

„Routinen“

Kurz und Gut, Nordwestradio, 23.01.2017 – Propst Bernd Kösling, Verden

Manchmal geht es bei mir morgens ganz schön hektisch zu. Bis ich fertig bin, laufe ich zwischen Bad und Schrank mehrmals hin und her. Allein mein Hund bleibt ruhig in seinem Körbchen liegen. Und schläft weiter. In aller Seelenruhe. Aber in dem Augenblick, in dem ich fertig angezogen aus dem Bad komme und frühstücken will - steht er munter an der Tür, wedelt mit dem Schwanz und will unbedingt als Erster raus. Ein Spiel, das sich jeden morgen wiederholt.

Solche Routinen sind hilfreich. Wir brauchen sie, um gut durch den Alltag zu kommen. Denn sie strukturieren und entlasten die Abläufe meines Lebens. Ich habe den Kopf für andere Dinge frei. Oft können Routinen aber auch sinnlos werden. Begrüßungsrituale - wie zum Beispiel dieses: Moin. Wie geht's? Schlecht. Danke, mir auch.

Darüber kann ich ja noch schmunzeln. Nur manchmal kann es ganz schön weh tun, wenn ich merke, dass jemand nur so tut, als würde er mir zuhören. Wenn bei der gewohnten Umarmung meines Mannes oder meiner Frau keine Liebe mehr im Spiel ist. Oder wenn sich die Enkelkinder immer nur melden, weil sie mal wieder knapp bei Kasse sind.

In meinen Begegnungen mit vielen Menschen, spüre ich bei ihnen eine tiefe Sehnsucht nach Anerkennung: Den Wunsch, beachtet zu werden. Auf Menschen zu treffen, die sich ehrlich für mich interessieren. Wo dies gelingt, sind sie tief gerührt. Geht ihnen das Herz auf.

Jeder von uns trägt solche Sehnsüchte in sich. Ein erste Schritt auf dem Weg, leer gewordene Routinen aufzubrechen und ihnen einen neuen Sinn zu geben, kann sicher dies sein: Diese Sehnsüchte wahrzunehmen. Sie zulassen. Ja, auch ich möchte anerkannt werden. Gesehen werden. Ich möchte Wertschätzung erfahren. Damit ist schon viel getan.

Und warum nicht? Den eigenen Routinen wieder mehr Beachtung schenken. Ihnen mehr Inhalt geben. Den vielen Menschen, die ich heute sehen werde, mit mehr Aufmerksamkeit begegnen.

Zugegeben: Im hektischen Alltag, der auch heute wieder auf mich wartet, nicht leicht. Hier hilft mir eine fernöstliche Weisheit, die dem chinesischen Philosophen Konfuzius zugeschrieben wird: „Auch der weiteste Weg beginnt mit einem ersten Schritt!“

„Liebe“

Kurz und Gut, Nordwestradio, 24.01.2017 – Propst Bernd Kösling, Verden

Tausend Ausreden. Die alle in dem Satz münden: „Ich mache das später!“ Viele Eltern kennen das. Wenn der Nachwuchs die Spülmaschine ausräumen oder den Müll mal eben runter bringen soll. Oder wenn das eigene Zimmer eigentlich wieder aufgeräumt werden müsste. Es sei denn: Wir wollen doch noch Klamotten für dich kaufen gehen. Das Kino fängt doch gleich an. Soll ich dich noch schnell zum Sport bringen?

Naja, seien wir mal ehrlich: Auch für uns Erwachsene gibt es doch viele Dinge, die ich nicht gerne mache. Die auf der To-Do-Liste ganz weit nach unten wandern. Es sei denn: Es winkt irgendeine Form von Belohnung. Dann sind auch diese Aufgaben ganz schnell erledigt.

Ein solches Verhalten ist tief in uns verankert. Leistung und Gegenleistung. Wie du mir, so ich dir. Was du nicht willst, das man dir tut - das füg auch keinem andern zu. Meinen Alltag kann ich so sicherlich einigermaßen bewältigen.

Nur das reicht oftmals nicht. Die Liebe zu meinem Mann, meiner Frau, den Kindern braucht andere Lebensmuster. Selbst mit meinen Freunden, kann ich so nicht umgehen. Ich brauche einen Maßstab, der tiefer geht. Der mir eine Lebensdimension eröffnet, die nicht bezahlbar ist. Ohne den ich aber nicht glücklich sein kann.

Zu den beeindrucktesten Texten der Bibel gehört die Bergpredigt. In ihr formuliert Jesus Regeln für ein gelingendes Leben. Er spricht von den Vögeln des Himmels und dem Gras auf dem Feld, die ohne jegliche Form von Gegenleistung leben und wachsen. Er spricht von Menschen, die traurig sind und einfach getröstet werden. Von Menschen, die hungern und durstig sind, und gesättigt werden. Von denen, die keine Gewalt anwenden und doch nicht zu den Verlierern gehören.

Es ist ein ganz anderes Lebensprinzip, das er hier vorstellt. Der Maßstab von dem er erzählt, ist nicht Berechnung, sondern Liebe. Eine Liebe, die grenzenlos ist. Nicht nach ihrem Vorteil sucht. Das Böse nicht nachträgt. Und sich über das Unrecht nicht freut.

Nach diesen Maßstäben zu leben gelingt nicht immer. Menschen, die es zumindest versuchen, berichten aber: Mein Leben hat sich verändert. Es gewinnt an Tiefe und Substanz. Faszinierend.

„Erinnerungen“

Kurz und Gut, Nordwestradio, 25.01.2017 – Propst Bernd Kösling, Verden

Kaum zu glauben, aber genau vor einem Monat war Weihnachten. Und jetzt sind wir schon fast mitten drin in der Karnevalszeit. Die Schnelllebigkeit der Zeit ist uns also auch im Neuen Jahr erhalten geblieben. Auch wenn es schon wieder so lange her ist: Erinnern Sie sich noch an die Begegnungen mit Ihren Lieben, Ihrer Familie, Ihren Freunden? An die gemütlichen Abende. Die ruhigen Tage?

Solche Erinnerungen sind nämlich wichtig, denn sie gehören oft zu den Kraftquellen in meinem Alltag. Das Gefühl der Geborgenheit bei anderen Menschen, eine zur Ruhe gekommene Seele, die Erholung des Leibes geben Kraft für die Bewältigung des manchmal so anstrengenden Alltags.

Denken Sie zum Beispiel an den jährlichen Geburtstag. Wie schön es ist, dass Menschen dann an mich denken. Mir sagen: Es ist gut, dass es Dich gibt. Das tut mir gut. Das ist wichtig für mein Selbstwertgefühl.

Für viele Menschen ist der jährliche Hochzeitstag auch ein solch wichtiger Tag: Ich erinnere mich an die Geschichte unserer Liebe. An den Tag, an dem wir Ja zueinander gesagt haben. Und daran, dass wir uns immer noch lieben.

Selbst die Erinnerung an den Todestag lieber Menschen gehört zu diesen wichtigen Erinnerungen. Daran, wie wichtig dieser Mensch für mein Leben gewesen ist. Ich erinnere mich an die gemeinsame Geschichte. Ich vergesse ihn bzw. sie nicht.

„Kraft aus der Erinnerung“ schöpfen gehört zu den alten geistlichen Traditionen der christlichen Kirchen. Die Erinnerung an den Auszug aus Ägypten gehört bis heute zur Grundlage des jüdischen Volkes. Die Erinnerung an die Geburt Jesu haben wir gerade an Weihnachten gefeiert. An Ostern kommt die Erinnerung an Tod und Auferstehung Jesu dazu.

Ich bin nicht nur eingebunden in die Liebesgeschichte von Menschen. Ich bin Teil der großen Geschichte Gottes mit der Menschheit. Ein Gott, der mich liebt. Der will, dass mein Leben gelingt. Auch diese Erinnerungen können zu einer wichtigen Quelle meines Lebens werden.

Wir brauchen solche Erinnerungen. Vor allem, wenn mich die Anforderungen des Alltags wieder einmal austrocknen und mein Leben zu einer Wüste zu werden droht. Dann können sie zu einer sprudelnden Quelle werden.

„Hoffnungen“

Kurz und Gut, Nordwestradio, 26.01.2017 – Propst Bernd Kösling, Verden

Es dauert nicht mehr lang! Die Tage werden ja schon wieder etwas länger. Und bald wird es wärmer werden. An kahlen Bäumen werden sich die ersten grünen Triebe zeigen. Ein untrügliches Zeichen dafür, dass das Leben neu erwacht.

Vielleicht ist das ein Grund dafür, dass die Farbe „grün“ in der Kunst oftmals die „Hoffnung“ symbolisiert. Um einen Begriff besser verstehen zu können, hilft mir meistens ein Blick in die Entstehungsgeschichte des Wortes. Das Wort „Hoffnung“ soll aus dem Niederdeutschen stammen: „hopen“ - was so viel bedeutet wie: vor freudiger Erwartung „hüpfen“ bzw. „unruhig zappeln“! Was kann Menschen dazu bringen, vor lauter Erwartung unruhig zu hüpfen und zu zappeln?

Bei Kindern erlebe ich es häufig, dass sie vor Vorfreude und Aufregung nichts mehr auf dem Stuhl hält. Manchmal bei jungen Leuten, wenn die Abitur-Noten verkündet oder das Ende der Ausbildungsjahre gefeiert werden.

Aber als Erwachsener? Das müssen schon ganz kostbare Momente des Lebens sein: Wird sie meinen Heiratsantrag annehmen? Wann ist es endlich mit der Geburt so weit? Für uns Erwachsene gibt nur wenige solcher Hoffnungsmomente, die einen zum Hüpfen oder Zappeln bringen. Aber dann haben sie es wirklich in sich.

Unser Alltag ist oft so hektisch und voller Stress. Da kann es gut tun, sich an solche Hoffnungsmomente zu erinnern: Lebenssituationen, die den Alltag wertvoll machen. Die meinem Leben Sinn geben. Das Glücksgefühl eines guten Berufsabschlusses. Das „Ja“ meiner Frau oder meines Mannes bei der entscheidenden Frage damals. Die Verlässlichkeit meiner Freundschaften. Das Glück Eltern bzw. Großeltern werden zu dürfen.

Manchmal suche ich aber nach mehr. Nach etwas, das wirklich meinen ganzen Hunger nach Liebe und Geborgenheit so stillt, dass ich für immer satt bin. Ich suche nach einem Glück, das über dieses Leben hinaus reicht.

Darum bin ich dankbar, dass ich Antworten auf diese tiefe Sehnsucht in Jesus Christus finden darf. Seine Art zu leben, sein Umgang mit den Menschen berührt mich bis heute. Und die Zusage, dass meine Sehnsucht nach Leben mit dem Tod nicht zu Ende geht, sondern sich in der neuen Welt des Himmels für immer erfüllt. Diese Hoffnung lässt sogar mich manchmal „hopen“ - in Freude springen und jubeln.

„Mahnungen“

Kurz und Gut, Nordwestradio, 27.01.2017 – Propst Bernd Kösling, Verden

Trauerbeflaggung ist heute an den öffentlichen Gebäuden gesetzt. Sie erinnert an die Befreiung des Konzentrationslagers Auschwitz und seiner Nebenlager durch die sowjetische Armee am 27. Januar 1945. Der vor Kurzem verstorbene ehemalige Bundespräsident Roman Herzog hat diesen Gedenktag 1996 für Deutschland proklamiert.

Auschwitz steht für einen in der Welt einmaligen und unvorstellbaren industriellen Massenmord an Millionen von Menschen. Zuvor wurden viele dieser Menschen in einer schrecklichen Weise gedemütigt und gequält.

Roman Herzog sagt bei der Proklamation dieses Gedenktages unter anderem: „Die Erinnerung darf nicht enden; sie muss auch künftige Generationen zur Wachsamkeit mahnen. Es ist deshalb wichtig, nun eine Form des Erinnerns zu finden, die in die Zukunft wirkt. Sie soll Trauer über Leid und Verlust ausdrücken, dem Gedenken an die Opfer gewidmet sein und jeder Gefahr der Wiederholung entgegenwirken.“

Vielleicht ist es deshalb gut, sich gerade heute an die Grundlagen zu erinnern, die unser Zusammenleben prägen. Unser Grundgesetz beginnt mit den Worten: „Die Würde des Menschen ist unantastbar. Das Deutsche Volk bekennt sich darum zu unverletzlichen und unveräußerlichen Menschenrechten als Grundlage jeder menschlichen Gemeinschaft.“

Den Grund für diese einmalige Würde erzählt uns der Schöpfungsbericht der Bibel. Wir Menschen sind als Ebenbild Gottes geschaffen.

Weil jeder Mensch ein solches Ebenbild Gottes ist, hat er eine unverfügbare Würde. Und fundamentale Rechte. Jeder Mensch ist wichtig und macht die Welt durch seine ganz individuelle Persönlichkeit bunt und hell. Erst durch die Vielfalt und Buntheit unseres Lebens bilden wir diese Ebenbildlichkeit Gottes wirklich ab. Er selbst schenkt uns diese große Breite an Gaben und Phantasie.

Wer diese gesellschaftliche Pluralität nicht mehr als Ausdruck dieser Ebenbildlichkeit des Menschen verstehen kann, ist in Gefahr die Buntheit des Lebens schnell als Bedrohung zu empfinden. Der Schritt dahin, manchen Menschen ihre Würde und Rechte abzusprechen, ist dann nicht mehr weit. Der heutige Gedenktag ist Mahnung dafür.

Zur Pluralität unserer Gesellschaft gehört selbstverständlich auch die Freiheit, die manche von Ihnen den christlichen Glauben nicht annehmen zu wollen. Und unsere Überzeugung der Ebenbildlichkeit des Menschen nicht teilen.

Lassen Sie uns aber trotzdem versuchen: Uns gemeinsam für die Würde und die Rechte aller Menschen einzusetzen.

„Auszeit“

Kurz und Gut, Nordwestradio, 28.01.2017 – Propst Bernd Kösling, Verden

Auszeit. - Mit diesem Ruf bzw. einem mit den Händen geformten „T“ kann in einigen Sportarten der Trainer während des Spiels eine Auszeit nehmen. Um neue Anweisungen zu geben. Oder um einfach nur den Spielfluss zu unterbrechen, weil er sich einen Vorteil davon erhofft. So auch z.B. bei den Achtfinalspielen der Handball WM an diesem Wochenende in Frankreich.

Solche „Aus - Zeiten“ sind nicht nur im Sport wichtig, sondern auch in unserem alltäglichen Leben. Den Rhythmus von Tag und Nacht gibt uns die Natur vor. Wichtig ist nur, dass wir ihn nutzen. Wir brauchen ausreichend Schlaf, damit wir den täglichen Anforderungen in guter Weise gewachsen bleiben.

Andere Rhythmen geben wir uns selbst: Wir planen unseren Jahresurlaub. Rechnen die günstige Zeit für Brückentage aus. Und freuen uns auf die Tage, in denen wir nicht arbeiten müssen. In denen wir uns ausruhen und erholen können.

In unserer Gesellschaft teilen wir aber auch die Woche in Zeiten von Arbeit und Ruhe ein. Montags bis Sonnabends sind die so genannten „Werk - Tage“. Dann kommt der Sonntag als arbeitsfreier Tag.

Diesen Wochenrhythmus verdanken wir der jüdisch-christlichen Tradition Europas. Die Bibel erzählt, dass Gott die Erde in sieben Tagen erschaffen hat. Dabei hat er sechs Tage gearbeitet. Aber sein Schöpfungswerk war noch nicht zu Ende. Über den siebenten Tag heißt es: „Gott vollendete am 7. Tag seine Werke, die er machte, indem er ruhte von allen seinen Werken!“

Die Bibel beleuchtet damit den freien Tag einer Arbeitswoche mit einem ganz besonderen Licht. Unsere Arbeit bliebe Stückwerk, wenn wir ihr nicht die Chance geben, sich in der Ruhe und im Abstand zu ihr zu vollenden. Damit Arbeit wirklich „menschliche“ Arbeit wird, bedarf sie der Vollendung in der Ruhe und Muße. Sicher müssen viele von Ihnen auch heute - am Samstag - noch arbeiten. Andere machen den wöchentlichen Groß-Einkauf. Oder den großen Wohnungs - Putz.

Aber morgen - am Sonntag - ist endlich frei. Es ist ein wichtiger Tag, der auch zur Erholung dient. Es ist aber auch der Tag, der unsere Arbeit „menschlich“ macht. In der Ruhe des morgigen Tages vollendet sich die Arbeit der ganzen Woche.