

Innere Reise

Geliebter Mensch,

von allen Lebewesen ist der Mensch am längsten auf andere angewiesen, bevor er auf eigenen Beinen stehen kann. Das liegt an unserer Verletzlichkeit bei der Geburt, am langsamem Wachstum unseres Gehirns und an der Fülle und Herausforderung des beeindruckenden Netzes sozialer und kultureller Verbindungen, von denen wir ein Teil sind. Häufig verläuft diese Entwicklung fast unbemerkt und manchmal tritt sie kristallklar hervor. Als Vater erinnere ich mich lebhaft an die Phase unserer Kinder, in der vieles von dem stolzen Ausruf begleitet wurde: „Will selber machen!“ Mit einem Lächeln beobachtete ich, wie sich ihr Wunsch nach Unabhängigkeit mit ihrer noch so zarten Abhängigkeit mischte. Es ist ein Paradoxon, das unser Menschsein zutiefst prägt: Wir wollen *wir selbst* sein und in *Verbundenheit* leben. Aber wie findet man dazwischen ein Gleichgewicht?

Auf der Suche nach dem Selbst stellen sich universelle Fragen wie: Wer bin ich? Wer möchte ich sein? Und wie passe *ich in Gemeinsamkeit*? Solche Fragen schleichen sich nicht nur leise ein, sondern brechen sich manchmal auch in Momenten Bahn, in denen wir am wenigsten auf sie vorbereitet sind. Sie können dich herausfordern, bewegen und sogar verunsichern. Erkennst du diese Momente in deinem eigenen Leben?

Antworten auf diese existenziellen Fragen zu finden, ist eine persönliche Verantwortung. Gleichzeitig können uns die Geschichten anderer inspirieren und ermutigen. Indem wir Erfahrungen teilen, stärken wir uns gegenseitig und finden vielleicht den Mut, unsere eigenen Antworten zu finden. Aus diesem Grund möchte ich auf den Artikel „Mein Platz“ (Mijn plek) aus dem *VANDAAG Magazine*¹ hinweisen. Darin teilt Johanna Hoogendam ihre innere Reise mit dem Leser und was sie ihr gebracht hat. Ihre Geschichte hat mich zu einigen Überlegungen angeregt:

In einer häufig hektischen und herausfordernden Welt übersehen wir manchmal vielleicht, wie wichtig es ist, zu verharren und sich nach innen zu wenden. Manchmal „zwingt“ dich das Leben in einen solchen Moment, aber es erfordert auch Mut und Weisheit, es nicht einfach mit dir geschehen zu lassen. Was würde passieren, wenn du dir ab und zu erlaubst, innezuhalten? Ruhe zu suchen, bevor das Leben dich dazu zwingt?

Solche Momente der Selbstreflexion erfordern ein sicheres Umfeld. Einen Ort, an dem du nach Hause kommen, deine Sorgen loslassen und durchatmen kannst. Das kann ein physischer Ort sein, zum Beispiel in der Gemeinschaft oder in der Natur, aber auch ein innerer Raum, in dem wir uns erlauben, still zu werden und auf unsere innere Stimme zu hören.

Selbsterforschung erfordert neben Mut auch Ehrlichkeit. Es ist nicht leicht, seine Grenzen vorbehaltlos anzuerkennen, das Vertraute loszulassen und das Ungewisse anzunehmen, aber es kann Raum für neue Perspektiven und Möglichkeiten schaffen. Es gibt dir die Chance, nicht nur deine Verletzlichkeit zu sehen, sondern auch die Stärke, die daraus entstehen kann.

Wenn sich Bilder über das eröffnen, was für dich von tiefem Wert ist, stellt sich die Frage, ob du diesen neuen Erkenntnissen Gehör schenken willst und kannst. Das Vertraute loszulassen ist schon nicht leicht, aber sich dem Unbekannten zu stellen - mit all seinen Unwägbarkeiten - erfordert unglaublichen Mut. Und doch...

Und doch, wenn du es wagst, dich mutig und ehrlich zu hinterfragen, auf deine innere Stimme zu hören und dich dem Unbekannten zu stellen, kann möglicherweise etwas Wunderbares geschehen. Es könnte einfach passieren, dass *du selbst sein* und *in Verbundenheit* in Einklang sind. Dass sich dein Platz im großen Ganzen plötzlich auftut. Und wie sieht das aus? Sieh dir das Foto zu diesem Artikel genau an.

Mit einem herzlichen Gruß
Bruder Marten van der Wal



Aufmerksamkeit für alle Friedensarbeiter

¹ VANDAAG Magazine, Winter 2024/2025, Seite 18 und 19