

Höre mit dem Ohr deines Herzens – Vortrag von Sr. Mary John Mananzan, OSB
am 5.10.2013 in Rom

Einleitung:

Das Thema, das mir gegeben wurde, war: OBSCULTA: OBLATEN, DIE IN DER WELT ZUHÖREN. Sie sind alle vertraut mit den Eröffnungsworten des Prologs der RB: HÖRE MEIN KIND AUF DIE LEHREN DEINES MEISTERS... NEIGT DAS OHR EURES HERZENS. Für Benediktiner ist das die Grundhaltung – nicht nur im Gebet sondern auch in unserem Alltag und bei allem, was uns geschieht. Obwohl Benedikt seine Regel bereits im 6.Jahrhundert schrieb, leben heute noch tausende Mönche, Nonnen, Klosterschwestern und Oblaten nach dieser Regel.

In diesen paar Tagen sind Sie eingeladen, genau das zu tun: AUF VIELE ARTEN AUF GOTTES STIMME ZU HÖREN – TIEF IN IHREM HERZEN, IN DEN SCHRIFTEN, IN GOTTES VOLK, IN GOTTES SCHÖPFUNG

I. DIE HALTUNG DES ZUHÖRENS IM GEBET.

Wenn wir in der Schrift lesen oder in der Heiligen Regel nehmen wir mit dem Ohr unseres Herzens die Botschaft auf, die Gott uns durch die Worte mitteilt. In unserer benediktinischen Tradition hat sich eine besondere Form des Gebets entwickelt, die man LECTIO DIVINA nennt bzw. „Lesen von Gottes Wort“. Wir pflegen sie besonders beim Lesen der Schrift oder der Regel.

Im 12. Jahrhundert beschrieb ein Karthäusermönch namens Guigo die Schritte, die er bei der Lectio Divina für wesentlich hielt. Es gibt verschiedene Arten, Lectio Divina entweder für sich alleine oder in der Gruppe zu praktizieren, aber Guigos Ausführungen sind immer noch die Grundlage dafür.

Diese Schritte sind:

1. LECTIO
2. MEDITATIO
3. ORATIO
4. CONTEMPLATIO
5. ACTIO

Er sagte, der erste Schritt ist lectio (das Lesen). Dabei lesen wir das Wort Gottes, langsam und nachdenkend, so dass es in uns hinein sinkt. Jeder Abschnitt aus der Schrift ist für diese Gebetsmethode geeignet. Der Abschnitt sollte nur nicht zu lang sein.

Der zweite Schritt ist meditatio (das Reflektieren). Dabei denken wir über den Text, den wir ausgewählt haben, nach und grübeln darüber. So können wir schließlich das aus dem Text mitnehmen, was Gott uns geben will.

Der dritte Schritt ist oratio (die Resonanz). Dabei klammern wir unser Denken aus und lassen einfach nur unsere Herzen zu Gott sprechen. Dieses Echo wird durch unser Reflektieren über das Wort Gottes angeregt.

Der vierte Schritt der lectio divina ist contemplatio (das ruhige Betrachten). Dabei lösen wir uns nicht nur von unseren eigenen Ideen, Plänen und unserem Nachsinnen, sondern auch von

unseren heiligen Worten und Gedanken. Im tiefsten Inneren unseres Seins hören wir auf Gott, der mit ruhiger, leiser Stimme zu uns spricht. Beim Zuhören werden wir von innen heraus nach und nach verwandelt.

Diese Verwandlung wirkt sich natürlich wirklich tief greifend auf unsere Lebensweise aus. Und unsere Lebensweise ist der Beweis für die Echtheit unseres Gebets. Wir müssen das, was wir im Wort Gottes lesen, mit hinein nehmen in unser tägliches Leben. Das führt dann zum letzten Schritt, zur ACTIO.

II. FAKTOREN, DIE ZUM ZUHÖREN BEIM GEBET HINFÜHREN

Es gibt einen Unterschied zwischen Hören und Zuhören. Man kann die Worte der Schrift oder der Regel hören, ohne sie jemals für das eigene Leben anzuwenden.

Benedikt spricht nicht vom passiven Hören, sondern von einem aktiven „Sich Einlassen“ auf die Worte, die wir lesen. Jerimiah Grosse weist auf eine Erschwernis für diese Art des Hörens hin:

Eines der Haupthindernisse für solches Zuhören ist die entweder bewusste oder unbewusste Abneigung, die viele Leute gegen das Schweigen haben. Wir leben in einer Zeit, in der wir mit ständigem Lärm bombardiert werden. Dieser Lärm kann mannigfaltig auftreten:

Autoradio, IPOD, Fernsehen oder fortgesetztes müßiges Geschwätz.... Schweigen scheint uns Angst zu machen; dennoch – in der langen Tradition von klösterlicher Literatur wird die Bedeutung des Schweigens betont. Es macht uns aufnahmefähig für Gott, damit wir mit dem Ohr des Herzens hören können. Das Schweigen kommt aus der Aufmerksamkeit für Gottes Gegenwart in unserem Leben und macht uns für das Wort verfügbar, das zu unserem Herzen gesprochen wird. (Life Issues, Net)

Schweigen bedeutet nicht nur das Schweigen der Zunge, sondern ebenso das Schweigen des Geistes und der Empfindungen. In unserem Kloster gibt es das, was wir „das große Schweigen“ nennen. Das fängt um 10.00h abends an, wenn die Schwestern sich in ihre Zellen zurückgezogen haben. Aber auch wenn man dann nicht mehr redet, kann der Geist noch erfüllt sein von Sorgen, inneren Anliegen, usw. und das Herz kann voller Unruhe und emotionalem Aufruhr sein. Es ist also nötig, unser Herz und unseren Geist unter Kontrolle zu halten, damit Gottes Wort nicht von innerem Lärm übertönt wird.

Ein anderer wichtiger Bestandteil des Zuhörens ist das **Alleinsein**. Als Missionsschwestern sind wir den ganzen Tag über mit Aktivitäten beschäftigt - in der Schule oder im sozialen Bereich, usw. Wir versuchen unsere Ruhe und Gelassenheit zu bewahren, indem wir uns Auszeiten nehmen. Wir üben dann das Alleinsein: entweder in unserer Kapelle oder in unseren Zellen oder in Verbindung mit der Natur, indem wir lange Spaziergänge machen oder im Garten sitzen oder den Sonnenuntergang bewundern, usw. Man staunt, welche göttlichen Botschaften die Natur uns vermitteln kann, wenn unser Herz offen dafür ist. Der erste Sonntag jeden Monat und auch die jährliche Rückzugszeit von acht Tagen dient mit dazu, dieses innere Schweigen aufrechtzuerhalten.

Sogar während arbeitsreicher Zeiten in der Schule, bei unserem Dienst oder unserer Arbeit sollen wir **Achtsamkeit** üben. D.h. dort, wo wir gerade sind, sollen wir voll und ganz da sein. Gott kann an allen Orten und bei allen Ereignissen zu uns sprechen. Als politische Aktivistin in der Zeit der Marcos-Diktatur habe ich unter unwahrscheinlichen Umständen Erleuchtung durch die Botschaft des Evangeliums erfahren, wie z.B. bei einer Arbeiterkonferenz und als Streikposten. (Geschichte: über das Ereignis in St. Joseph)

III. VERWANDLUNG, DIE ZUM HANDELN FÜHRT

Wenn man wirklich zuhört, hört man Gottes unaufhörlichen Ruf nach Verwandlung. Eine fortgesetzte innere Umwandlung – das ist mit dem benediktinischen Gelübde der *CONVERSATIO MORUM* gemeint. Wie die Schrift sagt: HEUTE, WENN DU MEINE STIMME HÖRST, VERHÄRTE NICHT DEIN HERZ. Durch diese Verwandlung des Herzens, die uns befähigt, über unsere egoistischen Interessen hinauszuwachsen, können wir den SCHREI DER MENSCHEN IN NOT vernehmen und ihn aufnehmen. In diesem Zusammenhang bedeutet das:

A. DIE STIMMEN VON GOTTES VOLK

1. DER SCHREI DER ARMEN:

In den Philippinen besitzen und kontrollieren zwei Prozent unserer Bevölkerung 75% von allem Land und allem Kapital. Auch wenn wir reich an Bodenschätzen sind, die Mehrheit der Menschen ist arm. Sie haben kein Land und keine Häuser, die ihnen gehören und einige können noch nicht einmal dreimal täglich essen. Sie sind auch meist die am schwersten betroffenen Opfer von Taifunen, Überschwemmungen und anderen Naturkatastrophen. Diese sind in Wirklichkeit nicht ganz naturgegeben, weil der Bergbau und die Abholzung der Wälder zu den Verwüstungen und Menschenopfern beitragen.

Lohnabhängige leiden jetzt unter der Unsicherheit der Beschäftigungsverhältnisse, wegen der Politik der „Arbeitsflexibilität“ und der „Arbeitssicherheit“. Sie können sich nicht in Gewerkschaften organisieren oder für ihre Rechte kämpfen. Es gibt immer mehr „Straßenfamilien“ die in den Städten umher vagabundieren, weil die Bauern in den ländlichen Gebieten kein Land mehr zum Bebauen haben und es auch keine Beschäftigungsmöglichkeiten mehr gibt.

Die Globalisierung ist ebenfalls für die Verarmung von Völkern verantwortlich, denn sie vergrößert die Kluft zwischen *den Reichen und den Armen*. Der Begriff (*Globalisierung*) kann mehrere Bedeutungen haben. Im positiven Sinne kann er internationale Solidarität, Weltbürgertum, usw. bedeuten. Jedoch im ursprünglichen und wirtschaftlichen Sinn bedeutet Globalisierung die Einbeziehung der Volkswirtschaften der gesamten Welt in die freie kapitalistische Marktwirtschaft, die von der Gruppe der Acht (größten Industriestaaten) beherrscht und kontrolliert wird.

Trotz der Versprechungen von globaler Weiterentwicklung und Wohlstand, hat die Globalisierung nicht nur die Kluft zwischen den Reichen und den Armen vergrößert. Sie hat in Wirklichkeit die globale Finanzkrise verursacht und hat einen großen Beitrag zur Umweltzerstörung geleistet. Sie hat den Entwicklungsländern eine exportorientierte, import- und auslandskapitalabhängige, von Schulden gepeinigete Wirtschaft aufgezwungen. Sie hat die Monokultur begünstigt – sowohl in der Landwirtschaft als auch in der Gesellschaft. Die lokalen Regierungen haben ihre Unabhängigkeit verloren. Die WTO und ausländische Körperschaften dürfen die Politik diktieren. Die Globalisierung ist erwiesenermaßen mehr ein Fluch als ein Segen!

2. MIGRANTEN, FLÜCHTLINGE, STAATENLOSE

Millionen von Menschen verlassen ihr Land um im Ausland zu arbeiten, weil es in ihren Heimatländern nicht genügend gute Jobs gibt. In den letzten 30 Jahren hat sich die Zahl von internationalen **Migranten** mehr als verdoppelt – bis zu einer geschätzten Zahl von 191 Millionen weltweit. Da sind Wirtschaftsmigranten dabei, die gezwungen sind, wegzuziehen um für ihre Familien zu sorgen, Flüchtlinge und landesintern Vertriebene, die vor Verfolgung fliehen und die Opfer von Menschenhandel. Obwohl sie Geld verdienen können und ihre Rücklagen momentan für die Wirtschaft des Landes den Anschein von Sicherheit vortäuschen, leiden viele unter Ausbeutung, Einsamkeit, Gewalt, unfairen Arbeitsbedingungen. Einige verlieren sogar ihren Verstand oder begehen Selbstmord. Ihre Kinder leiden unter Psychotraumata, Ehen werden zerstört, Familien lösen sich auf.

Neben den Arbeitsmigranten gibt es **Flüchtlinge** im In- und Ausland. Sie haben keine Heimat, keine Arbeit, manchmal leben sie lange Zeit in Flüchtlingslagern unter für Menschen nicht erträglichen Bedingungen.

Staatenlosigkeit bezieht sich auf den Status einer Person, die von keinem Staat als Staatsbürger anerkannt wird. Obwohl staatenlose Menschen manchmal auch Flüchtlinge sein können, unterscheiden sich die beiden Kategorien. Für Staatenlosigkeit gibt es eine Reihe von Gründen: z.B. die Diskriminierung von Minderheitengruppen in nationalen Regelungen, die Unterlassung, alle Einwohner in die Staatsbürgerschaft einzuschließen, wenn ein Staat unabhängig wird (Staattennachfolge) und Konflikte um Rechtsvorschriften zwischen Staaten. (UNCHR). Sie (*die Staatenlosen*) sind diejenigen, die von den Menschen in der „Diaspora“ am meisten leiden.

3. DER SCHREI VON FRAUEN

Unter den Armen sind immer noch die Frauen die Ärmsten. Frauen auf dem Land leisten ihren Anteil an der landwirtschaftlichen Arbeit, aber erhalten kein Eigentumsrecht an ihrem Land oder sie werden nicht einmal als Arbeitskräfte gezählt. Frauen und Kinder werden lokal und international in einer Milliardenbranche von Prostitution und Menschenhandel zur Ware gemacht und entwürdigt. Man hört jeden Tag von Vergewaltigung, Inzest, Frauenmisshandlung und anderen Formen der Gewalt gegen Frauen und Kinder. Statistiken zeigen heute, dass die meisten AIDS –Opfer Frauen sind. In einigen Ländern gibt es entsetzlichen Verbrechen an Frauen wie z.B. Mitgiftmorde, Ehrenmorde und Genitalverstümmelung.

Als **Frauenfrage** kann die Tatsache verstanden werden, dass es Diskriminierung, Unterordnung, Ausbeutung und Unterdrückung von Frauen **als Frauen** gibt – ganz unabhängig von Rasse, Nationalität, Klassenzugehörigkeit oder Herkunft. Es ist ein **ideologisches, strukturelles und globales Problem**. Die ideologische Wurzel ist das **Patriarchat**. Durch drei Institutionen hat man es über die Jahrhunderte aufrechterhalten: **Erziehung, Religion und Massenmedien**. Eine grundlegende Lösung gibt es nur durch eine Änderung des Bewusstseins und eine Änderung der gesellschaftlichen Strukturen.

4. DER SCHREI VON INDIGENEN VÖLKERN UND KULTURELLEN MINDERHEITEN

Indigene Völker sind ethnische Minderheiten. Sie wurden an den Rand gedrängt, als ihre ursprünglichen Siedlungsgebiete Teil eines Staates wurden. In der internationalen und nationalen Gesetzgebung heißt es im Allgemeinen, dass sie eine Reihe von Sonderrechten

haben. Diese beruhen auf ihren gewachsenen Bindungen an ein bestimmtes Gebiet und auf ihren kulturellen und historischen Eigenheiten gegenüber den politisch herrschenden Bevölkerungsgruppen. Man könnte sie als besonders verwundbar bezeichnen – durch Ausbeutung, Marginalisierung und Unterdrückung – in Nationen oder Staaten, die noch im Prozess des Kolonialismus sind oder durch politisch dominante ethnische Gruppen.

Indigene Völker waren ursprünglich die Besitzer des Landes, von dem sie die Ureinwohner sind. Kolonialherren, lokale und ausländische, haben ihnen das Land ihrer Vorfahren geraubt. Es bleibt ihnen nichts anderes übrig als in großem Maßstab durch Bergbau- und Holzfällerarbeiten ausgebeutet zu werden. Ihre Gebiete stehen auch an letzter Stelle bei den entwicklungspolitischen Prioritäten. Gesundheit, Bildung und andere Arten von sozialen Leistungen werden ihnen vorenthalten. Die ausländischen Kolonialherren haben ihre Kultur in den Schmutz gezogen und ihre ursprünglichen Religionen dämonisiert.

5. DER SCHREI DER ALTEN, DER MENSCHEN MIT KÖRPERLICHEN BEEINTRÄCHTIGUNGEN UND DER AUSGEGRENZTEN

Trotz der momentanen Gesetzgebung zugunsten von **Älteren**, kann man sich den Ängsten, die ältere Menschen haben, nicht verschließen: Angst vor Einsamkeit, vor Hilflosigkeit, Angst davor, ausgesondert zu werden, Angst davor, unbedeutend zu sein.

Menschen, die an verschiedenen körperlichen oder geistigen Behinderungen leiden, schreien ebenfalls auf - in ihrer Ausgegrenztheit und Unfähigkeit, die einfachsten täglichen Dinge zu tun, in ihrer dauernden Abhängigkeit von anderen.

Altersdiskriminierung (Ageism) kann so definiert werden; „jede Einstellung, Handlung oder institutionelle Struktur, die eine Person oder Gruppe wegen des Alters herabsetzt.“ Oder aber so:

„jede Zuweisung von gesellschaftlichen Rollen ausschließlich auf der Grundlage des Lebensalters“ (Webster 25). Altersdiskriminierung spiegelt ein gesellschaftliches Vorurteil gegen ältere Erwachsene wieder. Die Opfer von Engstirnigkeit und Vorurteilen werden im Allgemeinen als Minderheiten bezeichnet. Nicht weil sie unbedingt zahlenmäßig weniger sind, sondern weil man ihnen die Rechte und Privilegien der Mehrheit abspricht.

„Wir leben in einer Kultur, die die Jugend verehrt. Jung zu sein heißt lebendig zu sein, sexy zu sein und voller Energie. Alt zu sein heißt senil zu sein, wertlos zu sein und einen Fuß im Grab zu haben.“ (Online I) Das ist die Einstellung, die man in unserer modernen Gesellschaft meistens vorfindet.

Tief sitzende psychologische und soziologische Mechanismen... lassen Vorurteile gegen **Personen mit körperlichen Beeinträchtigungen** entstehen. „Die Menschen neigen in dieser Hinsicht eher dazu, an eine behinderte Person zu denken als an eine Person, die eine Behinderung hat. Man stellt sich vor oder nimmt wahr, dass die Behinderung die wichtigste Lebenserfahrung dieser Person ist und dass sie die ganzen anderen geistigen und sozialen Fähigkeiten beeinflusst.“

Wenn das ganze Wesen eines Menschen so auf das reduziert wird, was als negative Eigenschaft wahrgenommen wird – seine physische oder geistige Beeinträchtigung - , dann wird die Einstellung zu den Fähigkeiten dieser Person auf anderen Gebieten wahrscheinlich auch negativ. Als weit verbreitetes Phänomen wird folgendes (*Verhalten*) bezeichnet: Nur weil sie von der Existenz einer einzigen Beeinträchtigung wissen, kommen viele Leute zu einer negativen Einstellung gegenüber anderen Eigenschaften von Menschen mit Behinderungen, obwohl diese (*Eigenschaften*) überhaupt nichts mit der Behinderung zu tun haben. Menschen schließen z.B. fälschlicherweise von Epilepsie auf mangelnde körperliche

Attraktivität. Sie schreien blinde Menschen an, als wären sie taub und versuchen, ihnen aufzuhelfen, als ob sie ein orthopädisches Problem hätten. Fälschlicherweise nehmen sie an, dass Menschen mit körperlichen Behinderungen geistig beeinträchtigt sind und dass psychisch kranke Menschen gewalttätig sind. Sie reden mit körperlich beeinträchtigten Menschen so, als wären sie Kinder. (RAGGED EDGE ONLINE)

Menschen mit AIDS, Schwule, Lesbierinnen sind die neuen Aussätzigen in unserer modernen Zeit. Sie schreien auf gegen die Diskriminierung, die Vorurteile, die Verachtung und die Ausgrenzung unter denen sie täglich leiden. Missverständnisse über Aids sind die Ursache dafür, dass die Menschen AIDS-Opfer meiden und sie wie Aussätzige behandeln.

„Homosexuelle und Schwule werden diskriminiert, weil sie als Minderheitsgruppe angesehen werden. Sie werden von Heterosexuellen angegriffen weil sie sie als nicht normal betrachten und ihre Lebensweise nicht respektieren. Außerdem haben die meisten Menschen eine Religion, wie z.B. Christentum, Islam, Hinduismus, usw. Alle diese Religionen verbieten sexuelle Beziehungen unter Gleichgeschlechtlichen. Und so wenden sie das, was sie aus ihrer Religion erfahren haben, auf ihre Umgebung an – ohne daran zu denken, wie sehr sie diese Person damit verletzen. Die Selbstmordraten sind wegen der Diskriminierung von Homosexuellen in der letzten Zeit völlig durcheinander geraten.“ (Q+A-WIKI)

B. DAS STÖHNEN VON MUTTER ERDE

Überall verlangt Mutter Erde stöhnend nach Erlösung, wie die Offenbarung des Johannes sagt. In den Philippinen wurden unsere Urwälder auf weniger als 15% der üppigen Urwälder zu Beginn der spanischen Eroberung der Philippinen im Jahre 1565 verringert. Und auch diese weniger als 15% werden für Abholzung und Bergbau in großem Maßstab preisgegeben. Das ist die Ursache für die Verwüstungen, die in den letzten Jahren passiert sind – durch Taifune, Überschwemmungen, Erdbeben. Das alles hat Tausende von Menschenleben gekostet und Häuser und Lebensgrundlagen in diesem hauptsächlich landwirtschaftlich geprägten Land zerstört. Die meisten unserer Flüsse in den städtischen Gebieten sind tot. Sie gleichen eher Kloaken als Flüssen. Die Menschen leben inmitten von Müllbergen (Smoky Mountain, Payatas). Korallen und Mangroven wurden zerstört und deshalb gehen die Erträge der Fischerei zurück, die die Lebensgrundlage für die Menschen in den Küstengebieten sind.

In der ganzen Welt hören wir die Nachrichten von Taifunen, Überflutungen, Tsunamis, Tornados usw., usw. Und sie werden als Naturkatastrophen bezeichnet. Aber, obwohl es stimmt, dass es sich um Naturereignisse handelt, sind die Verwüstungen, die damit einhergehen von Menschen gemacht. Wir sind uns dessen bewusst, dass eine ökologische Krise auf uns zukommt. Sie hat folgende Merkmale:

- 1) **Veränderung von Planetenumlaufbahnen und des (Energie-) Austauschs** – der Energieaustausch zwischen Sonne und Erde ändert sich mit Folgen für die Erderwärmung und mit einer erhöhten, zerstörerischen, ultravioletten Strahlung.
- 2) **Landverminderung** - Ackerland und Nahrungsmittelproduktion werden vermindert durch Erosion, Wüstenbildung und Versalzung.
- 3) **Verschlechterung der Wasserqualität** – sowohl Oberflächenwasser als auch Grundwasser werden von Chemikalien in der Landwirtschaft und von Deponiesickerwasser verseucht.
- 4) **Abholzen von Wäldern und Zerstörung von Lebensräumen...**
- 5) **Artensterben und Änderungen der biotischen Bedingungen**
- 6) **Abfälle und globale Vergiftung**

- 7) **Zerstörung von Kultur und Gesellschaft** – lange bestehende menschliche Kulturen, die über Jahrhunderte eine nachhaltige Lebensweise geführt haben, werden durch die nicht – nachhaltige Entwicklung zersetzt und ausgelöscht.

Die Gründe für die globale ökologische Krise sind:

- **Profitorientierte Rohstoffwirtschaft (Globalisierung)**
 - **Abholzen von Wäldern**
 - **Bergbau**
 - **zerstörerische Fischereipraktiken**
- **giftige Emissionen von Industrie und Fahrzeugen**
- **ökologisch ungünstige Energiequellen**
 - **Kohle**
 - **Atomkraft**
- **ökologisch ungünstige Landwirtschafts- und Fischereipraktiken**
- **Überbevölkerung**
- **ineffiziente Abfallwirtschaft**
- **nicht ethische Anwendung von Biotechnologie**
- **konsumorientierte Lebensweise**
- **ökologisch ungünstige Projekte (Staudämme usw.)**
- **mechanistische Weltanschauung (Kosmologie) und Fehlinterpretation von Genesis 1,26-28**

Wir hören das „Seufzen“ der Schöpfung im Heulen des Windes, der über Wüsten weht, die früher üppige Urwälder waren, über dürres Land, das früher fruchtbar war und nicht beschädigt durch Düngemittel, Pestizide und Sedimentation. Wir hören das Jammern der Wellen, wie sie durch entblößte Mangroven rauschen und über verwüsteten Korallenriffen wogen. Wir können kaum in der verpesteten Luft um uns herum atmen. Wir hören kaum die Todesseufzer der Arten, die vom Aussterben bedroht sind. Wie ernsthaft haben wir persönlich und gemeinsam auf die „Vergewaltigung“ unserer Erde eine Antwort gegeben?

IV. WAS IST UNSERE REAKTION?

Hier sind einige konkrete Vorschläge:

FÜR DIE ARMEN:

- **Arbeit für Gerechtigkeit und Wandel im wirtschaftlichen, politischen und gesellschaftlichen System**
- **Stipendienprogramme**
- **Einkommensfördernde Projekte**
- **Aktive Solidarität mit dem Kampf der verschiedenen armen Bevölkerungsgruppen für ihre Rechte**

FÜR FRAUEN

- **Arbeit für Frauenförderung – im Bildungsbereich, in der Wirtschaft, in der Politik, sozial und geistig**
- **Aufbau von Frauenzentren oder ehrenamtliche Arbeit dort**
- **Beitritt zu Frauenorganisationen**
- **Unterstützung von Bemühungen, alle Arten von Gewalt gegen Frauen und Kinder zu beenden**

FÜR MIGRANTEN

- **Arbeit für wirtschaftliche Gerechtigkeit in der dritten Welt**
- **Ehrenamtlicher Einsatz in Zentren für Arbeitsmigranten**
- **Unterstützung der Verfechtung von fairen und sicheren Arbeitsbedingungen in Gastgeberländern**
- **Vermeidung aller Formen von Diskriminierung – offen oder subtil**

„Ihre Lebensbedingungen können uns nicht teilnahmslos lassen. Und als Kirche erinnern wir uns daran, dass wir durch das Heilen der Wunden von Flüchtlingen, Vertriebenen und der Opfer von Menschenhandel den Auftrag Christi zur Nächstenliebe in die Tat umsetzen. Er setzte sich mit dem Ausländer gleich, mit dem Leidenden, mit all den unschuldigen Opfern von Gewalt und Ausbeutung.“ (Papst Franziskus 24.5.2013)

FÜR INDIGENE VÖLKER UND MINDERHEITEN

- **Achtsamkeit für die Not der indigenen Völker und Minderheiten**
- **Solidarität mit ihnen im Kampf für ihre Rechte – Land, Glaubensgemeinschaft, Kultur, usw.**

FÜR ALTE MENSCHEN, MENSCHEN MIT BEEINTRÄCHTIGUNGEN USW.

- **Aufbau von Zentren für Alte, Menschen mit Beeinträchtigungen etc. oder ehrenamtliche Arbeit darin**
- **Unterstützung ihrer Projekte**

UNSERE REAKTION AUF DAS „SEUFZEN DER ERDE“

- 1. Achtsamkeit für die grundlegenden ökologischen Prinzipien:**
 - a. Das Leben ist ein Netzwerk, keine Hierarchie.**
 - b. Die Natur ist keine leblose Maschine sondern ein geheiligter, lebender Organismus.**
 - c. Die Menschen stehen nicht über der Natur, sie sind Teil davon.**
 - d. Alle Teile des Ökosystems haben ihren eigenen Wert.**
 - e. Es gibt nichts umsonst – man kann sich nicht frei bedienen.**
 - f. Die Natur weiß es selbst am besten.**
 - g. Gesunde Systeme bewahren ihre Vielfalt.**
 - h. Einheit in Vielfalt.**
- 2. Unterstützung von soliden ökologischen Projekten/Aktionen, z.B.:**
 - a. für Ökologische Bildung und die Schaffung eines Umweltbewusstseins**
 - b. für Öffentlichkeitsarbeit und Aktivismus – gegen Bergbau und Abholzung**
 - c. für nachhaltige Entwicklung**
 - d. für eine Praxis der Genügsamkeit**
 - e. für Null-Abfall Management – reduzieren, recyceln, wieder verwenden**
 - f. für organische, bio-dynamische Landwirtschaft**
 - g. Engagement für Öko-Gerechtigkeit**
 - h. für schöpfungszentrierte Spiritualität**

3. Beachtung umweltfreundlicher Praktiken

- a. saubere Abfalltrennung**
- b. Baumpflanzen**
- c. Aufbau von nachhaltiger, biodynamischer Landwirtschaft**
- d. umweltfreundliche Produktionsmethoden**
- e. Aufbau eines Umweltausschusses in jeder Institution**

SCHLUSSFOLGERUNG:

„HÖRE MIT DEM OHR DEINES HERZENS!“ „HEUTE, WENN IHR SEINE STIMME HÖRT, VERHÄRTET EURE HERZEN NICHT.“

Das sind die Ermahnungen, die unsere Kontemplation begleiten und die uns auf den Weg zu prophetischem Handeln führen. Unser benediktinisches Motto ORA ET LABORA, mit dem wir vertraut sind, bedeutet: „MYSTIKER SIND PROPHETEN IN KONTEMPLATION UND PROPHETEN SIND MYSTIKER IN AKTION!“