Katholische Kirche im WDR

Katholisches Rundfunkreferat beim WDR
Wallrafplatz 7
50667 Köln
Tel. 0221 / 91 29 781
Fax 0221 / 27 84 74 06
www.kirche-im-wdr.de
E-Mail: info@katholisches-rundfunkreferat.de

Die Text-Rechte liegen bei den Autoren und beim Katholischen Rundfunkreferat. Verwendung nur zum privaten Gebrauch!

Hörmal | 03.12.2023 07:45 Uhr | Klaus Nelißen

Schwächen? Stärken? Advent!

Advent, Advent, das erste Kerzchen brennt. Früher gab's für mich dann ein Buch. Meine Eltern hatten es nie so mit den Süßigkeiten und daher haben wir Kinder an jedem Adventssonntag ein Buch geschenkt bekommen statt einem Adventskalender mit Schokolade.

Viele meiner Advents-Bücher standen dann ungelesen im Regal – und das, obwohl meine Eltern mit viel Mühe das vermeintlich Richtige gesucht hatten. Meine Schwester war da anders. Die war ein richtiger Bücherwurm. Hat immer geschmökert. Ich musste mich eher zum Lesen prügeln. Und das ist noch immer so. Wenn mich ein Buch so richtig interessiert und wenn es mein Interesse irgendwie hält, dann lese ich das auch durch. Aber das ist bei mir kein Vergnügen, eher wie ein Marathon-Lauf: Das ist ne Herausforderung. Trotzdem lese ich recht viel. Lesen ist mir wichtig. Und das hat sicher auch mit den Buchgeschenken von damals zu tun.
Dass mir das Lesen schwerer fällt, als mir lieb ist – und als ich manchmal zugebe – das hat auch mit meiner ADHS zu tun. Also mit dem Aufmerksamkeits-Hyperaktivitäts-Syndrom. Dass ich das habe – und zwar schon von Geburt – das weiß ich jetzt seit gut 2 Jahren. Und Probleme beim Lesen mit der Konzentration – die gehören ebenso zu den Anzeichen, wie eine geringe Impulssteuerung. Daher ist meine Anfälligkeit für Süßigkeiten auch höher als bei meinen Eltern. Die fehlenden Bonbons im Adventskalender hatte ich mir damals einfach heimlich beim Bäcker gekauft.
Wie auch immer: Mir das alles mit meiner ADHS bewusst zu machen mit 42, das war ein ziemlicher Weg. Und als ich dann im Frühjahr eine Reha gemacht habe für mein Leben mit ADHS, da wurde ich auch gefragt, ob ich einen Behindertenausweis beantragen will. Das hatte ich damals abgelehnt. Tatsächlich steht der aber auch Menschen mit ADHS zu, oder mit anderen psychischen Besonderheiten. Und das erwähne ich hier gerade, weil heute nicht nur der 1. Advent ist, sondern auch der Welttag für Menschen mit Behinderungen. Seit 20 Jahren nun wird dieser von der UNO ausgerufene Tag begangen.
Und auch wenn ich den Ausweis abgelehnt hatte: Ich gehöre quasi auch dazu. Und das ist völlig ok. Hin und wieder erwähne ich hier meine ADHS und es gibt Kollegen, die sagen dann: "Pass auf, was Du so von Dir preisgibst." Die haben ja Recht: Aufpassen schadet nicht. Aber für meine ADHS kann ich a) nichts und b) schäme ich mich nicht dafür.
Natürlich war das auch ein Weg seit der Diagnose, das nicht als Makel zu sehen. Damals hatte mir der Apostel Paulus geholfen. Quasi, der ADHS-ler in der Bibel. Immer unterwegs, rastlos – ein Hitzkopf. Und in einem Brief an die Gemeinde im griechischen Korinth, da gibt er das alles zu und schreibt dann ganz selbstbewusst: "Gerade dann, wenn ich schwach bin, bin ich stark" (2 Kor 12)
Den Satz finde ich enorm wichtig. Und ich finde, der passt zum heutigen Welttag für Menschen mit Behinderungen…oder Besonderheiten – wie das noch etwas freundlicher heißt. Und dass wir freundlicher zu uns sind mit unseren Besonderheiten und zu Menschen,

die ihr Leben ganz besonders bewältigen, das wäre ein schöner Wunsch für diesen 1. Advent. So arbeiten wir mit an einem Klima, in dem es okay ist, wenn Menschen sind, wie sie sind. Keiner sollte sich verstecken müssen oder gar schämen. "Gerade dann, wenn ich schwach bin, bin ich stark.“