

Impuls 54: „Gelassenheit zulassen“

Gedanken

Als ich zum Thema Gelassenheit nachgelesen habe, da habe ich etwas dazugelernt. Das Wort Gelassenheit stammt vom mittelhochdeutschen gelāzenheit ab. Gelāzen bedeutet sich niederlassen, sich gottergeben, maßvoll, ruhig benehmen. Maßvoll sein – das war bis Mitte März vielerorts nicht angesagt, es galt als einschränkend. Aber schränkt es mein Leben wirklich ein, wenn ich gelāzen bin? Diese kleine Geschichte bringt einen da ins Grübeln: (nach Heinrich Böll)

In einem Hafen an der westlichen Küste Europas liegt ein ärmlich gekleideter Mann in seinem Fischerboot und döst. Ein teuer gekleideter Tourist macht von ihm und dem Meer aufgeregt viele Fotos. Dann sagt er: „Sie werden heute einen guten Fang machen!“ Kopfschütteln des Fischers. „Aber man hat mir gesagt, dass das Wetter günstig ist!“ Kopfnicken des Fischers. „Sie werden also nicht ausfahren?“ Kopfschütteln des Fischers. „Oh, sie sind heute also etwas krank?“ „Ich fühle mich großartig“, sagt der Fischer. „Aber warum fahren Sie dann nicht aus?“ Die Antwort kommt sofort und knapp. „Weil ich heute morgen schon ausgefahren bin.“ „Ich will mich ja nicht in ihre Angelegenheiten mischen, sagt der Tourist, „aber stellen Sie sich mal vor, sie führen heute ein zweites, ein drittes, vielleicht ein viertes Mal aus und sie würden drei, vier, fünf, vielleicht gar zehn Dutzend Makrelen fangen. Stellen Sie sich das mal vor!“ Der Fischer nickt. „Sie würden, fährt der Tourist fort, nicht nur heute, sondern morgen, übermorgen, ja, an jedem günstigen Tag zwei-, dreimal, vielleicht viermal ausfahren — wissen Sie, was geschehen würde?“ Der Fischer schüttelt den Kopf. „Sie würden sich in einem Jahr einen Motor kaufen können, in

zwei Jahren ein zweites Boot, in drei oder vier Jahren einen kleinen Kutter. Dann könnten sie ein Fischrestaurant eröffnen, die Makrelen exportieren...“ „Und dann“, ruft der Fremde begeistert, „dann könnten sie beruhigt hier im Hafen sitzen, in der Sonne dösen und auf das herrliche Meer blicken!“ „Aber das tue ich ja schon jetzt“, sagte der Fischer voll Gelassenheit.

Ein Wort aus der Bibel

Gelassenheit – dazu gibt es in der Bibel viele Geschichten. Eine davon: In einem Gleichnis von Jesus geht es um einen reichen Bauern. Der ist in keiner Weise gelāzen – weder ist er gottergeben, noch maßvoll, noch ruhig. Alles dreht sich für ihn um immer mehr und er will alles planen. Gott präsentiert ihm dafür am Ende die Rechnung: (Lukas 12,18-20) *Ich will meine Scheunen abbrechen und größere bauen und will darin sammeln all mein Korn and meine Vorräte und will sagen zu meiner Seele: Liebe Seele, du hast einen großen Vorrat für Jahre, habe nun Ruhe, iss, trink und habe guten Mut! Aber Gott sprach zu ihm: „Du Narr!“*

Ein Gebet

Guter Gott, wenn ich genau hinschaue, dann habe ich alles, was ich zum Leben brauche. Ja, eigentlich besitze ich meistens mehr, als notwendig ist. Und oft würde das, was ich habe auch noch für andere locker reichen. Lass mich gelassener werden und das Leben mit dem genießen, was du mir schenkst. Amen

Ein praktischer Tipp...

Wenn du merkst, dass du aus der Fassung gerätst, halte kurz inne. Egal welche Reaktion gleich folgt: Sie hat einen Augenblick Zeit. Atme tief durch, entspanne die Schultermuskeln und zähle innerlich bis zehn. Oft ist der erste Impuls zum Ausflippen dann verflogen und ich kann - nicht zufriedener - aber gelassener mit der Situation umgehen.