

Simplify your life



Unser Leben ist bunt – manchen zu bunt. Viele Menschen möchten ihr Leben einfacher gestalten, vieles abschütteln. „Simplify your life“ ist der Titel eines erfolgreichen Selbstmanagement Buches von Werner Tiki Küstenmacher und Lothar J. Seiwert das dabei helfen möchte. Die Grundfragen in diesem Buch lauten: Wie kann ich meinen Alltag vereinfachen? Wie kann ich ihn besser organisieren? Was kann ich weglassen?

Ursprünglich als monatliche Beratung in Form einer Zeitschrift gestartet, wurde der Simplify-Gedanke schließlich in Buchform zusammengefasst. „Simplify your life“ – Vereinfache dein Leben. Von Entrümpelung, Entschleunigung, Entspannung ist da die Rede. Man soll wieder selbst leben, statt gelebt zu werden, machen statt gemacht zu werden. Die Handlungshoheit wieder über sich selbst erlangen. Es sind zweifelsohne hohe Ansprüche, die formuliert werden. Das Ziel ist jedoch kurz und einfach auf den Punkt gebracht: „Simplify your life“!

Seit Jahrtausenden versucht der Mensch sein Leben bunter, also vielfältiger zu gestalten. Mit immer neuen Werkzeugen, Kulturgütern, Kunstgegenständen und Luxusgütern. Aktuell versucht omnipräsente Werbung uns davon zu überzeugen, dass wir alle möglichen Güter unbedingt brauchen, um glücklich zu sein. Der Schrei nach Simplify ist ein eindeutiges Zeichen, dass viele von dieser Welt überfordert sind. Allerdings ist das kein Alleinstellungsmerkmal für uns postmoderne Menschen. Ein Blick in die christliche Geschichte zeigt, dass dem in gewissem Maße schon immer so war. So könnte man, kurz gesagt, einen Bogen spannen von den Schriftpropheten über die Wüstenväter bis hin zu modernen Heiligen. Sie alle lebten nach dem gleichen Motto: „I will simplify my life“. Sie alle sind in die Einsamkeit gegangen und haben die Vorzüge und Ablenkungen dieser Welt abgeschüttelt. Sie haben alles abgelegt, um leer zu werden. Aber in dieser „Leere“ passierte Großes. Die Stimme Gottes erging an sie.

Und damit sind wir auch schon bei der Fastenzeit. Die Fastenzeit ist nicht (nur) dazu da schlanker zu werden. Sie ist für mich jedes Jahr aufs Neue die Möglichkeit, den christlichen Simplify-Gedanken neu durchzuspielen. Dieser lautet: Was brauche ich wirklich, um das wahre Glück zu finden und was ist dazu überflüssig, ja sogar hinderlich?

Es ein Selbstexperiment, das ich immer wieder neu an mir machen darf. Ich soll während der Fastenzeit, symbolisch gesprochen, in die Einsamkeit gehen. Soll so viel an schlechten Gewohnheiten, an Dingen, Essen usw. abschütteln, wie mir möglich ist. Denn in die dadurch entstehende „Leere“, in diese Offenheit kann Gott kommen. Ich gebe Gott dadurch Raum.

Jesus hat vor seinem öffentlichen Auftreten 40 Tage in der Einsamkeit der Wüste verbracht. Dorthin folge ich ihm gleichsam in der Fastenzeit, damit ich bereit und offen werde für das größte Fest der Christen, das in Ostern auf uns zukommt.

„Simplify your life!“ Das ist mein Aufruf für diese Fastenzeit. Die große Herausforderung für uns alle ist es, die neu gewonnene Zeit und Offenheit über die 40 Tage hinaus gut zu füllen. In den Fußspuren Jesu dürfte uns das gelingen. Gottes Segen dazu und eine gute Zeit der Vorbereitung wünscht Ihnen

Ihr Kaplan M. Grillhösl