

# im\_puls Januar 2023



## Mein guter Vorsatz: Schutzengel werden!

„Und? Was hast du dir vorgenommen?“ Der Klassiker unter den Fragen am Beginn des neuen Jahres. Nicht umsonst stehen Hometrainer, gesunde Ernährung und Co bei den Discountern ganz vorne in Januar. Im Rückblick am Ende des Jahres ist dann aus den guten Vorsätzen oft nichts geworden... Schade eigentlich. Der Grund dafür? Noch ein Klassiker: *Verdrängung!*

Ich kann mich gerade nicht aufraffen...

Ich hab grade sooo viel um die Ohren, das muss warten...

Ich mache das, wenn ich mal Zeit habe...

Was also tun, dass man am Ende des unerfüllten Vorsätzen dasteht? Wer es professionell angehen will kann seine Vorsätze nach Zielvereinbarungsmethoden, wie ‚SMART‘ oder ähnlichem angehen. Ich habe für mich gemerkt, dass es wichtig ist, die Vorsätze einfach realistisch zu gestalten. Ich kenne mich und meine Bequemlichkeit in dem einen oder anderen Punkt. Im Familienleben geht nicht immer alles so einfach umzusetzen. Und wenn dann auch noch veränderte schulische bzw. berufliche Bedingungen dazukommen, wird es nicht einfacher.



Daher habe ich mir für dieses Jahr nur eine Sache vorgenommen: Schutzengel werden! Es gibt diese schöne Aktion, die ich gerne bei Reflexionstagen für Schulklassen im Referat Jugend und Schule angeleitet habe. Dabei ziehen die Schüler\*innen – ähnlich wie beim Wichteln – Namen und sollen der Person dann über die Tage (und gerne darüber hinaus) ein Schutzengel sein, ohne dass die Schützlinge es direkt oder überhaupt merken. Was hier eine kleine Aktion innerhalb der Klasse ist, wäre auch eine tolle für unsere Lebenskontexte und unsere ganze Gesellschaft, um Menschen, die Unterstützung brauchen, unter unsere Fittiche zu nehmen.

Hätten wir immer Schutzengel, die uns helfen, zur Seite stehen, uns vor Gefahren warnen und schützen, ginge es uns allen besser. Wie oft können wir aber selbst ein solcher Schutzengel für andere sein? Das können ganz kleine Dinge sein (Kaffee mitbringen, schnell zur Hand gehen, sich 5 Minuten für den anderen nehmen, auf die eigene Vorfahrt verzichten, ...) oder eben auch größere Dinge, wie sich bei der DKMS registrieren zu lassen, Organspender\*in zu sein, sich für jemand anderes, der sonst immer ja zu ungeliebten Aufgaben sagt, zu „opfern“ oder ähnliches. Ich denke dir fallen da auch noch einige Dinge ein.

SCAN ME



Das Schöne an diesem Vorsatz: Es braucht keine große Planung, kein Shopping von Dingen, die nachher nur im Keller oder auf dem Speicher landen. **Es braucht ‚nur‘ wache Augen, offene Ohren und sehende Herzen verbunden mit der konkreten Tat des Schutzengels. Mehr nicht!** Dazu passt für mich das Lied von Mark Forster

Eine Schutzengelgeschichte in der Bibel:

→ Tobit 5,17



„Übermorgen“, in dem er von der treuen Begleitung durch die Zeiten hindurch singt. In der Bibel finde ich die Schutzengelgeschichte um Tobias spannend. Familienzwiß und Krach, Streit, aber auch Versöhnung. Letztlich ist es hier Gott, der einen seiner Engel schickt, um der Familie zu helfen, Heil(ung) zu bringen und Frieden. Vielleicht gelingt es uns allen gemeinsam Schutzengel zu sein und so unsere krisengebeutelte Zeit mit etwas von Gottes reichem Frieden und Segen zu füllen. Wir werden es sehen – an Sylvester 2023!

Euer Martin Rudolf-Ceglarski, *Regionaljugendseelsorger in Rheinhessen*