Zeitschrift: Mariastein

Herausgeber: Benediktiner von Mariastein

Band: 89 (2012)

Heft: [1]

Artikel: Nur für heute den Tag leben : ein Vorsatz fürs neue Jahr nach Johannes XXII

Autor: Grossheutschi, Augustin

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1032590

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 12.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Nur für heute den Tag leben

Ein Vorsatz fürs neue Jahr nach Johannes XXIII.

P. Augustin Grossheutschi

Die zehn Regeln der Gelassenheit von Papst Johannes XXIII.

Der unvergessliche Konzilspapst Johannes XXIII. (1958–1963) hat sich selber Grundsätze gegeben, nach denen er leben wollte. Jeden dieser Sätze beginnt er mit den Worten: «Nur für heute …» Der hier abgedruckte Text stammt aus einer Reihe von Exerzitienvorträgen zu diesen zehn Grundsätzen (siehe rechts) und nimmt Bezug auf das erste dieser «zehn Gebote»:

«Nur für heute werde ich mich bemühen, den Tag zu erleben (den Tag zu leben), ohne das Problem meines Lebens auf einmal lösen zu wollen.»

Was heute möglich ist

«Es genügt, von einem Tag zum anderen zu leben. … Wenn du täglich einen Schritt vorwärts gehst, kannst du sehr weit kommen», sagt Papst Johannes XXIII. Sein Geheimnis ist das Leben im Heute, und er ist davon überzeugt, dass wir Tag für Tag in den Händen des Herrn leben.

Wenn wir auch jeden Augenblick im Heute leben, so schauen wir doch immer wieder vergleichend zurück, und wir bangen sehr oft um das Morgen. Papst Johannes nimmt sich vor: *«nur für heute»,* und er meint damit *nur für die nächste Zeit, nur für einen überschaubaren Zeitraum.* Wenn ich mich auch an seine Tipps halten will, muss ich mich trotzdem auf meinen eigenen Weg machen, und ich muss das mir angemessene Mass finden im Hier und Heute.

Mit seinem *«nur für heute»* spricht Johannes XXIII. ganz im Sinn der Bibel und damit im Geiste Jesu, der uns mahnt: «Sorgt euch also nicht um morgen, denn der morgige Tag wird für sich selbst sorgen. Jeder Tag hat genug eigene Plage» (Mt 6,34).

Unter Plagen verstehen wir unter anderem auch die Probleme, die vielfältig auf uns zukommen und auch wieder gehen, und die uns länger oder weniger lang begleiten und beschäftigen. Der Papst meint, dass es nicht in seiner Absicht liege, sie auf einmal und ein für allemal zu lösen. Es genügt ihm, das zu tun, was heute möglich ist, und sich auf diesen kleinen Schritt zu konzentrieren. Bestimmt ist es auch die Erfahrung eines jeden von uns, dass wir mehr erreichen, wenn wir unsere Aufmerksamkeit nacheinander auf Einzelnes und Kleines richten und so nach und nach das ganze Problem lösen.

Sein Kreuz tragen

Jesus braucht nicht das Wort *Problem.* Er hat seine eigene Ausdrucksweise und seine eigenen Bilder, so etwa *«das Kreuz tragen»:* «Wer nicht sein Kreuz trägt und mir nachfolgt, der kann nicht mein Jünger sein» (Lk 14,27; Mt 10,38).

Im Wort Kreuz finden wir all das ausgedrückt, was uns Mühe macht. Wir sprechen vom Kreuz, wenn uns etwas bedrückt, wenn wir uns belastet fühlen, wenn es uns nicht gut geht. Zum Kreuz wird uns eine schwere, vielleicht unheilbare Krankheit, die wir selber haben oder unter der andere leiden. Drückende materielle Sorgen werden zum Kreuz.

Zum Kreuz werden wir uns selber oder Schwierigkeiten im Umgang mit andern, Unstimmigkeiten in den zwischenmenschlichen Beziehungen, zum Kreuz wird der Eindruck, nicht verstanden zu werden, und überhaupt das Gefühl, mit dem Leben nicht zurechtzukommen. In solchen Lebenssituationen möchten wir am liebsten auf und davon und wir sind versucht, jedes Bemühen aufzugeben und auszubrechen. Das Leben ist nun einmal nicht lauter «Honig lecken». Das Harte, das Schwere, das Belastende gehört zum menschlichen Leben wie das, was angenehm ist, was freut, was uns gefällt und uns anspricht. Immer wieder haben wir die Chance, dass wir schwierige Probleme selber lösen können, und es macht uns glücklich, wenn uns etwas gelungen ist.

Der heilige Paulus weist uns noch auf eine andere Möglichkeit hin, wenn er im Galaterbrief (6,2) schreibt: *«Einer trage des andern Last»;* für ihn ist die konkrete Hilfe, die wir dem andern zukommen lassen, die Erfüllung des Gesetzes Christi. Die Last eines andern tragen, kann heissen, sich um den andern kümmern, sich Zeit nehmen für ein Gespräch oder ganz einfach sich Zeit nehmen zum Zuhören, damit sich der Mitmensch Bedrückendes, Belastendes von der Seele reden kann. Die Last eines andern tragen, kann auch heissen, ihr/ihm zu sagen, dass ich an sie/ihn denke, dass ich für sie/ihn bete, und es natürlich dann auch tun. Es gibt jedoch auch unlösbare Probleme, und es gibt Lasten, die wir nicht oder über längere Zeit hinweg nicht lösen können, mit denen wir leben müssen. An die eine oder andere belastende Situation können wir uns gewöhnen, weil wir gelernt haben, die positiven Seiten zu sehen und uns in das Unvermeidbare zu fügen, oder weil wir gemerkt haben, dass wir damit andern helfen können, und dass wir selber «am Kreuz» wachsen, erstarken und reifen. In solchen Situationen und zu solchen Zeiten erfahren wir das, was der österreichische Dichter Franz Grillparzer so gesagt hat: *«Auf dem Weg durch das Leben nimmt uns Gott die Lasten nicht ab, aber er stärkt unsere Schultern.»*

Und auch Jesus lädt uns ein, die Lasten des Lebens anzunehmen; wir sollen aber nicht mit ihnen und bei ihnen stehen bleiben, sondern damit zu ihm kommen. Er verspricht, dass er sie mitträgt und uns die notwendige Kraft und Ruhe schenken wird. «Kommt alle zu mir, die ihr euch plagt und schwere Lasten zu tragen habt. Ich werde euch Ruhe verschaffen» (Mt 11,28).

Papst Johannes XXIII. sagt, dass er sich bemühen wolle, *den Tag zu erleben* oder *den Tag zu leben. Den Tag erleben* besagt eher ein passives «geschehen lassen», das heisst: ich nehme geradezu passiv an, was geschieht, was den Tag ausmacht und was der Tag mit sich bringt. *Den Tag leben* drückt ein aktives Verhalten aus, das heisst: ich lebe das Leben, ich lebe den Augenblick, ich lebe den Tag, ich selber bin tätig. Wir haben die Gelegenheit, das Leben aktiv zu gestalten, das Leben zu leben. Wir nehmen das Leben nicht nur hin, wir versuchen vielmehr, es selber zu gestalten, es zu begreifen, und wir fragen nach seinem Sinn. Das Leben ist uns als Auftrag gegeben, den wir in der Zeit, die uns zur Verfügung steht, ausführen sollen; und das Leben ist uns als Aufgabe gegeben, die wir erfüllen müssen. Liegt es jedoch allein an uns, dass dieses Leben glücklich und erfüllt sein kann? Wir glauben, dass wir in Gottes Hand sind und dass wir in unserem Bemühen mit Gott rechnen dürfen.

Hier und heute

Im Prolog zu seiner Regel (RB Prol 15) wünscht der heilige Benedikt seinen Mönchen ein erfülltes und letztlich geglücktes Leben. Er stellt dort die Frage: «Wer ist der Mensch, der das Leben liebt und gute Tage zu sehen wünscht?»

Benedikt geht davon aus, dass dies wohl ein jeder wünscht. Die Sehnsucht, glücklich zu sein, steckt im Menschen und ist ein Kennzeichen menschlichen Lebens. Das, wonach sich Menschen sehnen, ist so vielfältig wie die Zahl der Menschen. Die Sehnsüchte dürfen uns allerdings nicht vergessen lassen, dass wir

das Leben so leben sollen, wie es tatsächlich ist. Es ist und bleibt unsere Daueraufgabe, das wirkliche Leben anzunehmen und daraus das Beste zu machen. Es nützt nichts, mit seinem Herzen und mit seinen Gedanken der Vergangenheit nachzuhängen, und es hilft auch nichts, tatenlos nach einer vermeintlich besseren Zukunft Ausschau zu halten. Fantasien, die sich in Träumereien verlieren, fruchten nichts. Leben wir das Heute.

Ebenfalls im Prolog zu seiner Regel schreibt der heilige Benedikt: «Die Stunde ist (jetzt) da, vom Schlafe aufzustehen» (RB Prol 8), und er weist auf den Psalm 95 (Ps 95,7) hin, wo es heisst: «Ach, würdet ihr doch heute auf seine Stimme hören.» Gemeint ist: auf das hören, was jetzt von uns gefordert ist. Jeder Tag hat genug an seiner eigenen Plage (vgl. Mt 6,34), jeder Tag hat aber auch genug an seiner eigenen Qualität und an seiner Schönheit. Hinter jeder Sehnsucht wird Tieferes spürbar, das allerdings manchmal verschüttet sein kann. Doch auch da erweist sich unsere Sehnsucht als eine Sehnsucht nach Gott. Das Hier und Heute ist unsere Chance, diesem Gott zu begegnen. Leben kann nur gelingen, wenn wir es im Hier und Jetzt leben. Es ist sehr gefährlich, in der Rückschau auf die Vergangenheit nur von der «guten alten Zeit» zu sprechen, weil damals angeblich alles viel besser und viel schöner war. Mit einer solchen Sicht gehen wir an der Wirklichkeit vorbei. Erwarten wir jedoch anderseits alles Gute und Bessere nur von der Zukunft, werden wir in unseren Hoffnungen immer wieder enttäuscht. Darum ist es wichtig, dass wir uns den Blick auf das Heute nicht trüben lassen; wir können es erst richtig leben, wenn wir dankbar die Vergangenheit annehmen und wenn unser Blick in die Zukunft von der Hoffnung begleitet und getragen wird. Dieses Heute bringt uns Erlebnisse, über die wir uns freuen können und die uns glücklich machen, und wir erleben in diesem Heute auch Momente und Dinge, die schwer zu verstehen und anzunehmen sind. Gelingen und Misslingen wechseln sich ab.

Die verstorbene Benediktinerin aus dem Kloster Fahr, Silja Walter, schreibt in ihrem Gedicht *Lied der Armut:*

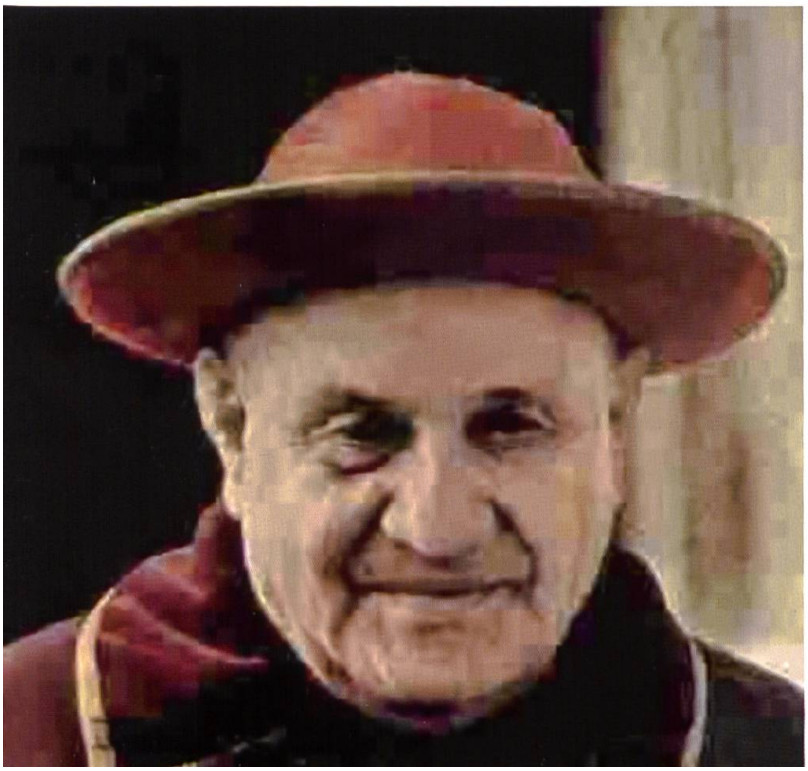
«Der Mond wird aus den Schlehen schon wieder auferstehen,
was bin ich denn betrübt?
Ist hinter allen Dingen,
die scheinbar nicht gelingen,
doch einer, der mich liebt.»

Erinnern wir uns da auch noch an ein Sprichwort, das sagt: «Willst du glücklich sein im Leben, trage bei zu anderer Glück, denn die Freude, die wir geben, kehrt ins eigene Herz zurück.»

«Nur für heute … werde ich mich bemühen, den Tag zu erleben, ohne alle Probleme meines Lebens auf einmal lösen zu wollen», sagt sich Johannes XXIII. und rät damit auch uns, so zu handeln.

Während seiner Krankheit, die zum Tode führte, hat der Schauspieler Ernst Ginsberg (1904–1964) täglich folgendes Gebet gesprochen:

«Ich bitte dich, Herr, um die grosse Kraft, diesen kleinen Tag zu bestehen, um auf dem grossen Weg zu dir, einen kleinen Schritt weiterzugehen.»



«Il Papa buono»:
Papst Johannes XXIII. (1958–1963).

COMMUNI
CARITAS+CHRISTI
PASSIO
+IBUS GAUDEIA+