Katholische Kirche im WDR

Katholisches Rundfunkreferat beim WDR
Wallrafplatz 7
50667 Köln
Tel. 0221 / 91 29 781
Fax 0221 / 27 84 74 06
www.kirche-im-wdr.de
E-Mail: info@katholisches-rundfunkreferat.de

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

Kirche in WDR 5 | 14.03.2023 06:55 Uhr | Dietmar Röttger

Das rechte Maß im Leben finden

Guten Morgen,
vom Frühstück an habe ich letztens wieder mal über den Vormittag verteilt vier Pötte Kaffee getrunken. Eigentlich zu viel, wie mir mein Arzt sagt. Bluthochdruck – Sie wissen, was ich meine. Andererseits tut mir das auch gut am Morgen, um wach zu werden und ist bei Konferenzen kommunikativ. Es redet sich eben besser mit der Tasse Kaffee in der Hand. Trotzdem bleibt ein bisschen schlechtes Gewissen, dass ich wieder mal die Grenze des Gesunden überschritten habe.
Also: Wie finde ich das richtige Maß? Ich frage mich das nicht nur beim Kaffeetrinken, sondern immer wieder, vor allem wenn ich wahrnehme, wie schädlich es sein kann, wenn das Gefühl für das rechte Maß verloren geht. Essen und Trinken ist da vielleicht noch die einfachste Variante, wo ich merke, dass ein "Zuviel“ meiner Gesundheit schadet. Aber wie sieht es aus, das richtige Maß von Arbeit und Freizeit, im Umgang mit dem Smartphone oder der tagtäglichen Informationsflut? Wo ist das richtige Maß im Umgang mit den Gütern unserer Schöpfung, im CO2 Ausstoß? Welches Maß braucht ein Protest, um Gutes zu bewirken und ist es überschritten, wenn Aktivisten sich auf Straßen festkleben, Flugbetrieb auf Landebahnen stören oder Gemälde mit Tomatensuppe bewerfen? Wie finde ich, wie finden wir im Umgang miteinander das richtige Maß an Kommunikation, von Distanz und Nähe? Und Eltern müssen viele Male am Tag entscheiden, welches Maß zwischen Freiheit und Grenzen sie ihren Kindern gegenüber anwenden.
Es scheint etwas Fundamentales im Leben zu sein, das richtige Maß im Umgang mit den Dingen, den anderen Menschen und auch mit sich selbst zu finden. Schon der griechische Philosoph Plato hat sich mit der Thematik beschäftigt und spricht von der Tugend der Mäßigung. Und später wird die Mäßigung zu den vier christlichen Kardinaltugenden gerechnet neben Klugheit, Gerechtigkeit und Tapferkeit. Umgekehrt kommt die Unmäßigkeit in der Tradition bei den sogenannten sieben Hauptsünden vor. Dort heißt sie dann "Völlerei“ und wird oft dargestellt als ausschweifendes Ess- und Trinkgelage. Dabei geht es nicht nur ums Essen und Trinken: Das rechte Maß zu finden, hat mit dem ganzen Leben zu tun. Gerade in der Fastenzeit geht es darum, sich daran zu erinnern und sich neu auszurichten. Wie finde ich das lebensfördernde Maß im Leben und ich würde auch ergänzen: auch im Glauben. Das kann Verzicht heißen, wenn ich merke, dass ich deutlich zu viel esse, zu viel Alkohol konsumiere, online Sachen einkaufe, die ich eigentlich nicht brauche oder zu oft am Computer oder vor dem Fernseher sitze. Ich will es aber nicht nur beim Verzicht belassen. Es kann auch mal das Gegenteil sein. Wenn ich mich an nichts mehr freuen kann, ist es vielleicht wichtig, mir gerade jetzt etwas zu gönnen, um den Geschmack am Leben wieder zu finden. Wenn ein Mensch, der mir wichtig ist, einen runden Geburtstag feiert, brüskiert es eher, wenn ich vor mir hertrage, dass ich wegen der Fastenzeit jetzt nichts trinke. Es gibt diese saloppe Redensart "man muss auch mal auf ein Opfer verzichten können“. Ja, manchmal muss man es, wenn es dem Leben dient. Und darin besteht für mich der eigentliche Maßstab, die bleibende Frage: Was dient dem Leben – und zwar nicht nur

meinem eigenen, sondern auch dem Zusammenleben mit den anderen Menschen
Was dient dem Leben? Mit dieser Frage bin ich ganz bei Jesus, der gekommen ist, damit wir das Leben haben. Und er hat es konkretisiert mit dem dreifachen Liebesgebot gegenüber Gott, dem Nächsten und sich selbst (vgl. Mt 22,37-39).
Es lohnt sich jedenfalls in diesen Wochen vor Ostern einmal besonders auf das rechte Maß zu schauen. Sicher sind manche Maßstäbe sehr individuell verschieden. Ich sehe es aber schon als Fortschritt, wenn ich Dinge ehrlich in den Blick nehme – als Einzelner oder als Gemeinschaft. Und wie wäre es, über Maßstäbe einmal ins Gespräch zu kommen: Was ist also dir wichtig?
Ich bin mir sicher: Das richtige Maß zu finden ist die Spur, damit Leben gelingen kann. Einen gelingenden Tag wünscht Ihnen Propst Dietmar Röttger aus Soest.