

Halt an. Wo läufst du hin?

Ein spiritueller Begleiter für Männer per E-Mail in der Fastenzeit 2009

Brief Nr. 1 - Aschermittwoch

„Halt an!“ Tagtäglich begegne ich dieser Aufforderung. Wenn ich unterwegs bin, auf der Straße, im Zug. Wenn ich auf die Ampel zu fahre und prompt wird sie rot. Wenn es mal wieder auf der Autobahn heißt: Stop and Go. Wenn der Zug aus welchen Gründen auch immer zum xten Mal außerplanmäßig auf freier Strecke anhalten muss. Ich gebe zu: Mich nervt das schon. Eigentlich will ich zügig von A nach B kommen. Und nicht ständig auf dem Weg dahin ausgebremst werden. Ich vermute mal: Mir geht das nicht alleine so. Eine Gesellschaft, die so sehr wie die unserige von Mobilität geprägt ist, vermittelt ihren Mitgliedern die permanente Botschaft: Nur wer mobil ist, wer in Bewegung ist, ist wer und ist was wert! Gerade wir Männer haben diese Lektion immer schon sehr gut gelernt! „Halt an!“ – Die Aufforderung des barocken My stikers Angelus Silesius passt da auf den ersten Blick überhaupt nicht ins Bild.



„Halt an!“ Dennoch: Viele Männer erleben genau dies oft genug unerwartet und vielleicht auch sehr unvorbereitet. Der Sportunfall, der einen im wahrsten Sinne des Wortes bewegungsunfähig macht. Die Herzattacke, die signalisiert, der Körper ist nun einmal keine Maschine, die pausenlos läuft und läuft. Krankheiten und Todesfälle in der Familie, die gewohnte Abläufe, ja Lebensplanungen über den Haufen werfen. Der gestern noch sichere Arbeitsplatz, der plötzlich gefährdet ist, weil die Firma in wirtschaftlich schwierigen Zeiten in Turbulenzen gerät. Weiter so, das geht plötzlich nicht mehr. Anhalten, innehalten, sich neu orientieren: Das ist in diesem Moment das Gebot der Stunde.

„Halt an!“ Ob wir nun wollen oder nicht: Es gibt so vieles, was uns von außen zum Anhalten zwingen kann. Gut, wenn es dann Orte und Zeiten gibt, an denen ich selber ganz bewusst und aus freier Entscheidung für mich die Kunst des Anhaltens, die Kunst der Unterbrechung ausprobieren kann. Orte und Zeiten, in denen ich mir einfach mal den Raum gebe, um zu schauen: Was ist mir wirklich wichtig in meinem Leben? Was zählt für mich? Wie soll es weitergehen? Für den einen kann das vielleicht eine feste Aus-Zeit vor Ostern sein, ein Klosterwochenende zum Beispiel oder eine Pilgertour. Für den anderen das bewusste Innehalten für einen Moment zu Beginn oder zu Ende des Tages. Und für den dritten ein inspirierendes Buch, das vielleicht vom weihnachtlichen Gabentisch

noch liegen geblieben ist, oder ein guter Film, der im Kino läuft. Es gibt viele Möglichkeiten, „Halt an!“ zu sagen. Die Tage vor Ostern, die Fastenzeit, sind dafür traditionsgemäß eine gute Zeit.

„Halt an!“ Um eine neue Sicht auf die Dinge zu gewinnen und weiterzukommen, muss ich also zuweilen an-halten. Aber auch ein zweites ist gewiss genauso oft vonnöten: das Gespräch, der Kontakt mit jemandem, der mir hilft zu sehen, was zählt, worauf es ankommt, in meinem Leben, in meiner Spiritualität – freundschaftlich, wohlwollend, aber ohne darum herum zu reden. So wie es Jesus im Evangelium des heutigen Aschermittwochs tut. Die Frage, woran man denn „richtige“ Frömmigkeit erkennen kann, beantwortet Jesus daher auch klipp und klar, ohne Wenn und Aber: an der inneren Einstellung!

Mein Vorschlag für die beginnende Fastenzeit: Suchen Sie sich einen für Sie stimmigen Ort, eine passende Zeit, um einmal bewusst „Halt an!“ zu sagen. Und das Gespräch mit einem guten Freund, der Ihnen hilft zu sehen, worauf es in Ihrem Leben ankommt!

Zum Nachlesen: Matthäus 6,1-6.16-18

Autor: Dr. Andreas Ruffing

**Halt an! Ein Angebot zur Ergänzung:
Klostertage für Männer in der Abtei Münsterschwarzach**
3.-5. April 2009 (Wochenende Palmsonntag)



Im Benediktinerkloster Münsterschwarzach nehmen wir an den Stundengebeten teil. Dazwischen ist Zeit für Gespräche zur Spiritualität und Lebensgestaltung von Männern. Der andere Zeitfluss des "ora et labora" bietet die Chance, sich auf das persönlich Wichtige zu besinnen – gerade in der Zeit vor Ostern. Die Unterbringung erfolgt in 2-Bett-Zimmern. Für die Gruppengespräche stehen Dr. Prömper als Leiter und ein Benediktiner zur Verfügung. Themenabsprache ist im Vorfeld per E-Mail möglich.

ca. 80 Euro (ohne Kosten der Hin- und Rückfahrt)
Veranstalter: Katholische Erwachsenenbildung - Bildungswerk Frankfurt
Weitere Informationen / Anmeldung info@keb-frankfurt.de

--

Um sich aus der Liste auszutragen, besuchen Sie [dieses link](#)