

Zweiter Fastensonntag: Besonnenheit und Maß – in Freiheit

Evangelium: Mt 17,1-9 – „Wenn du willst, werde ich hier drei Hütten bauen, eine für dich, eine für Mose und eine für Elija.“

Aus dem heutigen Evangelium

Jesus wurde vor ihren Augen verwandelt;
sein Gesicht leuchtete wie die Sonne,
und seine Kleider wurden blendend weiß wie das Licht.
Da erschienen plötzlich vor ihren Augen Mose und Elija
und redeten mit Jesus.

Und Petrus sagte zu ihm:

Herr, es ist gut, dass wir hier sind.

Wenn du willst, werde ich hier drei Hütten bauen,
eine für dich, eine für Mose und eine für Elija.

(Mt 17, 2-4)

Ein wenig Tugend- und Lasterlehre

„Das griechische Wort ‚sophrosyne‘ wird häufig mit ‚Maßhaltung‘, manchmal aber auch mit ‚Besonnenheit‘ übersetzt. Beides ist möglich, setzt aber jeweils einen anderen Akzent. Die Maßhaltung dient der Steuerung unserer Antriebe im Namen einer liberalen Ökonomie der Lust. Die Besonnenheit unterstützt diese, indem sie das Tun und Ergehen der Menschen mit Umsicht begleitet. Man könnte sie auch eine Maßhaltung des Geistes nennen. Sie wirkt der gedanklichen Apathie und dem ideellen Überschwang gleichermaßen entgegen. Sie bekämpft Stumpfheit und Blindheit, Voreiligkeit und Vorurteil. Sie verleiht uns Augenmaß und Urteilskraft. Sie lässt uns innehalten und überlegen, ohne uns zu sehr in Gedanken zu verlieren. Sie befähigt uns, die Lage zu sondieren. Sie lässt uns im Möglichen das Wirkliche und im Wirklichen das Mögliche erkennen [...] Selbst die Besonnenheit bedarf einer maßvollen Bedienung. Warum ihre Kraft der Entschleunigung aber dennoch unverzichtbar ist, hat Aristoteles erkannt, als er darauf hinwies, Aufgabe der Besonnenheit sei es, ‚die Klugheit zu bewahren‘.“

aus: Seel, Martin (2012): 111 Tugenden, 111 Laster. Eine philosophische Revue, 3. Aufl., Frankfurt/Main, 57f.

Vademecum durch die Fasten- und Osterzeit

leuchtendes gesichter und blendend weiße kleider
hier und jetzt drei hütten bauen
und bleiben vor allem bleiben
ich kann da mitfühlen

dann wolken am himmel
erschreckende niederwerfende stimmen
und der abstieg

es helfen heißt es
besonnenheit und maß halten
gleich zwei spaßbremsen

wie stehst du da
wenn du besonnen dastehst
und wie erscheinst du dir selbst und anderen
wenn du maß hältst
oder anders:
wie stehst du da wie erscheinst du
wenn du spürst
es ist gut hier zu sein

nicht um lust im moment geht es mir
sondern um die freude die anhält
nicht um maß und anpassung
sondern um passung und entsprechung

besonnenheit ermöglicht
die klugheit zu bewahren
maßhalten vermag
die antriebe in der der situation gemäßen freiheit zu steuern
in den hellen und in den dunklen begegnungen

verklärte momente und begegnungen erfährst du nur
in der haltung der besonnenheit auf das was ist
und in dem maß das dieser haltung entspricht

gedankliche Apathie ebenso wie ideeller überschwang
führen diese freiheit des geistes in versuchung
und kehren sie ins absurde

lass uns drei hütten bauen – immer wieder
eine für die besonnenheit eine für das maß
und eine für uns

Köln, 01.03.2026

Harald Klein