

04.02.2025 um 05:20 Uhr

hr1 ZUSPRUCH



Ein Beitrag von

Christoph Schäfer,

Katholischer Religionslehrer, Rüsselsheim

Nichts im Übermaß

Heute feiert die Kirche ein echtes Genie: den Heiligen Rabanus Maurus. Er hat vor rund 1200 Jahren praktisch das ganze Weltwissen seiner Zeit gesammelt. Und noch erheblich erweitert. Ich find es faszinierend, wie vielseitig und dynamisch dieser Rabanus Maurus gewesen sein muss.

Rabanus Maurus war ein wahrer Manager

Der tiefgründige Theologe hat nämlich auch im großen Stil Management-Talent bewiesen: als Leiter des damals extrem bedeutenden Klosters Fulda sowie als Mainzer Erzbischof. Und als Berater von Königen und Kaisern hat er enormen politischen Einfluss gehabt.

Rabanus Maurus wurde sehr alt

Bei solchen Power-Persönlichkeiten frag ich mich ja immer: Wie schaffen sie es, bei einem solchen Pensum mental und körperlich durchzuhalten? Rabanus Maurus ist immerhin 76 Jahre alt geworden. Im Mittelalter wirklich ein langes Leben. Und er hat sich bis ins hohe Alter nicht geschont: Erzbischof wurde er zum Beispiel dann, wenn andere in Rente gehen: mit 67.

Rabanus Maurus' "innerer Kompass"

Ich denk: Bei so etwas spielt natürlich vieles eine Rolle, das man nicht beeinflussen kann. Etwa die körperliche Grundveranlagung. Aber in einem Text von ihm an König Konrad II. hab ich noch etwas entdeckt, das vielleicht auch zu dem erfolgreichen Lebensverlauf beigetragen hat. Rabanus Maurus hat nämlich eine bestimmte Tugend besonders geschätzt: die Mäßigung.

Dem damals noch jungen König gegenüber preist er sie als eine Art „inneren Kompass“ an, der einen vor Übertreibungen jeder Art schützt. Selbstverständlich bei Zorn und Aggression. Aber auch, wie er sinngemäß hinzufügt, bei Dingen, die man gut meint. „Nichts im Übermaß“, so bringt er dieses Lebensmotto auf den Punkt.

Maß halten ist oft schwer

Ich weiß: Rabanus Maurus hat philosophisch viel bedeutendere Texte verfasst. Aber heute, an „seinem Tag“, möchte ich einfach mal diese simple Glücksformel von ihm im Blick haben: Ich merk nämlich: Mir selbst fällt dieses „Maß halten“ oft sehr schwer. Und tut mir gleichzeitig enorm gut, wenn es mir mal einigermaßen gelingt. Gerade in der Freizeit.

Ich merk dann: Ich muss mir das Wochenende nicht mit tausend Verpflichtungen vollstopfen, um bloß nichts zu verpassen. Und es ist vollkommen in Ordnung, wenn ich regelmäßig ein bisschen Freizeitsport mache. Ohne irgendwelche Olympia-Ambitionen. So gesehen, hilft mir der simple Rat von Rabanus Maurus, meinen eigenen Kompass in mir wiederzuentdecken. Um meinen Alltag mit Augenmaß zu gestalten.