

„Kurz und gut“ am Montag, den 19.06.2017 von
Winfried Herzog, Bremen

Hoffnung

Plötzlich ist alles anders. Die Entzündungswerte im Blut waren auffallend hoch. Niemand konnte sich das erklären. Also ab in die Klinik. Ohne wenn und aber. Jetzt sofort. Wenig später war ich verkabelt und mit Maschinen verbunden. Es wurden Zugänge gelegt. Und eh ich mich versah, war eine Maschinerie ins Laufen gekommen, die mit allen Mitteln versuchte, mögliche Krankheiten zu checken und bestenfalls auszuschließen.

Mitten aus meinem Alltag heraus hatte es mich in eine ganz andere Welt verschlagen. Äußerlich funktionierte ich zwar, innerlich hing ich aber völlig in der Luft. Ich hatte noch nichts wirklich verstanden. Doch eines war mir ganz schnell klar. Es geht hier um mich. Ich selbst bin betroffen. Meine vermeintliche Sicherheit ist erst einmal dahin. Der Boden, auf dem ich stehe oder besser liege, bewegt sich gerade. Je nachdem, was für eine Diagnose am Ende herauskommt.

Viele Fragen, die einsetzen. Theorien über mögliche Krankheiten und deren Ursachen. Rational oder gefühlt. Unsicherheiten, wie es weitergehen kann. Und dazwischen immer wieder dieses Warten, dieses scheinbar endlose Warten. Warten auf irgendwelche Befunde und Ergebnisse, die das ganze Szenario hoffentlich wie ein Kartenhaus zusammenkrachen lassen. Und was wenn nicht? Wenn die Befunde mir eine ganz andere Realität vermitteln, als die, die ich gerne hätte?

Hält mein Lebenskonstrukt dem stand? Macht es trotzdem noch Sinn? Stimmt das alles so? Oder müsste ich Grundlegendes verändern? Lauter unerwartete und unangenehme Fragen mitten in diesem Prozess des Hoffens und Bangens.

Fragen, die sich nicht laut in den Vordergrund drängen. Aber sie sind unüberhörbar da und verlangen eine ehrliche Antwort, auch wenn ich sie am liebsten beiseiteschieben und gar nicht hören würde.

Mir fallen Sätze von Vaclav Havel ein, dem ehemaligen tschechischen Präsidenten und Schriftsteller, der in dem Zusammenhang von Hoffnung spricht: „Hoffnung ist eben nicht Optimismus, ist nicht die Überzeugung, dass etwas gut ausgeht, sondern die Gewissheit, dass etwas Sinn hat, egal wie es ausgeht.“ Und weiter: „Diese Hoffnung allein ist es, die uns Kraft gibt zu leben und immer wieder Neues zu wagen, selbst unter Bedingungen, die uns vollkommen hoffnungslos erscheinen.“

Für mich bedeutet es in dieser Situation, den Kopf nicht hängen zu lassen. Mich gegen das vielleicht Unabwendbare aufzulehnen und aufzurichten, ohne in Resignation oder Optimismus zu verfallen. Entscheidend ist, an diese Hoffnung auf Veränderung zu glauben, auch wenn es gerade wenig Anlass dazu gibt. Denn nur die Hoffnung vermag in mir starke Energien freizusetzen und meine Selbstheilungskräfte zu aktivieren. So, dass ich aus dem Gegebenen, mutig etwas Sinnvolles gestalte, ganz egal wie es ausgeht.

„Kurz und gut“ am Dienstag, den 20.06.2017 von
Winfried Herzog, Bremen

Eine Welt, viel Gott

„Eine Welt, viel Gott“. So hieß im letzten Jahr ein Fotoprojekt der Fotografin Sandra Then, das an verschiedenen Orten in Deutschland zu sehen war. Ihre Grundidee: sie wollte den persönlichen Glauben von Menschen einfangen, an zentralen Orten, an denen dieser Glaube auch gelebt wird. So reiste sie an die Klagemauer nach Jerusalem, besuchte Moscheen in Istanbul und Kirchen in Rom, war in indischen Hindutempeln und begab sich in buddhistische Schreine nach Japan. All ihre Eindrücke und Begegnungen hat sie dann in großformatigen Bildern verarbeitet und festgehalten.

Herausgekommen sind ganz berührende und intime Augenblicke von Menschen, wie sie sich in diese Sphäre des Göttlichen begeben. Wie sie ganz andächtig und versunken mit ihrem Gott Zwiesprache halten auf ihre ganz persönliche Art und Weise. Die abgelichteten Menschen scheinen ganz bei sich zu sein und wirken so sehr authentisch. Das ist ganz große Kunst und verlangt von Seiten der Fotografin viel Zurückhaltung und Respekt.

Sandra Then hat ihre ausgestellten Bilder wie selbstverständlich nebeneinander gehängt. So als ob es einen tiefen Zusammenhang gebe zwischen den abgebildeten Weltreligionen. Da beten nämlich muslimische Frauen in ihren Sommermänteln und Kopftüchern in einer Moschee in Istanbul. Daneben wird ein Mann mit Sonnenbrille gezeigt, wie er in einer Kirche in Rom im Gebet versunken ist. Und dann ist da ein Jude mit einer Kippa auf dem Kopf zu sehen, der mit seiner Stirn an der Klagemauer in Jerusalem lehnt. Und gleich daneben taucht wie aus dem Nichts ein buddhistischer Mönch aus Japan auf,

der die Hände zum Gebet faltet.

Ganz offensichtlich stellt Sandra Then in ihren Arbeiten nicht das Trennende der Religionen in den Vordergrund, sondern das Gemeinsame und Verbindende. Sie macht deutlich was für unterschiedliche religiöse Ausprägungen es auf dieser Welt gibt und doch wie nah und eins sich Menschen in diesen innigen und kontemplativen Momenten kommen können. Es ist als ob sich an ganz unterschiedlichen Orten der Welt immer wieder der Himmel öffnet und so Menschen verwandelt. Und zwar so, dass es auch durch die Linse einer Fotografin sichtbar wird.

Zudem zeigen diese Bilder auch noch eine ganz menschliche Seite. Denn wer betet, macht deutlich: Ich kann nicht alles allein machen. Ich bin auf Hilfe angewiesen. Und so zeige ich mich in meiner ganzen menschlichen Not. So wie es gerade um mich steht. Und das wird dann auch in körperlichen Haltungen sichtbar: Der Blick senkt sich nach unten, die Hände sind gefaltet, viele knien oder fallen nieder und drücken so ihre Bitte um Hilfe und Unterstützung aus. Das hat auch etwas Anmutiges und Schönes. Denn im Angesicht des Göttlichen muss ich mich nicht verstellen. Da darf ich sein, so wie ich wirklich bin. Eben ganz Mensch. Und das auf dieser einen Welt. Denn: „Eine Welt, viel Gott“.

„Kurz und gut“ am Mittwoch, den 21. Mai 2017
von Winfried Herzog, Bremen

Begegnung

„Lost in Translation“, so stand es auf dem großformatigen Kinoplakat, an dem ich fast vorbeigegangen wäre. Irgendwie kam mir der Titel des Films bekannt vor. Und so drehte ich mich noch einmal um und schaute etwas genauer hin. Auf dem Plakat waren nächtliche Umrisse einer Großstadt zu erkennen. Im Vordergrund saß ein Mann mittleren Alters, ganz allein, am Rande seines Hotelbettes und blickte ziemlich trostlos und verloren in die Kamera.

Jetzt erinnerte ich mich wieder: ein Film von Sofia Coppola mit den Schauspielern Bill Murray und Scarlett Johansson aus dem Jahre 2003. Schon damals hatte mich dieser Film sehr angesprochen. Und bald stellte sich auch das dazugehörige Lebensgefühl wieder ein. Ich war in so einer Phase des Übergangs, wo noch nicht so ganz klar war, wie es nun weitergehen würde. Und diese Stimmung des Unbestimmten und Offenen, dass etwas von einer Phase in die nächste übergehen würde, ohne dass es schon klar wäre wohin, fängt dieser Film sehr gut ein.

Er spielt in Japan, in irgendeinem dieser unzähligen Großstadthotels. Die gleich eingerichteten Zimmer simulieren eine scheinbar vertraute Welt. Doch die Realität ist asiatisch und fremd. Es gibt Übersetzungsschwierigkeiten. Die beiden Hauptdarsteller fühlen sich auf ihren Hotelzimmern einsam und verloren. Und so taumeln sie scheinbar orientierungslos durch diese fremde Welt und fangen an, ihr bisheriges Leben in Frage zu stellen.

Da ist eine junge, frisch verheiratete Frau, die ihren Mann zu Fotoshootings begleitet und merkt, wie das überhaupt nicht ihre Welt ist und

wie fremd sie sich nach zwei Jahren Ehe schon geworden sind. Und da ist ein alternder, schon seit über 25 Jahren verheirateter Mann, der sich in einer Lebenskrise befindet und ganz genervte Telefonate mit seiner Frau führt. Beide sind ganz offensichtlich unglücklich in ihren Beziehungen und wissen nicht, wie es weitergehen soll.

Da begegnen sie sich zufällig an der Hotelbar. Sie nehmen zaghaft Kontakt auf und verbringen Zeit miteinander. Mehr passiert eigentlich nicht. Für ein paar Tage wenden sie sich einander zu. Beiden tut es gut und sie spielen vermutlich in ihren Köpfen mit dem Reiz des Unmöglichen. Aber nichts davon wird gezeigt. Alles wird nur angedeutet und bleibt offen. Das ist ganz großes Kino. Bis zur Schlusszene, wo sie sich etwas ins Ohr flüstern, was für den Zuschauer nicht zu verstehen ist.

Zwei Menschen begegnen sich. Sie sind sich kurze Zeit nahe und schenken einander Trost und Zuversicht. Mich berührt das. Und warum sollte das nur in dieser japanischen Großstadt möglich sein und nicht überall, zu jeder Zeit, in jedem Alter und in den scheinbar verrücktesten Konstellationen. Oder wie es auf dem Filmplakat zu lesen war: „Everyone wants to be found.“ Was man vielleicht frei so übersetzen könnte: Jeder Mensch sehnt sich nach einer Heimat.

„Kurz und gut“ am Donnerstag, den 22.06.2017
von Winfried Herzog, Bremen

Meditation

Meditation ist „in“. Überall ist zu lesen, wie sinnvoll und segensreich das regelmäßige Meditieren ist. Nun ist diese Erkenntnis nicht neu. Schon seit Jahrtausenden gibt es verschiedenste Techniken dazu. Sie helfen mir, zur Ruhe zu kommen und mein inneres Gleichgewicht wieder herzustellen. Doch genau das, scheint immer schwieriger zu werden. Die täglichen Belastungen nehmen zu. Die körperlichen und psychischen Erkrankungen steigen an. Unser Gehirn ist ständig online und muss immer mehr Reize und Impulse verarbeiten. Kein Wunder, dass bei diesen Datenmengen auch meine zentrale Steuerungsinstanz an ihre Belastungsgrenzen kommt. Das Feedback ist eindeutig und klar: Das ist alles zu viel. Oder wie es so treffend im Englischen heißt: „Brain overloaded“. Das Gehirn ist überlastet. Und das hat Folgen.

Die Wirkung von Meditation lässt sich vielleicht mit einem Verkehrspolizisten vergleichen. Dieser steht inmitten einer sehr befahrenen Kreuzung und regelt den Verkehr über klare Zeichen und Signale. Und wenn es gut geht, kommt ein Verkehrsfluss zustande, der den aufkommenden Verkehr scheinbar mühelos bewältigt.

So etwas Ähnliches passiert in meinem Gehirn, wenn ich meditiere. Ich gebe ihm eine Auszeit, um runterzufahren und ermögliche so dem Polizisten in mir, die angefallenen Datenmengen effektiv zu verarbeiten. Der Datenfluss wird optimiert und die einzelnen Impulse gelangen leichter an ihr Ziel. Wenn ich das regelmäßig tue, bilden sich neue Strukturen. Die Leistungsfähigkeit meines Gehirns wird verbessert.

Und tatsächlich haben Forscher herausgefunden, dass Menschen, die regelmäßig meditieren, viel mehr Gehirnfalten haben als andere, die das nicht tun. Ein Meditationsgehirn erinnert sich

besser und leistet mehr und auch die Kommunikation innerhalb des Körpers ist klarer und effizienter.

Wenn man so will: Durch die Meditation erfolgt ein „Upgrade“ meines Zentralcomputers. Das Gehirn bekommt einen nachweisbaren Qualitätsschub und kann die gestellten Aufgaben leichter bewältigen. Kein Wunder, dass gleichzeitig ein körperlicher und seelischer Gesundungsprozess einsetzt. Meine Erfahrung: Wenn ich mir Zeit zum Meditieren nehme, gehe ich mit weniger Stress und viel mehr innerer Ruhe und Gelassenheit durch das Leben.

„Kurz und gut“ am Freitag, den 23.06.2017 von
Winfried Herzog, Bremen

Gottes letzte Dienerinnen

„Gottes letzte Dienerinnen“, so war der
Zeitungsartikel überschrieben. Er beschreibt die
Welt der Frauenklöster, wie sie gerade
unbemerkt und leise aus unserem Alltag
verschwinden. Klöster gibt es in unseren
Breitengraden seit über tausend Jahren. Sie
haben den christlichen Kulturraum entscheidend
geprägt. Doch nun wird es ernst. Der Nachwuchs
fehlt und die alten Schwestern sterben. Die
frühere soziale Absicherung durch das Kloster
spielt keine Rolle mehr und auch das Frauenbild
einer entsagenden Braut Christi ist für viele nur
noch ein sinnentleertes Gedankenkonstrukt.
Das Klosterleben ist also an vielen Orten im
Verschwinden begriffen. Deshalb haben sich ein
Fotograf und ein Kulturwissenschaftler
zusammengetan und neun Frauenklöster in
Süddeutschland besucht. Sie wollten diese Welt
einfangen und verstehen, bevor sie ganz
verschwunden ist. Herausgekommen ist ein
wunderbarer Bildband mit dem Titel „Klausur.
Vom Leben im Kloster“.

Es ist kein spiritueller Prachtband geworden, der
das Leben im Kloster romantisch überhöht und
verklärt. Im Gegenteil. Es ist der ehrliche
Versuch, dem Leben im Kloster so nahe wie
möglich zu kommen, ohne ein Voyeur zu sein. Es
sind private, authentische Bilder, die diese
verborgene Welt realitätsgetreu abbilden.

Ein paar schlichte Zimmer, eine strenge
Ordnung, feste Gebetszeiten, klar verteilte
Arbeiten, einheitliche Kleidung, keinerlei Besitz
und auch keine Handys. Wer es besonders ernst
meint, wählt ein Leben in Klausur. Er verlässt das
Klostergebäude nur noch im Notfall. Es ist also
ein sehr streng reglementiertes Leben, das diese
Frauen da führen.

Für Menschen unserer Tage muss das wie eine
Provokation klingen. Ein freiwilliges Leben hinter
Mauern. Alles was draußen als Freiheit gilt, lasse

ich hinter mir. Ein radikaler Lebensentwurf. Vielleicht ist er nur möglich, weil sich hinter den Klostermauern ein unermesslicher geistlicher Horizont eröffnet. Eine spirituelle Welt, die mich durch die wiederkehrenden Rituale sammelt und zentriert. Ganz im Gegensatz zur sonstigen Zerstreung. Deshalb hat schon im 16. Jahrhundert die Ordensgründerin und Mystikerin Theresa von Avila den Menschen empfohlen: Begib dich in die Einsamkeit des Klosters, dann wirst du dir selbst und Gott begegnen. Selbstsuche und Gotteserfahrung. Das klingt aktuell und modern. Insofern ist es schon traurig, wenn das bald in dieser Form nicht mehr möglich wäre.

„Kurz und gut“ am Samstag, den 24. Juni 2017
von Winfried Herzog, Bremen

Jörg Zink

Der Buchrücken zeigt viele Abnutzungserscheinungen. Die Schutzhülle ist so gut wie zerschissen und an den Seiten des Buches kann man bereits diesen gelblichen Farbton erkennen. Ganz offensichtlich kein aktuelles Buch, aber eines, in dem ich viel gelesen und gearbeitet habe. Mein Exemplar stammt aus dem Jahre 1970. Geschrieben von dem evangelischen Pfarrer und Theologen Jörg Zink mit dem Titel „Wie wir beten können“. Ein Klassiker, bis heute, der Millionenauflagen erreichte.

Ich erinnere mich noch gut, wie ich dieses Buch während meines Studiums immer wieder in die Hand genommen hatte. Mir gefiel, wie Jörg Zink mit seiner Sprache die Menschen erreicht und wie er es verstand, alltägliche Lebensereignisse in einen göttlichen Horizont zu stellen. Das hatte nichts Besserwisserisches oder Frömmelndes. Es war durchdrungen von tiefer Menschlichkeit. In immer neuen Suchbewegungen hat er versucht, das zutiefst Verborgene sprachlich zu fassen.

Beim Blättern in meinem Exemplar entdeckte ich jetzt einen eingelegten Zettel. Auf dem war ein Interview mit Jörg Zink abgedruckt. Offensichtlich schien mir das vor Jahren wichtig gewesen zu sein. Darin erzählt Zink von einem Schlüsselerlebnis als junger Soldat in Frankreich. Er war Bordfunker bei der Luftwaffe im Zweiten Weltkrieg und saß in Frankreich wegen eines Dienstvergehens in einer Gefängniszelle ein. Durch die Gitterstäbe sah er einen französischen katholischen Priester, den die Wehrmacht zum Tode verurteilt hatte. „Seelenruhig, aufgeräumt, fast befreit, wartete der Delinquent auf seine Hinrichtung, betete und sang. Was für eine Macht muss das sein, die ihn so mit Liebe trägt, dass er diesen Tod nicht fürchten muss?“

Eine tief berührende und bewegende Erfahrung.

Und diese Macht der Liebe hat Jörg Zink ein Leben lang beseelt. Sie trieb ihn an und ließ ihn nicht ruhen, diese unendliche Kraft immer wieder aufs Neue zu beschreiben und Zeugnis von ihr abzulegen. Dadurch wurde er zu jenem streitbaren Theologen und Publizisten, der über 300 Bücher geschrieben hatte. Er kämpfte in der Friedensbewegung und war Mitbegründer der Grünen. Später verlagerte er sein Interesse auf die christliche Spiritualität. Immer blieb er wachsam und engagiert. Ein von Herzen Liebender, dem es immer um das Ganze ging.