

## Impuls für den 11. Oktober: Johannes XXIII. – die 10 Gebote der Gelassenheit

„Papst kann jeder werden. Der beste Beweis dafür bin ich“, soll der hl. Johannes XXIII. einmal gesagt haben. In der Tat schien es dem einfachen Bauernbuben Giuseppe Angelo Roncalli nicht in die Wiege gelegt worden sein, einmal das höchste Dienstamt in der römisch-katholischen Kirche zu bekleiden. Auch beim Konklave, bei dem er zum Papst gewählt wurde und sich den Namen Johannes XXIII. gab, galt er aufgrund seines fortgeschrittenen Alters – er war bereits 77 Jahre alt – als Übergangspapst, von dem sich niemand die Einberufung eines Weltkonzils erwartet hätte, das auf die Öffnung der Kirche für Zeichen der Zeit, das sogenannte Aggiornamento, abzielte.

Bezeichnend und charakteristisch für Johannes XXIII. ist auch folgende Anekdote, die Papst Johannes einem jungen Bischof erzählte, der wegen der Last seines Amtes nicht mehr schlafen konnte. „Mein Sohn“, sagte er zu dem jungen Bischof, „als ich zum Papst gewählt wurde, bin ich erschrocken vor der Würde dieses Amtes, und ich konnte eine Zeitlang überhaupt nicht mehr schlafen. Einmal bin ich aber doch kurz eingnickt, da erschien mir ein Engel im Traum, und ich erzählte ihm meine Not. Daraufhin sagte der Engel: 'Giovanni, nimm dich nicht so wichtig'. Seitdem kann ich wunderbar schlafen.“

In diesem Sinne hat Johannes XXIII. die Zehn Gebote der Gelassenheit formuliert, die ihm – und auch uns – helfen können, durch unser Leben zu kommen. Es müssen ja nicht immer alle zehn Gebote auf einmal sein, aber vielleicht hin und wieder das ein oder andere davon...

1. Leben: Nur für heute werde ich mich bemühen, einfach den Tag zu erleben – ohne alle Probleme meines Lebens auf einmal lösen zu wollen.
2. Sorgfalt: Nur für heute werde ich größten Wert auf mein Auftreten legen und vornehm sein in meinem Verhalten: Ich werde niemanden kritisieren; ja ich werde nicht danach streben, die anderen zu korrigieren und zu verbessern ... nur mich selbst.
3. Glück: Nur für heute werde ich in der Gewissheit glücklich sein, dass ich für das Glück geschaffen bin... nicht nur für die andere, sondern auch für diese Welt.
4. Realismus: Nur für heute werde ich mich an die Umstände anpassen, ohne zu verlangen, dass die Umstände sich an meine Wünsche anpassen.
5. Lesen: Nur für heute werde ich zehn Minuten meiner Zeit einer guten Lektüre widmen. Wie die Nahrung für das Leben des Leibes notwendig ist, ist die gute Lektüre notwendig für das Leben der Seele.
6. Handeln: Nur für heute werde ich eine gute Tat vollbringen – und ich werde es niemandem erzählen.
7. Überwinden: Nur für heute werde ich etwas tun, wozu ich keine Lust habe. Sollte ich mich in meinen Gedanken beleidigt fühlen, werde ich dafür sorgen, dass niemand es merkt.
8. Planen: Nur für heute werde ich ein genaues Programm aufstellen. Vielleicht halte ich mich nicht genau daran, aber ich werde es aufsetzen. Und ich werde mich vor zwei Übeln hüten: vor der Hetze und vor der Unentschlossenheit.
9. Mut: Nur für heute werde ich keine Angst haben. Ganz besonders werde ich keine Angst haben, mich an allen zu freuen, was schön ist. Und ich werde an die Güte glauben.
10. Vertrauen: Nur für heute werde ich fest daran glauben – selbst wenn die Umstände das Gegenteil zeigen sollten –, dass die gütige Vorsehung Gottes sich um mich kümmert, als gäbe es sonst niemanden auf der Welt.

Mosaik von Johannes XXIII,  
in der Basilika San Paolo fuori le mura, Rom

