



**LIEBE** geht nicht ohne Zeit. Ich kann keinen Menschen lieben, ohne mit ihm Zeit zu verbringen. Ich kann Gott nicht lieben, ohne Zeit „für ihn“ zu haben: im Gebet, im Gottesdienst, beim Lesen seiner Worte. Wobei: Zeit für Gott ist zugleich Zeit für mich. Weil es mir guttut, Zeit mit Gott zu verbringen. Wie es mir guttut – und wer will das bestreiten – wenn ich Zeit mit einem geliebten Menschen habe.

Und für den Nächsten. Wenn ich zuhöre, wenn ich tröste, wenn ich helfe – diese Zeit hilft nicht nur meinem Nächsten, sondern auch mir selbst. Und wie es mit der Zeit ist, so ist es auch mit der Liebe: In der Liebe zu Gott und in der Liebe zum Nächsten liebe ich mich selbst. Hinzukommt die Zeit, die ich für mich selbst reserviere. Denn auch das stimmt: Ich kann mich nicht selbst lieben, wenn ich nicht auch Zeit für mich habe.