

Moment mal

Eine Tasse Kaffee und die wichtigste Viertelstunde des Tages

Vor kurzem erhielt ich von einer Bekannten ein kurzes Video. Es zeigt einen gut gekleideten Mann mittleren Alters, der allein in einem belebten Café sitzt. Vor ihm steht eine Tasse Kaffee auf dem Tisch. Als er die Tasse anhebt, um zu trinken, wird er versehentlich gestossen und verschüttet einen Teil des Kaffees in die Untertasse. Doch anstatt sich zu ärgern, fragt er in die Kamera: «Warum habe ich den Kaffee verschüttet? Weil ich gestossen wurde? Nein! Sie irren sich. Ich habe Kaffee verschüttet, da meine Tasse voll mit Kaffee ist.» Und er erklärt weiter: «Wenn ich Tee in der Tasse gehabt hätte, dann hätte ich Tee verschüttet.» Er zieht zu diesem Missgeschick eine Parallele zum Leben: «Wenn wir in unserem Leben vor Barrieren stehen und auf Hindernisse stossen, dann zeigt sich, was in uns steckt. Wenn unser Leben voller Güte, Freude, Verständnis und Vergebung ist, zeigen wir genau das, wenn wir auf Hindernisse stossen. Wenn wir aber Hass, Schmerz, Verletzungen und Wut in uns tragen, dann werden sie bei Schwierigkeiten und Hindernissen aus uns herauskommen.» Das eindrucklichste Beispiel für ihn ist der Tod Jesu am Kreuz. Denn am Kreuz bat Jesus um Vergebung für seine Peiniger: «Vater, vergib ihnen, denn sie wissen nicht, was sie tun. Das ist ein Gebet um Vergebung und der Fürbitte für andere. Warum war das so? Er war voller Liebe.» Und der Mann schliesst seine Einsichten mit dem eindrucklichen Satz: «Füllen Sie Ihr Leben mit dem, was es wert ist, in schwierigen Zeiten ausgeschüttet zu werden.»

In der Tradition des Ignatius von Loyola, dem Gründer des

Jesuitenordens, gibt es das Gebet der liebenden Aufmerksamkeit. Dieses Gebet wird auch als die wichtigste Viertelstunde des Tages bezeichnet. Die Beterinnen und Beter blicken dabei auf den vergangenen Tag zurück und versuchen, die Spuren Gottes zu entdecken. Ohne gleich zu beurteilen oder zu werten, lassen sie den Tag mit all seinen Begegnungen Stunde für Stunde Revue passieren. Dabei dürfen alle Emotionen, Freuden und Ängste wiederkehren. Mit dem liebenden Blick Gottes schauen sie auf sich selbst. Es braucht Übung und Geduld, um Angenehmes loszulassen und Unangenehmes anzunehmen. All dies stärkt das Selbstvertrauen und ermöglicht eine innere Klarheit und Entschiedenheit. Das Gebet endet mit einem Dank, denn «Dankbarkeit ist die Quelle alles Guten», wie Ignatius sagt.

Vielleicht regt es Sie an, beim nächsten Kaffee, der wichtigsten Viertelstunde des Tages, darüber nachzudenken, womit Sie Ihre Tasse des Lebens füllen möchten.



Siegfried Ostermann

Siegfried Ostermann ist Leiter der Fachstelle Bildung und Begleitung der Bistumsregion Deutschfreiburg.

Gastkolumne

Der Hoffnungsträger

Fragen Sie sich manchmal auch, warum sich so wenige Menschen Fragen stellen? Antworten verschliessen die Welt, Fragen öffnen sie. Ich meine natürlich Fragen, die das Zeug haben, etwas an der Welt zu verändern, und seien es bloss die ausgetretenen Pfade der eigenen Gedanken im Kopf. Wie verändert man die eigenen Gedanken im Kopf? Indem man sich weigert, alles für selbstverständlich zu nehmen, was sich selbstverständlich gibt. Zum Beispiel die wöchentliche Müllabfuhr, die regelmässigen Staumeldungen auf der Autobahn, die zweihundert Joghurtsorten im Supermarkt.

Leider bin ich weder trittsicher noch schwindelfrei. Immer wieder stolpere ich über Wörter, frage mich, ob sie wirklich da stehen, wo sie hingehören, warum sie mir den ungetrübbten Blick auf die Welt verschleiern, ob es ratsamer ist, unbekümmert an ihnen vorbeizugehen oder sie vorsichtig aus dem Weg zu räumen. Manchmal entscheide ich mich für das eine, manchmal für das andere. Jetzt gerade habe ich zum Beispiel Lust, in einige dieser Wortgespinste zu stechen. Sei es aus Zwang, sei es aus blosser Neugier, was dabei herauskommt. Henusode!

Kompetenzzentren, wohin man blickt. Was noch fehlt, ist

ein Kompetenzzentrum für die Abschaffung von Kompetenzzentren.

Auch so ein Modewort: vernetzen, vernetzen, vernetzen ... «Die Fische hören's mit Entsetzen.» (Balts Nill)

Ein schwarzes Loch, das alles verschlingt ... Beim Bart des Propheten: Was für ein Koan der exakten Wissenschaft von Himmel und Erde!

Wessen Profit nimmt eigentlich mit der Abnehmspritze zu?

Nach der Raumkapsel die Sterbekapsel. Nach dem Aufbruch in den Weltraum der kleinstmögliche Raum zur Abkehr von der Welt.

Sollte man nicht auch für die Jagd nach Schnäppchen ein Jagdpatent einführen?

Ist der Schoss immer der passende Ort für ein Schosshündchen?

Die Zeit der Schirmflicker und Scherenschleifer ist vorbei. Niemand beschirmt sie, alle scheren sich um sie.

Haben News deshalb keinen Ablaufstempel, weil sie schon abgelaufen wären, bevor wir sie zu Ende gelesen hätten?

Der Computer ist die Lösung – was war nur schon wieder das Problem?

Ist die künstliche Intelligenz womöglich das Resultat unserer natürlichen Dummheit?

Elon Musk ist nicht der Erste und nicht der Einzige, der uns ein X für ein U vormacht.

Wächst uns das Wachstum nicht langsam über den Kopf?

Das politische Zauberwort der Gegenwart heisst Aufrüstung. Wie heisst wohl das politische Entzauberungswort der Zukunft?

Kann man Zukunftsangst mit Gegenwartsvertrauen überwinden?

Kann es eine Zukunftsgestaltung ohne Vergangenheitsbewältigung geben?

Und wer bewältigt eigentlich die Gegenwart, und wie bewältigt man sie?

Wessen Hand führt die Einkommensschere und wem schneidet sie ins Fleisch?

Sollte es neben dem Recht auf Vererbung von Reichtum nicht auch ein Recht auf Enterbung von Armut geben?

Wann geht der Hass ins Netz, damit der Hass endlich aus dem Netz geht?

Der Zweifel, dass der Klimawandel menschengemacht ist, ist ohne Zweifel menschengemacht.

Ist das abnehmende Gehör manchmal das Echo auf das zunehmende Nicht-mehrgehört-werden?

Was war zuerst: Fangewalt oder Fan von Gewalt?

Welcher Religion sind die Sonnenanbeter zuzurechnen? Kann man an einer Krankheit auch gesunden?

Wehe, wenn auf Teufel komm raus wirklich ein Teufel herauskommt!

Läuft am Ende alles darauf hinaus, dass wir wieder ganz von vorn anfangen müssen?

Schweren Schrittes geht er seinen Weg. Langsam und bedächtig wie immer, wenn es den Berg hinauf geht. Die Last, die er geduldig trägt, hat seinen Rücken gekrümmt. Trotzdem gibt er nicht auf – der Hoffnungsträger.



Hubert Schaller

Hubert Schaller ist unter anderem Autor der Gedichtbände «Trommelfellschläge» (1986), «Drüm» (2005) und «Federleicht» (2016). Bis zu seiner Pensionierung unterrichtete er Deutsch und Philosophie am Kollegium St. Michael. Als FN-Gastkolumnist schreibt er regelmässig über selbst gewählte Themen.

Ausserdem...

von Marc Reidy



Unbekannter Ort, 21. Juni 2024.

Beim «Donnschtig-Jass» fällt der Lack ab

Eine kritische Replik zum «Donnschtig-Jass» vom 8. August 2024

Dem Applaus nach war es ein erfolgreicher Abend. Blättert man tiefer, fällt der Lack ab. Weit gefehlt, wann man sich ob des Redens im Sensebezirk gefühlt hätte. Da war das Sprechen von Altstaatsrat Urs Schwaller geradezu wohlthuend. Fast der ganze Mitarbeiterstab von Rainer Maria Salzgeber sprach nämlich in irgendeinem Schweizerdialekt. Als hätte es nicht genug Tafersner gehabt, die unsere Sprache und unser Brauchtum leben. Dabei wäre beispielsweise ein Robert Sturny mit seinem Schalk gut angekommen.

Vielmals erfassen die Kameras die Fassaden unserer wertvollen Kirchen. Warum nicht einen Blick in den Kirchenraum werfen? Da finden wir ein Flechtrippengewölbe von 1554 und ein Masswerk in einem sehenswerten Flamboyant-Stil. Auf dem linken Nebentalar steht die sehr bekannte Pietà von Antoine de Peney. Viele kennen zudem

Tafers als Pilgerzentrum wegen seiner Jakobskapelle und dem frühbarocken Altar von Hans-Franz Reyff.

Wer bestimmt eigentlich, was gezeigt wird? Gab es ein Komitee, das Vorschläge entgegennahm? Vieles war schon im Voraus unbestimmt, ungenau und fraglich. War das Konzept des Leiters nicht überrissen, in dem nebst dem Jassen das Ausscheiden zwischen zwei Ortschaften (Düdingen – Tafers) Platz haben musste. Natürlich hatte es auch positive Elemente. Denken wir an die schönen Aufnahmen mit dem Sigristenhaus. Auch wenn vieles am erhaltenswerten Jassen aufgehängt wird, muss Tafers in der Mitte bleiben. Was aber soll der Unsinn mit der Malerei vom Knie? Soll das eine juristische Qualifikation sein? Dann ist es eher, wenn man das vulgäre Blödeln einbezieht, ein Grenztrippengewölbe von 1554 und ein Masswerk in einem sehenswerten Flamboyant-Stil. Auf dem linken Nebentalar steht die sehr bekannte Pietà von Antoine de Peney. Viele kennen zudem

Paul Schneuwly, Tafers