



Die Text-Rechte liegen bei den Autoren und beim Katholischen Rundfunkreferat. Verwendung nur zum privaten Gebrauch!

Kirche in WDR 4 | 14.04.2022 08:55 Uhr | Urs von Wulfen

## Gemeinschaftsmahl

Ich habe nie gelernt in Gemeinschaft zu essen. Das hatte in meiner Ursprungsfamilie, sagen wir, keine Tradition. In den allermeisten Familien sind gemeinsame Mahlzeiten die wichtigsten Termine am Tag. Quasi heilige Momente, weil man während dieser Mahlzeit mehr aufnimmt als Nahrung für den Körper. Man erfährt, wie es den Familienmitgliedern so geht, welche schönen und welche schwierigen Dinge in ihrem Leben gerade passieren und man lernt bewusst-vernünftig zu essen. Es gibt einen Haufen von Studien, die belegen: Kinder, die gemeinsame Familienmahlzeiten erleben, sind psychisch stabiler, entwickeln weniger Essstörungen und legen gutes Sozialverhalten an den Tag. Das funktioniert natürlich nur, wenn bei Familienmahlzeiten grundsätzlich eine offene, freundliche und liebevolle Atmosphäre herrscht.

Bei mir zu Hause war das früher anders. Es gab häufig sehr viel Streit am Essenstisch, weil ich entweder nicht essen wollte, was auf den Tisch kam und deswegen teilweise zwei-drei Stunden da sitzen bleiben musste bis ich den Teller leer gegessen hatte, oder weil es einen Streit um meine mangelhaften schulischen Leistungen gab oder weil irgendein anderer Stress in unserer Küche tobte. Irgendwann haben wir dann mit den gemeinsamen Mahlzeiten aufgehört. Jede und Jeder hat in seinem Zimmer oder vor dem Fernseher gegessen. Bis heute lösen gemeinsame Familienmahlzeiten bei mir unterschwellig Stress aus. Ich suche immer wieder nach Vorwänden schnell wieder vom Tisch aufstehen zu können bzw. mich erst gar nicht dazusetzen. Dabei habe ich eine Sehnsucht nach langen gemeinsamen harmonischen Abendessen mit der Familie und habe diese auch (Gott sei Dank) bereits mit meiner Frau und meinen Kindern erlebt. Ich glaube, dass aufgrund meiner Sehnsucht nach diesen harmonischen Familienmahlzeiten mir eine besondere Beziehung zum Gründonnerstag erwachsen ist. Hört sich schräg an, ist auch schräg, aber trotzdem wichtig für mich. Am Gründonnerstag, also heute, wird ja an das letzte Abendmahl gedacht, also an das letzte Abendessen, welches Jesus mit seinen Freunden eingenommen hat bevor er gefoltert und ermordet wurde. Da hat Jesus -der Sohn Gottes- seinen Freunden sogar die Füße gewaschen und gesagt:

"Wenn nun ich, der Herr und Meister, euch die Füße gewaschen habe, dann müsst auch ihr einander die Füße waschen"

Bei diesem Abendmahl musste man nichts besonders geleistet haben, um in Ruhe und Frieden dabei sein zu dürfen, man musste keine 2 im Diktat haben, man musste nicht sein Zimmer aufgeräumt haben und man musste auch keinen blöden Rosenkohl gerne mögen. Man war gut genug. Man war gut genug in den Augen Gottes. Alle waren gleich viel wert. Ich fühle mich oft unfähig und wertlos, aber der Gründonnerstag hilft mir zu verstehen, dass das nicht stimmt, weil mir Gott an diesem Tag immer wieder zuflüstert: "Ich find dich super! Setz Dich ruhig und iss mit mir, soviel oder so wenig wie du willst. Hauptsache Du bist da."

Ich wünsche Ihnen, dass Sie sich bei vielen unterschiedlichen Mahlzeiten auf diese Weise willkommen fühlen.