EVANGELISCHES RUNDFUNKREFERAT NRW / KIRCHE IM WDR

Ev. Rundfunkreferat NRW / Kirche im WDR - Hans-Böckler-Str. 7 - 40476 Düsseldorf
TELEFON: 0211-41 55 81-0 - buero@rundfunkreferat-nrw.de - www.kirche-im-wdr.de

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

Kirche in WDR 5 | 14.09.2015 06:55 Uhr | Christof Lenzen

# Geduld - aber dalli

"Herr, schenk mir bitte Geduld - aber dalli!!" - WENN dieses Gebet oben im Himmel ankommt, dann als Comedy - aber irgendwie ist es doch prototypisch für unsere Zeit. In Zeiten, in denen eine perfekte Blondine mit "Atemlos durch die Nacht" nicht nur den Schlager des Jahrzehnts singt, sondern selbst lebt. Atemlos. Alles andere als geduldig! Das ist unsere Zeit des eingeschalteten Turbos. Ich habe mich zum Beispiel lange genug mit laaangweiligen DSL 16.000 im Internet bewegt - jetzt habe ich VDSL mit 100.000 und da geht aber die Post ab! Fernsehen? Sofort auf dem iPad - vorbei die Zeit, in denen noch eine Röhre vorglühte, bis als kleiner und größer werdender Punkt das Bild erschien. Meine Kindheit – schwarzweiß. Telefon? Das zückte man nicht aus der Hosentasche - da ging man hin. Heute ist Turbozeit: schneller, ungeduldiger, hektischer.

Guten Morgen! Soviel Zeit und Muße für die Begrüßung muss schon sein. Ich frage einmal provokativ: Wozu überhaupt Geduld? Seltsame Tugend! Was soll ich damit, wenn ich es auch schnell haben kann? Doch Achtung: Ungeduld verändert Beziehungen. An einer Stelle des Neuen Testaments der Bibel heißt es: "Erhebt euch nicht über andere, sondern seid immer freundlich; habt Geduld miteinander und sucht in Liebe miteinander auszukommen." (Epheser 4,2; Gute Nachricht).

Habt Geduld miteinander. Geduld ist neben Liebe eine wichtige Säule einer gelingenden Beziehung. Doch in unserer Kultur gilt das Gegenteil als erstrebenswert: Ungeduld. Wenn Akademiker vor Vorstellungsgesprächen beraten werden, heißt es manchmal: "Wenn der Personalchef Sie nach Ihren Schwächen fragt, dann antworten Sie: Meine Ungeduld!" - Warum? Weil sie nur eine vermeintliche Schwäche ist, aber für den Chef eine Stärke: Der denkt sich jetzt: Ah, das ist ein Macher, Visionär, der was vorantreiben will! Wenn ich mir allerdings so manche rasante Entwicklung in Kultur, Politik und Wirtschaft angucke, denke ich: Sackgasse! Umdenken! Aber fangen wir doch bei uns an! Heute Morgen mal - so als kleiner Versuch.

Was bewirkt Geduld? Zum Beispiel in Gesprächen: Wie schnell öffne ich den Mund schon halb zum Antworten und höre gar nicht richtig zu. Bin schon bei einer vermeintlich klugen

Antwort. Wenn ich dagegen geduldig bin, bin ich bei meinem Gegenüber und bei mir. Dann kann ich hören, denken und mit Bedacht antworten. Ich reagiere nicht hopplahopp verletzend, sondern äußere Gedanken und Gefühle achtsam. Wie schnell sind sonst giftige Pfeile einfach abgefeuert, die tief verletzen. Geduld lehrt, Verantwortung zu übernehmen für die eigenen Gedanken und Gefühle, barmherzig mit dem Anderen umzugehen und dessen Schwächen und Fehler nicht sofort zu kontern. Geduld schafft eine Atmosphäre der Akzeptanz! Einen Schutzraum. Was für eine Wohltat!

Aber wie lernen? Herr, schenk mir bitte Geduld, aber dalli… Mit diesem Gebet wird's wohl nicht klappen. Wenn ich aber daran denke, wie geduldig Gott mit mir ist, dann werde ich ruhiger und gelassener. Gott interessiert sich nicht für mein Versagen von gestern. Er fängt immer wieder neu mit mir an – in jedem Moment. Voller Liebe schaut er mich an. So angenommen, kann ich auch andere leichter annehmen, was automatisch zu mehr Geduld führt. Und noch was kann ich tun: Ich kann einfach mal um die Aktivitäten des Alltags Geduldinseln einplanen. Nicht aus dem Auto springen und arbeiten - sondern noch 30 Sekunden sitzen bleiben und still werden. Durchatmen. Und dann los. Morgens nicht mal schnell unter die Dusche - sondern sehr bewusst 30 Sekunden länger duschen und still sein und inne halten. So können Sie jede Aktivität ohne großen Aufwand entschleunigen und Geduld in ihren Alltag holen - dazu wünscht Ihnen Gelingen: Ihr Pastor Christof Lenzen aus Eschweiler.