

FASTENZEIT BEGLEITER 2019



*Neues Leben kann dort entstehen,
wo wir ihm Raum gewähren.*

In diesem Jahr wollen wir uns den sieben Hauptsünden (Todsünden) widmen. Vielleicht meint der eine oder andere, dass diese Lehre überholt sei. Betrachten wir unser Leben, vor allem das Zusammenleben der Menschen, der Nationen und Völker, dann kann ein waches Auge erkennen: Diese Laster, diese Belastungen, beeinträchtigen nach wie vor unser Leben und Handeln.

Dieser kleine Begleiter will eine Anregung dafür sein, die Fastenzeit zu nützen, um bewusster zu leben und unser Leben anhand der Tugenden – diese werden immer als Gegenpol zu den Hauptsünden vorgestellt – auszurichten.

Bevor es losgeht, vielleicht noch eine kleine Anregung zum Thema „Fasten“ in Verbindung mit dem Abnehmen: Viele nützen die Fastenzeit gerne dazu, sich beim Essen und Trinken etwas zurückzunehmen. So können sie die nicht immer liebgewonnenen Kilos wieder in den Griff bekommen und sich für den Sommer der

ersehnten Strandfigur nähern. Ob das so im Sinne des „Erfinders“ liegt?

Das Purzeln von Kilos ist sicherlich ein angenehmer Nebeneffekt des Fastens. Der eigentliche Sinn liegt woanders: Wenn wir das Wort Johannes des Täufers hernehmen, „Er muss wachsen, ich aber geringer werden“ (Joh 3,30) dann geht uns vielleicht ein Licht auf: Ein anderes Abnehmen ist gemeint. Eines, das vielleicht sogar schwieriger ist, als bloß auf Essen, Süßigkeiten, ein gutes Bier oder anderes zu verzichten. Es soll der beherzte und aus dem ganzen Herzen überzeugte Entschluss sein, dem eigenen Ego Grenzen aufzuzeigen und dem Du des anderen (vor allem dem Du Gottes!) Raum zu geben.

Die Fastenzeit bereitet uns auf Ostern vor. Ein Fest, wo uns das Leiden, der Tod Jesu am Kreuz, das Klagen über den Verlust des Geliebten, die oft unerträgliche (Grabes-)Stille eines vor Augen führt: Die Liebe. Die Liebe Gottes, die uns lehrt, dass echte Liebe darin besteht, Raum zu schaffen:

Raum, damit Leben (und eben auch Liebe) sich entfalten kann. Raum, damit mein Gegenüber sich bewegen und seinen Weg finden kann. Raum, der den anderen nicht einengt und uns wissen lässt, dass ich die geliebte Person nicht besitze! Jeder Versuch, den anderen festzuhalten, führt nicht zur Liebe, sondern zu ihrem Verlust!

Maria unter dem Kreuz muss Jesus loslassen. Sie kann ihn nicht festhalten. Wenn wir beim offenen Grab einer uns geliebten Person stehen, dann müssen wir loslassen. So ermöglichen wir dem, der von uns gegangen ist, zum wahren Leben hinüberzugehen. Diese innere Entschlossenheit kann uns niemand abnehmen: Nur wir können unserem eigenen Ich klar machen, dass es nicht darum geht, keinen Schmerz und Trauer empfinden zu wollen, sondern mit den Augen des anderen den Tod zu betrachten. Dieser Bruder Tod, wie ihn Franz von Assisi nennt, ist für den, der ihn erlebt, nicht Verlust, sondern das Tor zum neuen Leben!

Auch das möchte uns die Fastenzeit bewusst machen: Unser Leben liegt nicht in unseren Händen. In diesem Sinne dürfen wir die Worte Jesus verstehen, wenn er meint, dass wir das Leben verlieren, wenn wir krampfhaft daran festhalten (vgl. Lk 17,33). Wenn das eigene ICH abzunehmen beginnt, weil wir uns bewusst werden, dass sich nicht immer unser eigener Kopf durchsetzen kann; wenn das eigene Ich lernt, die Grenzen des anderen zu respektieren; wenn wir darin abnehmen, uns selbst immer hochzujubeln und beim anderen immer nur Schuld und Negatives zu sehen: Dann beginnt eine neue Art des Miteinanders. Dann haben wir Fasten wirklich verstanden. Dann nimmt nicht die Nächstenliebe ab, dann „kullern“ nicht die Kilos, sondern dann überwinden wir den vieles zerstörenden Egoismus! Die bedrohliche Egomanie!

ASCHERMITTWOCH: 6.3.2019

Die erste Hauptsünde, die wir auf unserem Fastenweg betrachten wollen ist jene der **Unmäßigkeit oder Gier**.

Gerade die Fastenzeit lädt uns ein, einmal vom Gas zu gehen und bewusster unser Leben zu gestalten: Wahrzunehmen, was wir eigentlich gar nicht wirklich brauchen und was uns vielleicht im Leben sogar hinderlich ist.

Die Unmäßigkeit ist unfähig, sich Einhalt zu gewähren. „Ich will...“, „ich brauche...“, „das muss ich unbedingt haben...“. Der Mensch ist nicht mehr frei, sondern von einem inneren Trieb der Maßlosigkeit getrieben: Schnell ein Bedürfnis stillen, ohne über die Folgen nachzudenken.

Am 8. Sonntag im Jahreskreis C wird eine interessante Lesung aus dem Buch Jesus Sirach gelesen: „Im Sieb bleibt, wenn man es schüttelt, der Abfall zurück; so entdeckt man die Fehler

eines Menschen, wenn man über ihn nachdenkt“
(Sir 27,4).

Die Fastenzeit ist die Gelegenheit, ein solches Sieb im Herzen und in den Gedanken anzuwenden: Wenn ich nach etwas trachte, wenn ich etwas unbedingt will, dann soll es durch dieses Sieb hindurch. So kann ich mir Zeit nehmen, wirklich zu überlegen, ob ich das, wonach ich verlange, wirklich brauche. Ob es unbedingt notwendig ist. Vor allem aber sollte ich nachdenken, wie ich sein werde, wenn ich mein Verlangen gestillt habe.

Unmäßig können wir in vielen Bereichen sein: Im Essen und Trinken, in Freizeitaktivitäten, mit den sozialen Medien. Im Umgang mit unseren Mitmenschen, wenn Blicke über ein gewisses Maß hinaus gehen. Wenn der andere nicht um seiner Selbst geschätzt wird, sondern nur zu meinen Zwecken missbraucht wird.

Wie kommen wir dagegen an? Wie kann ich frei werden von falschen Maßstäben, von der inneren Unruhe, wenn die Gier mich antreibt?

Ein wichtiges Hilfsmittel ist die **Tugend der Mäßigung**. Sie lädt uns ein, bewusst Zeit für eine Entscheidung zu nehmen: Einen wirklichen Denkprozess starten, bevor ich eine Tat setze, ein Wort sagen, ein Urteil fälle. Die Tugend der Mäßigung hilft uns, in die Tiefe zu gehen und nachzudenken, was uns antreibt. Wie Paulus sagt: „Alles ist erlaubt - aber nicht alles nützt. Alles ist erlaubt - aber nicht alles baut auf“ (1Kor 10,23). Nicht alles, was im ersten Moment als gut und begehrenswert erscheint, hilft mir in einem bestimmten Lebensabschnitt.

Am Beginn unseres Fastenweges wollen wir über folgendes nachdenken:

1. Wie treffe ich meine Entscheidungen: Aus dem Bauch heraus oder wohlüberlegt?
2. Was hält mich in seinem Bann gefangen? Wovon komme ich nicht los (oder meine ich, nicht loszukommen)?
3. Worauf kann ich leicht verzichten, was würde mir schwerer fallen und warum?

Gebet:

Gott, gib mir die Gelassenheit,
Dinge hinzunehmen, die ich nicht ändern kann,
den Mut, Dinge zu ändern, die ich ändern kann,
und die Weisheit, das eine vom anderen zu
unterscheiden.

*Reinhold Niebuhr
(amerikanischer Theologe, Philosoph und
Politikwissenschaftler; * 21.06.1892, † 01.06.1971)*

1. Fastensonntag: 10.3.2019

Der 1. Fastensonntag hat traditionell als Evangelium die „Versuchung Jesu“. Unser Heiland hält den Anfechtungen des Bösen stand, weil er sich mit dem Wort Gottes auseinandersetzt: Es ist in seinem Herzen tief verankert. Aus der Weisheit des lebendigen Wortes Gottes kann Christus schöpfen, um nicht zu Fall zu kommen.

An diesem ersten Sonntag auf unserem Fastenweg wollen wir uns mit dem **Stolz oder Hochmut** auseinandersetzen. Damit verbunden ist die Unfähigkeit des Menschen, seine Grenzen anzuerkennen. Er möchte jemand sein, der er eigentlich nicht wirklich ist. Stolze Menschen bauen sich Fassaden auf, um Eindruck zu schinden. Sie merken gar nicht, wie verletzend sie dem anderen gegenüber treten. Noch weniger fällt ihnen auf, wie sie sich selbst entfremden.

Natürlich dürfen wir auch auf etwas stolz sein: Das soll keinem verwehrt sein. Wir sind stolz auf unsere Familie, auf unsere Errungenschaften und Leistungen. Aber nie sollen wir blind dafür sein, dass der Verdienst nicht nur bei uns alleine liegt. Hochmütige und von Stolz geblendete Menschen vergessen ihr wahres Ich: Sie meinen, nur sie gelten etwas. Das eigene Versagen, die eigene Schwäche wird schlicht und einfach geleugnet und verdrängt.

Jesus tritt nicht so auf. Er weiß, dass er als Mensch durch den Geist des Vaters geführt wird und auf diesen Beistand aufbauen kann. Christus lehrt uns, dass wir mit beiden Füßen auf dem Boden der Realität unseres Lebens bleiben sollen: Nicht blind sein für unsere Schwächen und Verletzungen, für unsere Unzulänglichkeiten und Blindheit. Wir sollen nicht in einem „Fantasie-Ich“ leben, sondern im wahren Ich, das fähig ist, seine Grenzen zu erkennen. Das lehrt uns, nach

Umkehr und Verbesserung zu streben und uns langsam von Gottes Geist führen zu lassen.

So wollen wir dem Stolz und der Hochmütigkeit mit der **Tugend der Klugheit** entgegentreten. Diese Tugend möchte uns zur Einsicht und Erkenntnis führen: Sie lässt uns unsere Grenzen wahrnehmen und befähigt uns, auch die Hilfe anderer anzunehmen. Um Hilfe zu bitten, ist keine Schande und kein Zeichen von Schwäche! Gerne erinnern wir uns an den Fuchs aus dem „Kleinen Prinzen“, der mit seiner Klugheit seinem Freund einige Lebensweisheiten mit auf den Weg gibt. So z.B. die Fähigkeit, mit dem Herzen all die den Augen verborgene Wirklichkeit zu erkennen. Die Fastenzeit lädt uns ein, unser Herz auf Gott hinzulenken und sich nicht vom Stolz blenden zu lassen.

In dieser ersten Fastenwoche wollen wir uns von folgenden Fragen leiten lassen:

1. Wo tue ich mir schwer, Fehler einzugestehen?
2. Wie reagiere ich darauf, wenn Freunde mich auf Fehler aufmerksam machen?
3. Wie viel Zeit habe ich bzw. nehme ich mir für das Gebet und die Betrachtung der Bibel?

Gebet:

„Herr, gib mir blinde Augen für Dinge,
die nichts taugen
und Augen voller Klarheit
für all deine Wahrheit.“

Johann Michael Sailer

*(Kath. Theologe und Bischof von Regensburg; * 17. November 1751 in Aresing, Oberbayern; † 20. Mai 1832 in Regensburg)*

2. Fastensonntag: 17.3.2019

„Das ist mein geliebter Sohn, auf ihn sollt ihr hören“. So lautet die Einladung Gottes an diesem 2. Fastensonntag, an dem uns in der Verklärung des Herrn Herz und Augen aufgehen sollen: Wir sollen erkennen, wo der Weg der Nachfolge uns hinführt. Durch den Tod zum Leben. Aus dem Dunkel zum Licht.

Die Laster der **Habsucht und des Geizes** kann uns oft im Leben ein Hindernis sein: Anstatt zu erhalten und zu bewahren, verlieren wir Gelegenheiten, Gott und den Mitmenschen nahe zu kommen!

In Fall der Verklärung wollen die Apostel diesen Moment festhalten und nicht von diesem Ort gehen: Doch Gott können wir nicht festhalten. Können wir nicht besitzen! Doch wie oft sind wir davon besessen, an Dingen und Momenten festzuhalten. So sehr, dass wir sie letztendlich

verlieren, weil wir nicht im rechten Maß genießen und uns an ihnen erfreuen können.

Die Habsucht (Sucht nach dem Haben/Besitzen) und der Geiz sind getrieben von der Angst, nichts zu besitzen. Sie wollen deshalb anhäufen, um ja nicht mit leeren Händen dazustehen. Doch wer nur anhäuft und nicht nutzt, der übersieht, dass vieles vergänglich ist und irgendwann verfällt.

Die Fastenzeit ist vielleicht ein guter Moment uns daran zu erinnern, dass wir nichts in die Welt gebracht haben und nichts mitnehmen können. Selbst unser Leben verdanken wir nicht uns selbst. Zutreffend sagt Paulus: „Denn wer räumt dir einen Vorrang ein? Und was hast du, das du nicht empfangen hättest? Wenn du es aber empfangen hast, warum rühmst du dich, als hättest du es nicht empfangen?“ (1Kor 4,7).

Wie oft macht man einem Kind den Vorwurf, dass es sich etwas wünscht und, sobald es das Gewünschte hat, irgendwann die Lust daran

vergeht und es uninteressant geworden ist. Handeln wir nicht ähnlich, wenn wir alles haben wollen und es aber nie wirklich nutzen?

Dem Geiz entgegenhalten können wir die **Tugend der Liebe**: Die Liebe ist nicht berechnend, die Liebe, wie es Paulus sagt, hält nicht fest und besitzt den anderen nicht (siehe 1Kor 13). Wer liebt, der respektiert den anderen. Wer liebt, versucht nicht das Gegenüber auszunützen, sondern ist vielmehr dankbar dafür! Das eigene Leben zu lieben befähigt uns dazu, den Ursprung unseres Daseins in Gott und in seiner überschwänglichen Liebe zu begreifen.

Geführt von den folgenden Fragen wollen wir diese 2. Fastenwoche aus der Liebe heraus gestalten:

1. Was habe ich bei mir im Zimmer/in der Wohnung/im Haus, was ich unbedingt

haben musste, aber eigentlich nie verwendet habe?

2. Kann ich genießen, woran kann ich mich nie erfreuen?
3. Bin ich fähig zur Liebe, und durch die Liebe zur Dankbarkeit?

Gebet:

*Nichts soll dich ängstigen, nichts dich erschrecken,
alles vergeht, Gott bleibt derselbe.*

Geduld erreicht alles;

wer Gott besitzt, dem kann nichts fehlen:

Gott nur genügt

*Hl. Teresa von Avila
(Karmelitin und Kirchenlehrerin; 1515-1582)*

3. Fastensonntag: 24.3.2019

Leben bedeutet Bewegung: Unterwegs sein, nicht stehenbleiben. Tot ist das Ende aller Bewegungen: Auch wenn wir christlich gesehen sagen könnten, dass der Tod der Durchgang zum Ewigen Leben ist, also der letzte Schritt zur Vollendung in Gott.

Doch es gilt: Leben ist Bewegung. Wer sich nicht bewegt, kann sich nicht entwickeln.

Das Laster der **Trägheit oder des Überdrusses** bringt den Menschen nicht weiter. Langsam, aber sicher, schleicht sich eine Negativspirale in das Herz des Menschen hinein. An allem und jedem hat der träge Mensch etwas auszurichten. Alles andere ist schuld, dass das eigene Leben nicht so richtig in Fahrt kommt.

Mose hätte nicht die Begegnung mit Gott gehabt, hätte er nicht den Schritt zum brennenden Dornbusch gewagt (1. Lesung des 3. Fastensonntags). Er hat es verstanden, den

Augenblick zu nutzen und die Begegnung mit dem Außergewöhnlichen zu wagen. Die Trägheit, die Lustlosigkeit, bremst den Menschen aus: Er ist unfähig im Jetzt eine Entscheidung zu treffen, die ihm aufhelfen kann und das Beste aus der jeweiligen Situation zu machen

Die Fastenzeit ist scheinbar eine „träge Zeit“, weil wir auf vieles verzichten: Die Sichtweise ist aber falsch. Denn der Verzicht sollte zur Aktivität des Herzens führen. Im Gebet Raum und Zeit finden, das eigene Leben zu durchleuchten und ganz bewusst auf Gott und seine Gegenwart auszurichten - also in der Bewegung der Nachfolge bleiben!

Dem Laster der Trägheit wollen wir die Tugend der **Hoffnung** gegenüberstellen: Die Hoffnung ist das Öffnen auf das noch nicht Sichtbare und doch in geheimnisvoller Weise Gegenwärtige. So lesen wir im Hebräerbrief: *„Lasst uns an dem unwandelbaren Bekenntnis der Hoffnung festhalten, denn er, der die Verheißung gegeben*

hat, ist treu! Lasst uns aufeinander achten und uns zur Liebe und zu guten Taten anspornen! Lasst uns nicht unseren Zusammenkünften fernbleiben, wie es einigen zur Gewohnheit geworden ist, sondern ermuntert einander, und das umso mehr, als ihr seht, dass der Tag naht!“ (Heb 10,23-25), und im Römerbrief lesen wir: „Denn auf Hoffnung hin sind wir gerettet. Hoffnung aber, die man schon erfüllt sieht, ist keine Hoffnung. Denn wie kann man auf etwas hoffen, das man sieht? Hoffen wir aber auf das, was wir nicht sehen, dann harren wir aus in Geduld“ (Röm 8,24-24).

Die Hoffnung lässt uns erstarken und bewegt uns auf den Kommenden hin, zum Herrn, der uns zugesagt hat, immer bei uns zu sein. Diese Tugend schenkt uns auch die Fähigkeit, nicht vor den schwierigen Momenten davon zu laufen, sondern Ruhe und Vertrauen im Moment des Zweifels und der Niedergeschlagenheit aufkommen zu lassen!

Voll Hoffnung wollen wir in diese 3. Fastenwoche gehen und uns fragen:

1. Wie verhalte ich mich, wenn ich mich antriebslos fühle: Schmeiße ich alles hin oder kann ich mich durch Gott und das Gebet aufrichten lassen?
2. Bin ich ein Schwarzseher oder doch ein hoffnungsvoller Mensch?
3. Kann ich andere zur Hoffnung bewegen oder lasse ich mich von Pessimismus anstecken?

Gebet:

Gott, guter Vater,

bei jedem Gefühl der Verlassenheit, begleite mich durch deinen Heiligen Geist;

bei jedem Gefühl der Einsamkeit, umarme mich durch deinen Heiligen Geist;

*bei jedem Gefühl der Schuld, verzeih mir durch
deinen Heiligen Geist;*

*bei jedem Gefühl der Schwäche, stärke mich durch
deinen Heiligen Geist;*

*bei jedem Gefühl der Schmerzen, heile mich durch
deinen Heiligen Geist;*

*bei jedem Gefühl der Trauer, tröste mich durch
deinen Heiligen Geist,*

*und bei jedem Gefühl der Freude, freue dich mit mir,
du Heiliger Geist Gottes.“*

Sylke-Maria Pohl

4. Fastensonntag: 31.3.2019

Halbzeit: Der 4. Fastensonntag, der Sonntag Laetare, lässt uns das schon nahende Osterfest erkennen. Wir sollen uns bewusst werden, was wir an diesem Hochfest feiern, was Christi Auferstehung in unserem Leben bewirkt.

Wer dem Laster der **Unkeuschheit** verfallen ist, ist sich dessen eben nicht bewusst: Denn das Wort keusch leitet sich vom lateinischen Wort *consci* ab. Sich bewusst sein, was man lebt. Wem man sein Leben verdankt. Das uns hilft, die in der Taufe übertragene Würde zu bewahren.

Der jüngere Sohn im Evangelium des 4. Fastensonntags im Jahreskreis C ist sich nicht immer bewusst, wie er leben soll. Was die Liebe des Vaters ihm alles gewährt: Wie er mit seinem Lebenswandel die Zuneigung seines Vaters, der immer an ihm festhalten wird, mit Füßen tritt.

Die Keuschheit ist also nicht eine Einschränkung des Lebens, sondern vielmehr die Fähigkeit, es wirklich zu entfalten und mit offenen Augen und Herzen durch das Leben zu gehen. Wer keusch ist, der hat nichts zu verbergen. Dem kann man, gleichsam, auf den Grund seines Herzens blicken: In diesem Sinne spricht auch der Hl. Franziskus im Sonnengesang vom Wasser als keusch: Ich kann bis auf den Grund schauen. Es ist rein, es erfrischt, es verbirgt nichts!

Die Keuschheit hilft mir, meinen Mitmenschen in seiner Würde zu sehen und ihn nicht für eigene Zwecke zu instrumentalisieren.

Wer sich gehen lässt, wer sich seinen Begierden und Trieben zügellos hingibt, verletzt nicht nur den anderen, sondern auch sich selbst. Er beginnt vieles zu banalisieren und den wahren Blick aufs Leben zu verlieren.

Demgegenüber wollen wir die Tugend der **Tapferkeit** stellen: Den Mut haben, sich gegen

den Strom zu stellen und nicht immer zu allem „Ja und Amen“ zu sagen. Die Fähigkeit, sich in einer Entscheidung bewusst Zeit zu nehmen, auch wenn andere zu einer Tat drängen, um sich nicht einfach von Gefühlen und Sehnsüchten treiben zu lassen, sondern bewusst zu fragen: Was ist das Richtige und Gute. Wie Paulus schreibt: *„Ich ermahne euch also, Brüder und Schwestern, kraft der Barmherzigkeit Gottes, eure Leiber als lebendiges, heiliges und Gott wohlgefälliges Opfer darzubringen - als euren geistigen Gottesdienst. Und gleicht euch nicht dieser Welt an, sondern lasst euch verwandeln durch die Erneuerung des Denkens, damit ihr prüfen und erkennen könnt, was der Wille Gottes ist: das Gute, Wohlgefällige und Vollkommene!“* (Röm 12,1-2)

Als Menschen, die sich, wie in der 2. Lesung des 4. Fastensonntags geschrieben steht, mit Gott versöhnen lassen. Um ein reines Herz zu haben, wollen wir uns bewusst fragen:

1. Wo habe ich meine Sehnsüchte, meine Begierden, meine Triebe nicht im Griff? Wo unterdrücke ich etwas, anstatt mich dem zu stellen?
2. Habe ich Scheu, meinen Glauben zu bekennen und bin ich manchmal versucht, etwas zu machen, was ich eigentlich gar nicht will?
3. Kann ich auf den Grund meines Herzens sehen oder muss ich Dinge verbergen?

Gebet:

Wo Liebe ist und Weisheit, da ist nicht Furcht noch Unwissenheit.

Wo Geduld ist und Demut, da ist nicht Zorn noch Verwirrung.

Wo Armut ist mit Fröhlichkeit, da ist nicht Habsucht noch Geiz.

*Wo Ruhe ist und Betrachtung, da ist nicht
Aufregung und unsteter Geist.*

*Wo die Furcht des Herrn ist, sein Haus zu
bewachen, da kann der Feind keinen Ort zum
Eindringen finden.*

*Wo Erbarmen ist und Vorsicht, da ist nicht Übermaß
noch Verhärtung.*

*Hl. Franz von Assisi
(Ordensgründer der Minoriten, 1181-1226)*

5. Fastensonntag: 7.4.2019

Ab diesem Sonntag, dem Sonntag des Leidens, werden in den Kirchen die Kreuze verhüllt. Wir machen uns bewusst, dass bald Christus im Leiden sein Leben hingeben wird. Er läuft nicht weg, obwohl er fällt. Er steht auf und trägt nicht nur sein Kreuz: Vielmehr die Lasten, die wir ihm aufgebürdet haben mit unseren Sünden!

Deshalb wollen wir uns heute mit dem Laster des **Zorns und Grolls** auseinandersetzen.

Wie von Sinnen und getrieben von Wut, wollen Männer eine Frau, die beim Ehebruch ertappt worden ist, steinigen: Das Recht gibt ihnen Recht. So steht es im Evangelium des heutigen Fastensonntags.

Und Jesus? Er gibt ihnen Recht, doch mit einer entscheidenden Bemerkung: Jeder, der ohne Sünde ist, werfe den ersten Stein.

An und für sich ist der Zorn weder negativ noch positiv. Es ist eine Gefühlsregung, die sich in bestimmten Situationen in uns bemerkbar macht. Eine Kraft, eine Energie: Sie gilt es nur, richtig anzuwenden. Der Zorn wird negativ, wenn wir ihn unkontrolliert herauslassen und dem anderen entgegenschleudern. Er zerstört dann vieles. Steht sich das dafür?

Natürlich kann ich nicht immer alles hinunterschlucken. Wo Grenzen sind, darf ich mich auch dazu äußern, aber eben gewaltlos, ohne Zorn und Groll.

Diesem Laster können wir mit der Tugend der **Gerechtigkeit** begegnen: Das Rechte tun. Den richtigen Ton finden, um meine Meinung und Ansicht zu vertreten, ohne den anderen vor den Kopf zu stoßen. So handeln, dass der andere, auch wenn er im Unrecht ist, nicht verletzt und bloßgestellt wird. Das Pendel der Gefühle nicht unkontrolliert ausschlagen lassen. Und immer wieder die Frage: „Was würde Jesus jetzt tun? Wie

würde er reagieren?“ Jesus ist gekommen, um uns frei zu machen. Auch von Zorn, Groll und Bitterkeit: Er lädt uns ein, immer wieder neu Situationen zu betrachten und zu beurteilen. Aber ohne jegliche Gewalt!

Ein Kreuz betrachtend, wollen wir uns in dieser Woche, die uns auf die Heilige Karwoche vorbereitet bewusst fragen:

1. Was bringt mich zum „Auszucken“, wo könnte ich laut aufschreien?
2. Muss ich immer das letzte Wort haben?
3. Bin ich ausgeglichen oder tendiere ich zu Extremen?

Gebet:

*Mein Herr und Gott,
nimm alles von mir,
was mich hindert zu dir.*

*Mein Herr und mein Gott,
gib alles mir,
was mich fördert zu dir.*

*Mein Herr und mein Gott,
nimm mich mir und
gib mich ganz zu Eigen dir.*

*Hl. Nikolaus von Flüe
(Einsiedler, Kopatron der Minoritenkustodie Österreich-
Schweiz, 1417-1487)*

Palmsonntag: 14.4.2019

Jesus zieht in Jerusalem ein. Der König des Friedens in die Stadt des Friedens. Doch kann er seinen Frieden den Menschen schenken? Sind sie bereit, anzunehmen, was er uns schenken will? Die Gaben des Friedens, die uns auch gereicht werden in Brot und Wein, sind Zeichen, dass er sich teilen lässt, dass er sich uns mitteilt!

Das wird nicht sehen können, wer sich vom Laster des **Neids und der Eifersucht** treiben lässt.

Im Neid vergleicht sich der Mensch immer mit dem anderen: Sein Blick auf den anderen ist nicht ausgewogen, sondern getragen vom Vergleichen und Bewerten. Das eigene Ich muss über dem anderen stehen.

Immer wieder hat Jesus seinen Jüngern gesagt „...bei euch aber soll es nicht so sein“ (vgl. Mt 20,26): Stellt euch nicht über andere, versteht vielmehr die Logik des Dienens. Denn auch

Christus hat nichts für sich behalten, er hat sich entäußert, ist ein Diener geworden (vgl. Phil 2,5ff), um den Menschen wieder aufzurichten und erkennen zu lassen: Neid und Eifersucht zerstören. Sie machen blind! Sie lassen uns nicht begreifen, wer wir selbst sind und was Gott alles uns geschenkt hat (Neid); sie entfernen die Person von uns, die wir lieben und die wir nicht verlieren wollen (Eifersucht).

Jesus ist nicht gekommen, anderen einen Platz, eine Ehre, einen Titel oder sonst etwas wegzunehmen. Er will vielmehr den Menschen wieder auf den Platz stellen, wohin Gott ihn berufen hat: Frei von falschen Wünschen und Sichtweisen, im Bewusstsein der Liebe, die Gott uns tagtäglich schenkt - jedem Menschen gleichermaßen, ohne Präferenzen!

Den Neid und die Eifersucht werden wir überwinden können, wenn wir lernen, an uns selbst zu glauben: Im Sinne der Erkenntnis dessen, was Gott in uns wirkt, wie er uns sieht.

Das können wir erreichen durch die Tugend des **Glaubens**: Ich glaube an Gott...an seinen Sohn Jesus Christus...an den Schöpfer Geist...daran, dass Gott nicht nur das Kreuz trägt, sondern mir meines abnimmt, damit ich frei bin. Aufrecht und aufrichtig. Gestärkt und bestärkend. Den Blick nicht gesenkt, sondern auf ihn gerichtet, bei dem nichts unmöglich ist.

In dieser heiligen Karwoche, vor allem während des Heiligen Triduum, wollen wir uns mit folgenden Fragen auseinandersetzen:

1. Woran Glaube ich wirklich?
2. Welche Einschätzung, welches Bild habe ich von mir? Bin ich dankbar oder doch neidisch?
3. Lass ich zu, dass Christus sich mir mitteilt? Im gebrochenen Brot der Eucharistie?

Gebet:

Lebensregeln von Papst Johannes XXIII - Die Zehn Gebote der Gelassenheit

- 1. Nur für heute werde ich mich bemühen, den Tag zu erleben, ohne das Problem meines Lebens auf einmal lösen zu wollen.*
- 2. Nur für heute werde ich große Sorgfalt in mein Auftreten legen: vornehm in meinem Verhalten; ich werde niemand kritisieren, ja ich werde nicht danach streben, die anderen zu korrigieren oder zu verbessern - nur mich selbst.*
- 3. Nur für heute werde ich in der Gewissheit glücklich sein, dass ich für das Glück geschaffen bin - nicht für die andere, sondern auch für diese Welt.*
- 4. Nur für heute werde ich mich an die Umstände anpassen, ohne zu verlangen, dass die Umstände sich an meine Wünsche anpassen.*
- 5. Nur für heute werde ich zehn Minuten meiner Zeit einer guten Lektüre widmen; wie die Nahrung für das Leben des Leibes notwendig ist, ist eine gute Lektüre notwendig für das Leben der Seele.*
- 6. Nur für heute werde ich eine gute Tat verbringen, und ich werde es niemandem erzählen.*

7. Nur für heute werde ich etwas tun, für das ich keine Lust habe zu tun: sollte ich mich in meinen Gedanken beleidigt fühlen, werde ich dafür sorgen, dass es niemand merkt.

8. Nur für heute werde ich fest glauben - selbst wenn die Umstände das Gegenteil zeigen sollten - , dass die gütige Vorsehung Gottes sich um mich kümmert, als gäbe es sonst niemanden auf der Welt.

9. Nur für heute werde ich keine Angst haben. Ganz besonders werde ich keine Angst haben, mich an allem zu freuen, was schön ist - und ich werde an die Güte glauben.

10. Nur für heute werde ich ein genaues Programm aufstellen. Vielleicht halte ich mich nicht genau daran, aber ich werde es aufsetzen - und ich werde mich vor zwei Übeln hüten: der Hetze und der Unentschlossenheit.

*Hl. Papst Johannes XXIII
(1881-1963)*