

Die Evangelische Rundfunkbeauftragte beim WDR - Kaiserswerther Straße 450 - 40474 Düsseldorf  
TELEFON: 0211-41 55 81-0 FAX:0221-41 55 81-20  
E-MAIL: buero@rundfunkreferat-nrw.de  
INTERNET: www.kirche-im-wdr.de

---

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

evangelisch: Das Geistliche Wort | 18.11.2018 08:35 Uhr | Titus Reinmuth

## Christine Westermann: Manchmal ist es federleicht

**O-Ton 1: Ich hab keinen Rat, ich kann nur sagen, dass man keine Angst haben muss. Weil Abschied gehört zum Leben.**

**Autor:** Christine Westermann hat ein Buch über das Abschiednehmen geschrieben. Titel: Manchmal ist es federleicht.

**O-Ton 2: Abschied gehört zum Leben dazu. Und es ist eine Herausforderung, das zu begreifen. Dass es kein Leben ohne Abschiede geben wird. Und ich finde, wenn man sie bewältigt hat, dann ist man so auf einer anderen Lebensstufe. Man hat etwas verstanden.**

**Autor:** Für viele ist der Monat November eng mit dem Abschied nehmen verbunden. Die kräftigen Farben von Sommer und Herbst hinter sich lassen, das Grau aushalten, Vertrauen haben, dass das Leben wiederkommt. Manche gehen zum Friedhof, richten die Gräber her, begehen die Feiertage im November: Allerheiligen am Monatsanfang, den Volkstrauertag heute, den Ewigkeitssonntag in einer Woche. All das gehört in diese Zeit. Kann man das üben: Abschied nehmen? Wann ist es schwer, wie wird es leicht? Was braucht es, damit ein Abschied gelingt?

Musik 1: Silence. CD: Kinga G?yk: Dream, Track 9. Komposition: Kinga G?yk; Label: Warner, LC: 14666

**Autor:** Guten Morgen. Wie ist das mit den Abschieden? Klar, sie gehören zum Leben dazu. Manche Abschiede sind einfach dran: Wenn das jüngste Kind erwachsen wird und zuhause auszieht. Wenn sich beruflich eine Möglichkeit auftut und ein Wechsel ansteht. Auch wenn jemand aufs Sterben zugeht und das Gefühl hat: Es ist gut und es ist Zeit. – Doch manchmal kommen die Abschiede plötzlich. Der Vertrag wird nicht verlängert. Der eigene

Sohn, die eigene Tochter schlägt die Tür zu im Streit. Die beste Freundin ist tot, plötzlich und unerwartet. Manchmal ist es federleicht und manchmal ganz schön schwer.

Musik 1: Silence

**Autor:** Christine Westermann, die Journalistin und Fernsehmoderatorin, hat ein Buch geschrieben über diese kleinen und großen Abschiede im Leben. Beruflich war es vor allem der Abschied von „Zimmer frei“, der sie herausgefordert hat. 20 Jahre und 694 Folgen lang hat sie die Fernsehshow zusammen mit Götz Alsmann moderiert.

**O-Ton 3: Wir hatten drei Jahre Zeit, um uns auf diesen Abschied einzustellen. Und die schöne Überraschung, das Geschenk von oben für mich, war die Tatsache, dass ich diesen Abschied genossen habe. Natürlich habe ich geweint. Es gehört auch Wehmut dazu.**

**Autor:** Aber am Ende hatte dieser Abschied etwas Gutes. Wobei... angefangen hatte es schon mit einer Kränkung. „Zimmer frei“ war eine erfolgreiche Fernsehshow und doch gab es eines Tages das deutliche Signal vom Sender: Es ist Zeit, aufzuhören.

**O-Ton 4: Bei mir war es so, dass es hieß, ein bisschen zu alt, und vielleicht macht es Götz mit jemandem neuen. Und das zu erleben, dass ich das bei so einer Sendung dann erfahre, das war unglaublich schmerzhaft. Ich glaube für Götz Alsmann war es genauso...**

**Autor:** ... und so haben die beiden beschlossen: Wir hören auf. Wie ein Abschied auf den Weg kommt, wie eine Nachricht überbracht wird, das scheint eine große Rolle zu spielen.

**O-Ton 5: Wenn jemand gesagt hätte, das ist einfach ganz toll, wie ihr das gemacht habt, aber wir sollten den richtigen Zeitpunkt erwischen, und du bist jetzt 67 – war ich, als ich aufgehört habe – was glaubst du, wie lange du noch Salatköpfe auf dem Boden rutschend von A nach B transportieren kannst? Und wir gehen in Würde. Wenn mir das jemand gesagt hätte, wäre es leichter gewesen. Glaube ich.**

**Autor:** Kann man verstehen. Doch als klar wurde, das hört auf und es ist noch Zeit bis dahin, gab es die Chance, den Abschied zu gestalten. Welches Outfit passt, welche Musik soll es geben, welche Gäste werden eingeladen?

Wider Erwarten, ist plötzlich die vorletzte Sendung die schwerste. Der Fotograf kommt schon am Nachmittag zu den Proben. Und dann stehen um die fünfzig Kolleginnen und Kollegen Schlange für ein persönliches letztes Foto. Alle, die vor und hinter den Kulissen für die Sendung arbeiten. Es fließen Tränen. Dieser Dank und diese Wertschätzung haben es leichter gemacht, sagt Christine Westermann.

Und dann ist es wie so oft im Leben: Wo eine Tür zugeht, tut sich eine andere auf. Die Journalistin bekommt plötzlich das Angebot, beim literarischen Quartett mitzuarbeiten.

**O-Ton 6: Ich nehme von Zimmer frei Abschied, etwas, dass ich unglaublich gern gemacht habe, was ich gut gekonnt habe, mit Leidenschaft, Lust gemacht habe, und da ist eine andere Aufgabe – klar mache ich Buchempfehlungen, aber im Quartett zu sitzen, ist noch mal etwas anderes – und plötzlich kriege ich eine Herausforderung und merke, mit welcher Freude ich die annehme und wie gerne ich das mache.**

**Autor:** Wenn man am Ende sagen kann, es war eine gute Zeit, und wenn sich dann noch eine neue Tür auftut, dann fällt es wohl leichter, Abschied zu nehmen, ganz gleich ob man Mechatroniker ist oder Grundschullehrerin oder eben Fernsehmoderatorin.

**O-Ton 7: Götz Alsmann hat was Tolles gesagt. Der hat gesagt: es ist besser, wie ein König zu gehen, als wie ein Köter vom Hof gejagt zu werden. Und damit hat er völlig Recht. Und bei all der Wehmut, die wir in den drei Jahren empfunden haben, als wir aufs Ende zugelaufen sind, war es auch ein Glücksgefühl, dass wir so was Schönes 20 Jahre haben machen dürfen. Und das ist ein schönes Ende, finde ich. Dafür bin ich dankbar, da bin ich richtig dankbar dafür.**

Musik 2: Sad and happy Blues. CD: Kinga G?yk: Rejestracja, Track 1, Label: 580048 Records DK

**Autor:** Gefragt nach den schweren Abschieden im Leben denkt Christine Westermann zuerst an ihren Vater. Er starb, als sie gerade dreizehn Jahre alt war. Dann an einen Kollegen, der mit Mitte fünfzig starb, ganz plötzlich, niemand hatte das „auf dem Kalender“, wie sie sagt. Schließlich denkt sie an ihre gute Freundin Anne, die vor einiger Zeit schwer erkrankt und sehr bewusst auf ihren Tod zugegangen ist.

**O-Ton 8: Im vorletzten Jahr zu Weihnachten war klar, es wird das letzte Weihnachten sein, was wir miteinander verbringen werden. Es war auf der einen Seite unglaublich traurig, sie zu verlieren, aber auf der anderen Seite auch ein Geschenk, das mitzerleben. Was ich bei diesem großen, schweren Abschied, dem Abschied vom Leben, was ich begriffen habe, ist, dass jemand ja nicht weg ist. Er ist physisch weg, aber er ist ja da. In jedem Moment, wo ich an ihn denke, wo ich mich erinnere, sind sofort die Bilder da. D.h. er lebt weiter in meinem Herzen, und ich finde, das ist ein unglaubliches Geschenk.**

**Autor:** Christine Westermann erzählt von einer Hochzeit in ihrem Freundeskreis. Da hatten viele das Gefühl, dass ihre Freundin Anne gleichsam dabei war.

**O-Ton 9: Die wurde in der Predigt der Pfarrerin erwähnt. Annes Schwestern waren da. Und da haben wir geweint. Auf der einen Seite, weil wir traurig waren, dass Anne das nicht mehr miterleben konnte, aber auf der anderen Seite auch wissend, dass sie dabei war. (...) Anne war dabei. Und ich habe das zu jeder Sekunde gespürt. Und das ist, wenn man so will, ach tröstlich ist kein gutes Wort dafür. Das ist eine große Freude, das zu spüren.**

**Autor:** In der Auseinandersetzung mit Abschieden ist der Journalistin ein Bibelwort wichtig geworden.

**O-Ton 10:** „Bedenket, dass ihr sterben müsst, auf dass ihr klug werdet.“ Das ist, finde ich, die große Erkenntnis des Alters. ... Wo einem plötzlich klar wird, wie wichtig jeder Tag ist, und wie wichtig die Lektionen sind, die einem das Leben erteilt. ... Wie schade, dass es jetzt, also sagen wir mal auf der Zielgeraden, auf der großen Zielgeraden des Lebens kommt. Und nicht schon vorher. Aber das ist ja der Trick. Wenn's vorher käme, wäre es ja einfach.

**Autor:** „Bedenket, dass ihr sterben müsst“ – Christine Westermann nimmt diese Herausforderung an. Für sie ist dabei das Bild von einem Maßband wichtig geworden. Ein Zentimeter steht für ein Lebensjahr. Erst schneidet man es bei 83cm durch, das ist die durchschnittliche Lebenserwartung von Frauen in Deutschland. Und dann trennt man vom anderen Ende noch die Jahre ab, die man schon gelebt hat. Bei Christine Westermann bleibt dann noch ein kleiner Streifen. 12 Jahre. Statistisch betrachtet. Ein sehr klares Bild. Was verändert das?

**O-Ton 11:** Ganz ehrlich, das kann ich noch nicht sagen. Weil ich noch am Anfang dieser Erkenntnis stehe. Es ist gar nicht mehr so lange. Eigentlich ist es, merke ich gerade, auch positiv, dass ich mich, wenn ich jetzt mit jemandem im Clinch liege oder streite oder eine ungute Situation ist, dann kann ich mich jetzt gerade relativ schnell zurückholen und mir sagen, hör mal, der Tag zählt, es zählt jeder Moment, Frau auf Sessel hier, macht ein Interview. Das ist jetzt, was zählt. Und das ist angenehm. Und nichts anderes zählt. Ich kann ja hier aus dem Funkhaus rauslaufen und irgendwas passiert. Das habe ich lange nicht wahrhaben wollen. Und ich bin noch am Anfang dieses: was mach ich denn jetzt? Mit den zwölf Jahren...

Musik 3: Anytime anywhere. CD: Nils Landgren: Fonk Da World, Track 5, Label: ACT Music, LC: 07644

**Autor:** Und was, wenn es eines Tages ernst wird, wenn es um den eigenen Abschied vom Leben geht?

**O-Ton 12:** Also ich bin ein sehr neugieriger Mensch. Mich von Informationen durch den Tod abzuschneiden, ist einfach unfair. (lacht)

**Autor:** Vielleicht schieben deshalb viele den Gedanken lange vor sich her. So wie manche im Rheinland sagen: „Wenn ich einmal sterben sollte“...

**O-Ton 13:** (lacht) ... das gefällt mir gut. Das habe ich noch nie gehört.

**Autor:** Und im Ernst? Irgendwann kommt er ja, der eigene Abschied vom Leben.

**O-Ton 14:** Ich möchte keine Angst haben. Ich möchte mich freuen. Und die Gewissheit

**behalten, dass was kommt noch. Dass es nicht zu Ende ist. ... Ich möchte rüber rutschen. Am liebsten wie so einschlafen. ... Friedlich eingeschlafen und woanders aufgewacht. Das wäre übrigens ein schöner Text für meine eigene Traueranzeige. ... Ich glaube, das möchte ich gerne haben.**

**Autor:** An Gott glauben zu können, dieses Vertrauen zu haben, für Christine Westermann war das immer ein Teil ihres Lebens.

**O-Ton 15: Ich fühle mich wirklich behütet und geschützt und geleitet. Bei all den tiefen Tälern, durch die ich gegangen bin.**

**Autor:** Die Journalistin erinnert sich an ihren Konfirmationsspruch aus Psalm 23: „Und ob ich schon wanderte im finstern Tal, fürchte ich kein Unglück. Denn du, Gott, bist bei mir, dein Stecken und Stab trösten mich.“ (Psalm 23,4)

**O-Ton 16: Der war für mich gemacht. Ich glaube, es hat mir immer geholfen. Das ist wirklich so ein Kinderglaube, der fest verankert ist.**

Musik 3: Anytime anywhere.

**Autor:** Abschiede. Manchmal sind sie federleicht, manchmal ganz schön schwer. Es gibt vielleicht ein paar Dinge, die helfen. Zum Beispiel wenn das Timing stimmt, und man spürt: Alles hat seine Zeit. Oder wenn man würdigen kann, was gewesen ist, und dabei erkennt, was bleibt. Eine neue Tür finden, die sich auftut, auch wenn es etwas ganz anderes ist, das kann helfen. Und Vertrauen haben, dass noch was kommt. Sogar ganz zum Schluss. Christine Westermann hat keinen Ratgeber geschrieben, sie erzählt einfach, was ihr geholfen hat. Ihr Fazit:

**O-Ton 17: Ich glaube, der liebe Gott hat zeitlebens, noch lebe ich, es sehr, sehr gut mit mir gemeint. Aber zu diesem „gut meinen“ gehört eben auch, dass man Dinge lernt. Und Abschied nehmen kann man lernen.**

**Autor:** Mit diesen Gedanken grüßt Sie Titus Reinmuth, Rundfunkpfarrer aus Wassenberg.

Musik: Parov Stelar: Warm inside. CD: Seven And Storm, Track 11. Komponist: FUEREDER, MARCUS, Text: CONQUEST, LEENA; Label: Etage Noir Recordings (Warner), LC: 29737

**Audio zum Beitrag:** Internetfassung ohne die im Manuskript angegebene Musik.