

Lukas Niederberger

Die **KUNST**
engagierter
Gelassenheit



Wie man brennt, ohne auszubrennen

Kösel

Abschließen möchte ich diesen zweiten Buchteil mit den *10 Regeln zur Gelassenheit*. Verfasst hat sie der legendäre Papst Johannes XXIII. (1881–1963), der sich mit einer gesunden Portion Selbstironie auch oft gesagt haben soll: »Giovanni, nimm dich nicht so wichtig.« Da er seine *10 Regeln der Gelassenheit* bewusst auf den aktuellen Tag bezieht, könnten sie auch im sechsten Kapitel (Heute leben und ganz handeln) stehen. Doch der gebürtige Angelo Giuseppe Roncalli erwähnt in den 10 Punkten praktisch alle Dimensionen der Gelassenheit und rundet diesen Buchteil quasi in einer Synthese ab:

144

Von guten Mächten geborgen

1. Nur für heute werde ich mich bemühen, den Tag zu erleben, ohne das Problem meines Lebens auf einmal lösen zu wollen.
2. Nur für heute werde ich die größte Sorge für mein Auftreten pflegen: vornehm in meinem Verhalten; ich werde niemand kritisieren; ich werde nicht danach streben, die anderen zu korrigieren oder zu verbessern ... nur mich selbst.
3. Nur für heute werde ich in der Gewissheit glücklich sein, dass ich für das Glück geschaffen bin ... nicht nur für die andere, sondern auch für diese Welt.
4. Nur für heute werde ich mich an die Umstände anpassen, ohne zu verlangen, dass die Umstände sich an meine Wünsche anpassen.
5. Nur für heute werde ich zehn Minuten meiner Zeit einer guten Lektüre widmen; wie die Nahrung für das Leben des Leibes notwendig ist, ist die gute Lektüre notwendig für das Leben der Seele.
6. Nur für heute werde ich eine gute Tat vollbringen, und ich werde es niemandem erzählen.
7. Nur für heute werde ich etwas tun, zu dem ich keine Lust habe; sollte ich mich in meinen Gedanken beleidigt fühlen, werde ich dafür sorgen, dass niemand es merkt.
8. Nur für heute werde ich ein genaues Programm aufstellen. Vielleicht halte ich mich nicht genau daran, aber ich werde es aufsetzen. Und ich werde mich vor zwei Übeln hüten: der Hetze und der Unentschlossenheit.
9. Nur für heute werde ich fest glauben – selbst wenn die Umstände das Gegenteil zeigen sollten – dass die gütige

Gelassenheit

Vorsehung Gottes sich um mich kümmert, als gäbe es sonst niemanden in der Welt.

10. Nur für heute werde ich keine Angst haben. Ganz besonders werde ich keine Angst haben, mich an allem zu freuen, was schön ist, und an die Güte zu glauben. Mir ist es gegeben, das Gute während zwölf Stunden zu wirken; mich könnte es entmutigen, zu denken, dass ich es das ganze Leben durchsetzen muss.

Johannes XXIII. spricht die wesentlichen Elemente der Gelassenheit an:

- › nicht alle Probleme sofort lösen wollen
- › andere akzeptieren wie sie sind
- › Änderungen bei uns selbst beginnen
- › mit unveränderbaren Umständen kooperieren
- › Zeit nehmen für die Muße
- › Gutes unbemerkt tun, unabhängig vom Applaus
- › uns im Tun nicht von der Lust abhängig machen
- › Zeit entschieden planen, gleichzeitig offen bleiben
- › uns wichtig nehmen und gleichzeitig relativieren
- › Ängste wandeln in Freude am Schönen
- › auf Gott vertrauen

- Welche Erkenntnisse und Fragen habe ich in diesem zweiten Buchteil für mich gewonnen?
- In welche Richtung möchte ich mich bezüglich engagierter Gelassenheit entwickeln?
- Und wie bewirke ich die gewünschten Veränderungen? Welches sind meine nächsten Schritte?

146

Klare Ziele und offene Wege

Tue das Gute vor dich hin
und bekümmere dich nicht,
was daraus werden wird.
Matthias Claudius (Dichter, 1740–1815)

Ich komm', ich weiß nicht woher,
ich bin, ich weiß nicht wer,
ich tu' und weiß nicht, was ich kann,
ich sterb', ich weiß nicht wann,
ich geh', ich weiß nicht wohin,
mich wundert's, dass ich so glücklich bin.
Heinrich von Kleist (Dramatiker und Lyriker, 1777–1811)

Das ist mein Weg, welches ist dein Weg?
DEN Weg gibt es nicht.
Viele verfolgen hartnäckig den Weg,
den sie gewählt haben,
aber nur wenige das Ziel.
Friedrich Nietzsche (Philosoph und Dichter, 1844–1900)

Wie sich engagierte Gelassenheit konkret äußern kann, formulierte der Musikkritiker Peter Hagmann von der Neuen Zürcher Zeitung treffend in einem Artikel über das Konzert vom 19. August 2007 im Luzerner Kulturzentrum. Ergriffen beschrieb er, wie der damals 74-jährige Claudio Abbado die 3. Sinfonie von Gustav Mahler mit dem selbst zusammen gestellten Lucerne Festival Orchestra dirigierte:

Engagierte Gelassenheit

»Dazu kommt, schließlich, die Gelassenheit Claudio Abbados. Nicht dass er sich zurücklehnte oder gar de-sengagiert wirkte, seine innere Energie und seine Aura sind vielmehr ungebrochen. Aber jede Form des Erzwingens, jede Art Druck oder Anspannung sind ihm fremd; und weil er sich unter Könnern und Freunden aufgehoben fühlt, ergibt sich gegenseitiges Vertrauen und entsteht die Musik gleichsam von selbst. Das Ziel steht fest und wird von allen Beteiligten getragen; auf dem Weg dazu, so macht es den Anschein, herrscht ein hohes Maß an Selbstverantwortung, fördert der Dirigent das Potenzial des Einzelnen, sei er alt und erfahren oder jung und lernbegierig, um es im Kollektiv fruchtbar werden zu lassen – ein Beispiel für gelungene Menschenführung in einem hochspezialisierten Umfeld. Und ungefähr das Gegenteil dessen, was man sich landläufig unter dem Wirken eines Dirigenten vorstellt. Denn gerade nicht um Selbstverwirklichung auf einen Schlag geht es hier; im Vordergrund steht vielmehr die Erfahrung, dass gerade dort, wo Raum gelassen wird, das Besondere entsteht.«

Das Wesen der engagierten Gelassenheit wird in dieser Konzertkritik wunderbar beschrieben als ein zielstrebiges und leidenschaftliches Wirken, das gleichzeitig bezüglich der Wege und des Vorgehens maximale Offenheit und Freiheit zulässt und sich mit den eigenen fixen Vorstellungen zurücknimmt. Engagierte Gelassenheit zeigt sich dort, wo wir die existierende Differenz und Verschiedenheit, Vielfalt und

Komplexität des Lebens und der Welt in unsere Aktionen integrieren. Menschen, für die alles klar und eindeutig, weiß oder schwarz, gut oder böse ist und sein muss und die immer alles im Griff haben und für alles klare Konzepte erstellen wollen, können engagierte Gelassenheit nie erfahren. Engagierte Gelassenheit ist fokussierte Hingabe bei gleichzeitiger Offenheit. Ein gut befreundeter Maler geht auf Grund seiner spirituellen Praxis immer mehr mit einer inneren Haltung an seine Werke und weiß am Anfang meistens nicht, was im Prozess des Malens entstehen wird. Mit innerem Feuer und voller Präsenz lässt er sich führen. Der Akt des Malens wandelt sich bei ihm immer mehr vom Machen zum Geschehen-Lassen und Empfangen. Gelassenes Engagement besitzt ein klares Anliegen, eine hohe Bereitschaft zur Hingabe, ist angetrieben von einem starken Feuer und strebt nach einem bestimmten Ziel. Und gleichzeitig verzichtet das gelassene Engagement auf einen starren Zeitrahmen, eine allzu enge Form und einen einzigen möglichen Weg, um die angestrebte Veränderung zu bewirken.

Wir können und müssen nicht immer alles verstehen. Und auch nicht sofort. Engagierte Gelassenheit bedeutet, mit den Widersprüchen und offenen Fragen, dem Paradoxen und Geheimnisvollen in uns, in der Welt und bezüglich der transzendenten Wirklichkeit konstruktiv umzugehen. Oder wie Rilke es formulierte: die Fragen leben und in die Antworten hinein wachsen.

Engagierte Gelassenheit im Sinn eines klaren Ziels und Auftrags bei gleichzeitiger Offenheit bezüglich der Wege und Mittel können wir nicht zuletzt vom Schöpfer allen Le-

Engagierte Gelassenheit

bens lernen. Einerseits hat er gemäß der Bibel die Welt und den Menschen mit Herzblut und Leidenschaft geschaffen und dieses Werk auch mit einem klaren Ziel und Auftrag verbunden: Der Mensch soll darin das Leben schützen und fördern, Verantwortung tragen sowie dem Frieden und der Gerechtigkeit dienen. Gleichzeitig hat der Kreator dem Menschen völlige Freiheit geschenkt, ob und wie er dieses Ziel erreichen will. Dass diese Entlassung in die Freiheit einen sehr hohen Preis hatte und im Lauf der Geschichte unendlich häufig missbraucht wurde, wissen wir zur Genüge. Trotzdem ist es genau diese Haltung, die Eltern, Pädagogen und letztlich alle Menschen entwickeln müssen, wenn sie Verantwortung für andere tragen wollen und müssen und dabei nicht vor Sorgen gelähmt werden wollen. Das Wirken mit engagierter Gelassenheit schenkt anderen ein Maximum an Vertrauen und Freiheit.

Sinnvolle Nähe und nötige Distanz

Das müssen wir auch lernen, liebe Schwester,
andere ihr Kreuz tragen zu sehen
und es ihnen nicht abnehmen zu können.
Es ist schwerer als das eigene zu tragen,
aber wir kommen auch daran nicht vorbei.
Sr. Edith Stein (Philosophin, KZ-Opfer, 1891–1942)