Innehalten – Innewerden

21.02.2023

Einfach mal den Alltag unterbrechen, sich nicht länger treiben lassen, die Kontrolle **übernehmen und eine Pause machen – das bedeutet INNEHALTEN. Dazu möchte** diese neue Rubrik einladen, indem an dieser Stelle in unregelmäßiger Folge geistliche Impulse zum Innehalten einladen.

Wer innehält, verlässt das Hamsterrad und wird vom Getriebenen zum Selbstbestimmten. Immer wieder einmal innehalten eröffnet auch die Freiheit, den nächsten Schritt, die nächste Aufgabe, die nächste Entscheidung noch einmal zu bedenken. Mit kleinen Pausen im Tun machen wir uns bewusst frei von den Erwartungen anderer und übernehmen immer wieder neu selbst die Verantwortung für alles Kommende. Wir werden aufmerksam auf Details, die wir sonst übersehen könnten und öffnen damit unsere Sinne für das ansonsten Verborgene.

Innehalten setzt der Entzauberung der Welt die Überzeugung entgegen, dass wir im tieferen Betrachten des oberflächlich Wahrnehmbaren eine Ahnung von Gottes Gegenwart bekommen.
Deshalb möchte ich dazu ermutigen, öfter einmal innezuhalten, stehen zu bleiben, Pausen zu machen, das Gesicht der Sonne zuzuwenden und die Augen zu schließen.

Wer so innehält, kann INNEWERDEN. Im Augenblick der Unterbrechung kann eine neue Form des Bewusstwerdens entstehen.
In der Bibel wird dieser Ausdruck häufig verwendet, wenn Menschen klar wird, wer der heilige Gott ist und wer sie selbst sind. Innewerden bedeutet also eine tiefere Erkenntnis der Bedeutung einer Sache oder Person, für die es Momente der Stille und des Abstands, eben des Innehaltens bedarf.

So wundern sich die Juden über die vollmächtige Rede des Gottessohnes, der doch die Schriften nicht studiert hat, worauf Jesus ihnen sagt: "Meine Lehre ist nicht von mir, sondern von dem, der mich gesandt hat. Wenn jemand dessen Willen tun will, wird er innewerden, ob diese Lehre von Gott ist oder ob ich aus mir selbst rede." (Joh7,16.17)

Wer nicht einfach nur tun will, was andere wollen, sondern was Gott will, ist daher gut beraten zunächst innezuhalten, um sich vom eigenen Willen und den Erwartungen anderer zu distanzieren.
Dann kann das Innewerden folgen, die Einheit mit Gott im Heiligen Geist – die letztlich dazu führt, dass ein Mensch von diesem Geist getrieben als Kind Gottes erkennbar wird.

Also: Heute schon innegehalten?

Apostel M. Pfützner