

Liebe Gemeindeglieder in und um Kelheim und Saal!

„Alles Ding hat seine Zeit“(Pred 3,1). In normalen Zeiten allerdings haben viele Menschen eben keine Zeit. Vielfach wird „Ich hab keine Zeit“ zum Statussymbol: Wer keine Zeit hat ist wichtig und fleißig. Wer Zeit hat, setzt sich dem Verdacht aus, faul zu sein.

Die Problemlage kehrt sich momentan für viele eher um. Plötzlich hat man viel, sehr viel, für mancher Leute Geschmack zu viel Zeit. Was soll man mit der anfangen? Wie soll man sie füllen, wie mit ihr umgehen?

Viel Weisheit im Umgang mit der Zeit zeigt die Benediktiner – Mönchsregel. „Bete und arbeite!“, das fällt einem sofort ein.

Ja, sich Zeit nehmen für das Nachdenken über sich, die Welt und Gott, mit Gott im Gespräch und im Kontakt zu bleiben, das ist Benediktinern sehr wichtig. Aber es ist nicht alles. Eine weitere Regel heißt: Von keiner Arbeit länger als zwei Stunden. Wer mit dem Kopf arbeitet, Büroarbeiten erledigt, im Home-Office tätig ist, der sollte nach zwei Stunden aufstehen, sich körperlich betätigen: im Garten, im Haus, vielleicht den Keller, den Speicher, die Garage aufräumen und ausmisten(wollte ich das nicht schon lange einmal tun?).

Aber noch etwas ist der Mönchsregel wichtig: Gönn Dir selbst etwas Gutes! Tu etwas, das dir Spaß macht, das dich freut und dir gut tut. Geh spazieren, treib Sport, lies ein gutes, interessantes, spannendes Buch. Vielleicht aber auch so:

Fulbert Steffensky, Ehemann der Theologin Dorothee Sölle und (ihretwegen) entlaufener Benediktinermönch, antwortete einmal auf die Frage, wie das gehe, wenn man um 4 Uhr aufsteht, dann den Tag bis abends durchzuhalten: „Läuten Sie mal mittags zwischen zwölf und Halb zwei an einer Klosterpforte, da werden Sie gelyncht. Da halten die nämlich ihren Mittagsschlaf.“ Auch das also eine Idee für den Umgang mit (zu) viel Zeit: Die Verehrung der wichtigsten evangelischen Heiligen, der heiligen Siesta.

Bei allen Sorgen rund um Corona: Vergessen Sie nicht, sich selbst etwas Gutes zu tun, die kleinen Freuden des Alltags wahrzunehmen und wertzuschätzen, sich auszuruhen.

Und wenn Ihnen etwas guttut: Es kann auf keinen Fall schaden, wenn Sie dafür dem danken, dem sich unser Leben und alles in ihm verdankt. Auch das macht das Herz weit und stellt die Füße auf weiten Raum. Auch wenn man daheim bleiben muss.

Mit herzlichen Grüßen, Ihr Julian Scheuerer, Pfr.