

## **Wort zur Woche**

27.10.2018 von Dr. Elisabeth Hackstein

### **Das Wesentliche im Leben**

Jeden Werktag um 12:00 Uhr treffen wir, die Gemeinschaft im Kloster Stift zum Heiligengrabe, uns zum Mittagsgebet, um in der Mitte des Tages anzuhalten und unseren Blick auf das Wesentliche unseres Lebens zu richten. Im Eingangsgebet bitten wir Gott, dass er uns die Klarheit der Unterscheidung schenkt, dass wir Wesentliches von Unwesentlichem unterscheiden und das Richtige und das Notwendige erkennen, das an eben diesem Tag durch uns getan werden kann.

Viele von uns kennen das Gefühl, dass wir im hektischen Alltag nie genug Zeit haben. Die Arbeit fordert den ganzen Einsatz und die Familie braucht Zeit. Und da sind ja auch noch die alten Eltern oder die kranke Nachbarin, die Unterstützung brauchen. Und wenn wir uns Zeit für ein Gespräch mit ihnen nehmen, klingelt das Handy oder summt das Smartphone und lenkt ab von dem Menschen, dem wir uns gerade zuwenden wollen. Wir verteilen unsere Aufmerksamkeit notgedrungen auf viele Dinge und manchmal verlieren wir uns geradezu im Vielerlei des Tages.

Wenn mein Leben hektisch wird, denke ich manchmal an ein Kinderlied: „Weiß du, wo der Himmel ist? Nicht so tief verborgen, einen Sprung aus dir heraus, aus dem Haus der Sorgen“. Heraus zu springen aus dem Haus der Sorgen, aus Hektik des Alltags, ein verlockender Gedanke. So einfach geht das im Erwachsenenleben nicht. Aber wir haben es in der Hand, zumindest einmal am Tag anzuhalten und uns einen Moment Zeit zu nehmen, um uns im Tag neu auszurichten. Innehalten, und sei es nur für einen Augenblick, um die Aufmerksamkeit zu sammeln für das, was das Wesentliche ist an eben diesem Tag und was uns davon ablenkt.

Einen Augenblick inne halten, dabei kann uns ein einfaches Gebet helfen oder ein Bibelwort, das wir mit in den Tag nehmen. In Psalm 31 sagt der Beter voller Vertrauen auf Gott: „Meine Zeit steht in deinen Händen.“ Für ein kurzes Gebet, für ein Bibelwort innehalten, um unser Leben mit all seinen Lasten in Gottes Hände legen, das kann unseren Blick auf das Wesentliche des jeweiligen Alltags lenken. Und zugleich erinnert es uns daran, was das Wesentliche in unserem ganzen Leben ist, Gott, die Mitte unseres Lebens. Wenn wir so für einen Augenblick am Tag unser Herz für Gott zu öffnen, dann hören wir vielleicht auch, dass er zu uns sagt: Für mich bist du, Mensch, das Wesentliche, so wie du jetzt gerade bist.

### **Einen Kommentar schreiben**

