

# Wort zum Sonntag

## 28.04.2024



### Uns schickt der Himmel

Davon sind die Kinder und Jugendlichen überzeugt, die bei der 72-Stunden-Aktion des BDKJ mitgemacht haben.

Rund 80.000 Kinder und Jugendliche haben sich letztes Wochenende bundesweit für soziale Projekte engagiert. Sie bekamen Aufgaben oder haben sich selbst etwas ausgedacht, wie sie anderen helfen können. Und (!) das Projekt musste in 72 Stunden geplant und durchgeführt werden.

Auch die Schulen haben die Kinder und Jugendlichen unterstützt, indem sie ihnen für dieses besondere Sozialprojekt einen Tag schulfrei gaben. Aber ich kann sagen, diese Zeit war nicht lernfrei. Die Teilnehmenden haben viel gelernt:

- \* sie lernten mit Werkzeugen umzugehen: unzählige Hammer, Sägen, Schaufeln, Pinsel, Schleifpapiere und Bohrer waren da im Einsatz;
- \* miteinander umzugehen: andere zu motivieren und sich selbst etwas zuzutrauen;
- \* und mit Widrigkeiten fertig werden: da ist vor allem das regnerische Wetter zu nennen - von dem sich die Kinder und Jugendlichen nicht haben abschrecken lassen, obwohl ua. die Bäumchen für den Tiny Forest schon fast weggeschwommen sind.

Bei uns im Bistum Würzburg haben ca. 80 Gruppen teilgenommen, in Zahlen waren das fast 2000 Kinder und Jugendliche. Und es ist viel entstanden: Vom Weidenhäuschen zum Pizzaofen, vom Kletterturm zum Tiny Forest, vom Insektenhotel zum Probier- und Sinnesgarten im Seniorenheim bis zur bemalten Straße vor dem Kindergarten war alles dabei.

Ich finde beeindruckend, was innerhalb so kurzer Zeit entstehen kann, was unsere Welt ein klein wenig besser macht.

Noch faszinierender finde ich, dass es ja nicht bei den 72 Stunden bleibt: Viele der Kinder und Jugendlichen engagieren sich bereits sozial: bei Ministrant\*innen, Pfadfinder\*innen, bei der Zeltlagervorbereitung, im JUZ, bei der Feuerwehr...

Da werden schnell aus den 72 Stunden 72 Tage.

Aber selbst, wenn es nur einmal 72 Minuten sind, die wir uns für andere einsetzen, ändert sich unsere Welt. Manchmal tun auch schon 72 Sekunden ehrliches Gespräch und Interesse an meinem Gegenüber gut.

Viele von Ihnen engagieren sich für andere, weil es eben nicht egal ist, wie wir zusammen leben: ob bei der Feuerwehr, Kirche, Sozialstation, Sportverein, Musikverein, Chor, Elternbeirat, Gesprächskreis, Seniorennachmittag, Kleiderkammer, Tafel...

Ihr Engagement macht unsere kleine Welt im Dorf und in der Stadt lebenswerter. Und das nicht nur für die anderen - auch für sich selbst. In der Glücksforschung ist es nachgewiesen, dass Menschen, die sich für andere einsetzen und für diese da sind, selbst auch glücklicher sind. Sich für andere und das Allgemeinwohl einzusetzen, setzt Endorphine frei, baut Stress ab, schafft ein Verbundenheitsgefühl und stärkt sogar das Immunsystem.

Vielleicht fangen Sie ganz klein an: mit 72 Sekunden ganz für jemand da sein; ein Anruf bei einer Person, bei der man sich schon lange nicht mehr gemeldet hat; sich Zeit nehmen, um mit offenen Ohren und Herzen jemandem zuzuhören, der nicht mehr weiter weiß; helfen, wo Hilfe benötigt wird.

Und ich hoffe, auch Sie können wie unsere Kinder und Jugendliche im Brustton der Überzeugung sagen: Mich schickt der Himmel!

Sandra Lutz,  
Religionslehrerin der Einhard-Grundschule und Sinnberggrundschule  
als Gemeindereferentin im Pastoralen Raum Bad Kissingen