

Heute, nur heute.

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

Brief Nr. 4. Dritter Fastensonntag.



„Endlich einmal angekommen sein - und sei es nur für heute“

Das habe ich schon öfter in Beratungsgesprächen erlebt: Wenn es dem betreffenden Mann (es kann auch eine Frau sein) endlich besser geht und er seine akute Krise überwunden hat, dann kann er die nun gut gewordene Situation schwer annehmen. So als könne er es nicht richtig glauben, dass das Leben nun wieder leichter geworden ist. Die Beschwerlichkeit scheint das Gewohnte, die Sorgen das Normale zu sein. In solchen Situationen zitiere ich dann gern einen Spruch (von dem ich allerdings nicht genau weiß, vom wem er ist): „Es gibt Momente, da scheint alles zu gelingen. Kein Grund zu verzweifeln, das geht vorüber.“

Dieser Spruch bringt die Schwierigkeit zum Ausdruck, mit Momenten des Glücks, des Friedens oder vielleicht auch nur mit Momenten der Zufriedenheit umgehen zu können. Es scheint kaum akzeptierbar zu sein, dass es uns in manchen Situationen einfach nur gut geht. Das passt nicht in unser Selbstbild. Und natürlich stimmt es ja auch, dass es immer wieder neue Sorgen und neuen Ärger gibt. Viel zu oft ist das Leben problembehaftet und schwierig. Viel zu oft machen wir uns selbst das Leben schwer. Es ist also kein Wunder, dass wir „der Welt“, aber auch uns selbst misstrauen, wenn es einmal anders ist.

Das Problem ist nur, dass wir mit dieser Haltung eben schnell in Gefahr stehen, die guten Zeiten nicht nur nicht zu schätzen, sondern manchmal sogar selbst zu zerstören. Wir holen dann die Probleme heran und rufen mögliche Sorgen herbei. Dabei ginge es darum, das **ENDLICH EINMAL SORGENFREIE HEUTE** einfach zu genießen.



Die Kunst des Lebens besteht demnach darin, die wirklichen Probleme nicht zu verdrängen, sich ihnen zu stellen und gegebenenfalls auch für ihre Beseitigung einzutreten. Aber auf der anderen Seite eben auch die Glücksmomente anzunehmen. In den Beratungsgesprächen lässt der zitierte Spruch den Mann zumeist schmunzeln. Er fühlt sich auf angenehme Weise in seinen Zweifeln erwisch. Und

zugleich gibt der Spruch die Erlaubnis, den schönen Zustand anzunehmen: Wir können getrost sein, es wird auch wieder die gewohnt beschwerlichen Zeiten geben.

Zum Nachlesen: Josua 5,9a.10-12
Text: Dr. Matthias Stiehler

Anmerkung der Redaktion:

- 1. Die Texte des 3. und 4. Fastensonntags wurden getauscht.*
- 2. Aus aktuellem Anlass: Wir wünschen Benedikt XVI. dieses Glück des Entschiedenen, seine neue Situation des Ruhestands als "sorgenfreies Heute" zu genießen - und "angekommen" zu sein. Viel Glück, Danke und Gottes reichen Segen, Benedikt XVI. !
(Das Foto zeigt Benedikts letzten Flug als amtierender Papst: Er verlässt mit dem Helikopter den Vatikan in Richtung Castel Gandolfo. Foto: AFP)*

Ein Angebot zur Ergänzung:

Klostertage für Männer bei den Benediktinern auf dem Jakobsberg bei Bingen

22. März - 24. März 2013 (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 Einzel-Zimmern. 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

--

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

