

10.01.2025 um 00:05 Uhr

hr1 ZUSPRUCH



Ein Beitrag von

André Lemmer,

Katholischer Pfarrer in der Pfarrei Sankt Elisabeth in Kassel

Lebenskraft

"Ohne Mampf kein Kampf", pflegt ein mit mir befreundeter Priester zu sagen. Ja, Nahrung ist wichtig und gibt mir die Energie für das Leben. Nahrung ist essenziell. Ich kann nicht einfach sagen: „Ab heute esse ich nichts mehr.“

Aber es ist nicht nur wichtig, dass ich esse, sondern auch wichtig, was ich esse. Meine Ernährung kann förderlich oder hinderlich sein für meine Gesundheit und auch meine Leistungsbereitschaft. Daher ist es gut, wenn ich mir darüber Gedanken mache. Und das auch im weiteren Sinn: Genau wie es für meinen Körper wichtig ist, mich bewusst und gesund zu ernähren, ist es das auch so für meine Seele.

Auch die Seele hat Hunger

Meine Seele hat auch Hunger. Auch meine Seele will gefüllt werden. Seelennahrung ist dabei genauso wichtig wie Brot, Gemüse und Obst. Man kann sehr viel einkaufen und kochen, um satt zu werden. Dennoch ist es ratsam, genau darauf zu schauen, was ich für meine Seele konsumiere, um nicht mehr hungrig zu sein.

Gesunde Seelennahrung macht aber nicht nur zufrieden, sondern sie aktiviert mich. Gesunde Seelennahrung macht mich innerlich satt und bringt mich dazu, selbst andere Seelen zu sättigen. Das hört sich jetzt zwar sehr theoretisch an, aber vielleicht hilft der Satz: „Ein gutes Geschenk beschenkt beide: den Beschenkten und den Schenker.“

Ich glaube, dass gerade das Christsein diesen Satz im Herzen trägt. Wenn ich etwas von der

Botschaft Jesu verstanden habe, dann macht es mich zufrieden. Aber richtig erfüllt es mich erst, wenn ich es mit anderen teile. Die Goldene Regel Jesu Christi spiegelt das wider: „Liebe deinen Nächsten, wie dich selbst.“

Jesus weiß, dass nur das Teilen die innere Zufriedenheit wirklich erfüllt. Wahre Lebenskraft entsteht durch das Verschenken eben jener. Vielleicht erfüllt mich das immer mehr, vielleicht erfüllt es auch andere. Aber wenn ich von dem, was mich erfüllt, etwas verschenke, macht es die Welt zumindest ein kleines Stück zu einem besseren Ort, vielleicht sogar satt! Wenn das nicht ehrliche Lebenskraft ist!