

Zeit zum
Nachdenken



Gruß ans
Krankenbett



Ich wünsche Dir Zeit

*Ich wünsche dir nicht alle möglichen Gaben.
Ich wünsche dir nur, was die meisten nicht haben:
Ich wünsche dir Zeit, dich zu freuen und zu lachen,
und wenn du sie nützt, kannst du etwas draus machen.
Ich wünsche dir Zeit für dein Tun und dein Denken,
nicht nur für dich selbst, sondern auch zum Verschenken.
Ich wünsche dir Zeit – nicht zum Hasten und Rennen,
sondern die Zeit zum Zufriedenseinkönnen.
Ich wünsche dir Zeit – nicht nur so zum Vertreiben.
Ich wünsche, sie möge dir übrig bleiben
als Zeit für das Staunen und Zeit für Vertrauen,
anstatt nach der Zeit auf der Uhr nur zu schau.*

*Ich wünsche dir Zeit, nach den Sternen zu greifen,
und Zeit, um zu wachsen, das heißt, um zu reifen.
Ich wünsche dir Zeit, neu zu hoffen, zu lieben.
Es hat keinen Sinn, diese Zeit zu verschieben.
Ich wünsche dir Zeit, zu dir selber zu finden,
jeden Tag, jede Stunde als Glück zu empfinden.
Ich wünsche dir Zeit, auch um Schuld zu vergeben.
Ich wünsche dir: Zeit zu haben zum Leben!*

aus: Elli Michler „Dir zugedacht“
© Don Bosco Medien GmbH, München
21. Auflage 2012
www.ellimichler.de



Lebe Dein Leben

KATEGORIALE SEELSORGE  ERZDIOZESSE WIEN

Impressum: Medieninhaberin, Herausgeberin: Krankenhaus- und Pflegeheimseelsorge der Erzdiözese Wien
Herstellung: NetInsert GmbH, 1220 Wien; Auflage: 4.800
Für den Inhalt verantwortlich: Mag. Christoph Schmitz; Redaktion: Rosemarie Hermann
Alle: 1010 Wien, Stephansplatz 6/6/634, Tel.: 01 51 552-3369, Fax: 2118, Email: krankenreferat@edw.or.at
Bildnachweis in Lesefolge: 2x Leopold Putz, Ulrich Schaffer, pixabay, Rita Köhler/pixelio, Ulrich Schaffer, 2x Leopold Putz;

Monatsblatt der katholischen Kirche
(nicht nur) für kranke Menschen
Juli / August 2013

Wer bist du?

Eine Frau lag im Koma. Plötzlich hatte sie das Gefühl, sie käme in den Himmel und stände vor dem Richterstuhl.

„Wer bist du?“ fragte eine Stimme.

„Ich bin die Frau des Bürgermeisters“, erwiderte sie.

„Ich habe nicht gefragt, wessen Ehefrau du bist, sondern wer du bist.“

„Ich bin die Mutter von vier Kindern.“

„Ich habe nicht gefragt, wessen Mutter du bist, sondern wer du bist.“

„Ich bin Lehrerin.“

„Ich habe nicht nach deinem Beruf gefragt, sondern wer du bist.“

Und so ging es weiter. Alles, was sie erwiderte, schien keine befriedigende

Antwort auf die Frage zu sein: „Wer bist du?“

„Ich bin eine Christin.“

„Ich fragte nicht, welcher Religion du angehörst, sondern wer du bist.“

„Ich bin die, die jeden Tag in die Kirche ging und immer den Armen und Hilfsbedürftigen half.“

„Ich fragte nicht, was du tatest, sondern wer du bist.“

Offensichtlich bestand sie die Prüfung nicht, denn sie wurde zurück auf die Erde geschickt. Als sie wieder gesund war, beschloss sie, herauszufinden, wer sie war. Und darin lag der ganze Unterschied.

**Anthony de Mello „Wer bist Du?“, aus:
Ders., Warum der Schäfer jedes Wetter
liebt. Weisheitsgeschichten. Übersetzt von
Ursula Schottelius © Verlag Herder GmbH,
Freiburg i. Br. 2013, S. 154**



Du hast das Recht

Du hast das Recht, nichts zu tun.
Dein Wert hängt nicht
von deiner Leistung ab.
Du hast das Recht,
nicht erfolgreich zu sein
in der Art, wie Erfolg
meistens gemessen wird:
Besitz, Ansehen, Ruhm, Verbindungen.
Du hast das Recht,
dich nicht zu beweisen,
andere nicht überzeugen zu wollen
von deinen Fähigkeiten,
weil für dich nicht alles
ein Konkurrenzkampf ist.
Du hast das Recht,
still bei dir selbst zu bleiben
und das Leben nicht als Gegnerschaft,
sondern als Begegnung mit anderen
zu sehen.

Ulrich Schaffer

Liebe Leserin, lieber Leser!

„Das Alter und die Krankheit sind schrecklich. Ich kann nichts mehr tun. Das Gefühl überflüssig zu sein und nichts mehr leisten zu können, nagt in mir.“

„Es macht mich traurig, ja sogar wütend, wenn ich sehe, dass ich nichts oder fast nichts mehr leisten kann!“

Zwei Zitate, die ich in dieser oder ähnlicher Version immer wieder von Patienten am Krankenbett höre, die aber auch von älteren Menschen formuliert und ausgesprochen werden. In einer Leistungsgesellschaft nichts mehr leisten zu können oder zu dürfen, ist erniedrigend. Eine zweite Begebenheit, die mir in diesem Zusammenhang immer wieder einfällt, liegt schon einige Jahre zurück. Ich werde an einem Samstagabend zu einer Familie gerufen, weil sich der Großvater der Familie im Schuppen erhängt hat.

Der Mann litt an schwerem Parkinson und es war ihm fast nicht mehr möglich sich selber zu rasieren und zu essen. Mit diesem Zustand ist er nicht mehr fertig geworden und hat seinem Leben ein Ende gesetzt. In dieser Nacht, wo ich bei der Familie war, haben sie mir viel erzählt, was der Großvater alles noch mit seinen 92 Jahren gemacht hat. Und dann fiel immer wieder der Satz: „Er hätte nichts machen müssen, für uns war es einfach wichtig, dass er da war.“

Erst viel später, als mein älterer Sohn so zwei Jahre alt war, ist mir die Bedeutung dieses Satzes so richtig bewusst geworden. In dieser Zeit haben wir öfter unsere Schwiegereltern in ihrem Garten in Wien besucht. Mein Sohn liebte es im Garten zu spielen, weil wir keinen hatten. Der Schwiegervater war zu dieser Zeit schon älter und gesundheitlich nicht ganz fit. Die Schwiegermutter dagegen um einige Jahre jünger und noch sehr aktiv.

Wenn wir zu ihnen kamen, spielte sich immer das gleiche Ritual ab. Der Kleine ging beim Gartentor hinein und rief: „Opa, wo bist du?“. Dann kam die Antwort: „Auf der Terrasse!“ oder „In der Küche!“. „Gut, Opa“, war die Antwort von Tobias. „Oma komm, gehen wir spielen.“ Nach etwa einer Stunde unterbrach er das Spiel und sagte zur Schwiegermutter: „Oma, ich muss schauen, ob der Opa noch da ist.“ Dann ging er und rief wieder nach dem Opa. Nachdem der Schwiegervater dem Kleinen gesagt hat-

te, wo er gerade ist, ging der wieder, um mit der Oma weiterzuspielen.

Ich weiß heute nicht mehr, wie oft sich das wiederholt hat. Mir ist jedenfalls in dieser Situation bewusst geworden, dass der kleine Zwerg mit seinen 2 Jahren sehr wohl unterschieden hat. Der Opa ist nicht mehr so gesund, dass er mit mir spielen kann. Da ist es mir nur wichtig, dass er da ist.

Nur DA-SEIN, präsent sein, war für dieses Kind wichtig. Wir glauben immer, dass wir etwas leisten und tun müssen. Vielleicht ist es hin und wieder einfach auch nur von großer Bedeutung, da zu sein. Das fällt uns oft nicht leicht, weil wir unter einem riesigen Leistungsdruck stehen, egal ob jung oder alt.

Wenn ich diese Geschichte von meinem Sohn im Krankenhaus Patienten erzähle, dann passiert es immer wieder, dass der Betroffene Namen nennt, wo es bei ihm ebenfalls so ist. „Für mein Enkerl, glaube ich, trifft das auch zu, weil es sich immer freut, wenn wir zusammen sind“. „Ich kenne ein Kind aus meinem Wohnhaus, das mir immer zuläuft und dann einfach auf meinem Schoß sitzt.“

Wir brauchen nichts leisten, sondern wir sollen einfach da sein. Diese Botschaft hat auch Jesus seinen Jüngern mitgegeben, wenn er zu ihnen sagt: „Kommt mit an einen einsamen Ort, wo wir allein sind, und ruht ein wenig aus. Denn sie fanden nicht einmal Zeit zum Essen, so zahlreich waren die Leute, die kamen und gingen“ (Mk 6,31).



Ausruhen von der Mühe und Plage eines ganzen langen (Arbeits-)Lebens. Aber auch Ruhe und Entspannung sich zu gönnen, während eines Urlaubes oder einiger freier Tage. Jesus hat um die Bedeutung dieser Zeit der Entspannung und des einfach DA-Seins gewusst, denn er kennt auch die andere Seite: „Bittet also den Herrn der Ernte, Arbeiter für seine Ernte auszusenden (Mt 9,38)“ oder „Geht! Ich sende euch wie Schafe mitten unter die Wölfe (Lk 10,3)“. Beide Seiten gehören zusammen: Arbeit und Leistung versus Dasein und Ausruhen.

Ich wünsche Ihnen, dass es Ihnen in diesen Tagen gelingt, den Wert des einfachen DA-SEINS neu zu entdecken und so auch Ihr Leben und den Sinn des Lebens auf neue Weise zu spüren.

Mag. Leopold Putz,

Seelsorger im Herz-Jesu-Krankenhaus, Wien



Dein Leben

Du, du bist. Dein Leben hat begonnen. Ein Startpunkt wurde gesetzt, und jetzt rollt es ab. Aber spürst du dein Leben? Hörst du dein Leben, oder ist es das Leben anderer? Kennst du dich? Kennst du dich wieder in dem, was du tust und wie dich andere behandeln, oder wirst du dir immer fremder? Bist du bei dir?

Du, dein Leben ist einmalig, in all seiner alltäglichen Freude und in seinem Schrecken. Hörst du das Leben in dir klopfen? Es meint dich, es ruft dich und will zu dir gelangen. Dein Leben wartet auf dich. Es will von dir gelebt werden. Es wirbt um dich, es will dich. Nimm dein Leben zurück und lass es nicht von anderen leben. Sie können es nicht, es ist nicht ihr Leben.



Du, erinnerst du dich an deine Träume? Weißt du noch, was du alles wolltest? Oder hast du vergessen, dass du einmal voller Sehnsucht nach vollem, lebendigem Leben warst? Hast du aufgegeben, wirklich zu leben, weil es zu anstrengend war? Hast du dich an das Absterben gewöhnt? Bist du vor den Schmerzen geflohen, die mit jedem intensiven Leben kommen? Sitzt du deine Zeit jetzt nur ab, grau in grau, ohne Farben der Hoffnung?

Du, du musst wieder zu deinen Sehnsüchten finden, zu deinem Hunger nach mehr. Doch zurück kannst du nicht. Stürze dich in die Zukunft, indem du jetzt überlegst, was du überhaupt willst. Was willst du? Gibt es ein Ziel in dir? Bist du beseelt von einer Sicht, von einem Weg, von einer Zukunft? Hast du Hoffnung? Siehst du die Türen, die dich einladen?

Du, was dich erfüllt, wird sich in deinem Leben abzeichnen. Was in dir wohnt, wird sich in deinen Handlungen ausdrücken. Was dich innerlich erleuchtet, wird in deinen Augen sichtbar werden. Wonach dein Herz sich sehnt, wird deine Sprache bestimmen. Innen und außen sind eins.

Du, er steht neben dir. Nenn ihn Leben oder den Lebendigen. Nenn ihn den Sehnsüchtigen, der nach dir Ausschau hält.

Er hält dich, wie ein Bruder, wie eine Schwester, wie ein Vater, wie eine Mutter, und mehr als alle diese. Nenn ihn deinen Geliebten. Nichts anderes hat er im Sinn, als dir dein Leben zu geben und es dir zu erhalten. Wirf es nicht weg. Es ist unendlich kostbar. Entdecke das Wunder, das du bist.

**Aus: Ulrich Schaffer,
Entdecke das Wunder, das du bist**

Genießen

Von einer Reise zurückgekehrt, erzählte der Meister von einer Begebenheit, die er für ein Gleichnis des Lebens hielt. Während eines kurzen Aufenthalts ging er an einen einladend aussehenden Essenstand, an dem köstliche Suppen, heißer Curry und alle möglichen verlockenden Gerichte angeboten wurden. Er bestellte eine Suppe. „Gehören Sie zu dem Bus?“ fragte fürsorgend die Bedienung. Der Meister nickte. „Es gibt keine Suppe.“ „Heißen Curry mit gedämpften Reis?“ fragte der Meister irritiert.



„Nein, wenn Sie zum Bus gehören. Sie können belegte Brote haben. Ich habe den ganzen Morgen gebraucht, um diese Speisen zuzubereiten, und Sie haben kaum zehn Minuten Zeit zum Essen. Ich möchte Sie kein Gericht verzehren lassen, für das Sie nicht die Zeit haben, es zu genießen.“

**Anthony de Mello, „Genießen“, aus:
Ders., Eine Minute Unsinn.
Weisheitsgeschichten.**

**Übersetzt von Robert Johna
© Verlag Herder GmbH, Freiburg i. Br. 2012**