

Wort zum Sonntag 24.03.2024



Mein „Seelenglas“

Vor mir steht ein Schraubglas, gefüllt mit kleinen bis mittelgroßen eckigen Steinen. Ich nehme es in die Hand. Wie schwer es wohl ist ... 500 g oder etwas mehr? Eigentlich egal. Denn wichtig ist nicht das Gewicht des Glases, sondern die Frage, wie lange ich es halten muss. Nur mal kurz - kein Problem. Aber vielleicht einige Stunden? Schon nach überraschend kurzer Zeit wird das Glas schwer und schwerer. Der Arm fängt zu schmerzen an und die Vorstellung, es den ganzen Tag tragen zu müssen - eine Last, die alle Aufmerksamkeit bindet und den ganzen Körper belastet.

Das Glas begleitet mich schon einige Wochen durch die Fastenzeit. Es ist mein „Seelenglas“. Ich habe es immer wieder gefüllt: Mit Dingen, die mir Sorgen bereiten, mit Unzufriedenheiten und Enttäuschungen und vielleicht mit Erinnerungen an Verletzungen, die noch immer schmerzen. Kleinere und größere Steine, die mich belasten oder ärgern.

Wenn sie meine Aufmerksamkeit nur kurz auf sich ziehen - kein Problem. Aber oft drehe ich mich hinein, ich kreise um meine Probleme, und meine Gedanken sind wie gefangen. Mein Alltag wird davon bestimmt und ich fühle mich wie gelähmt.

Der einzige Ausweg: Ich muss mein Seelenglas immer wieder leeren und Kopf und Seele frei bekommen. Oft hilft ein Gespräch, das zurechtrückt. Oder aber ein Gebet, ein Besinnen, ein Anvertrauen. Wenn Jesus sagt „Kommt alle zu mir, die ihr mühselig und beladen seid - ich will euch Ruhe verschaffen! (Mt 11,28-30) dann meint er genau das: Ich darf mich anvertrauen, ich darf mich bei ihm entlasten und alle Sorgen und Ängste, Ohnmacht und Hilflosigkeit in seine Hand legen.

Das schafft Raum, neue Freiräume in mir. Mein leeres Seelenglas darf ich neu füllen mit all den vielen Dingen, die Tag für Tag Schönes und als Zeichen von Hoffnung um mich herum geschehen. Da ist das Lächeln eines fremden Menschen beim Einkaufen, ein gutes Gespräch, der aufbrechende Frühling, die Farben und Düfte, die mich umgeben, das Bemühen von Menschen um Gerechtigkeit und Mitmenschlichkeit in meinem Umfeld. So viele Kleinigkeiten, die mein Leben bunt und vielfältig machen - Geschenke der Hoffnung.

Deshalb steht auf meinem Tisch ein zweites Glas, gefüllt mit bunten Glasmurmeln. Sie erinnern mich an so manches unbeschwertes Kinderspiel mit Freunden. Was waren Murmeln für Schätze unter Freunden, die man stolz zeigte und tauschte. Der Anblick des bunt gefüllten Glases macht mich froh. Eine Murmel davon stecke ich in meine Hosentasche. Wenn ich mich im Alltag wieder einmal festbeißte an Negativem, dann fühle ich in meiner Tasche die kleine Murmel. Sie mahnt mich dazu, nicht alles selbst machen und lösen zu wollen, sondern auf Jesus zu vertrauen, gerade deshalb, weil er die Not und Angst kennt und selbst getragen hat. Wenn wir in den kommenden Tagen Kreuzwege sehen, hören und begleiten, dann sind sie für uns Christen Wege vom Tod zum Leben. Diese Erfahrung trägt mich auch durch schwierige Zeiten -und das wünsche ich auch Ihnen für die kommende Woche.

Beate Schilling, Kath. Altenheimseelsorger
in Bad Brückenau