Loslassen

Wie ein kleines Blechschild und der christliche Glaube dabei helfen können

„Loslassen – immer wieder loslassen.“ Das steht auf dem kleinen Blechschild an unserer Pinnwand zu Hause. Ich habe es in einem Geschenke-Laden gefunden. Eines von ganz vielen Schildern mit mehr oder weniger lustigen, sinnigen und unsinnigen Sprüchen. „Loslassen – immer wieder loslassen“. Gekauft habe ich es, weil es passt. Jedes Mal, wenn ich der Meinung bin, es ist an der Zeit, dann nehme ich es und halte es hoch. Und das kommt gar nicht so selten vor. Meistens müssen meine Frau und ich dann lachen. Und schon haben wir - ein klein wenig wenigstens – los-gelassen.

Das Loslassen ist ja auch nicht einfach. Sorgen macht man sich immer über irgendetwas, meistens über die Kinder. Und das, obwohl sie bereits erwachsen sind. „Dir ist ja wohl alles egal“, höre ich dann manchmal, wenn ich versuche, etwas Dampf aus der gerade anstehenden Krise abzulassen. Das Loslassen ist eben ein Balanceakt zwischen krampfhaftem Sich-Sorgen-machen und Aktivismus und lethargischem Zurücklehnen, Desinteresse und Kopf-in-den-Sand stecken. Ich weiß, gute Ratschläge sind einfach und schaffen den realen Wahnsinn Tag für Tag nicht ab. Da ist so ein kleines Blechschild, das es auf den Punkt bringt, nicht schlecht.

Es argumentiert nicht, gibt keine Rezepte, moralisiert nicht, sagt einfach nur, was jetzt gerade Sache sein sollte: „Loslassen – immer wieder loslassen“. Man könnte es auch intellektueller haben. Der ehemalige UNO-Generalsekretär Dag Hammarskjöld schrieb in sein Tagebuch: „Mitten im Gelärm das innere Schweigen bewahren“.

Jesu Anweisungen fürs Leben: Lass es!

Es geht auch religiös-christlich: „Dein Wille geschehe.“ Die Bitte aus dem Vater Unser. Jesus selbst soll das so gebetet haben. Es passt auch zu ihm: Wenn es Anweisungen fürs Leben von ihm gibt, dann heißt es fast immer: „Lass es!“ Du hast Angst vor dem nächsten Tag? Lass es! Du hast Angst, dass dir etwas entgeht? Lass es! Du hältst dich für unwert? Warum? Deinen Wert bestimmt ein ganz anderer.

Damit ist kein Wegducken und Aus-dem-Weg-gehen gemeint. Das ist eine Haltung, aus der heraus ich leben kann. Ein Geist, der einem glaubenden, vertrauenden und gelassenen Menschen geschenkt wird, wenn er sich darauf einlässt. Und bis es so weit ist, hilft ab und zu ein kleines Blechschild: „Loslassen - immer wieder loslassen“.

Wolfgang Drießen

Quelle: Katholische Hörfunkarbeit für Deutschlandradio und Deutsche Welle, Bonn, www.katholische-hörfunkarbeit.de, In: Pfarrbriefservice.de