

## Das Leben in Fülle

Gib jedem Tag die Chance, der schönste deines Lebens zu sein. Diese Aufforderung des berühmten Schriftstellers Mark Twain steht – etwas anders formuliert, aber doch ähnlich – in der Bibel. Dort heißt es im Johannes Evangelium: *Ich bin gekommen, damit sie das Leben haben und es in Fülle haben.* Wer das Leben in Fülle hat, der hat auch schönste Tage.

Was aber heißt „Leben in Fülle“?

*Leben in Fülle*, für mich geht es um das Lebendigwerden.

Dankbarkeit kann in Lebendigkeit gipfeln und diese Lebendigkeit wird im Symbol des Herzens zusammengefasst. Herz bedeutet jene Mitte unseres Seins, in der Intellekt, Wille, Gefühle, Geist und Körper, Vergangenheit und Zukunft eins werden.

Momente uneingeschränkter Aufmerksamkeit sind Augenblicke in denen wir mit Herz, Seele und Leib da sind. Ein Gefühl von Ganzheit, in denen wir uns mit allem eins fühlen.

In der Regel ist das, was uns zutiefst berührt, eine überraschend kleine Angelegenheit, ein alltägliches Ereignis, etwas, das wir schon oft gemacht haben. Es scheint keinen Grund zu geben, warum es mich plötzlich so berührt, aber es geschieht.

Ja, das Alltägliche dieses Moments berührt mit außerordentlicher Macht mein Herz.

## Impuls im Mai

Die erstaunlichste Entdeckung ist dabei, dass in der Tiefe meines Herzens, um es mit Augustinus zu sagen: „*Gott mir näher ist als ich mir selbst*“.

Es ist das Herz, wo wir Gott treffen. Gott zu treffen bedeutet Leben.

Sobald ich entdecke, dass im Herzen, in meiner Tiefe – meinem Seelengrund - Gott - mir näher ist, als ich selbst es mir bin, dann bin ich in mir angekommen. Wenn das dürstende Herz den Brunnquell des Lebens in seiner Tiefe entdeckt, dann kommen wir zum Ausgangspunkt, zum Quell aller Lebendigkeit.

Es ist fast unmöglich, solche Momente an Lebendigkeit in Worte zu fassen. Aber Worte können Hinweise geben und Erinnerungen auslösen. Woran man sich zuerst erinnert ist ein tiefes Gefühl von Dankbarkeit für einen geschenkt gegebenen Augenblick. Wenn unser dankendes Herz zum empfangen sich öffnet, dann sind wir eins. Wir antworten vom Herzen her, von jener Mitte, wo Leben und Lebendigkeit walten.

Schw. M. Andrea

