

Liebe Schwestern!

Ich habe für meinen kleinen Vortrag heute Abend folgendes Thema gewählt:

„Lasst Herzen sprechen!“

Warum habe ich gerade dieses Thema gewählt? Weil ich denke, dass es gut zu uns passt und ich jeden Montag in unserer Gemeinschaft Herzlichkeit empfinde. Herzlichkeit ist eine Großzügigkeit des Herzens. Sie wird lebendig, wenn wir uns anderen Menschen zuwenden, Ihnen helfen und Zeit für sie haben, ohne eine Gegenleistung zu erwarten.

Indem Du einem anderen Menschen mit Herzlichkeit begegnest, gibst Du das Beste von Dir, was Du geben kannst. Und der Effekt ist, dass Du Dich selbst in diesem Moment gut fühlst, wenn Du das Leben eines anderen Menschen ein wenig freundlicher gestaltest.

Um genau das zu erreichen, sollte man sich von einer einfachen Regel leiten lassen, nämlich: Handle andere so, wie Du selbst behandelt werden möchtest. Ähnliche Worte erwähnen wir auch in unserer Logensitzung. Dabei sollte man aber niemals vergessen, auch achtsam mit sich selbst zu sein. Sonst geht einem irgendwann die Puste aus, wenn man sich konsequent nur um andere kümmert und die eigene Seele vernachlässigt.

Herzlichkeit sich selbst gegenüber bedeutet, dass man seine Bedürfnisse erfüllt und schonend mit sich umgeht. Das wird nicht immer gelingen und manchmal kann es zu etwas führen, was Mediziner „Broken – heart – Syndrom“ nennen, also übersetzt das gebrochene Herz“.

Dass es das wirklich gibt, habe ich gerade persönlich im Freundeskreis erlebt. Ich will die Geschichte in abgekürzter Form einmal erzählen, weil sie zu unserem Thema passt.

Eine enge Freundin hat eine Tochter von 46 Jahren. Das Verhältnis zur Tochter war stets gut oder sogar sehr gut. So wie man sich eine gelungene Tochter-Mutter Beziehung vorstellt. Die Tochter hat aus bisher unerklärlichen Gründen das Verhältnis zu ihren Eltern zuerst komplett eingestellt und dann auf das Wesentliche beschränkt. Es kommen kaum noch Anrufe oder Briefe, höchstens mal eine Email. Und das ist umso schlimmer, da die Tochter vor zwei Jahren ein Kind bekommen hat und die Großeltern dieses bisher gerade einmal gesehen haben.

Und nun ist gerade das eingetreten, was wir mit „gebrochenem Herzen“ umschreiben. Meine Freundin ist wirklich schwer krank geworden und musste – im wahrsten Sinn des Wortes - am Herzen operiert werden.

Dass das Thema Herz bzw. Herzlichkeit im täglichen Leben von uns allen eine wichtige Rolle spielt, fällt uns in der Hektik des Alltags oft gar nicht mehr auf.

Obwohl unsere Sprache doch täglich von diesem oder ähnlichen Ausdrücken geprägt ist. So sagen wir häufig:

„... ich bringe es nicht übers Herz , wenn das Gefühl stärker ist als der Verstand

Oder

„... es ist zwar wenig, aber es kommt von Herzen“, wenn man ein Geschenk überreicht

Und wenn uns etwas besonders wichtig ist, dann

„... ist es uns ans Herz gewachsen“.

Wer aber ist ein herzlicher Mensch?

Zuerst möchte ich aber kurz deutlich machen, dass es auch den weniger herzlichen Menschen gibt. Dazu brauche ich nicht viele Worte. Er ist meistens mürrisch, verschlossen und oft sehr abweisend. Man fühlt sich unwohl in seiner Nähe und weiß nicht so recht, woran man bei ihm ist.

Dagegen ist der herzliche Mensch liebenswert und lebensfroh. Was er denkt und fühlt kann er zeigen! Der Weg zu seinem Herzen ist nicht verschlossen. Mit einem solchen Menschen ist Verständigung und Austausch möglich. Er ist offen und herzlich, und Kontakt zu ihm zu bekommen und zu behalten ist leicht und angenehm. Ein offenes Wort kommt beim herzlichen Menschen auch wirklich an – dadurch finden wir schnell Zugang zu ihm.

In einer solchen Begegnung entsteht Wohlwollen und Vertrauen und manchmal auch Freundschaft.

So gesehen kann man sagen, dass das Herz die Mitte eines Menschen ist. Wo Geborgenheit und Frieden ebenso zu finden sind wie Liebe und Leiden ihr Zuhause haben und wo Entscheidungen und Enttäuschungen ausgetragen werden. Und wo auch Zuneigung und Feindschaft sich entzünden.

Das kann man oft sogar körperlich spüren und auch nachweisen. In freudigen Momenten schlägt das Herz schneller und in traurigen Momenten haben wir oft – im wahrsten Sinn des Wortes – Herzschmerzen. Ich erinnere an den Ausdruck „gebrochenes Herz“.

Damit ist die positive Kraft der Herzlichkeit oder auch die Herzensgüte ein wichtiger Kompass, der uns in dem nicht immer leichten Alltag den Weg weist. Das wird sehr schön in dem Spruch an

Antoine de Saint Exupery deutlich, der da heißt: Man sieht nur mit dem Herzen gut. Das Wesentliche ist für die Augen unsichtbar. (Zitat aus dem Buch : Der kleine Prinz).

Liebe Schwestern! Gehen wir in unserem Umfeld auch weiterhin behutsam und liebevoll miteinander um und öffnen wir die Herzen für den anderen! Schließen möchte ich mit den Worten des Sozialreformers Hermann v. Bezzel: Der Schlüssel zum Herzen der Menschen wird nie unsere Klugheit, sondern immer unsere Liebe sein!

HERZLICHEN DANK!