

Geist der Kraft, der Liebe und der Besonnenheit

Fahrräder mit Elektromotor sind heutzutage eine große Hilfe für viele, die beweglich sein wollen. Sonst muss man kräftig in die Pedale treten; besonders, wenn noch Licht eingeschaltet werden soll. Und die alten Fahrräder hatten dann einen Dynamo, den man an den Reifen klappen musste, damit Licht entstand. Das war schon mühsam. Da ging die Kraft richtig von den Beinen aus.

Wussten Sie, dass der Dynamo etwas mit dem Hl. Geist zu tun hat ???

Im Wort Dynamo steckt das griechische Wort für *dynamis* – wir kennen das auch von dem Wort dynamisch - kraftvoll. In der Bibel ist *dynamis* die Kraft Gottes. Diese Kraft Gottes ist uns in der Taufe geschenkt – und soll jeden Tag aktiviert werden – so als würden wir den Dynamo an den Reifen unseres täglichen Lebens anklappen.

Das geschieht im Gebet. Dadurch kommt die Kraftübertragung von Gott her zustande und Sein Licht kommt über.

Wir merken jedoch, dass wir manchmal kraftlos sind und auch mutlos und zaghaft. Das kann manche Ursachen haben. Überarbeitung oder Enttäuschung; auch eine Krankheit kann dazu führen.

Da hilft dann kein „Jetzt reiß dich mal zusammen“, oder der Satz, den man sich selbst als Antreiber gibt: „Stell dich nicht so an!“ oder gar die Floskel „Es wird schon wieder.“

Wir brauchen Kraft, die uns im wahrsten Sinne des Wortes zu-kommt; die uns geschenkt wird.

Das können unterstützende Vitamine sein und eine ordentliche Portion Schlaf. Aber die eigentliche Kraftquelle ist damit nicht angesprochen.

Und der Apostel Paulus meint in seinem Brief an seinen Mitarbeiter Timotheus im Übrigen keinen burn-out-Zustand. Das zeigen die anderen beiden Worte, die er in seinem Brief anfügt:

„Gott hat uns nicht einen Geist der Verzagtheit gegeben, sondern den **Geist der Kraft, der Liebe und der Besonnenheit.**“

Er gibt es als Begründung an dafür, dass Timotheus die Gnade Gottes in ihm wie ein Feuer wieder anfachen soll. Sozusagen frischen Wind in die Glut seiner Seele blasen soll, statt im Alltagstrott jeglichen Schwung und im wahrsten Sinne des Wortes alle Be-Geisterung zu verlieren.

Kraft, Liebe und Besonnenheit sind Früchte unserer Beziehung mit Gott. Es geht um die Gaben des Heiligen Geistes.

Die LIEBE ist ein echter Motor, der viel in Bewegung setzen kann. Wenn wir die Liebe aktivieren, die uns ist, dann kann sie uns im wahrsten Sinne des Wortes motivieren. Nicht so, als ob Menschen, die sich ständig um andere kümmern, noch eine „Schüppe Kohlen drauf legen“ müssten, noch mehr sich für andere verausgaben müssten. Manchmal eher das Gegenteil. Solche Menschen müssen sich auch selbst liebevoll in den Blick nehmen, sich manchmal von anderen abgrenzen, die zu viel verlangen, und sich Ruhepausen gönnen; auch Zeit für das Gespräch mit Gott, das uns zur Ruhe kommen lässt.

Der Hl. Bernhard schrieb einmal an einen Verantwortlichen:

"Wie kannst Du aber voll und echt Mensch sein, wenn Du Dich selbst verloren hast? ... Wie lange noch schenkst Du allen andern Deine Aufmerksamkeit, nur nicht Dir selbst? ... Ja, wer mit sich selbst schlecht umgeht, wem kann der gut sein? Denk also daran: Gönn Dir selbst. Ich sage nicht: Tu das immer; ich sage nicht: Tu das oft; aber ich sage: Tu es immer wieder einmal. Sei wie für alle anderen auch für Dich selbst da ..."

Sr. Euthymia aus Münster, die in der Waschküche einen harten Job damals hatte, zumal das Betriebsklima nicht so besonders gut gewesen sein soll, hat sich immer wieder eine Zeit genommen, um in die nahe gelegene Kirche zu gehen, um bei Gott auszuruhen. Dann hatte sie wieder die nötige Kraft, um zu lieben. In der Gedenkstätte, die bei ihrer Seligsprechung eingerichtet wurde, liegt die Uhr, mit der sie diese Zeit für sich und Gott festgestellt hat.

Manchmal kann es scheinen, dass uns die Liebe, das Da-sein für andere ganz viel Kraft nimmt. Es ist ja auch so, dass es Kraft kosten kann. Umgekehrt kann sie auch neue Kräfte frei setzen, und wir fühlen uns hinterher selbst lebendiger und erfüllt. Vielleicht hängt es auch davon ab, ob wir uns freiwillig zu besagtem Dienst entschieden haben oder wir uns in einer Pflicht sehen, die wir so eigentlich nicht wollen. Auch in solchen Situationen kann das Gebet und das Gespräch mit einem erfahrenen Menschen uns eine Hilfe sein.

Das knüpft auch an das dritte Wort an, die Besonnenheit. Es ist die Gabe, bei einer Krise nicht gleich „die Flinte ins Korn zu werfen“; das Ganze der Wirklichkeit wahr zu nehmen, statt mit einem Tunnelblick nur das aktuelle Problem zu sehen und zu meinen, jetzt sei gleich alles verloren. Die Besonnenheit ist das Not-Wendige bei Hektik, Stress und Panik. Besonders Menschen, die leichter aufgeregt sind als andere, neigen gerade nicht dazu, besonnen zu reagieren.

Der Ratschlag: „Jetzt sei doch mal nicht so hektisch“ verfehlt meistens seine Wirkung.

Besonnenheit hat etwas mit Sich-Besinnen zu tun. Wenn wir unserer innere Mitte, den Kernpunkt des eigenen Wesens und die Gegenwart Gottes in unserem Herzen wahrnehmen, dann ist viel gewonnen. Durch innere Ruhe und Nachdenken zu einer bewussten Haltung zu finden, die nicht nur aus dem Gefühl des Augenblicks etwas entscheidet, das zaubert keine Probleme weg, lässt uns aber besser damit umgehen.

An diesem Sonntag leben wir zusammen eine besondere Besonnenheit. Wir besinnen uns darauf, dass nicht alles selbstverständlich ist – weder die Gesundheit, noch dass wir so reichlich zu essen haben.

*Wer erntet, kann DENKEN.
Wer denkt, kann DANKEN.
Wer dankt, kann TEILEN.
Wer teilt, kann ERLEBEN.*

Wir wollen Gott danken für alles, was auf dem Grund unseres Herzens wächst an Glaube und Hoffnung, an Barmherzigkeit und Güte, an Kraft, Liebe und Besonnenheit.

„Gott hat uns nicht einen Geist der Verzagtheit gegeben, sondern den **Geist der Kraft, der Liebe und der Besonnenheit.**“

Kraft, Liebe, Besonnenheit – welche dieser Gaben und Haltungen erbitte ich mir heute vom Heiligen Geist?