

Worte für den Tag 28.5. – 2.6.2018

Pfn. Barbara Manterfeld-Wormit, Evangelischer Rundfunkdienst Berlin

28.5.2018 Internationaler Tag für Frauengesundheit

Wir sehen meistens jünger aus – obwohl wir immer älter werden. Wenn ich Bilder aus dem Familienalbum betrachte, bin ich oft überrascht: Da wirkt die Urgroßtante mit hoch geschlossenem Kragen und strengem Haarknoten wie 60, obwohl sie auf dem Schwarz-Weiß-Foto gerade einmal 45 ist. Nicht bloß an der Kleidung liegt die vorzeitige Alterung: Als meine Großmutter so alt war wie ich heute, hatte sie bereits zwei Kriege erlebt, fünf Kinder geboren und aufgezogen und dabei neben Haushalt und Familie noch im Büro gearbeitet. Geld war knapp. An Urlaub nicht zu denken. Auch die kleinen Oasen im Alltag, die uns heute selbstverständlich sind, existierten für sie nicht: Meine Oma war nie Mitglied in einem Fitnessstudio oder mal eben zur Erholung kurz in einem Wellnesshotel. Sie besuchte nach ihren Entbindungen keine Rückbildungskurse zur Kräftigung des Beckenbodens. Ich weiß nicht einmal, ob sie wusste, was ein Beckenboden ist. An den Folgen tragen ältere Frauen heute noch. Viele sprechen nicht darüber und leiden still vor sich hin. Weil das eben bei Frauen so ist ab einem bestimmten Alter! Von einer Frau, die sich nicht damit abfindet, erzählt die Bibel: Sie ist nicht länger bereit, still vor sich hinzuleiden, ausgeschlossen zu sein durch körperliche Beeinträchtigung, ja schlimmer noch: sich dafür schämen zu müssen. Also macht sie den Mund auf, die „blutflüssige Frau“ wie sie in der Lutherbibel genannt wird. Sie läuft Jesus hinterher, lässt sich nicht abschütteln und berührt ihn – etwas, das einer unreinen Frau, als die sie damals galt, nicht gestattet war. Das Wunder geschieht: Ihr Blutfluss versiegt. Ihre Beharrlichkeit wird belohnt. „Frau, Dein Glaube hat dir geholfen!“ sagt Jesus anerkennend. Heute ist der Internationale Tag für Frauengesundheit. Wir leben in einem Land, in dem viel für Frauengesundheit getan wird. Aber in anderen Ländern der Welt leiden Frauen noch immer still vor sich hin. Weil sie als unrein gelten. Weil sie bei der Entbindung ihr Leben riskieren. Weil sie entkräftet sind. Weil sie Gewalt erleiden. Damit das nicht so bleibt, müssen Menschen ihren Mund aufmachen, mit ihnen und für sie, damit auch diese Frauen mit Dreißig nicht schon alt aussehen. Sorgen wir als Frauen gut für uns - und für unsere Schwestern. Damit eines Tages keiner mehr sagen muss: Das ist eben bei Frauen so ab einem bestimmten Alter...

29.5.2018 Anstand

Manchmal trifft es einen unvorbereitet wie eine Keule: Da geht man harmlos seiner Wege. Viele sind unterwegs in der großen Stadt. Alle haben es eilig. Plötzlich biegt um die Ecke ein junger Mann im Eilschritt. Sein Gesicht ist kaum sichtbar – die Kapuze verdeckt es. Gucken kann er so kaum. Ich bin morgens nicht schnell. Mein Reaktionsvermögen ist noch nicht ganz wach. Es dauert immer eine Dusche, einen Kaffee, ein paar Schritte an der frischen Luft, ehe mein Motor läuft, ehe ich schalten kann. Und so habe ich wohl einen Tick zu lange gebraucht um auszuweichen. Aber ich hätte auch im wachen Zustand nicht geschafft, was der andere nun im rauen Ton von mir fordert: „Verpiss Dich, Du Schlampe!“

Es gibt Momente, die verschlagen einem Atem und Sprache. Ist vielleicht auch besser so – sonst hätte ich am Ende vielleicht noch mehr verloren und Schläge kassiert. Ich erwiderte also nichts. Ging weiter, empört, gedemütigt, wütend. Vergessen kann man so eine Begegnung nicht. Sie beschäftigt einen. Sie verunsichert, macht Angst. „Über den Anstand“ – heißt das kleine und schlaue Büchlein von Axel Hacke: „Über den Anstand in schwierigen Zeiten und die Frage, wie wir miteinander umgehen.“ Vielleicht ist der Titel schon Teil einer Antwort, denn solange wir uns überhaupt noch Gedanken über den Umgang miteinander machen, ist noch nichts verloren. Anstand bedeutet ja, damit zu rechnen, dass da noch andere sind, die neben mir leben, die müde sind, es eilig haben. Anstand hat ein Auge auf den anderen und ein Ohr für ihn: „Du sollst deinen Nächsten lieben wie dich selbst“ – man kann ihn nicht oft genug wiederholen diesen schlaun Satz aus dem 3. Buch Mose. An vielen Stellen des Neuen Testaments wird er zitiert: „Denn alle Gesetze werden erfüllt, in dem: Liebe deinen Nächsten wie dich selbst“, heißt es im Galaterbrief. Menschen, die uns nahe kommen, sind nicht immer unsere Freunde. Sie ticken anders, kommen zum falschen Zeitpunkt, stehen plötzlich im Weg. Wie auch immer: Sie sind Menschen. So wie ich. So wie du. Keine Schlampen, keine Vollpfosten, Arschlöcher oder Schlimmeres. Also: Mehr Anstand bitte! Auch uns selber gegenüber. Rechnen wir miteinander. Haben wir ein Auge aufeinander. Und seien wir vor allem eins: nachsichtig.

(Axel Hacke, Über den Anstand in schwierigen Zeiten und die Frage wie wir miteinander umgehen. München⁴2017)

30.5.2018 Gibt`s im Himmel Internet?

Ich fliege selten. Wenn ich fliege, gehöre ich zu den wenigen Menschen an Bord, die aufmerksam hinschauen, wenn der Flugbegleiter auf Notausgänge weist und zeigt wie im Fall der Fälle die Sauerstoffmaske anzulegen ist: „Und dann atmen Sie ruhig weiter!“ Ich hole immer tief Luft, wenn die Maschine am Boden Fahrt aufnimmt, bevor sie abhebt. Ein ehrfurchtsvoller Moment für mich so zwischen Himmel und Erde. Doch diesmal wird dieser Moment durchbrochen durch eine Kinderfrage vom Fensterplatz hinter mir: „Mama, gibt`s im Himmel Internet?“

Die Kinder von heute, dachte ich: Ich bin gerne mal weg – nicht erreichbar, anderswo. Für die nachkommenden Generationen ist es unvorstellbar, einmal *nicht* online zu sein. Ich erinnere mich an meinen allerersten Flug: Ich reiste allein und war noch so klein, dass ich am Flughafen von den Eltern der Stewardess übergeben wurde. Im Flugzeug gab es ein Puzzle und Bonbons. Ich durfte den Piloten begrüßen. Beim Abheben der Maschine beschäftigte mich vor allem eine Frage: Wie wird es sein da oben über den Wolken? Und vor allem: Was werde ich sehen? Die Sonne? Eventuell Engel? Vielleicht sogar Gott? Gesehen habe ich niemanden dort oben. Ich sah blauen Himmel, Wolken und gleißendes Sonnenlicht. So überwältigt war ich vom Anblick und von der Schönheit des Himmels, dass mir klar war: Gott ist da. Wo – wenn nicht hier oben in der unendlichen Weite, wo das Licht ist und die Leichtigkeit?

Was also antworten wir unseren Kindern auf die Frage: Gibt`s im Himmel Internet? Braucht es da oben nicht. Weil Gott selber seit Jahrtausenden die Möglichkeiten zgedacht sind, die wir mit dem Internet verbinden: Er ist überall und gleichzeitig, ist grenzenlos. Er sieht alles, hört, was wir sagen, spürt was wir sehnen, ist uns nahe. Online – jederzeit.

Das Flugzeug durchbricht die Wolkendecke. Wir sind oben. Der Himmel über Berlin regnet – über den Wolken scheint die Sonne. Das Kind hinter mir jubelt: Mama, guck mal, die weißen Wolken. Wohnt hier Gott? Ich sehe aus dem Fenster, der Start ist geschafft. Ich bin erleichtert und tue, wozu der Flugbegleiter mir geraten hat: Ich atme ganz ruhig weiter.

31.5.2018 Klare Ansage

Manchmal ist das Leben eine Baustelle. Das gilt ganz real, wenn die Haltestelle plötzlich nicht mehr da ist, wo sie gestern noch war, und die Straßenbahn jetzt um die Ecke hinter dem großen Kaufhaus hält. Unauffindbar zuerst. Nun zuckelt sie langsam im Berufsverkehr durch die große Stadt. Man kommt nicht so recht vorwärts: erst die rote Ampel, dann ein Radfahrer, der die Schienen kreuzt, vor allem aber die anderen Linien, die vor uns fahren. Eine Straßenbahn kann nicht überholen. Also heißt es stehen, warten – und die Minuten rasen, während ich und die anderen sitzen, stehen und zu spät kommen werden ganz bestimmt. Und allmählich macht sich Unmut breit unter den Fahrgästen. Stress kommt hoch wie immer, wenn man zu Untätigkeit verdammt ist und nichts ändern kann – wieder einmal ausgeliefert ist – und sei es dem Öffentlichen Nahverkehr. Das Leben ist eine Baustelle – und nun kommt eine weitere dazu, denn ich bin zu spät und der Tag gleich schräg beginnt. Das kann ja heiter werden!

Und heiter geht es weiter. Denn nun schaltet sich unerwartet die Stimme des Fahrers ein. Die Stimme aus dem off. Das tut sie sonst nie. Die Stationen werden vollautomatisch per Bildschirm eingeblendet. Der Fahrer sitzt unsichtbar hinter der schwarzen Scheibe. Doch meiner bekommt nun ein Gesicht – und eine Stimme, und sie ist freundlich: Liebe Fahrgäste, aufgrund von Baumaßnahmen verkehrt die Linie soundso heut über Straße soundso. Ich bitte, die Wartezeit zu entschuldigen (*hat er wirklich ich gesagt?*) gleich geht es weiter. Ich wünsche Ihnen einen gesegneten Tag!

Da lösen sich Ärger und Ungeduld aus den Gesichtern. Die Stimmung wird freundlich und gelöst – geradezu entspannt. Ein besonderer Gruß, fernab von missionarischen Absichten. Selbstverständlich menschenfreundlich für alle eben – egal ob gläubig oder nicht. Das Leben ist eine Baustelle – und manchmal wird sie aufgeräumt und einer leitet mich fürsorglich durch das Chaos der Stadt und durch mein eigenes. Da wird das Leben plötzlich heiter ein kleines Wort, das so viel in sich trägt: Heiterkeit, Gelassenheit, Gesundheit, Zuversicht, Glück - alles, was der Mensch so braucht für Leib und Seele. Gottes Segen – den wünsche ich ihnen auch heute!

1.6.2018 Jogginghose (10. Todestag Yves Saint Laurent)

„Wer Jogginghose trägt, hat die Kontrolle über sein Leben verloren“ – meint Karl Lagerfeld. Recht hat er, denke ich, wenn vor mir am Morgen wieder so jemand langschlurft: Badelatschen, Jogginghose, hängender Bauch das Gegenteil von sportlich. Das kann ein Modeschöpfer natürlich nicht gut finden. Nur beim Joggen eben. Menschen, die das regelmäßig schaffen, bewundere ich. Sie kontrollieren ja gerade den inneren Schweinehund, während meiner noch faul und in Jogginghose auf dem Sofa flätzt.

Doch halt: Ist es nicht auch manchmal ganz schön, die Kontrolle abzugeben, sich gehen zu lassen – nicht bloß lässig mit der Kleidung, sondern dabei auch die Seele schlurfen zu lassen nach all der Anstrengung und Anspannung - jedenfalls hin und wieder? Vielen hilft es beim Abschalten nach der Arbeit, wenn nach Büroschluss erst mal die Krawatte in die Ecke fliegt, die Schuhe mit Absätzen abgestreift und der Anzug gegen etwas Gemütliches getauscht werden kann. Man wechselt dabei ganz bewusst von einer Rolle in die andere. Bewusster Kontrollverlust. Der eine greift dabei zur Jogginghose, der andere lieber zur Garten- oder Küchenschürze. Sie alle wechseln dabei: von der Arbeit in die Freizeit, vom Öffentlichen ins Private, von der Anspannung in die Entspannung. Und dabei wird man tatsächlich ein anderer, ein neuer Mensch.

Doch Vorsicht, wenn die Entspannung zu weit geht. Sich entspannen ist das eine: sich gehen lassen vor anderen etwas anderes. Das gilt für Jogginghosen in der Öffentlichkeit genauso wie zuhause auf dem Sofa neben der Partnerin. Da lautet die versteckte Botschaft nämlich: „Bei Dir kommt`s ja eh nicht mehr drauf an. Was Du von mir hältst, ist mir egal!“

Ist es aber nicht. Und so schrieb schon der Apostel Paulus an die Männer und Frauen im griechischen Kolossae: *Über alles aber zieht an die Liebe, die da ist das Band der Vollkommenheit!* Recht haben beide - der Apostel und Karl Lagerfeld: Was man anzieht, ist eben wichtig – auch für unser Miteinander.

Heute vor 10 Jahren starb Yves Saint Laurent. Auch einer, der sein Leben der Mode verschrieben und damit seinen Mitmenschen Freude bereitet hat: durch tolle Schnitte, frohe Farben und fließende Stoffe, die die Schönheit hervorheben und Schwächen liebevoll verhüllen. Ein Hoch also heute auf die Modeschöpfer – und auf die Liebe, die wir anziehen.

2.6.2018 60. Geburtstag Margot Käßmann (3.6.)

Sie sorgt für Leben in der evangelischen Kirche: mit pinkem Blazer zum schwarzen Etuikleid im Gottesdienst. Mit klaren Worten, die manche Menschen verstören, andere empören, viele begeistern. Sie sprüht bis heute vor Energie. Sie lebt ihren Glauben fröhlich und selbstbewusst und findet dafür Worte, die jeder versteht. Eine Tugend, die ich mir mehr wünschte in meiner Kirche. Wenn ich Vorbilder für mein Leben als Pastorin benennen sollte, dann wäre sie darunter – neben Martin Luther, Dietrich Bonhoeffer und Helmut Gollwitzer, neben Hildegard von Bingen und der biblischen Maria Magdalena, neben dem Heidelberger Professor, von dem ich das Predigen lernte und neben meinem Religionslehrer. Vorbild – warum? Weil sie damals als Bischofskandidatin cool blieb, als man versuchte, die Rabenmutterkarte gegen sie auszuspielen. Weil sie nach ihrer Amtseinführung als Bischöfin strahlend vor Freude ihrem Mann in die Arme hüpfte. Weil sie als Mutter von vier Kindern den Spagat zwischen Kindern, Kirche und Karriere nie schönredete und sich dabei genauso wenig schämte für den Spaß und die Erfüllung im Beruf und die eigene Ermüdung beim Stapeln von Legosteinen. Weil gute Vorbilder auch Fehler machen und dazu stehen. Weil sie Persönlichkeiten sind und nie Mainstream. Weil christliche Botschaft in dieser Welt auch klare Ansage ist: *Nichts ist gut in Afghanistan!*

Ihr Buch „In der Mitte des Lebens“ steht nicht in meinem Bücherregal. Auch wenn ich gerade fünfzig geworden bin. Macht nix. Gute Vorbilder zeichnen sich auch dadurch aus, dass man nicht alles von ihnen toll finden muss. Vorbilder inspirieren, sie ermutigen einen, selbstbewusst den eigenen Weg zu gehen.

Morgen feiert Margot Käßmann ihren 60. Geburtstag. „Wie schön, dass Du geboren bist!“ Wir hätten dich sonst nicht nur in der Kirche sehr vermisst.