Kirche im hr

12.07.2021 um 05:20 Uhr
hr1 ZUSPRUCH



Ein Beitrag von
Ute Klewitz,
Pastoralreferentin, Mentorin für Lehramtsstudierende mit dem Fach Katholische Theologie an der Johannes Gutenberg-Universität in Mainz

Tag der Einfachheit

Der Tag heute heißt in einigen Regionen der USA „Tag der Einfachheit“: zu Ehren des Schriftstellers Henry David Thoreau. Er hat im 19. Jahrhundert zwei Jahre im Wald gelebt, in einer selbstgebauten Hütte, und darüber ein Buch geschrieben. Bei Thoreau geht es um gelebte Einfachheit: Zeit haben, die Natur erleben und nachdenken. Dieses Experiment finden viele Menschen bis heute spannend.

Einfacher und bewusster im Einklang mit der Natur leben

Weg von Regeln und Begrenzungen, die unseren Alltag häufig bestimmen – sei es auf der Arbeit oder zuhause. Ungeduldige Gespräche. Gescheiterte Kommunikation: mach das so und so und am besten sofort. Und das Tag für Tag. Das kann krankmachen. Da klingt das, was Thoreau damals gemacht hat, einfach herrlich: weniger Arbeit, weniger Anweisungen, weniger Komplexität. Dafür: mehr in der Natur sein, einfacher und vielleicht auch bewusster leben. Die Grundlage von Einfachheit, das sind eben nicht Regeln und Begrenzungen, sondern Haltungen, wie: gelassen sein, mit ein wenig Distanz auf den Alltag schauen und dabei offen bleiben für verschiedene Blickwinkel… die Dinge sich entwickeln lassen.

Für sich selbst herausfinden, was guttut und heilt

Jesus hat für mich, wie Thoreau, gelebte Einfachheit praktiziert. Und dabei Menschen geheilt. Er hat ihnen nach ihrer Heilung einen einfachen Auftrag gegeben: *„Geh und sündige nicht mehr!“ (Johannes 8,11)* Dieser Auftrag hat mich lange irritiert. Die eigenen Handlungen unter der Perspektive Schuld und Sünde anzuschauen: Das klingt auf den ersten Blick doch gar nicht einfach, sondern nach viel Arbeit. Aber das für mich Besondere ist, dass Jesus den geheilten Menschen dazu keine festen Regeln gegeben hat. Sondern jeder Mensch darf für sich selber herausfinden, was guttut und heilt. Darin steckt für mich eine Leichtigkeit, eine Einfachheit.

Heilsam mit mir selbst umgehen

Manchmal braucht es dabei Unterstützung: Professionell, von lieben Menschen, vom Leben in der Natur. Einfacher leben, heilsam mit mir selbst umgehen: Ich will heute, am Tag der Einfachheit, einen langen Spaziergang machen.