

MännerSeelen. Offline!

Ein spiritueller Begleiter für Männer per E-Mail in der Fastenzeit 2012

Brief Nr. 1. Aschermittwoch.



„Leidenschaftlich leben ... und erbarmen haben“

„Da erwachte im Herrn die Leidenschaft für sein Volk, und er hatte Erbarmen mit seinem Volk“ (Joel 2,18)

Leidenschaft und Erbarmen: Mit diesen beiden Worten klingt die alttestamentliche Lesung am Aschermittwoch aus. Bei mir hallen die Worte kräftig nach. Der biblische Text spricht von zwar von Gott und seiner Beziehung zum Volk Israel, aber er tut es und kann es gar nicht anders als mit menschlichen Vorstellungen und Worten. Und ich beginne nachzufragen: Berühren die beiden Worte und das, was mit ihnen gemeint ist, uns als Männer? Haben sie etwas mit unserem Leben, mit unseren Beziehungen, mit unserem Körper, unserer Seele zu tun? Sicher: Es sind Menschenworte, aber sind es auch Männerworte?

Leidenschaft: Von uns Männern wird in der Regel etwas Anderes als Leidenschaft erwartet. Engagement und zielorientiertes Handeln sicherlich, aber beides dann bitte im Panzer von Selbstkontrolle und Coolness. Für den Erfolg und das Weiterkommen im Beruf kann diese Haltung sogar entscheidend sein. Für die Leidenschaft bleibt dann wenig oder gar kein Platz. In Beziehungen, können wir das Feuer der Leidenschaft erleben, auskosten und davon zehren. Ja, und dann gibt es natürlich auch die bekannten Oasen der Leidenschaft für Männer: im Stadion bei Fußball zum Beispiel oder beim Motorradfahren, in wenigen Wochen wieder zu erleben, wenn die Saison startet. In solchen Momenten der Leidenschaft fühle ich mich als Mann von Kopf bis Fuß lebendig, erfahre mich präsent, kraftvoll, in einem guten Sinne angespannt aufmerksam für einen



anderen Menschen oder für eine Sache, die mich packt. Es sind Momente, in denen ich mich nicht verzweckt als Rädchen in einer Maschine erlebe. Auch deshalb sind sie so wichtig für Körper und Seele!

Erbarmen: Das Wort klingt auf den ersten Blick angestaubt und bedeutungslos. Was das Gegenteil „erbarmungslos“ meint, ist im Alltag von uns Männern deutlicher sichtbar und erfahrbar. Da liegt für mich eine wichtige Spur: Erbarmen haben für andere kann nur, der nicht erbarmungslos mit sich selber umgeht. Für viele Männer ist aber genau das die erbarmungslose Realität: Hart mit sich umzugehen, die Zähne zusammenbeißen,

Körper und Seele keine Pause zu gönnen. Weil das Bild, dass ein „richtiger“ Mann sich durchkämpft und niemals aufgibt, so fest von Kindesbeinen an im Bewusstsein sitzt. Weil der Druck von außen, immer funktionieren zu müssen, so massiv ist. Und auch weil die Belastungen immer mehr werden. So müssen wir Männer oftmals erst mühsam erlernen – gegen eigenen Widerstand und gegen Widerstand von außen – was es heißt, mit sich selber Erbarmen zu haben: Druck rausnehmen, Zeit zum Atmen gewinnen, die Seele mal baumeln lassen.

Leidenschaftlich leben ... und Erbarmen haben mit sich selber – beides kann ich mir nicht einfach wie ein Rezept verordnen. Auch nicht in der Fastenzeit. Aber die Momente und Gelegenheiten dazu gibt es immer wieder. Auch in Fastenzeit. Vielleicht völlig unerwartet, vielleicht einfach dadurch, dass ich mir bewusst in den nächsten Wochen Raum dafür schaffe. Zum Beispiel mir an den Wochentagen in der Fastenzeit jeden Abend fünf oder zehn Minuten abends eine „Erbarmenszeit“, die mir ganz allein gehört, zu gönnen. Um dann vielleicht auch mit einem anderen Blick auf Ostern zu gehen, dem christlichen Fest, das Gottes Leidenschaft für uns und sein Erbarmen mit uns so intensiv vergegenwärtigt.

Text: Joel 2,2-18

Autor: Dr. Andreas Ruffing

**Ein Angebot zur Ergänzung:
Klostertage für Männer bei den Benediktinern auf dem Jakobsberg bei Bingen**
30. März - 1. April 2012 (Wochenende Palmsonntag)



Im Benediktinerkloster Jakobsberg 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 Einzelzimmern. Für die Gruppengespräche stehen Dr. Prömper als Leiter und nach Vereinbarung ein Benediktiner zur Verfügung. Die Themenabsprache ist im Vorfeld per E-Mail möglich.



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

Technischer Hinweis:

Sollten Sie Probleme mit der Zustellung dieser E-Mail haben, oder wenn die Formatierung und die Bilder nicht richtig dargestellt werden, so können Sie uns dies direkt mitteilen über die E-Mail-Adresse info@keb-frankfurt.de, wir bemühen uns zu helfen. Falls Sie diesen Impuls weiterempfehlen möchten: Das Abonnement erfolgt über die Website admin.bistumlimburg.de/Mailingliste/lists/?p=subscribe

Direkt austragen aus der Liste können Sie sich über den Link weiter unten.

--

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