



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 4 | 06.03.2018 08:55 Uhr | Michaela Bans

Leiser

Es gibt so Liedzeilen, die treffen einen mitten im Alltag. Zumindest mir geht es so – wie bei dem hier:

"Und alle meine Freunde finden, dass ich leiser bin

Leiser, seit ich bei dir bin

Alle meine Freunde fragen, ob ich glücklich bin

Weil ich leiser bin

Leiser, seit ich bei dir bin"

Das Lied stammt von der Songwriterin Lea und heißt "Leiser".

Sie hat das geschrieben, weil sie genau das erlebt hat. Im Sommer hatte sie einen tollen Mann kennen gelernt. Sie war total glücklich. Dachte sie. Aber ihre Freunde sahen das anders. Haben sie angesprochen darauf. Und sie musste langsam erkennen: Das bin nicht mehr ich!

Es ist gut, Freunde zu haben, wie Lea sie hat. Die einem irgendwann sagen: Da stimmt was nicht! Denn häufig merkt man selbst als Letzter, was eigentlich gerade schräg läuft. Da ist ein komisches Gefühl, irgendwann stimmt nicht, mit dem Job, in der Beziehung und überhaupt. Aber was genau los ist, was genau es braucht, das ist nicht immer leicht zu sagen. Schräglagen zu deuten braucht echt Zeit. Und manchmal auch Abstand.

Meine persönliche Schräglagenstrategie: Eine Woche ohne.

Einmal im Jahr gönne ich mir eine Woche ohne Menschen, die ich kenne, ohne Smartphone, ohne Bücher und das Wichtigste: ohne zu sprechen. Und das, obwohl ich all das wirklich gerne mag.

Glauben Sie mir, nichts davon möchte ich auf Dauer missen. Aber diese eine Woche, die ich meistens irgendwo in einem Kloster verbringe, die ist mir heilig.

Denn da fahre ich runter. Ich nehme mir viel Zeit zum Beten und Laufen, zum Schlafen und zum Nachdenken. Es ist für mich, als würde ich eine Resettaste drücken. Alles sortiert sich neu. Fragen kommen hoch. Und nicht immer direkt Antworten.

Im Lied der Songwriterin Lea merken die Freunde, dass etwas nicht stimmt, weil sie "leiser" geworden ist. Achtung: Schräglage im Leben. Manchmal aber hilft gerade das, etwas leiser werden, um zu sehen, ob das noch passt – mein Leben und ich, so wie es gerade ist.