



03. Februar 2018

Propsteihof 10 · 44137 Dortmund · Tel. 0231/1848-110
Homepage: www.katholisches-forum.de

Einfach mal runter kommen

(Hiob 7, 1-4.6-7 und Mk 1, 29-39)

Einführung

„Mir geht es gar nicht gut!“ - „Ich kann nicht mehr.“ - „Mir wird alles zu viel!“

Liebe Schwestern und Brüder, stimmt nicht jede und jeder von uns von Zeit zu Zeit ein Klage lied an, weil ihr oder ihm das Leben schwer ist oder weil sie oder er sich in Zwängen, die das Leben mit sich bringt, gefangen fühlt?

Andererseits sind viele von uns für die Menschen da, die uns um etwas bitten. Nicht wenige engagieren sich ehrenamtlich oder sind in ihrem Beruf sehr gefordert. Häufig auch für andere. Grundsätzlich tut es uns gut gebraucht zu werden.

Aber wir brauchen bei allem Einsatz, bei allem Engagement immer wieder Zeiten der Ruhe, der Entspannung, des ruhigen Gesprächs oder des Gebets.

Jesus lebt uns das im heutigen Evangelium vor. So stellen wir uns zunächst unter Gottes Gegenwart und halten eine kurze Stille.

Predigt

Liebe Schwestern und Brüder,
geht es ihnen etwa anders, anders, als es Hiob in diesem kleinen

Text, den wir eben in der Lesung gehört haben, beschreibt?

Wie ein Knecht, der nach Schatten lechzt? Wie ein Tagelöhner, der auf seinen Lohn wartet! Oder – allem voran – wie ein Weberschiffchen? Also ein Schiffchen, das durch die sog. Kettfäden eines Webstuhles geschossen wird – hin und her, her und hin, rasend schnell – bis der Faden dann schließlich zu Ende ist, bis er abgeschnitten wird, und das Schiffchen zurück in den Kasten wandert ...

Ich habe noch kein besseres Bild für unser Leben gefunden, wie dieses Bild, das Hiob hier mit dem Weberschiffchen geprägt hat.

Geht es Ihnen, geht es Euch denn anders? Es rinnt einem doch geradezu durch die Finger, das Leben. Man hetzt von einem Termin zum anderen und kaum hat ein Monat begonnen ist er auch schon wieder zu Ende – und nichts lässt sich daran ändern.

Ist das so? Lässt sich nichts ändern? Wirklich nichts? Warum denn eigentlich nicht? Müssen wir denn wirklich jeden Termin wahrnehmen?

Müssen wir auf jeden Zug, der vorbeifährt, aufspringen? Liegt es nicht an uns, auch einfach einmal "Nein" zu sagen, einen Gang runter zu schalten und etwas langsamer zu machen?

Wir haben es doch eigentlich selbst in der Hand. Es liegt doch auch an uns, wie voll wir unseren Kalender packen und ob uns die Zeit zum Durchschnaufen noch bleibt.

Machen wir es uns nicht manchmal zu einfach und schieben wir dann alles auf die anderen, auf die Arbeitgeber, auf die sogenannten Verpflichtungen. Schauen wir doch einmal ehrlich auf unseren Tagesablauf. Wenn wir dann wirklich ehrlich sind: Ein gutes Stück weit liegt es doch auch an uns selbst!

Also, liebe Schwestern und Brüder, warum entschleunigen wir uns nicht? „Simplify your life!“ – „Vereinfache dein Leben!“, so heißt es in einem Bestseller von Werner Tiki Küstenmacher. Machen wir doch nicht einfach alles mit! Sorgen wir für Zeiten der Stille, für die Ruhe, die jede und jeder von uns so dringend braucht!

„Ja, der hat gut reden!“, werdet Ihr, werden Sie jetzt vielleicht

denken! Schöne Reden halten, – das kann jeder. Erstens schafft er es wahrscheinlich selbst nicht. Wenn ich hier so in die Runde schaue, dann sieht man manchem diese Gedanken regelrecht an.

Und es stimmt ja auch: erstens rede ich ja auch ständig davon, dass mein Terminkalender immer so voll ist, und zweitens: Wenn ich mir den Alltag einer Mutter etwa mit Beruf und Familie nur einmal richtig anschauen und bewusst machen würde, dann dürfte ich wahrscheinlich keine so großen Töne spucken.

Aber keine Sorge, liebe Schwestern und Brüder, ich rede ja nicht davon, dass wir einen geruhsamen Alltag auf die Beine stellen könnten. Blauäugig bin ich auch nicht.

Ich rede – z. B. von morgen –, von ein paar Stunden morgen am Sonntag. Oder ich denke mal an einen Abend in der nächsten Woche: diesen Abend einmal ganz bewusst freihalten. Eintragen in den Kalender, wie einen Termin; mal eine Zeit zum Durchschnaufen, zum Ausspannen wirklich einplanen, und dann diese Zeit auch so einhalten, wie jeden anderen Termin, den ich habe, auch.

Ich muss ja nicht gleich mein ganzes Leben umkrepeln, aber Oasen schaffen, an denen ich wieder richtig auftanken kann, das ist nicht unmöglich. Ich muss es nur in Angriff nehmen, rechtzeitig mit einplanen – und zwar immer wieder, damit mir das Leben nicht durch die Finger gleitet, damit ich zwischendurch wieder runterkomme, damit ich mich wieder neu orientieren kann und vor allem, damit der Faden nicht vorzeitig reißt, damit er nicht plötzlich einfach mittendrin reißt ...

Ich denke, das geht schon, wenn ich will. Mit etwas umsichtiger Planung geht das!

Liebe Schwestern, liebe Brüder, tun Sie es für sich! Wir haben das eben im Evangelium ja auch gehört. Matthäus berichtet: „In aller Frühe, als es noch dunkel war, stand Jesus auf und ging an einen einsamen Ort, um zu beten. Simon und seine Begleiter eilten ihm nach, und als sie ihn fanden, sagten sie zu ihm: Alle suchen dich. Er aber antwortete: Lasst uns anderswohin gehen.“

Einfach mal raus – und wieder runterkommen. Jesus hat das auch getan! So, und jetzt halten wir einfach mal zwei Minuten Stille!
Amen.

P. Siegfried Modenbach SAC

Meditation

Vinzenz Pallotti schreibt:

„Suchen Sie Gott
und sie werden ihn finden.

Suchen Sie Gott
in allen Dingen,
und sie werden ihn
in allem finden.

Suchen Sie ihn immer,
und Sie werden ihn
immer finden.“