

Vorwort

Oft sind es kleine Bemerkungen oder kurze Textpassagen, über die wir länger nachdenken. Sie sind es, die uns beschäftigen und in uns haften bleiben.

Gerade in unserer schnelllebigen, hektischen Zeit tut es gut, einen kurzen Impuls dieser Art erhalten zu können, ohne dass wir dafür eine längere Auszeit benötigen.

Egal, ob am Morgen beim Frühstück, an der Bushaltestelle oder beim Insbettgehen. Ein kurzes „Wort“ regt an zum Nachdenken, Überdenken oder Weiterdenken.

Ich wünsche Ihnen eine gute Zeit mit dieser Lektüre und viele gute Gedanken.

Spuren des Lebens

Täglich gehe ich meinen Weg. Ich laufe durch die Straßen, durch den Alltag, gehe meinen gewohnten Gang. Doch wo laufe ich hin? Ist mir bewusst, wohin mich meine Füße tragen? Sehe ich die Spuren, die ich hinterlasse?

Jetzt, wo der Schnee fällt, wird mir bewusst, dass auch ich meine Spuren hinterlasse. Dort, wo sie sonst ganz unauffällig sind und nicht sichtbar, da ist nun alles anders. Der Schnee zeigt mir, wohin ich gehe. Er zeichnet meinen Weg, er macht ihn erkennbar.

Doch wohin führt mich mein Weg? Wo gehe ich hin, wo komme ich her? Sind das nicht zwei Fragen, die uns immer wieder beschäftigen?

Die Wege, die ich bisher gegangen bin, haben ihre Spuren hinterlassen. Nicht immer sichtbar, aber doch spürbar, nachvollziehbar. Egal, ob diese Wege schmerzhaft oder ob es freudige Schritte waren, sie gehören zu meinem Leben, sie sind ein Teil von mir. Sie prägen mich und machen mich zu einer eigenen Persönlichkeit. Die Schritte sind bereits gegangen worden, wir müssen sie loslassen, so stehen lassen, wie sie sind. Doch den Weg, der vor uns liegt, den können wir noch selbst bestimmen.

So laufen wir lange unbewusst auf unserem Weg, bis wir an eine Weggabelung kommen. Nun heißt es, sich zu entscheiden. Nehmen wir den linken Weg oder den rechten? Haben wir uns einmal entschieden, hilft es nicht, darüber nachzugrübeln, wie der Weg in die andere Richtung weiter gegangen wäre. Vergangen ist vergangen, und die Zeit lässt sich – zum Glück – nicht zurückdrehen.

Daher sollten wir uns vor einer Entscheidung Zeit nehmen und auch Gott dabei um seine Hilfe bitten:

*„Zeige mir, Herr,
deine Wege,
lehre mich
deine Pfade.“
(Ps 25,4)*

Und wir sollten in uns hinein hören, in uns hineinspüren, um zu erkennen, wie wir weitergehen sollen. Gott lässt uns wahrnehmen, wie es gut für uns ist. Da wo unser Herz ruhig wird, sich eine tiefe innere Ruhe einstellt, da liegt unsere Antwort, da finden wir den Weg zum Weitergehen.

So sollten wir uns vor einer Entscheidung Zeit nehmen und in uns hinein hören. Gott signalisiert uns, wie wir weitergehen sollen, wenn wir ihn darum bitten.

So werden wir auch weiterhin Spuren hinterlassen, ob bewusst oder unbewusst.

Auch wenn es leichter ist, auf ausgetretenen Pfaden zu wandeln, so muss es doch Menschen geben, die einen neuen Weg mit ihren Spuren zeichnen. Denn es gibt einen Weg, den keiner geht, wenn du ihn nicht gehst.

Januarloch

Kaum hat das neue Jahr begonnen, sprechen wir schon vom Januarloch. War eben noch die Advents- und Weihnachtszeit mit den vielen Kerzen, Lampen und Lichtern, so ist es jetzt, wo der Lichterschmuck weggeräumt wurde, wieder dunkler geworden. Und in unserem Portemonnaie ist ein Loch, was für uns bedeutet, behutsamer mit dem verbliebenen Geld umzugehen.

Löcher gibt es viele, nicht nur im Januar. So haben wir öfter mal ein „Loch im Bauch“ vor Hunger, Löcher gibt es in Wasserleitungen, und wir kennen das sehr schmerzhaftes Loch im Zahn. Obwohl diese Löcher sehr verschieden sind, haben sie doch etwas gemeinsam: alle Löcher wollen gestopft werden.

Auch wir Menschen fallen ab und zu in ein sprichwörtlich dunkles Loch. Gerade wenn wir so in der Dunkelheit gefangen sind, sollten wir uns bewusst machen, dass es auch für uns Rettung gibt. Uns hilft in diesem Fall nicht der Bankier, der Koch, der Klempner oder der Zahnarzt. Unser Retter ist Gott. Gott füllt unsere innere Dunkelheit mit Licht, wenn wir nach ihm rufen. Er lässt uns nicht im Dunkeln, nein, Gott erhellt unser Leben, wenn wir ihn mit hineinnehmen in unser „Loch“. Er bringt nicht nur das Licht, nein, er selbst ist das Licht.

Lassen wir uns unser „Loch“ durch den einzigen Experten in diesem Bereich füllen, durch Jesus Christus, mit dem das Licht in die Welt kam.

*„Durch die barmherzige Liebe
unseres Gottes
wird uns besuchen
das aufstrahlende Licht aus der Höhe,
um allen zu leuchten,
die in Finsternis sitzen
und im Schatten des Todes,
und unsre Schritte zu lenken
auf den Weg des Friedens.“
(Lk 1,78-79)*

Augen-Blicke

Wenn ich durch eine Stadt oder ein Dorf gehe, schaue ich gerne in die Gesichter der Menschen, die mir begegnen. Für mich gibt es kaum etwas Interessanteres als die Gesichtsmimik und den Ausdruck der Augen eines Fremden oder eines Bekannten. Die Augen lassen vieles über den augenblicklichen Zustand, über Freude, Besorgtheit oder Trauer erkennen.

Die Mimik des Gesichtes, der Mund, die Lippen und die Gesamtheit der Falten zeigen viel vom Charakter und vom Leben jedes Einzelnen. Es ist wie ein Buch, in dem man lesen kann.

Auch wenn ein trauriger Mensch lacht, so spiegeln die Augen trotzdem den wahren, den augenblicklichen Zustand. Man spricht ja auch von den Augen als Spiegel der Seele.

Warum versuchen wir also unsere echten Gefühle zu verstecken, wenn man sie als gut beobachtender Mensch doch erkennen kann? Was macht uns Angst zu zeigen, dass wir traurig sind oder auch Kummer haben? Warum schämen wir uns unserer Gefühle?

Mit-Gefühl zu haben für unseren Nächsten, das ist etwas, was uns dazu verhilft, zufrieden und glücklich miteinander zu leben. Ist es nicht schön, wenn wir einen Menschen kennen, dem wir erzählen können, was uns bewegt? Ist es nicht schön, wenn wir Freude und Leid miteinander tragen und es mit-teilen, also miteinander teilen können?

In der heutigen, hektischen Welt achten die Menschen immer häufiger nur noch auf sich selbst, es bleibt kaum noch Zeit für ein gutes, tiefgreifendes Gespräch oder für einen bewussten Blick ins Gesicht unseres Gegenübers. Auch in den Familien wird oft lieber der Fernseher eingeschaltet, anstatt sich miteinander über den vergangenen Tag mit all seinen Höhen und Tiefen auszutauschen oder sich mal bewusst in die Augen zu sehen.

Wäre es nicht schön, wenn wir ganz offen zeigen könnten, wie wir uns fühlen und es Menschen gäbe, die sich Zeit für ein Gespräch mit uns nehmen?

Es wird Zeit, wieder mehr miteinander zu leben, statt nur auf sich selbst bedacht zu sein. Nur so kommen wir wieder zu der Zufriedenheit, die wir öfter vermissen. Ein Miteinander ist wichtig, denn der Mensch ist nicht als Einzelkämpfer geboren.

So wie Gott uns anblickt und wir wissen, dass er immer mit uns, bei uns und um uns ist, so sollten auch wir nicht blind sein für unser Umfeld.

Auch du bist etwas Besonderes!

Ertappen wir uns nicht öfter, dass wir mit uns, unseren Tätigkeiten oder unserem Umfeld nicht zufrieden sind? Kritisieren wir nicht allzu oft andere Menschen oder gar uns selbst? Ziehen nicht öfter Gedanken wie „ich bin zu hässlich“, „ich bin zu dick“, „ich taue zu nichts“ oder ähnliche durch unseren Kopf? Vergleichen wir uns nicht auch mit anderen Menschen oder wollen wir nicht gar so sein wie ein Vorbild, das wir haben?

Fragen wie „warum kann ich nicht sein wie...?“, „warum habe ich nicht dieses oder jenes Talent?“, „warum sehe ich nicht aus wie...?“ gehören bei vielen Menschen zum Alltag.

Aber haben wir uns wirklich schon einmal ganz genau betrachtet? Wissen wir wirklich, wer und wie wir sind? Bin ich wirklich nicht hübsch oder habe ich vielleicht doch Eigenschaften an mir, die ich bisher einfach als gegeben hingenommen habe: zum Beispiel ein Grübchen am Kinn, ein paar Lachfältchen, schöne Augen?

Habe ich mir schon einmal überlegt, was mir Spaß macht im Leben, wo ich Talente und Fähigkeiten in mir entdecken kann? Bin ich handwerklich geschickt, male ich gerne oder ist Musik etwas Wichtiges für mich? All die Dinge, die Freude bei mir auslösen, sollte ich beachten und sie fördern.

Jeder Mensch hat Talente, man muss sie nur finden, hervorlocken und dann bearbeiten, wie ein Stück Stein, aus dem der Steinmetz das schon vorhandene Kunstwerk hervorholt. Er muss es nur noch vom unnötigen Drumherum befreien. So wie der Stein schon sein Geheimnis in sich birgt, so ist auch jeder Mensch ein Kunstwerk der Schöpfung, ein Unikat.

Jeder Mensch ist einmalig. Jeder Mensch hat besondere Fähigkeiten, besondere Eigenschaften. Gott hat jedem von uns ein oder mehrere Talente mit auf den Weg gegeben. Unsere Aufgabe ist es, diese zu finden und sie aus dem Tiefschlaf zu erwecken.

Gott liebt jeden einzelnen von uns und möchte, dass es uns gut geht. Daher hat er jeden von uns auf seine ganz eigene Art beschenkt.

Auch Jesus zeigt uns, dass alle Menschen geliebt sind. Er unterhält sich mit Zöllnern genauso wie mit Prostituierten, er berührt die Kranken und nimmt sich der Ausgestoßenen an. Ihm ist niemand zu schade.

Warum also schauen wir immer auf andere Menschen? Warum möchten wir sein wie ein Star, ein Chef oder wie sonst jemand anderes? Das einzige Vorbild, das wir uns nehmen sollten, ist Jesus. Er zeigt uns, was wir tun sollen.

*„Du sollst den Nächsten lieben
wie dich selbst.“
(Mt 22,39b)*

Doch Achtung, lieben wir uns selbst?

Es wird Zeit, uns endlich so anzunehmen wie wir sind. Wir sind geliebt, ob arm, ob reich, ob dick, ob dünn, ob schwach oder stark.

Seien wir also gut zu uns selbst. Erst dann, wenn wir uns so akzeptieren wie wir sind, können wir uns selbst lieben und dann erst sind wir in der Lage auch unseren Nächsten zu lieben.

Also, lassen wir uns ein auf Gottes Wort und machen wir uns bewusst, dass wir von Gott geliebt sind. Er nimmt uns so wie wir sind, und so wie Gott uns und unseren Nächsten liebt, so sollten wir es ebenfalls tun.