



V+J

*Mit Franz  
von Sales  
durch den  
Alltag, nicht  
nur in  
besonderen  
Zeiten.*

Foto ©: Sr. M. Franziska

**Gewissenhaftigkeit und Sorgfalt, die unsere Arbeit auszeichnen sollen,  
sind wohl zu unterscheiden von Unruhe, Ängstlichkeit und Übereilung.**

Franz von Sales

Schatten und Licht, Wege, Straßen, die sich kreuzen, die Begegnungen ermöglichen, aber auch Entscheidungen verlangen. Verkehrsschilder, die Regeln aufstellen und Vorgaben machen, aber auch den Weg weisen. – Ein Bild für unser alltägliches Leben. Was der Betrachter dieses Bildes nicht sieht: hinter seiner Position steht in diesem Flecken Landschaft eine Bank, um sich hinzusetzen, zu verweilen, und ein kleines Marterl, das einlädt, einen Moment innezuhalten und nicht nur mit dem Radl vorbei zu brausen. – So verstanden könnte dieses Bild ein wenig das erklären, was Franz von Sales mit seinem Kapitel meint: „Gewissenhafte Arbeit mit Gott ohne Unruhe und Hast.“<sup>1</sup> Es geht um das, womit wir im Alltag oft ringen: unsere Arbeit gut zu machen, die Ansprüche unseres Lebens zu erfüllen, ohne in Stress und Hektik zu geraten. Wohl niemand kann das immer und zu jeder Zeit vermeiden, offensichtlich auch damals nicht, sonst hätte Franz von Sales dieses Kapitel nicht geschrieben. „*Sei sorgfältig und gewissenhaft* in allen Obliegenheiten. Gott hat sie dir anvertraut und will, dass du große Sorgfalt darauf verwendest. Vermeide aber dabei jede Ängstlichkeit und Aufregung, d. h. verrichte sie ohne Unruhe, ohne ängstliche Besorgnis oder hitzigen Eifer. Verrichte deine Arbeit niemals hastig, denn *jede aufgeregte Hast trübt Vernunft und Urteil*; damit

---

<sup>1</sup> DASal, Bd 1, S. 135 ff.

hindert sie uns, eine Sache gut zu machen, auf die wir solch blinden Eifer verwenden.“ Franz von Sales zeigt einfach zunächst die negative Folge von Hektik und Stress auf. Im Grunde eine Binsenweisheit, die jeder und jede kennt. Und dennoch überfällt uns oft Stress. Was also tun? Ein Seminar besuchen zum Thema „Umgang mit Stress“? Das wäre mehr als ein „Banker!“ zum Niedersetzen, aber im einen oder anderen Fall möglicherweise auch nicht verkehrt. Doch was tun im normalen Alltag? Franz von Sales weist einen denkbar einfachen Weg. „Wir arbeiten rasch genug, wenn wir gut arbeiten. Die Hummeln machen mehr Lärm und gebärden sich geschäftiger als die Bienen, aber sie erzeugen weder Wachs noch Honig. So arbeitet weder viel noch gut, wer sich überhastet. Die Fliegen sind eine Plage nicht wegen ihrer Stärke, sondern wegen ihrer Menge; deswegen verwirren uns große Aufgaben weniger als eine große Zahl kleiner Geschäfte. Nimm sie alle in Ruhe hin, wie sie kommen. Bemühe dich, sie der Reihe nach zu erledigen, eins nach dem anderen. Wolltest du sie alle auf einmal ohne rechte Ordnung bewältigen, dann übernimmst du dich, ermüdest deinen Geist und wirst unter der Last erliegen, ohne etwas erreicht zu haben. *Stütze dich* in allen Arbeiten völlig *auf die Vorsehung Gottes*; nur sie gibt deinen Plänen das Gelingen.“ ... „Mache es wie die kleinen Kinder: Mit der einen Hand halten sie sich am Vater fest, mit der anderen pflücken sie Erdbeeren und Brombeeren am Wegrain. So sammle und gebrauchte auch du die irdischen Güter mit der einen Hand, mit der anderen *halte dich an der Hand des himmlischen Vaters fest*. Schau immer wieder zu ihm auf, ob ihm dein Tun und dein Wandel recht ist. Hüte dich vor allem, seine Hand loszulassen und dich seiner Obhut zu entziehen, in der Meinung, du könntest dann mehr zusammenraffen. Hält er dich nicht mehr, dann wirst du keinen Schritt tun, ohne hinzufallen.“ Dieses Bild ist eines der bekanntesten Textstellen bei Franz von Sales. Es ist nicht kindisch, sondern hilft gläubig die Relationen richtig zu sehen. Es geht auch nicht um geteilte Aufmerksamkeit sowie (scheinbar) zuhören und gleichzeitig auf dem Blick und die Finger auf dem Smartphone. Wenn wir nicht mehr wissen, wo uns der Kopf steht, ist es gut, sich an jemandes Hand zu wissen, der uns nicht klein macht, auch nicht dann, wenn wir nach menschlichem Ermessen versagen, auch wenn ER größer ist als wir. D.h. die innere Haltung zu wissen, dass wir nicht die alleinigen Macher sind und nicht alles in unserer Macht steht, auch im Alltag. Gläubig sein heißt, zu wissen, dass wir nicht alles allein machen müssen und brauchen. Das entlastet und „entstresst“.

St. M. Franziska