

Heute, nur heute.

Ein spiritueller Begleiter für Männer per E-Mail in der Fastenzeit
2013

Brief Nr. 1. Erster Fastensonntag.



„Erträge meines Lebens“

„Ertrag“ ist ein ökonomischer Begriff. Wenn Landwirte oder Winzer auf eine gute Ernte zurückblicken können, Anleger am Jahresende mit ihren Geldgeschäften Gewinn gemacht oder ein Unternehmen eine erfolgreiche Bilanz vorzuweisen hat, dann waren dies ertragreiche Geschäfte. Gute Erträge sind für alle Beteiligten immer auch Grund zu Zufriedenheit, Freude und Stolz: Zufriedenheit darüber, dass es endlich geschafft ist, Freude, dass alles so gut und erfolgreich verlaufen ist und schließlich Stolz über die eigenen Anstrengungen und die Arbeit, die oft persönlich investiert wurde.

Von Erträgen ist auch in der alttestamentlichen Lesung am heutigen 1. Fastensonntag die Rede. Gott fordert das Volk Israel dazu auf, ihm die erste Ernte von seinen Feldern und Plantagen zu präsentieren. Ich kann mir vorstellen, dass die Menschen das damals mit großer Zufriedenheit, mit Freude und Stolz getan haben.

Heute, nur heute ist der Tag, an dem ich mich genau dazu einmal von Gott anstiften lassen will: ihm von den guten Erträgen meines Lebens zu erzählen, mit Zufriedenheit, Freude und Stolz.

Zehn Minuten einer guten Lektüre zu widmen, empfiehlt Papst Johannes XXIII. in seinem fünften Gebot der Gelassenheit. Die gute Lektüre, das ist für mich heute die Lektüre des eigenen Lebens. Dabei an diesem Sonntag einmal ganz bewusst darin zu lesen, was es an Gutem, Gelungenem, Ertragreichen in meinem Männerleben zu entdecken gibt. Sich also diesmal ebenso bewusst nicht mit dem zu beschäftigen, was misslungen ist, was schmerzt und bohrt, was noch unbeantwortet und unbearbeitet geblieben ist.



Zehn Minuten dieser guten Lektüre des eigenen Lebens zu widmen, darin zu lesen und Gott daraus vorzulesen. **Das ist mein Vorschlag für heute. Zehn Minuten Zeit für mich selber, zehn Minuten Zeit für Gott - mit den guten Erträgen meines Lebens.**

Suchen Sie sich dazu einen Ort der Stille, einen Ort, an dem Gott für Sie nahe sein kann. Wenn Sie diesen Ort zuhause nicht finden, gehen Sie nach draußen,

machen Sie einen Spaziergang. Oder gehen Sie in eine Kirche oder in eine Kapelle. Beginnen Sie dann mit der Lektüre Ihres Lebens. Nein, schauen Sie nicht auf Ihr ganzes Leben. Nehmen Sie die letzte Zeit in den Blick, zum Beispiel das Jahr 2013, das noch keine zwei Monate alt ist. Vielleicht helfen folgende Fragen:

- Was hat mir in der letzten Zeit besonders Freude gemacht? Ein Erlebnis, eine Begegnung oder auch eine Arbeit, die ich getan habe?
- Erinnere ich mich an einen Tag, an dem ich abends zufrieden ins Bett gegangen bin? Was hat mich so zufrieden gemacht?
- Gab es Momente, in dem ich besonders stolz gewesen bin, auf Menschen, die mir etwas bedeuten, aber auch auf mich selber, vielleicht weil mir etwas besonders gut gelungen ist?

Lesen Sie und nehmen Sie Gottes Wunsch mit: „Dann sollst du fröhlich sein und dich freuen über all das Gute, das der Herr, dein Gott, dir und deiner Familie gegeben hat.“ (Dtn 26,11)

Zum Nachlesen: Deuteronomium 26,4-10

Autor: Dr. Andreas Ruffing