



Spiritueller Impuls zum Ostersonntag:

Ver-Trauen

Teresa hat uns durch diese Fastenzeit begleitet. Sie hat uns gezeigt, wie wir zu freundschaftlichen Menschen werden können. Ihre Freundschaft mit Gott, den sie so liebt, wie man eine Person lieben kann, zeigt sie, indem sie ihm restlos vertraut. Das erfüllt sie mit österlicher Freude und Hoffnung. Das gibt ihr die Kraft für ihre Gemeinschaft und für die vielen Herausforderungen, die sie als Oberin und Ordensgründerin hat. Sie weiß: alles entscheidet sich am Vertrauen. Wer vertraut, der darf auch schwach sein. Wer vertraut, der findet immer wieder den Mut, aufzustehen. Wer vertraut, der lässt sich auf Neues und Unbekanntes ein. Wer vertraut, der weiß, dass er nie alleine ist. Wer vertraut, traut Gott alles zu. Teresa zeigt uns: österliches Leben bedeutet, mitten in der Angst dem Licht des Lebens mehr zu glauben als der Dunkelheit des Todes. Sie hinterlässt uns dieses kraftvolle Gebet:

„Nichts soll dich verwirren, nichts dich ängstigen. Alles vergeht, Gott ändert sich nicht. Wer Gott hat, dem fehlt nichts. Nur Gott genügt.“

Dieses Vertrauen wünsche ich uns allen zum diesjährigen Osterfest, dazu die Geduld und den Herzensmut der Gottesfreundschaft. Immer ist es die Erfahrung von Nähe und Liebe, die uns tröstet, aufrichtet und stark macht. Gesegnete frohe Ostern!



Text: Elisabeth Thérèse Winter, Foto: Bernadette Wecker-Kleiner, Figuren: Sr. Vita Breitsameter; (c) 2015, Alle Rechte vorbehalten



Spirituelle Impuls zum sechsten Fastensonntag:

Los-Lassen

Wir erleben es schon bei den Kindern: das Loslassen von geliebten Dingen wie dem roten Ball oder der eigenen Sandschaufel ist schwer.

Manche Freundschaft leidet daran, dass der eine dem anderen nichts gönnt. Dabei wissen wir oft im Nachhinein, dass Loslassen auch etwas Befreiendes an sich haben kann: das Lassen von festen Bildern, Vorstellungen, Vorurteilen und Bewertungen, das Lassen von Ballast, äußerlich und innerlich.

Teresa geht sogar so weit, dass sie das Loslassen unseres Egoismus als Voraussetzung sieht, überhaupt ein freier, liebevoller Mensch zu werden. Sie spricht vom „Ich-Sterben“ und versteht dies als Einladung, uns ganz Gott zu überlassen, der unser Freund sein will.

Vom eigenen Ich loskommen, um immer mehr mein Selbst zu werden. Das Wesentliche vom Unwesentlichen unterscheiden. Die Quellen meiner Liebe und Zärtlichkeit entdecken. Mich verschenken an die Menschen, die mich brauchen. Das wäre die Spur ins Leben.

„Im Tod ist das Leben“ – dieses „ver-rückte“ Geheimnis unseres Glaubens feiern wir jedes Jahr an Ostern.

Die Karwoche ist eine gute Gelegenheit, das Loslassen bewusst einzuüben. Vor allem kann ich versuchen, alles, was mich innerlich fesselt und in unfruchtbarer Weise eng macht, Gott hinzuhalten und mich ihm in Freundschaft zu überlassen ...



Text: Elisabeth Thérèse Winter, Foto: Bernadette Wecker-Kleiner, Figuren: Sr. Vita Breitsameter; (c) 2015, Alle Rechte vorbehalten



Spiritueller Impuls zum fünften Fastensonntag:

Sanft-Mut

Wie oft passiert es, dass wir unsere Ziele möglichst schnell und direkt durchsetzen wollen! Wenn das nicht gleich klappt, dann werden wir ungeduldig, verbissen, hart, aggressiv gegen die anderen, auch gegen uns selbst. Wir treffen unbarmherzige Urteile, mit Worten und manchmal sogar mit Taten.

Die Heilige aus Avila lehnt jede Form der Gewalttätigkeit ab. Teresa, eine Meisterin des Alltags und der Seele, erinnert ihre Schwestern immer wieder daran, dass Gewalt weder im Alltag noch im inneren Leben zum Ziel führt.

„Es ist eine wichtige Angelegenheit, die Seele nicht, wie man so sagt, an die Kandare zu nehmen, sondern sie zu ihrem größeren Fortschritt mit Sanftheit zu führen“, schreibt sie in ihrer Biographie. Diese Sanftmut braucht Geduld und einen langen Atem. Sie kennt die Weisheit der kleinen Schritte. Was heute noch nicht ist, das könnte morgen werden. Nicht alles auf einmal, aber Schritt für Schritt.

Der geduldige Umgang miteinander erleichtert das Zusammenleben. Sanftmut sich selbst gegenüber lehrt Barmherzigkeit und hält die Zuversicht lebendig, dass ich mir bewusst Zeit nehmen darf und nicht immer schon fertig sein muss.

Diese Woche achte ich auf einen sanftmütigen Umgang mit mir selbst. Und wenn noch soviel Druck auf mir lastet, ich vertraue: es geht - Schritt für Schritt!



Text: Elisabeth Thérèse Winter, Foto: Bernadette Wecker-Kleiner, Figuren: Sr. Vita Breitsameter; (c) 2015, Alle Rechte vorbehalten



Spirituelle Impuls zum vierten Fastensonntag:

Humor

Teresa hat zeit ihres Lebens viele Briefe geschrieben. Das zeigt, wie gerne sie im Gespräch mit anderen ist. Sie hat das Bedürfnis nach Nähe und Kontakt. Sie ist immer offen und interessiert, manchmal ernsthaft und geschäftlich, dann wieder ironisch, zärtlich oder witzig.

Der Humor ist eine ganz starke Seite von ihr. Unzählige Male heißt es in ihren Briefen: „Ich muss lachen ...“ oder „ich habe schmunzeln müssen ...“ Sie erkennt: viele Situationen oder Konflikte lassen sich mit Humor entschärfen und manche Unzulänglichkeiten der Mitmenschen besser ertragen. Die Dinge so „bierernst“ wichtig zu nehmen, als hinge davon alles ab – damit kann Teresa nichts anfangen.

Verbissenheit und Krampf sind ihr keine vertrauenswürdigen „Gesellen“. Vielmehr sucht sie immer wieder eine heitere Distanz zu Menschen und Situationen, um ihnen das angemessene Gewicht zu geben. Das lässt sie für ihre Zeitgenossen ungewöhnlich frei und anziehend erscheinen.

Kenne ich das? Ein humorvoller Mensch verbreitet um sich eine heitere Atmosphäre, die Druck und Missmut herausnimmt. Man spürt den Charme der Lebendigkeit und Wärme, der Herzlichkeit und einer guten Distanz (sogar manchmal zu sich selbst!).

In dieser Woche kann ich versuchen, den Menschen und Situationen meines Alltags einmal bewusst mit Humor zu begegnen ...



Text: Elisabeth Thérèse Winter, Foto: Bernadette Wecker-Kleiner, Figuren: Sr. Vita Breitsameter; (c) 2015, Alle Rechte vorbehalten



Spiritueller Impuls zum dritten Fastensonntag:

De-Mut

Wer will schon Demut? Ein Wort, das in unserer Zeit einen schlechten Klang hat. Es schmeckt nach Kleingemacht Werden, nach Demütigung, Beschämung, Kriechertum.

Teresa begreift im Lauf ihrer Gottesfreundschaft immer mehr, dass dies Demut gerade nicht ist. Im Gegenteil! Sie ist die Stärke eines Menschen, der sich seiner Abhängigkeit, Begrenztheit, Schwäche bewusst ist, aber eben auch seiner Begabungen und Fähigkeiten. Und beides annimmt. Weil wir Geschöpfe Gottes sind, so Teresa, dürfen wir unserer Wahrheit voll ins Gesicht schauen. Wir dürfen da begrenzt und bedürftig sein, wo wir es tatsächlich sind, und stehen gleichzeitig selbstbewusst zu unserer Stärke. Freundschaft mit Gott und dem Leben macht solchen Mut zu sich selbst möglich.

Wenn ich die Demut übe, dann brauche ich nicht immer im Mittelpunkt stehen, dann muss ich anderen nicht meine Vorstellungen aufdrücken, erkenne ich an, dass ich mich auch irren kann, sehe ich klarer, was meine Verantwortung, und was die Verantwortung Gottes ist. Der demütige Freund lässt den anderen, aber auch sich selber gelten.

Diese Woche kann ich einmal auf Menschen in meinem Umfeld achten, die ich im besten Sinn des Wortes als demütig erlebe. Was beeindruckt mich an ihnen?



Text: Elisabeth Thérèse Winter, Foto: Bernadette Wecker-Kleiner, Figuren: Sr. Vita Breitsameter; (c) 2015, Alle Rechte vorbehalten



Spiritueller Impuls zum zweiten Fastensonntag:

Selbst-Erkenntnis

Teresa ist keine religiöse Romantikerin, sondern eine nüchterne Frau des Alltags. Je mehr sie die Freundschaft mit Gott in die Mitte ihres Lebens stellt, umso mehr und klarer sieht sie sich selbst. Teresa ist eine Frau mit Ecken und Kanten, mit Emotionen und Leidenschaften, mit großen Qualitäten, aber auch deutlichen Schwächen. Die Selbsterkenntnis entlastet sie von der Versuchung und der Anstrengung, „aufgeblasen“ durchs Leben zu gehen.

Freundschaft gibt uns die Zuversicht, dass wir genügen. Dass wir unser Maß leben dürfen. Wer Gott vertraut und sich von ihm angesehen weiß, der braucht niemandem (auch sich selbst nicht) etwas vorzumachen. Der muss nach außen hin nicht größer scheinen, als er ist. Der versteckt sich nicht hinter seinen Rollen, hinter seinen Gewändern und Masken, sondern kann sich ehrlich anschauen und sehen lassen: ja, das bin ich, nicht mehr, aber auch nicht weniger.

Diese zweite Fastenwoche könnte ich nutzen, mich selber wahrhaftig und beziehungs-voll anzuschauen:

Jeden Morgen, wenn ich vor dem Spiegel stehe, mich freundschaftlich in den Blick zu nehmen. Mich neu kennen lernen, mir zugestehen, auch ganz anders zu sein. Seiten, die ich nicht an mir mag, einmal zulassen, weil ich vertraue, dass ich als ganze Frau, als ganzer Mann geliebt und angenommen bin ...



Text: Elisabeth Thérèse Winter, Foto: Bernadette Wecker-Kleiner, Figuren: Sr. Vita Breitsameter; (c) 2015, Alle Rechte vorbehalten



Spirituelle Impuls zum ersten Fastensonntag:

Ent-Schlossenheit

Teresa entscheidet sich als junge Frau, ins Kloster von Avila einzutreten. Lange stellt sie sich Gott als jemanden vor, vor dem man Angst haben muss, der weit entfernt ist, der belohnt oder straft.

Erst durch eine besondere Erfahrung, die sie nach zwanzig Jahren im Kloster macht, versteht sie tiefer, was es bedeutet, Gott und die Menschen zu lieben. Sie begegnet Jesus am Kreuz und begreift bis in die innerste Herzkammer: es geht nur darum zu lieben und zu vertrauen, egal, was im Leben passiert.

Es geht um die Freundschaft mit Gott. Sie wird nicht müde, ihre Schwestern immer wieder daran zu erinnern. Wer einmal erfahren hat, dass Gott die lebendige Liebe ist, der soll entschlossen vorangehen, von Gott alles erwarten und zugleich selber liebevoll werden. Es braucht sogar, so Teresa „entschlossene Entschlossenheit“. Wer entschlossen einen Vorsatz in die Tat umsetzt, der ist mutig, ist auf-geschlossen, offen, sozusagen entriegelt. Der schaut nicht zurück, zaudert und zögert nicht.

In dieser ersten Fastenwoche kann ich mich fragen, wie es um meine Entschlossenheit steht, zu wem oder was ich ohne Vorbehalt JA sagen kann. Bei jedem Frühstück mir vornehmen:

Heute entscheide ich mich mit aller Kraft (und sei sie noch so gering) für das, was mehr Liebe und Freundlichkeit in meinen Alltag bringt, und sage dazu JA!



Text: Elisabeth Thérèse Winter, Foto: Bernadette Wecker-Kleiner, Figuren: Sr. Vita Breitsameter; (c) 2015, Alle Rechte vorbehalten



Spirituelle Impuls zum Aschermittwoch:

Fastenzeit – Freundschaft leben

Fasten ist in Jahrtausendealt und gleichzeitig im Leben von heute zuhause. Viele Menschen entdecken den Sinn dieser Zeit neu. Sie wollen etwas anders machen als sonst. Schlechte Gewohnheiten lassen und das Wichtige im Leben wieder neu entdecken. Wesentlich werden, einfacher, leichter.

Da hilft es, sich auf den Weg zu machen. Beginnen muss jeder selbst, aber wir können uns eine Hilfe an die Hand holen. Mir fällt eine Frau ein, die in diesem Jahr 500 Jahre alt wird und doch faszinierend jung ist in ihren Gedanken: **Teresa von Avila** (1515-1582), eine leidenschaftliche Spanierin, Klosterfrau und Freundschaftskünstlerin.

Sie hat Gott erfahren, ganz nah und innerlich, und bleibt doch ganz bodenständig, lebenswürdig, mit praktischem Verstand begabt. Sie sprüht vor Witz und Charme. Wovon sie spricht, ist lebensklug und alltagstauglich. „Wenn Rebhuhn, dann Rebhuhn, wenn fasten, dann fasten.“ Alles zu seiner Zeit! Dieser praktische Sinn für das Leben gelingt, so Teresa, wenn wir Tag für Tag Haltungen einüben, die uns ein Stück freier und froher machen.

Lassen wir uns in dieser Fastenzeit von ihren Hinweisen begleiten, damit wir liebesfähig werden. Um nichts anderes geht es. Fangen wir also an, Teresa zuzuhören und mit ihr zusammen Freundschaft und Herzlichkeit einzuüben, Freundschaft mit diesem wunderbaren schwierigen Leben und allem, was dazugehört!



Text: Elisabeth Thérèse Winter, Foto: Bernadette Wecker-Kleiner, Figuren: Sr. Vita Breitsameter; (c) 2015, Alle Rechte vorbehalten