



Der Himmel ist in dir
Halt an, wo laufstu hin, der Himmel ist in dir;
Suchstu Gott anderswo, du fehlst ihn für und für.

Wie Gott im Menschen
Gott ist noch mehr in mir, als wann das ganze Meer
In einem kleinen Schwamm ganz und beisammen wär.

Der Mensch ist Ewigkeit
Ich selbst bin Ewigkeit, wann ich die Zeit verlasse
Und mich in Gott und Gott in mich zusammenfasse.

Zufall und Wesen
Mensch, werde wesentlich; denn wann die Welt vergeht,
So fällt der Zufall weg, das Wesen, das besteht.

Beschluß
Freund, es ist auch genug. Im Fall du mehr willt lesen,
So geh und werde selbst die Schrift und selbst das Wesen

Angelus Silesius

in: Der Cherubinische Wandersmann

Achermittwoch: „Halt an!“

„Halt an!“ Tagtäglich begegne ich dieser Anforderung. Wenn ich unterwegs bin, auf der Straße, im Zug. Wenn ich auf die Ampel zu fahre und prompt wird sie rot. Wenn es mal wieder auf der Autobahn heißt: Stop and Go. Wenn der Zug aus welchen Gründen auch immer zum xten Mal außerplanmäßig auf freier Strecke anhalten muss. Ich gebe zu: Mich nervt das schon. Eigentlich will ich zügig von A nach B kommen. Und nicht ständig auf dem Weg dahin ausgebremst werden.

Ich vermute mal: Mir geht das nicht alleine so. Eine Gesellschaft, die so sehr wie die unserige von Mobilität geprägt ist, vermittelt ihren Mitgliedern die permanente Botschaft: Nur wer mobil ist, wer in Bewegung ist, ist wer und ist was wert! Gerade wir Männer haben diese Lektion immer schon sehr gut gelernt! „Halt an!“ – Die Aufforderung des barocken Mystikers Angelus Silesius passt da auf den ersten Blick überhaupt nicht ins Bild.

„Halt an!“ Dennoch: Viele Männer erleben genau dies oft genug unerwartet und vielleicht auch sehr unvorbereitet. Der Sportunfall, der einen im wahrsten Sinne des Wortes bewegungsunfähig macht. Die Herzattacke, die signalisiert, der Körper ist



nun einmal keine Maschine, die pausenlos läuft und läuft. Krankheiten und Todesfälle in der Familie, die gewohnte Abläufe, ja Lebensplanungen über den

Haufen werfen. Der gestern noch sichere Arbeitsplatz, der plötzlich gefährdet ist, weil die Firma in wirtschaftlich schwierigen Zeiten in Turbulenzen gerät. Weiter so, das geht plötzlich nicht mehr. Anhalten, innehalten, sich neu orientieren: Das ist in diesem Moment das Gebot der Stunde.

„Halt an!“ Ob wir nun wollen oder nicht: Es gibt so vieles, was uns von außen zum Anhalten zwingen kann. Gut, wenn es dann Orte und Zeiten gibt, an denen ich selber ganz bewusst und aus freier Entscheidung für mich die Kunst des Anhaltens, die Kunst der Unterbrechung ausprobieren kann. Orte und Zeiten, in denen ich mir einfach mal den Raum gebe, um zu schauen: Was ist mir wirklich wichtig in meinem Leben? Was zählt für mich? Wie soll es weitergehen? Für den einen kann das vielleicht eine feste Aus-Zeit vor Ostern sein, ein Klosterwochenende zum Beispiel oder eine Pilgertour. Für den anderen das bewusste Innehalten für einen Moment zu Beginn oder zu Ende des Tages. Und für den dritten ein inspirierendes Buch, das vielleicht vom weihnachtlichen Gabentisch noch liegen geblieben ist, oder ein guter Film, der im Kino läuft. Es gibt viele Möglichkeiten, „Halt an!“ zu sagen. Die Tage vor Ostern, die Fastenzeit, sind dafür traditionsgemäß eine gute Zeit.

„Halt an!“ Um eine neue Sicht auf die Dinge zu gewinnen und weiterzukommen, muss ich also zuweilen an-halten. Aber auch ein zweites ist gewiss genauso oft vonnöten: das Gespräch, der Kontakt mit jemandem, der mir hilft zu sehen, was zählt, worauf es ankommt, in meinem Leben, in meiner Spiritualität – freundschaftlich, wohlwollend, aber ohne darum herum zu reden. So wie es Jesus im Evangelium, das am Aschermittwoch verlesen wird, tut. Die Frage, woran man denn „richtige“ Frömmigkeit erkennen kann, beantwortet Jesus daher auch klipp und klar, ohne Wenn und Aber.

Mein Vorschlag für die beginnende Fastenzeit: Suchen Sie sich einen für Sie stimmigen Ort, eine passende Zeit, um bewusst „Halt an!“ zu sagen. Und das Gespräch mit einem guten Freund, der Ihnen hilft zu sehen, worauf es in Ihrem Leben ankommt!

Zum Nachlesen: Matthäus 6,1-6.16-18

Dr. Andreas Ruffing