

Kirche in WDR 2 | 08.08.2022 05:55 Uhr | Katrin Berger

## Segne diesen schönen Mist

Wenn ich abends völlig kaputt nach Hause komme, gucke ich TikTok. Diese kleinen, kurzen Videos, in denen Menschen ihre Tiere, Kinder, Hobbies und Talente zeigen. Wenn es mir nicht gefällt, wie manche da rumtanzen, ihre Partner reinlegen, fressen oder abnehmen, wische ich einfach weiter, bis ein Hundevideo kommt. Obwohl ich selber einen tollen Hund habe, kann ich davon nicht genug bekommen. Ich liebe es, wenn da ein Hund auf mich herabblickt und auf der Tonspur Telefonfreizeichen sind. Dazu dann noch ein Text, meist auf Englisch: Rufe Frauchen an, um zu sagen, dass sie mich mit Herrchen hier zuhause vergessen hat. Und mein Herz lächelt. Ach, TikTok ist für mich Ablenken, Abschalten, Aufatmen. Im nächsten Video liegt ein fauler, dreckiger Golden Retriever in einer Erdkuhle, guckt mich herausfordernd und glücklich an und eine Stimme spricht im Hintergrund: "Ich habe beschlossen, mich nicht länger zu verbessern. Ich bin ein schönes Desaster und akzeptiere mich als solches. Segne diesen Schlamassel, denn ich habe es satt, gestresst zu sein. Ich gucke das TikTok zweimal. Und noch viel mehr faule, selbstzufriedene, dreckige, liebenswerte Hunde lassen mich wissen, dass sie eine bewundernswerte Katastrophe sind.

Ich kann nur zustimmen und sie ebenfalls als solche akzeptieren. Die Worte gehen mir nach, auf Englisch reimt es sich auch noch. Bless this mess because I am done being stressed. Segne dieses Durcheinander, diese Schweinerei, diesen Dreck, denn ich hab die Schnauze voll vom Stress, alles immer noch optimieren zu müssen, vor allem mich. Mein Herz schreit Ja! Ja! Ja genau und Amen. Genau diese Haltung möchte ich auch öfter haben. Gegenüber anderen und auch mir selbst. Ich bin eine Katastrophe für andere und mich – aber dabei auch wirklich liebenswert – und sogar wunderschön.

Das müssen wir jetzt mal alle miteinander akzeptieren – ich nehme selber ein TikTok mit dem Satz auf, keine Ahnung, ob es irgendjemand sieht, ist mir auch egal, nur mir wird dadurch nochmal klar: Durch Stress werde ich noch mehr zum Desaster – jedoch nicht schöner oder sogar liebenswerter. Ich wünsche mir, dass mein Durcheinander, mein Dreck und meine Not gesegnet sind – denn ich spüre es ganz genau: Ich werde mich nie dahin optimieren können, wo andere und ich mich gerne sähen. Ich will es auch nicht mehr. Stattdessen: Hier und da mehr von dem, was mir guttut. Hier und da noch viel mehr von dem, was Anderen guttut. Denn: Mir und Anderen geht es besser, wenn ich mich so

akzeptiere, wie ich bin: Eine liebenswerte Frau in ihrem täglichen Schlamassel.

Redaktion: Pastorin Sabine Steinwender-Schnitzius