

## **WORT ZUM SONNTAG**

*Jesus ging in ein Haus und wieder kamen so viele Menschen zusammen, dass er und die Jünger nicht einmal mehr essen konnten. Als seine Angehörigen davon hörten, machten sie sich auf den Weg, um ihn mit Gewalt zurückzuholen; denn sie sagten: Er ist von Sinnen. Die Schriftgelehrten, die von Jerusalem herabgekommen waren, sagten: Er ist von Beelzebul besessen; mit Hilfe des Anführers der Dämonen treibt er die Dämonen aus. Da rief er sie zu sich und belehrte sie in Form von Gleichnissen: Wie kann der Satan den Satan austreiben? Wenn ein Reich in sich gespalten ist, kann es keinen Bestand haben. Wenn eine Familie in sich gespalten ist, kann sie keinen Bestand haben. Und wenn sich der Satan gegen sich selbst erhebt und mit sich selbst im Streit liegt, kann er keinen Bestand haben, sondern es ist um ihn geschehen. Es kann aber auch keiner in das Haus eines starken Mannes einbrechen und ihm den Hausrat rauben, wenn er den Mann nicht vorher fesselt; erst dann kann er sein Haus plündern. Amen, das sage ich euch: Alle Vergehen und Lästerungen werden den Menschen vergeben werden, so viel sie auch lästern mögen; wer aber den Heiligen Geist lästert, der findet in Ewigkeit keine Vergebung, sondern seine Sünde wird ewig an ihm haften. Sie hatten nämlich gesagt: Er ist von einem unreinen Geist besessen. Da kamen seine Mutter und seine Brüder; sie blieben vor dem Haus stehen und ließen ihn heraufrufen. Es saßen viele Leute um ihn herum und man sagte zu ihm: Deine Mutter und deine Brüder stehen draußen und fragen nach dir. Er erwiderte: Wer ist meine Mutter und wer sind meine Brüder? Und er blickte auf die Menschen, die im Kreis um ihn herumsaßen, und sagte: Das hier sind meine Mutter und meine Brüder. Wer den Willen Gottes erfüllt, der ist für mich Bruder und Schwester und Mutter (Mk. 3,20-35).*

### **Achtsamkeit**

Wer ist meine Mutter? Welche sind meine Schwestern und meine Brüder? Diese Fragen sind eine Ermahnung zu einem achtsamen Umgang mit anderen und mit sich selbst.

Achtsamkeit ist eine der wichtigsten Haltungen in der Corona-Zeit: Achtsam auf Abstände zu sein, auf frische Luft, auf das Maskentragen, auf entsprechende Rücksichtnahme, auf Testen und Impfen, damit das Infektionsrisiko geringgehalten wird. Achtsamkeit hat viel mit Vorsicht und Sensibilität zu tun, noch mehr aber mit der Achtung vor dem anderen und denjenigen, mit denen wir leben. Achtsamkeit ist der andere Name der Nächstenliebe und der Menschlichkeit, eine Haltung, die in unsicheren Zeiten Halt geben soll.

Wer achtsam lebt, betrachtet den Nächsten als eine Schwester oder einen Bruder. Wer achtsam lebt, nimmt seine Umgebung bewusst wahr; er geht fürsorglich mit sich selbst und den anderen um. Wer achtsam lebt, wird sich von der Tendenz freihalten, sich zu verzetteln, immer alles auf einmal, sofort und rund um die Uhr zu machen, und von der Tendenz, Probleme durch verstärkten Aktionismus lösen zu wollen. Achtsamkeit bringt Gelassenheit und einen klaren Blick für das Gebot der Stunde und auch für neue Wege.

Pfarrer Placide Pozzo