

# Impuls 05 - Grün: Die Liebe macht gesund, sie ist die Gesundheit unserer Seele.

Als Mensch habe ich nicht nur einen Leib, vielmehr bin ich Leib. So ist Liebe immer leibhaftig und konkret. Um diese **Leibhaftigkeit christlicher Liebe** geht es beim Grün des Regenbogens. Nahrung, Gesundheit, Erholung und Sport, aber auch Krankheit, Tod und Auferstehung und letztlich die ganze Schöpfung, in der der Mensch lebt und deren Krönung er ist, sind in diesem Aspekt vereint. Die Liebe hat immer mit dem Leib zu tun in seinen vielfältigen Bezügen – sei es mit dem **physischen Leib des Einzelnen** oder mit dem „**mystischen Leib der Gemeinschaft**“, insofern dieser selbst Ort der Gegenwart Christi ist.

Diese leibhaftige Liebe meint zunächst das konkrete **Sorgen für den anderen**. Einen freundlichen Gruß am Morgen schenken, das Mittagessen gut vorbereiten oder dem anderen einen Kaffee oder Tee kochen ist etwas, das die Beziehung unter den Menschen aufbaut und Gemeinschaft vertieft. Besonders augenfällig wird dies, wenn wir die Sorge für Kinder oder Kranke in Blick nehmen. Die für sie verschenkte Zeit ist ein besonders Zeugnis christlicher Liebe.

Neben der Sorge für den anderen ist mir immer auch die **Sorge für mich** selbst aufgetragen, denn das Leben, das mir anvertraut ist, verlangt Pflege und sorgsamen Umgang. Unser Leib ist Tempel des Heiligen Geistes. Sport und Erholung bekommen aus dieser Sicht den ihnen gemäßen Stellenwert. Wir haben unseren Leib ja nicht nur für uns selbst, so dass wir Raubbau mit ihm treiben dürften. Mangelnder Schlaf, mangelnde Erholung, übertriebener Nikotin- oder Alkoholkonsum machen den Menschen, als Tempel des Heiligen Geistes, unansehnlich und weniger beziehungsfähig. Am meisten dient unserer Gesundheit ein geordnetes und geregeltes Leben. Ein Ordensgründer schreibt im 19. Jahrhundert an seine Ordensfamilie: „Die Freude am Leben wird unterstützt durch eine kluge Planung, die es jedem ermöglicht zu beten, zu arbeiten, zu studieren und sich zu erholen.“

Ein besonderes Thema christlicher Leibhaftigkeit ist der **Umgang mit der eigenen Sexualität**. Als Mensch bin ich ganz Frau oder ganz Mann und somit „unvollständig“ und verwiesen auf den Anderen. Erst im lebendigen und ehrlich gelebten Miteinander werde ich „ganz“. Ich bin gerufen, jeden Menschen mit reinem, freilassendem Blick anzuschauen, denn jeder Mensch ist Geschöpf Gottes und Tempel Seiner Gegenwart.

Finden zwei Menschen in personaler Liebe zueinander, findet diese Liebe ihre Erfüllung in menschlicher Ganzhingabe. Der einzelne verschenkt sich dann mit Leib und Seele, mit Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft. Diese leibhaftige Liebe ist etwas Endgültiges und Bedingungsloses, ein Geschenk der eigenen ganzen leibhaftigen Existenz an den anderen. Dies erfordert hohe menschliche Reife und braucht – unter Christen – als den ihr gemäßen Schutz-Raum die unauflösliche, christliche Ehe.

jesus beim  
**WORT**  
genommen



Gesundheit des Leibes: der physische Leib (Körper) des Einzelnen, aber auch der mystische Leib der Gemeinschaft (der Kirche)



Leben in Farbe

## Freunde des Wortes

Kontakt:

Meinolf Wacker  
Kirchplatz 7  
59174 Kamen

Tel.: +49 172 5638432

Mail: [mail@onword.de](mailto:mail@onword.de)

Net: [www.onword.de](http://www.onword.de)

Was aber ist, wenn uns **Krankheiten** treffen? Von Christus wissen wir, dass er den Schmerz durch sein Leiden und Sterben in Liebe verwandelt hat. Wenn ich krank bin, kann ich entdecken, dass Christus meine Schmerzen mit mir trägt und dass ich deshalb meinen Schmerz mit dem Seinen vereinen kann. Wenn ich (langsam) entdecke und "lerne", meinen Schmerz in Liebe annehmen zu können, dann bekommt meine Liebe eine neue Qualität. Denn der Schmerz wird in Liebe umgewandelt. Chiara Lubich schrieb dazu: "Wenn du leidest und dein Leiden ist so groß, dass es dich an jeder Tätigkeit hindert, dann erinnere dich an die Messe. In der Messe – heute wie damals – arbeitet Jesus nicht, er predigt nicht: Jesus opfert sich aus Liebe. Im Leben kann man viele Dinge tun, viele Worte sagen, aber die Stimme des Schmerzes, vielleicht ungehört und unbemerkt von den anderen, des Schmerzes aus Liebe geopfert, ist das stärkste Wort: Es erschüttert den Himmel. **Wenn du leidest, tauche deinen Schmerz in den Seinen: Feiere deine Messe!**" An anderer Stelle lesen wir: „Die Leidenden unter uns, die Kranken, die Sterbenden sind die Erwählten. Sie stehen im Mittelpunkt unserer Liebe. Gerade sie tun und bewirken am meisten.“ So sind die Kranken für uns Christen ein großer Schatz.

Wie Jesus für „Seine Stunde“, **den Tod** lebte, so lädt uns das Grün des Regenbogens ebenfalls ein, uns selber für diese Stunde vorzubereiten und einander zu helfen, uns im Sterben lebhaft in die Arme Jesu fallen zu lassen. Wir werden ihm dann begegnen und ihn schauen dürfen, wie er ist. Wenn wir einander so beistehen, werden wir ermessen können, dass mit dem Tod die Liebe nicht aufhört. Denn die Liebe Christi überwindet die schreckliche Barriere des Todes. „Gott ist doch nicht so engherzig, dass er uns nehmen würde, was er selbst uns durch diesen lieben Menschen geschenkt hat. Er gibt es uns weiterhin, wenn auch auf andere Weise. Wer ins ewige Leben eingegangen ist, fährt fort, uns zu lieben – mit einer beständigen, ewigen Liebe... Nein, wir haben unsere Lieben nicht verloren. Es ist, als wären sie von zu Hause fortgegangen, um an einem anderen Ort zu wohnen. Sie leben im Land des Vaters, sind in ihm und durch ihn können wir uns weiterhin gegenseitig lieben, wie es uns das Evangelium aufträgt.“ (Chiara Lubich)

Liebe junge Freunde, **leibhaft leben und lieben – mit Haut und Haar**. Dazu lädt uns das Grün ein. Sorgen wir uns um das

Leben – das unsrige und das unserer Nächsten – bis in den Tod hinein! Sorgen wir uns um die Kranken und Alten. Und nähren wir uns von der Eucharistie, denn durch sie nähren wir uns mit Jesus und werden dadurch „ein anderer Jesus“ und werden gleichzeitig hineingenommen in den mystischen Leib der Kirche – „durch ein unaussprechliches, göttliches Band untereinander und mit dem Haupt des ganzen Leibes vereint!“ (Papst Pius XII.)

Heinrich Oest und Meinolf Wacker

## **biblische Quellen**

Joh 6,54      Ps 16,2      Joh 11,25  
1 Kor 13,8    1 Kor 6,19

## **Impulse**

- Wirf einen Blick auf Deine Erholungsphasen. Sind sie wirkliche Zeiten der Erholung oder bist Du (auch) in diesen Zeiten von einem übertriebenen Aktivismus getrieben?
- Tu einfach mal gar nichts! Nimm Dir Zeiten echter Muße!
- Hab genug Bewegung (Spaziergänge, Sport), ohne die Fitness zu vergöttern!
- Ferien sollten wirklich Ferien sein! Füll Deine Ferientage mit Aktivitäten, die der Gesundheit dienen und die dich aus gewohnten Rhythmus herausholen.
- Erstell einen Jahres-, Monats-, Wochen- und Tagesplan, in dem die verschiedenen Aspekte des Lebens regelmäßig Platz finden.
- Besuche Kranke und Alte in Deiner Familie, in der Nachbar- und Verwandtschaft, in Deinem schulischen oder beruflichen Umfeld. Müh Dich, die notwendigen Werke der Barmherzigkeit für Kranke zu tun!
- Versuch in Tagen der Krankheit Deinen Schmerz mit dem Kreuz Jesu in Verbindung zu bringen. Verwandle ihn so in Liebe!

