

Fastenimpulse für Männer

Ostersonntag

Mir selber Freund sein - mir selber Freund *bleiben!*

Heute Nacht habe ich das große Halleluja mitgesungen - das mich immer wieder schauern lässt; ich habe es nicht so mit „alten Kirchliedern“, aber diese Zeile trifft mich jedes Jahr neu: „Halleluja, lasst uns singen, denn die Freudenzeit ist da!“

Die Fastenzeit ist vorbei - geschafft. Jetzt eine Zeit der Freude. Sind Sie sich selber Freund geworden, können diese Freundschaft jetzt genießen?

Vielleicht haben Sie durch die Wochen der Fastenzeit auch diese Erfahrung gemacht: Mir selber Freund zu sein, ist nicht einfach, oft scheint der Zugang zu mir tief im Herzen verschlossen, mit einem dicken Stein gesichert.

Aber auch das: Die Sehnsucht nach dem, was wir in uns spüren, ist nicht zähmbar, bleibt da und manchmal bezwingt sie die schwersten Steine und wir erleben und fühlen, was uns zutiefst ausmacht, wer wir sind und sein wollen - als Mann, als Partner, als Vater, als Sohn, als Kollege ...

Mir ist in dieser Fastenzeit ein Aspekt (wieder) deutlich geworden: Das Fasten ist für mich nicht eine Zeit mit Vorsätzen, die ich durchhalten muss, um danach wieder auf die Sahne zu hauen - bis zum nächsten Aschermittwoch.

Vielmehr war für mich in diesem Jahr die Idee leitend, diese Wochen zu nutzen, um zu spüren, ob die Richtung in meinem Leben stimmt, ob ich so lebe, wie es mir wirklich und in der Tiefe guttut.

Ich bin weit davon entfernt zu behaupten, dass das in Gänze geklappt hat; aber: Ich bin glücklich, dass ich in mancher Hinsicht eine Ahnung bekommen habe, wohin die Reise geht. Diese Richtung möchte ich beibehalten, weil ich mir selber Freund BLEIBEN will - ich möchte mir kein Teilzeit-Fastenzeit-Freund sein. Weil ich gut mit mir umgehen will, weil ich das entwickeln möchte, was in mir steckt.

Das zu tun, ist für mich auch ein Auftrag, der aus der österlichen Botschaft hervorgeht: Lebe! Feiere das Leben! Genieße die Freudenzeit und lass andere daran teilhaben! Erzähle von der Freude und dem Glück der Osterbotschaft!

Und da ergibt sich für mich ganz harmonisch die Verbindung vom Mir-ein-Freund-Sein zum Zeuge-Sein, von dem heute in der Apostelgeschichte berichtet wird. Getragen und begeistert von der Botschaft vom Leben - als Freunde unserer selbst - werden wir frohe und glühende Zeugen der Botschaft vom Leben sein und dieses gute Leben für alle suchen. Ohne die Kraft der Auferstehung im Rücken, ohne die Freundschaft zu mir selber kann ich nicht Zeuge sein, sondern verkomme vermutlich direkt zu einem Moralapostel!

Ich wünsche Ihnen diese Erfahrung des Ostermorgens: Kraft, Freude, Lebenslust, Erfrischung! Oder mit „meinem Osterlied“: Halleluja, Ostersegen komm' herab wie Morgentau!

Auf dass Sie sich Freund bleiben und Zeuge werden.

Impulsfragen:

- Wie kann ich mir selber Freund bleiben?
- Welche Sehnsüchte sind hinter Sperrsteinen spürbar geworden?
- (Wo) Trägt mich die Botschaft, dass das Leben den Tod bezwungen hat?
- Wer braucht mich als Freund?
- Wo und wie spüre ich den „Ostersegen, der herabkommt wie Morgentau“?

Zum Nachlesen:

Apostelgeschichte 10,34a.37-43

Zum Nachlesen und -singen:

Halleluja, lasst uns singen (Gotteslob, Nr. 779)

Stephan Trillmich