



# 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!

Kirche in WDR 2 | 27.04.2021 05:55 Uhr | Michaela Bans

## Erstmal

"Ich geh fischen!" ... einer meiner Lieblingssätze aus der Bibel. Petrus versteht die Welt nicht mehr: Erst ist Jesus gestorben, jetzt soll genau dieser Jesus doch wieder leben, heißt es. Wer soll denn das verstehen? Und da wird es dem Petrus zu viel. Er guckt seine Freunde an und sagt: "Ich geh fischen!" Ich lache mich jedes Mal kaputt, wenn ich das lese. Ich meine: Gerade wurde ihm von den Frauen, die am Grab waren, gesagt, dass sie mit Jesus höchstpersönlich gesprochen haben. Also, gerade wurde ihm gesagt: Der Tod hat nicht das letzte Wort. Es gibt ein Leben danach! Und er? Geht angeln!

Andererseits: Das ist ja naheliegend, für einen Fischer. Er macht das, was er am besten kann. Was dem Petrus das fischen ist, war Mutter Beimer in der Lindenstraße das Spielgeier braten und bei mir ist es das Schreiben.

Wenn ich die Welt nicht mehr verstehe, wenn mir alles zu viel wird im Kopf und überhaupt – dann setze ich mich hin und schreibe alles auf. So wie es kommt. Am liebsten haute ich es in die Tastatur, weil das schneller geht. Es muss einfach mal raus. Da bleibt keine Zeit für Tagebuchromantik. Sobald ich dann auf speichern klicke, merke ich: Puh, das tut gut. Der Druck lässt merklich nach. Mit dem Aufschreiben kann ich mein Gedankenkarussell immer wieder anhalten oder zumindest verlangsamen: Als würde meine Seele erkennen: Okay, sie hat sich alles aufgeschrieben, sie wird es also nicht mehr vergessen, wir können den Panikmodus beenden.

Und dann kann ich wieder schlafen. Und dann mal mit ein bisschen Abstand auf die Dinge gucken, die mich so umgetrieben haben.

Ich glaube, dass es gut ist, sowas zu haben: Also erstmal fischen zu gehen, erstmal Spiegeleier zu braten, erstmal zu joggen oder es erstmal aufzuschreiben ... sowas sollte jeder und jede haben. Etwas, das mir hilft, wieder zu mir zu kommen. Immer dann wenn mich etwas oder jemand aufregt, aus der Bahn wirft.

Allerdings sollte dieses "Erstmal" unbedingt etwas sein, das weder einem selbst noch anderen schadet.

Viele Menschen scheinen die Chatforen im Internet für Ihren Angelteich oder ihre Spiegeleierpfanne zu halten – sie reagieren sich ab, indem sie dort ihren Frust niederschreiben, Menschen niederschreiben. Ganz allgemein auf "die Politiker", "die Presse", "die Kirche", "die Ausländer" losgehen – verbal, anonym aber sehr massiv. Da wird die Überschrift gelesen, die nicht selten in die Irre führt und schon geht es los...

Es müsste im Netz so eine "Erstmal-Funktion" geben. Also, wenn man etwas schreibt und auf "posten" klickt, dann müsste die Plattform sagen: "Wollen Sie nicht erstmal fischen gehen, bevor sie das in die Welt senden?" Oder: "Braten sie sich doch erstmal 3 Spiegeleier, wenn sie die gegessen haben, dann lesen Sie sich ihren Post nochmal durch. Wenn Sie dann

immer noch genauso denken, dann senden Sie es.“ Ich bin mir sicher, die Zahl der wütenden Posts würde rapide abnehmen.

Instagram, Facebook und Co werden diese Funktion wohl nicht einführen. Wer raus will aus dem Gefühls- und Gedankenchaos, muss das für sich selbst finden, diese

"Erstmal-einen-Schritt-zurück-Funktion.“ So, meinen Ärger über diesen ganzen Internetärger habe ich jetzt niedergeschrieben. Ich drücke dann erstmal auf speichern und gucke, ob ich noch Eier im Kühlschrank habe...