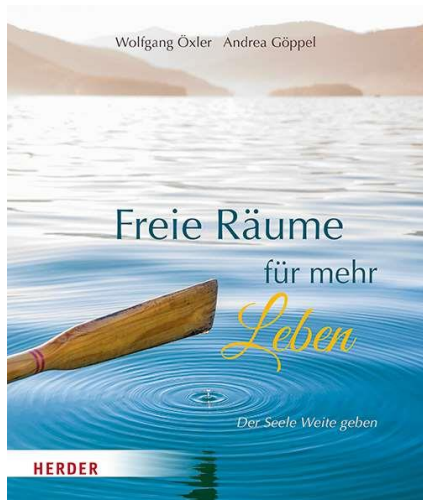


Religiöses Buch des Monats, Mai 2022ⁱ



Wolfgang Öxler

Freie Räume für mehr Leben

Der Seele Weite geben

Betrachtungen in Text und Bild zu verschiedenen "Räumen" unseres Lebens, in denen unsere Seele ihre Freiheit finden kann.

Wir Menschen sehnen uns immerzu nach mehr, auch wenn wir nicht immer genau wissen, worin wir unser Lebensglück eigentlich finden können. "Ein Mehr an Leben braucht Entschiedenheit, mitunter auch ein Loslassen", sagt Wolfgang Öxler, Erzabt der Benediktinerabtei St. Ottilien. Ein Zuviel kann ebenso unfrei machen wie der Mangel, auf das "rechte Maß" kommt es an, wie der Gründer des Benediktinerordens, der heilige Benedikt von Nursia, immer wieder betont hat. Es geht also vor allem darum, das Wesentliche vom Unwesentlichen zu trennen, um der Seele echte Freiräume zu verschaffen.

Aber wie können wir diese "freien Räume für mehr Leben" erlangen? Zum einen ist eine gewisse Ordnung nötig, die uns hilft, den Überblick zu behalten. Ein strukturierter Tagesablauf und bestimmte Rituale können dabei eine große Hilfe sein - auch das kann man sehr gut vom Ordensleben lernen. Zum anderen muss man sich vor allem bewusst machen, dass mehr Leben nicht durch "mehr haben" entsteht. Nicht der materielle Besitz ist entscheidend für unser Lebensglück - aber auch nicht die Leistung oder der Erfolg. "Es kommt im Leben nicht so sehr auf das an, was bei unserem Tun herauskommt, sondern darauf, was in uns Platz findet", stellt der Erzabt in eindrucksvoller Deutlichkeit fest. Das entscheidende Mehr in unserem Leben besteht darum in "mehr Glaube, Hoffnung und Liebe".

Die einzelnen Kapitel des Buches betrachten nun verschiedene "Räume" unseres Lebens, in denen ein solches Mehr an Leben möglich ist, in denen unsere Seele ihre Freiheit finden kann. Dass dabei Begriffe wie "Zeitraum" oder "Freiraum" eine wichtige Rolle spielen, ist wenig überraschend, ebenso nimmt Wolfgang Öxler jedoch

unterschätzte, ja vielleicht sogar eher geringgeschätzte Räume in den Blick seiner Betrachtungen. Zwischenräume etwa, Lücken scheinen den meisten nur vergeudete Zeit zu sein - aber gerade in ihnen kann Neues wachsen; Leerstellen können auf Wichtiges hinweisen, das fehlt. Auch Warteräume werden meistens nicht besonders geschätzt, und doch macht uns das Warten etwas ganz Entscheidendes bewusst: dass wir als Menschen über die wichtigsten Dinge im Leben letztlich keine Kontrolle haben. Wer geduldig wartet, gibt jedoch seiner Sehnsucht eine Richtung, ist bereits auf ein Ziel hingeeordnet, hofft und vertraut darauf, dass uns das Eigentliche zur rechten Zeit geschenkt wird. Das Warten führt so zu einer positiven Lebenshaltung.

Noch eine ganze Reihe weiterer Räume wird in diesem Buch Gegenstand der Betrachtung - bis hin zum Himmelsraum, mit dem man sich durch das Lob Gottes verbinden kann. Die kurzen Textabschnitte (meist zwei bis drei Seiten) verlieren sich nicht in Abschweifungen, sondern gehen immer sofort in die Tiefe, sie vermitteln überzeugende Einsichten und enden oft - farblich abgesetzt - mit einem kurzen Gebet oder in Fragen, die man sich stellen kann (oder denen man sich vielleicht auch stellen sollte...), oder in kurzen Sinnsprüchen. Nicht nur schmückendes Beiwerk, sondern ein ganz wesentliches Element sind in diesem Band die vielen großformatigen Farbfotos von Andrea Göppel. Sie bringen die in den Texten vorgestellten Einsichten bildhaft zum Ausdruck: meist nur wenige (oft aber intensive) Farben schaffen das Gefühl von Einfachheit und Klarheit, die Bilder wirken konzentriert, ohne allzu viele Details, vermitteln vor allem Ruhe und Weite. Motive sind oft Landschaften oder Wolkenformationen, verschiedenste Pflanzen, auch Kloster- und Kirchenräume, verschiedene Gegenstände, oft mit starkem Symbolgehalt (Schale, offene Türe, Fenster, Netz, Uhr, Kerzen...). Wer dazu bereit ist, diese Texte und Bilder auf sich wirken zu lassen - und dieses Buch macht das den Lesenden und Betrachtenden wirklich leicht -, wird in jedem Fall großen Gewinn daraus ziehen!

(Thomas Steinherr)

ⁱ <https://www.michaelsbund.de/product/9783451033797-freie-raeume-fuer-mehr-leben.html> [Zugriff: 30.04.2022]