

Montag, 1. August

«Schweizer Psalm»

Heute vor 16 Jahren habe ich meinen ersten Bundesfeiertag miterlebt. Am 1. August feiert die Schweiz nämlich ihren Nationalfeiertag. Ein Bund wurde geschlossen. Vor langer Zeit. Jedes Jahr wird das gefeiert. Häuser, Straßenbahnen und Plätze sind mit Flaggen geschmückt. Elf Jahre lang habe ich den Stolz bewundert, mit dem die Schweizer diesen Tag begehen und feiern. Und am meisten hat mich ihre Nationalhymne beeindruckt. Sie ist sogar im Gesangbuch abgedruckt und wird bei Bedarf im Gottesdienst gesungen, wenn der Tag auf einen Sonntag fällt. «Betet freie Schweizer, betet! Eure fromme Seele ahnt, Gott den Herrn im heeren Vaterland.» Der Schweizer Psalm. So heißt die Hymne. Passt ja auch in einen Gottesdienst finde ich und sie erinnert an einen Bund. So ein bisschen, wie der Bund von damals, den Gott mit seinem Volk Israel geschlossen hat: «Wir gehören jetzt zusammen, sind untrennbar miteinander verbunden. Ich lasse Euch nicht los. Ihr und Eure Nachkommen seid mein Volk und gehört zu mir.» Gott hat das ja mit seinem Segen verbunden. Diesen Segen für ihr Land und für den Bund den sie miteinander geschlossen haben, nehmen die Schweizerinnen und Schweizer tatsächlich für sich in Anspruch. Irgendwie schön, finde ich! Und dann singen sie diese Liebeserklärung an Gott und – ja auch an ihr Land – «Kommst im Abendglühn daher, find ich dich im Sternenheer, Dich du Menschenfreundlicher, Liebender!» Hach, schon ein bisschen kitschig, gebe ich zu, aber auch sehr sehnsuchtsvoll. Ich finde es angenehm und stimmig, Gott als einen zu verstehen, der auch das eigene Land geschaffen hat, es schützt und bewahrt. Von diesem Verständnis will ich mir auch ein bisschen behalten nach meiner Zeit in der Schweiz. Nun seit über fünf Jahren zurück in Deutschland wünsche ich mir oft, dass wir uns bewusst machen, dass Gott auch für unser Land Schönes und Gutes im Sinn hat: von Einigkeit und Recht und Freiheit singen wir. Jetzt müssen wir sie nur noch leben und uns auf den Bund einlassen, den Gott mit jedem von uns schließen will. In diesem Sinne: Happy Birthday Schweiz!

Dienstag, 2. August

Ordnung im Psycho-Kosmos

Im Kinderzimmer ist die Hölle ausgebrochen. Ich mach die Tür auf und will eigentlich gleich wieder raus. Als wenn etwas explodiert sei, das mal aus lauter Spielzeug bestanden hat. Ich frage mich immer wieder, wie bekommen nur zwei lebendige Wesen, die noch nicht mal sieben Jahre alt sind, so ein Chaos hin?! Die beiden sind kaum zu entdecken, bis zwei Köpfe sich heben: «Mama, is was?» «Ne, ne, wollte nur mal gucken.» Ich schließe die Tür und trete den Rückzug an. An manchen Tagen halte ich dieses Chaos kaum aus. Denn es spiegelt wieder, wie's oft in meinem Kopf aussieht:

Ein Durcheinander, das ich – bewusst oder unbewusst – vergessen habe, aufzuräumen. Also bleibt vieles unerledigt liegen und gelangt nicht auf seinen Platz wo's gut aufgehoben wäre. Wo so manches abrufbereit liegen könnte oder auch einfach ein paar Jahrzehnte auf die nächste Nutzung warten könnte. Denn mal ehrlich, mein Kopf ist doch schon so ein bisschen wie ein großes Regal. Ich verstaue, lege ab, manches weiter hinten manches weiter vorne, je nachdem, wie ich die Dinge so brauche. Hin und wieder muss ich aber eben auch aufräumen. Auch wenn ich keine Lust habe, mich mit manchem zu beschäftigen oder mir sogar manche Erinnerungen oder Empfindungen Angst machen. Denn sonst müssen es die Menschen um mich herum ausbaden. Die bekommen dann meine Ungeduld, meinen Zynismus oder meine Selbstgefälligkeit ab, nur weil ich zu faul war, die Dinge in meinem Psycho-Kosmos zu ordnen. Wenn ich im Bild vom Regal bleibe bedeutet das: Alles mal raus. Aussprechen, was ich empfinde und was mich nicht loslässt. Alles auf einen großen Haufen. Und dann aussortieren. Was kann ich loslassen, was benötige ich nicht mehr? Was soll zukünftig griffbereit in der Mitte des Regals stehen? Und was darf nach oben, weil ich da nicht so oft ran muss? Ich spare Energie in meinem Alltag, wenn ich diese Aufräumarbeit mache: Meine Psyche sortieren und liebevoll mit ihr umgehen. Sie also auch mal reinigen und ins Gleichgewicht bringen.

Übrigens: Es gibt Menschen, die helfen beim Ordnen und Sortieren. Manches Aussprechen, Ansprechen, sich offenbaren. Das ist ja oft schon ein guter Schritt, um Klarheit im Kopf zu gewinnen und einen liebevollen Umgang mit mir selber einzuüben.

Mittwoch, 3. August

Durch die Lupe

Ich habe einen Spiegel zuhause, den ich nicht so oft benutze, denn der macht mir immer schlechte Laune, der Spiegel. Ich glaube, ganz viele Frauen haben so einen Spiegel zuhause und ganz viele Männer verstehen nicht, warum. Ich auch nicht so richtig. Ich habe ein ambivalentes Verhältnis zu diesem Spiegel. Er ist rund. Die eine Seite ist normaler Spiegel. Die andere Seite vergrößert alles extrem. Kommt Ihnen bestimmt bekannt vor. Und dann geht's so richtig los: Um Himmels willen, wie seh' ich eigentlich aus! Mein Mann geht kopfschüttelnd an mir vorbei. Dem ist wohl nicht gar nichts aufgefallen. Er tippt mir auf die Schulter und fragt «Sag mal, was machst du da eigentlich?!» Und ich werde endlich rausgerissen aus dieser kleinen fiesen Welt, die auf alles in Lupengröße zeigt. Unbarmherzig auf jedes Härchen ihren Finger legt und sagt: Das ist aber gar nicht schön! So solltest du nicht sein!» Lästige kleine bisher unbemerkte Sachen wurden plötzlich ganz groß. Ich merke, dass ich die Luft angehalten habe und verbissen lange an mir rumgefurwerkt habe ohne zufrieden zu sein. Lästige kleine Sachen sind immer noch da. Aber eben plötzlich riesen groß. In diesen Momenten bin ich dankbar, wenn mich da einer raus holt. Wie mein Mann tippt mir dann Gott oft auf die Schulter und sagt: «Hey aufhören damit! Ich hab dich mit Liebe gemacht und hab mir bei jedem Härchen was gedacht. Ich hab dich lieb. Das reicht. Leg mal den Spiegel beiseite. Du bist etwas ganz ganz Wunderschönes für die Welt. Also geh bitte etwas barmherziger mit dir selber um!» Im Spiegel sehen wir nicht nur uns sondern auch die Erwartungen, die an uns gestellt werden. Das verzerrt das Bild manchmal. Aber Gott stellt keine Erwartungen an uns, er liebt uns wie wir sind.

Das ist echt wohltuend. Es bringt mich zum tiefen Durchatmen und führt mich in die Weite, die Gott für mich gewollt hat. Auf in einen Tag, ohne dreifache Vergrößerung!

Donnerstag, 4.August

Meine coole Dolmetscherin

Ich verstehe manche Leute nicht. Da könnte ich gut eine Dolmetscherin gebrauchen. Dann denke ich an Bilder aus dem Fernsehen. Große Verhandlungstische. Menschen aus aller Herren Länder und keiner versteht den anderen. Aber alle haben kleine Kopfhörer auf wie früher beim Walkman. Über ihnen im großen Rund sitzen die Dolmetscher. Die Menschen, die meine Hochachtung haben, weil sie so irre schnell von einer Sprache in die andere übersetzen können. Das ist so ein wichtiger Job. Sie helfen, dass Menschen einander verstehen. Zumindest die Sprache. Immerhin. Und dann denke ich: Es muss doch auch noch einen Schritt weiter gehen. Wie gelingt es denn dann noch, einander inhaltlich zu verstehen? Vor allem, wenn mein Gegenüber am Verhandlungstisch so ewig weit weg ist von meiner Sichtweise der Dinge. Gibt's für sowas nicht auch 'nen Dolmetscher? Natürlich setzt das voraus, dass ich bereit bin, die Kopfhörer aufzusetzen. Wenn ich den oder die andere eh nicht verstehen will, dann macht's auch keinen Sinn. Aber wenn ich mir die Arbeit mache, um zu begreifen, was den Menschen neben mir zu seinen Sichtweisen bringt....

Dann empfehle ich es mal mit dem Heiligen Geist zu probieren. Ist mir vor einiger Zeit so aufgefallen: Der ist ja eigentlich so ein bisschen wie ein Dolmetscher. Hilft verstehen. Bringt mich in Bewegung und schubst mich, wenn ich zu faul bin, mich mit dem anderen auseinander zu setzen. Wenn ich dann also mal wieder unendlich angegrert bin, dann bete ich neuerdings öfter mal. Und zwar zum Heiligen Geist. Und das ist für mich oft eine SIE. Eine liebevolle Geistkraft. «Hey, ich brauch dich mal. Hilf mir, Ruhe zu bewahren! Hilf mir zu verstehen! Und wenn auch das nicht geht, ok, dann hilf mir bitte, den anderen an seiner Stelle zu lassen. Mich zu beruhigen und weiter zu gehen.»

Also: Einmal tief durchatmen. Und zurück in den Tag. Mit meiner coolen Dolmetscherin an der Seite!

Freitag, 5. August

«Vergiss den Planeten, rette den Garten!»

«Vergiss den Planeten, rette den Garten!» Das hat mein Krimi-Held Dr. Siri gesagt. Im kriegsgebeutelten Laos der 70er Jahre. Nun 50 Jahre danach können wir dank der Wissenschaft super weit ins Weltall gucken! Haben Aufnahmen gemacht und den Anfang und das Ende von Sternen gesehen, eine neue Perspektive bekommen. Zumindest verstehe ich das so ähnlich als Laiin. Aber was bei mir hängen geblieben ist, ist die Zahl: 10 Milliarden! 10 Milliarden Dollar für Fotos aus dem Weltraum. Regt mich tierisch auf sowas! Aber vielleicht bin ich auch einfach nicht genug Naturwissenschaftlerin, um das einschätzen zu können. Ich finde einfach: Damit könnte so viel Elend auf der Welt für eine Weile beseitigt werden. So viele Kinder hätten etwas zu essen. So viele Mütter könnten ein paar Nächte schlafen ohne Angst vor dem Hungertod ihrer Liebsten.

Auch der Krieg auf der Welt verschlingt Unsummen von Geld und Menschenleben! Warum tun wir uns das eigentlich an? Das bekommen wir doch besser hin! Neue Perspektiven müssen her! Und dafür muss ich bei mir selber anfangen.

So nach dem Motto: «Vergiss den Planeten, rette den Garten!» Ich kann manches beeinflussen, das um mich herum passiert. Das ist dann vielleicht nicht immer gleich «der große Wurf», aber mein Verhalten verändert etwas. Ich kann an 10 Milliarden für Weltraumfotos nichts ändern. Aber an den Umständen in meinem Umfeld. Auf die habe ich Einfluss. Hinsehen. Erkennen. Anfassen. Das ist mein Job als Mensch unter Mitmenschen.

Wenn ich nicht stehen bleibe in meinem Frust, sondern mich aufrütteln lasse. So ist es auch bei meinem Krimi-Held Dr. Siri: Die Menschen in seinem Heimatland Laos sind frustriert und desillusioniert nach Kriegen, Manipulation und Korruption. Dr. Siri entscheidet sich, in seinem Umfeld mit seinen Möglichkeiten etwas zu verändern. Der betagte Pathologe öffnet sein, von der kommunistischen Partei gestelltes, Haus für die unliebsamen Vagabunden und Streuner der Hauptstadtstraßen. Damit rettet er nicht den Planeten, aber heilt ein Beet im Garten. Daran will ich mich orientieren. Hinsehen. Erkennen. Anfassen. So könnte es gehen. Jeder erstmal in seinem Garten....und mal sehen, was dann noch alles möglich ist?!

Samstag, 6. August

60 Jahre – was für ein Geschenk

In meinem Beruf als Pfarrerin darf ich Jubelhochzeiten halten. Das läuft dann meistens so, dass eine Ehefrau – denn ja es sind fast immer die Frauen, die vorgeschickt werden zum Fragen – dass also die Ehefrau oder der Ehemann bei mir anrufen und fragen: Frau Pfarrerin, wir sind dieses Jahr 25 oder 50 Jahre verheiratet. Das würden wir gerne feiern. Würden Sie uns denn segnen? «Nichts lieber als das!» sagte ich. Und dann beglückwünsche ich auch gleich immer alle, die mich anfragen. Denn so eine Ehe und so lange, das muss doch dringend gefeiert werden! Mal Hand aufs Herz: Wer schafft das schon, mit einem Menschen so lange durchzuhalten? Und ja, ich meine wirklich durchzuhalten. Denn es ist echt nicht immer leicht. In einer Partnerschaft, in einer Lebensgemeinschaft, auch in einer Freundschaft...es gibt so viele Möglichkeiten, vorher schon mal eine Abzweigung zu nehmen. Es gibt die Möglichkeit auch innerlich auszusteigen. Es gibt die Möglichkeit, sich an der Andersartigkeit des jeweils anderen so abzuarbeiten, dass nur noch das Trennende im Mittelpunkt steht. Die Menschen, die Ihre Lebensgemeinschaft nach so vielen Jahren feiern, beeindruckt mich zutiefst. Denn sie haben es geschafft, in den schweren Momenten das Verbindende in die Mitte zu stellen. Und in einem kleinen Gottesdienst oder einer Andacht mit Segen da wird dann allen klar, das ist gar nicht nur unser eigener Verdienst. Gott war auch dabei. 25 Jahre lang. 50. Oder wie letztens bei der Diamantenen Hochzeit: 60 Jahre! Was für ein Geschenk. 60 Jahre lang mein Gegenüber mit seinen Stärken und Schwächen aushalten. Am anderen und mit ihm wachsen. Das ist schon echt Segen! Ich weiß nicht, ob ich das in meinem Leben schaffen werde. Aber ich möchte lernen, mehr und mehr das zu entdecken, was mich mit meinem Lieblingsmenschen verbindet. Denn in unseren kleinen Grabenkämpfen zu Hause und im Alltag...da drängt sich schnell das Trennende nach vorn. Da wäre doch heute mal die Gelegenheit hinzusehen: Mit welchen Menschen bin ich eigentlich schon lange im Leben unterwegs? Was verbindet uns? Und wär's nicht eigentlich mal an der Zeit, das auch zu feiern? Übrigens: Auch unsere Freundschaften haben einen Segen verdient. Unsere Lieblingsbeziehungen und unsere Ehen sowieso. Auch unsere Familiengemeinschaften. Wäre doch gar nicht so schlecht, die Pfarrerin oder den Pfarrer vor Ort, mal darum zu bitten. Anruf genügt!