

Karsamstag - Einswerden

Auch der Karsamstag hat eine wichtige Funktion auf dem Weg unserer Ganzwerdung. Die Liturgie mutet uns zu, uns einen ganzen Tag dem toten Christus im Grab zu stellen. Und sie fordert uns auf, in das eigene Grab zu steigen, in die eigene Tiefe und darin eins zu werden mit dem Grund unseres Seins, mit den Wurzeln unseres Lebens. [...] Von der Psychologie her können wir dieses Bild [Christus steigt hinab in das Reich des Todes] so deuten: Christus ist in unseren Schatten hineingestiegen, in unser Unbewusstes, um all das zu erlösen, was in unserem Schatten begraben liegt. [...]

So können wir mit ihm zusammen selbst in das eigene Grab, in das eigene Unbewusste steigen, allerdings nur soweit, als wir uns in der Verbindung mit Christus wissen. Sonst überfordern wir uns. Wir sollen daher die Ängste beobachten, die in uns aufsteigen. Wenn die Angst zu groß wird, dürfen wir uns nicht weiter auf das Unbewusste einlassen. Dann sollen wir lieber auf Christus schauen, wir brauchen sein Licht, um unsere Dunkelheit zu erhellen. Wenn wir seinen Lichtstrahl nicht mehr spüren, müssen wir stehenbleiben. Alles andere wäre Überheblichkeit. [...]

Am Karsamstag geht es ferner um die Heilung der eigenen Lebensgeschichte, um die Heilung der Erinnerungen.

Die Mönche in Ägypten kannten eine Übung, die uns helfen soll, unsere Vergangenheit mit ihren Wunden heilen zu lassen. Wir sollen uns vorstellen, dass wir drei Tage lang im Grabe liegen. Wenn wir uns diese Vorstellung einmal zumuten, was würden wir da in unserem Grab zurücklassen, was würde da von uns abfallen? Welche übertriebenen Ansprüche, die uns das Leben verstellen, welche Ängste, welche Erinnerungen, welche falschen Motivationen? Welche Steinbrocken schleppen wir unnütz mit uns herum, die wir im Grab zurücklassen sollten? Wieviel Totes tragen wir in uns, in unserem Leib, in unseren Gefühlen? Wieviel Verhärtungen liegen uns wie Brocken im Magen? All das sollten wir im Grab lassen. Dann könnten wir unbeschwerter, freier, echter aufstehen. Und wir sollten unsere Wunden zurücklassen. Wir sind oft unfähig zum Leben, unfähig zum Gegenwärtigsein, weil wir die Wunden der Vergangenheit an uns tragen, weil uns diese Wunden zu sehr beschäftigen und uns den Blick für den Augenblick trüben. Solche Wunden brauchen oft lange

bis sie heilen. Wir sollten uns fragen: was sind meine Wunden, die ich mit mir trage, an denen ich weiterleide, die ich nicht zuheilen lasse? Enttäuschung, Versagen, Blamagen, Scheitern an mir selbst, Kränkungen durch Menschen, Ängste? Was taucht da alles auf, wenn ich in meine Vergangenheit hineinschaue? Wo melden sich Wut und Groll, wo steigen Aggressionen hoch, weil mir auf einmal bewusst wird, wie weh mir das getan hat, dass ich lächerlich gemacht worden bin, dass andere vorgezogen worden sind, dass meine tiefsten Wünsche nach Zärtlichkeit und Liebe, nach Geborgenheit und Verstandenwerden nicht erfüllt worden sind, weil meine Eltern zu sehr mit sich beschäftigt waren? Was hat mich als Kind verletzt, woran denke ich heute noch voller Wut und Ärger? Wir sollten einfach unsere ganze Lebensgeschichte durchgehen nach Erfahrungen, die uns weh getan haben, nach Kränkungen, nach Wunden, die uns Menschen zugefügt haben. Und wir sollten uns fragen, wie wir auf diese Kränkungen reagiert haben? Vielleicht wollten wir sie nicht in ihrem ganzen Schmerz wahrhaben, weil sie zu weh getan haben. Und so haben wir die Zähne zusammengebissen, so haben wir uns an dieser Stelle zugemacht, damit wir den Schmerz nicht so spüren mussten. Aber all diese Stellen sind dabei abgestorben. Sie fehlen uns jetzt, wir schleppen sie mit uns herum als starre und tote Teile, die nicht richtig zu uns gehören. Es gibt viele Menschen, die die innere Heilung verweigern. Und vielleicht entdecken auch wir, dass wir nicht vorbehaltlos bereit sind, uns von Gott wirklich heilen zu lassen. Wir wollen die Entschuldigungen nicht aus der Hand geben, mit denen wir uns vor einer Verwandlung schützen. [...]

Der Karsamstag lädt uns ein, dass wir unsere Wunden und Schwüre bloßlegen, dass wir all die Ersatzbefriedigungen aufdecken, die Sicherungen und Selbstrostmittel, die wir uns als Ausgleich für unsere Kränkungen aufgebaut haben, all die Bitterkeiten und Hassgefühle, die wir bis heute aufrecht erhalten. Wir sollten all das ins Grab legen, es dort liegen lassen, es von Christus heilen lassen, der in der Auferstehung vom Tod als der schmerzlichsten und tiefsten Wunde geheilt wurde und auch uns zu heilen vermag.

Aus: Anselm Grün/Michael Reepen, Heilendes Kirchenjahr. Münster-schwarzacher Kleinschriften 29, Vier-Türme-Verlag 1985, S. 52-58