsamkeit & Augenblick	123
Aber & Trotzdem	137
Dankbarkeit & Glück	145
Gehimmelt & Geerdet	161
Gottesvoll – den Menschen nah	169
Autor & Fotografin	176
Textquellen	177
Bildverzeichnis	178



Vorwort

Bilder prägen unsere Seele. Das Bild von einem See, in dem sich der Himmel widerspiegelt, und einem Boot, das am Ufer festmacht, verströmt Weite und Tiefe. Die Worte »See« und »Seele« sind verwandt. Die Seele ist so etwas wie Gottes Wohnung im Menschen. Sie ist der Kompass, nach dem der Mensch sein Leben ausrichtet, sie ist die Antenne zu Gott.

Es scheint ein Gesetz unserer Welt zu sein, dass alles immer schneller wird. Deshalb ist es gut, gerade dann auf den eigenen, inneren Tacho zu schauen, wenn die Seele mit dem äußeren Tempo nicht mithält.

Je mehr der Mensch sein Leben beschleunigt, desto mehr verliert er den Zugang zu seiner Seele. Unsere Seele reist langsam. Damit die Seele nachkommen kann, braucht sie Haltestellen.

Die Bilder und Gedanken in diesem Buch mögen Rastplätze sein, an denen unsere Seele ankern kann.

Halt inne, sei achtsam und komm mit deiner Seele in Berührung, damit dein Leben glücken kann.

Erzabt Wolfgang Öxler OSB, St. Ottilien



Sehnsucht & Aufbruch



Fange nie an aufzuhören, höre nie auf anzufangen!

Diesen Satz von Cicero habe ich immer mal wieder in ein Poesiealbum geschrieben. Für mich bringt dieser Satz eine Lebenshaltung zum Ausdruck. Viel Kraft liegt in einem neuen Anfang. Immer wieder neu anfangen, ganz egal, wie jung oder alt man ist. Das bleibt eine Herausforderung, die das Leben an uns stellt. Kinder fallen immer wieder mal zu Boden und stehen gleich wieder auf. Kinder können immer wieder das gleiche Spiel beginnen. Wir Erwachsene laufen dagegen schnell Gefahr, einfach liegen zu bleiben und aufzugeben.

Wenn Jesus uns auffordert, wie Kinder zu werden, steckt darin auch die Einladung: »Fange nie an aufzuhören und höre nie auf anzufangen!« Diese Tugend kann man auch Resilienz nennen. Sie ist eine Widerstandskraft unserer Seele. Widerstand leisten gegen die Zumutungen der Welt.

Seiner Herkunft nach bedeutet das Wort »Resilienz« Elastizität. Wenn wir unsere inneren Kräfte aktivieren, dann sind wir wie ein Gummiband, das, nachdem es strapaziert bzw. gestresst wurde, wieder in seinen ursprünglichen Zustand zurückspringt.

Man könnte Resilienz auch mit einem Stehaufmännchen vergleichen. Menschen, die aus dem Glauben und einer tiefen Gottesbeziehung leben, haben solch eine »Sprungfeder« in sich.

Immer wenn ich auf den Knopf meines Autoschlüssels drücke und der Zündschlüssel herausspringt, denke ich daran, ein Stehaufmännchen zu sein.

Uns Christen ist die Auferstehung verheißen, wir sind Steh-auf-Menschen bis in die Ewigkeit hinein. Resilienz stärkt das Immunsystem der Seele. Der Glaube gibt uns die Kraft, immer wieder neu anzufangen. Möge Gott uns immer wieder diese Kraft des Neuanfangs schenken.

So wünsche ich auch dir, dass du bei all dem, was das Leben dir zumutet, die Liebe, die Leichtigkeit und den Humor nicht verlierst.

Neuanfang beginnt bereits bei den Gedanken:

Achte auf deine Gedanken, denn sie werden Worte.

Achte auf deine Worte, denn sie werden Handlungen.

Achte auf deine Handlungen, denn sie werden Gewohnheiten.

Achte auf deine Gewohnheiten, denn sie werden dein Charakter.

Achte auf deinen Charakter, denn er wird dein Schicksal.

Aus dem Talmud

