

31.03.2025 um 05:20 Uhr

hr1 ZUSPRUCH



Ein Beitrag von

Christoph Hartmann,

Lehrer und Referent für katholische Schulpastoral

Einer für alle und alles für mich

Einer für alle und alles für mich! Dieser leicht abgewandelte Spruch aus dem Film „Die Musketiere“ drückt eine besondere Eigenschaft aus! Ein Bauchgefühl, das so viel bedeutet wie: Nicht genug haben. Mehr wollen! Ja, es ist Gier! Der Ort, an dem wir die menschlichen Gefühle wie z. B. Gier oder Hunger verorten, ist der Bauch. All diese Gefühle haben gemeinsam: Sie wollen befriedigt werden. Das Problem dabei ist, dass der Mensch seinen Gefühlen hilflos ausgesetzt ist, wenn er sie nicht unter Kontrolle bringt. Das ist eine Tatsache, die auf alle Menschen zutrifft.

Die Fastenzeit als Trainingslager

Eines der wenigen Trainingslager, in denen der Umgang mit den Bauchgefühlen gelernt werden kann, ist für die Christen die Fastenzeit. In dieser Zeit geht es darum, sich selbst besonders mit den eigenen Bauchgefühlen auseinanderzusetzen. Sie ganz bewusst wahrzunehmen und ihnen eine klare Ansage zu machen: Jetzt habt ihr Pause!

Das ist oftmals gar nicht so einfach. Gerade wenn ich auf liebgewordene Dinge verzichte. Sie kennen sicherlich solche Dinge wie Handy, Fernseher, Alkohol oder auch Süßigkeiten. In solch Situationen merke ich bei mir, wie sich das Verlangen danach plötzlich aufbäumen kann. Es wird regelrecht zum Kampf! Gewinnen die Gefühle oder besiege ich die Gefühle?

Je nach Intensität der Reaktion bekomme ich ein Gespür davon, welche Kraft von diesen Dingen ausgeht. Um diese Kraft zu zähmen, geht es in dem 40-tägigen Trainingslager bis Ostern. Am Ende soll es gelingen, die Gefühle mit Herz und Verstand zusammenzubringen, um nicht mehr nur das Produkt meiner Bauchgefühle zu sein. Im Dreiklang von Herz, Verstand und Gefühlen kann ich

dann über mich hinauswachsen.

Dann wird Gier schließlich zur Großherzigkeit und der Spruch zu Beginn wird wieder zu dem, für das die Musketiere wirklich stehen: Einer für alle und alle für einen!