

24.01.2025 um 17:45 Uhr

hr4 ÜBRIGENS



Ein Beitrag von

Dr. Barbara Brüning,

Katholische Journalistin, Autorin und Systemische Familienberaterin, Frankfurt

Hab Geduld mit dir selbst!

Heute ist der Festtag des Heiligen Franz von Sales. Ich verbinde ihn mit dem schönen Satz: „Hab Geduld in allen Dingen, vor allem aber mit dir selbst!“ Ich mag den Satz vermutlich deshalb so gerne, weil ich ein so ungeduldiger Mensch bin. Alles soll bei mir immer schnell gehen. Mit mir selbst habe ich keine Geduld. Natürlich sind auch andere Menschen ungeduldig. Mit mir und mit sich selbst. Das viele Arbeiten mit Computern und das Herumklicken auf Social Media spielt da sicher auch eine Rolle. Da geht ja alles mit einem Klick.

Der Mensch funktioniert nicht so fix wie der Computer

Beim Menschen geht das nicht so fix: Ich kann zum Beispiel nicht einfach auf „aufstehen“ klicken, um wenige Sekunden später auch schon aufgestanden zu sein. Bei mir sieht das eher so aus: Ich drehe mich noch mal um, wenn der Wecker klingelt. Schäle mich dann langsam aus dem Bett. Brauche eine Stunde, bis ich in der Lage bin, vernünftige Sätze zu bilden.

Meine wiederholten Fehler stellen meine Geduld auf die Probe

Auch Fehler oder Unarten, die ich nicht mehr machen möchte, mache ich einfach trotzdem immer wieder. Sie lassen sich auch nicht durch das richtige Klicken an der richtigen Stelle ausschalten. Ich bin also eigentlich immer auf meine eigene Geduld mit mir angewiesen.

Katzen sind Meister der Geduld

Das Gegenteil des sekundenschnell reagierenden Rechners scheint mir übrigens eine Katze zu

sein. Die putzt sich einfach minutenlang. Genießt es endlos, gestreichelt zu werden. Kann stundenlang am Fenster sitzen und nur zuschauen, was ohne ihr Zutun vor sich geht. Und dann wünsche ich mir selbst etwas mehr von dieser Fähigkeit. Aber dazu brauche ich viel Geduld.

Wenn Gott Geduld mit mir hat, kann ich das wohl auch

Dann denke ich an die schönen Worte von Franz Sales: „Hab Geduld in allen Dingen, vor allem aber mit dir selbst!“ Ich meine: Auch Gott liebt mich geduldig mit all meinen Fehlern und meiner Langsamkeit. Dann kann ich ja wohl auch mit mir Geduld haben.