

Ein echt harter Brocken

„Die Lästigen geduldig zu ertragen“ ist barmherzig, aber leider auch ziemlich schwer

Ja, ich gebe es zu und – glauben Sie mir – ich bin darauf wirklich nicht stolz, aber Geduld ist nicht meine Königsdisziplin. Insofern halte ich das geistliche Werk der Barmherzigkeit, das da lautet „die Lästigen geduldig zu ertragen“ für einen echt harten Brocken. Ertragen, das ginge zur Not noch, aber auch noch geduldig dabei sein ... Sprich Ruhe bewahren, dulden, was da gerade geschieht ohne angespannt, genervt oder gar wütend zu werden – das kostet richtig Kraft. Und um es gleich vorweg zu nehmen, ich fürchte, dass ich an dieser Aufgabe deutlich öfter scheitere als sie gut zu bewältigen.

Wobei man ja nicht einmal genau sagen kann, wer denn „die Lästigen“ sind, die einem das Leben schwer machen. Der Grund: „Die Lästigen“, das können heute die Autofahrer sein, die vermeintlich allesamt nur deswegen in einem derartigen Schnecken-tempo unterwegs sind, um mich am zügigen Fortkommen zu hindern. Morgen dann können die mich schon wieder komplett kalt lassen und ich knirsche mit den Zähnen, weil der Mann, der



vor mir in der Warteschlange sein Frühstück beim Bäcker holt, sich nicht entscheiden kann, ob er lieber das Croissant mit Schoko oder das mit Vanille nehmen soll und sich dann im letzten Moment doch für zwei Semmeln und drei Brezen entscheidet. Ein Augenrollen, ein Kopfschütteln und ein zumindest leiser Seufzer, das muss dann schon sein, um die Welt wissen zu lassen, wie unmöglich ich dieses Verhalten finde. Dass ich es in Wirklichkeit selbst bin, die ich in diesem Moment am wenigsten leiden kann, muss hingegen niemand wissen.

Besonders schlimm wird es freilich, wenn nicht Fremde mir lästig sind, sondern die Menschen, die mir wichtig sind, die ich schätze, gern habe oder liebe. Wenn beispielsweise der

Freund mich zum dritten Mal daran erinnert, dass wir gemeinsam ins Kino gehen wollen und ich einfach keinen Zeitpunkt finde, der mir passt. Wenn meine alte Mutter mir eine Geschichte aus ihrem nicht mehr so wahnsinnig aufregenden Alltag erzählt, wo ich doch eigentlich das Telefongespräch schon vor zehn Minuten beenden wollte.

Natürlich ist mir klar – so viel Einsicht ist mir mittlerweile zuteil geworden – dass es lästige Menschen eigentlich gar nicht gibt. Die Last besteht nämlich nicht in meinem Gegenüber, sondern in mir selbst. Meine mangelnde Fähigkeit zur Geduld ist es, die an meinen Nerven zerrt, mich aufbringt und schroff reagieren lässt. Gewonnen ist dadurch nichts, im Gegen-

teil. Gelassenheit wäre dienlich, mir, meinen Mitmenschen und der Situation. Wie gesagt: Theoretisch weiß ich das und manchmal, wenn es mir gelingt danach zu handeln, merke ich, wie gut es sich anfühlt, ruhig und verständnisvoll zu sein. Ein echtes Rezept, wie das gelingen kann, habe ich leider immer noch nicht, aber hin und wieder hilft es mir, wenn ich in meiner Vorstellung die Rollen tausche. Wenn also ich die Lästige bin, Hilfe brauche oder einfach nur Geduld von meinem Gegenüber erhoffe. Dann, ja dann gelobe ich Besserung. Und hin und wieder wird aus dem guten Vorsatz sogar Realität. Ich muss halt auch mit mir selbst geduldig sein ...

*Susanne Holzappel
Die Autorin ist MK-Chefin vom Dienst.*

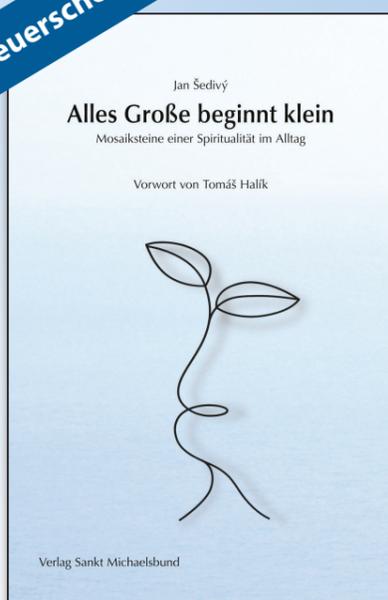
Serie



Im Heiligen Jahr der Barmherzigkeit schildern die Münchner Kirchenzeitung und das Münchner Kirchenradio Beispiele dafür, wie sich die sieben geistigen Werke der Barmherzigkeit praktizieren lassen.

Anzeige

Neuerscheinung



Jan Šedivý Alles Große beginnt klein

Spiritualität ist ein Weg der kleinen Schritte im Alltag. Der Autor, ein erfahrener Lehrer der Kontemplation, will die Leserinnen und Leser auf diesem Weg begleiten. Zu den wesentlichen Botschaften dieses Buches gehört die Aussage, dass Kontemplation keine Frage von bestimmten „Techniken“ ist. Sie ist eine offene und wahrnehmende Haltung Gott, der ganzen Schöpfung und sich selbst gegenüber. Eine tiefgehende innere Veränderung wird zugelassen, nicht gemacht. Sie wird empfangen und nicht erzwungen. Auf dem inneren Weg „machen“ wir weder Heilung noch Erlösung oder Erleuchtung. Wir schaffen lediglich geeignete Voraussetzungen dafür, dass Prozesse in uns beginnen können, die uns nachhaltig verändern.

Verlag
Sankt Michaelsbund

Jan Šedivý
Alles Große beginnt klein
Mosaiksteine einer
Spiritualität im Alltag
Vorwort von Tomáš Halík
München: Verlag
Sankt Michaelsbund, 2016
176 Seiten, kartoniert
ISBN 978-3-943135-74-9
14,90 €

Jetzt bestellen unter Telefon
089/23 225-420, per Fax unter
089/23 225-175 oder per E-Mail
buchhandlung@lesetraum.de
www.michaelsbund.de