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 5 | 30.07.2024 06:55 Uhr | Michelle Engel

Wie es geht?

"Und wie geht es Ihnen?“ Tja, was soll sie antworten. Soll sie ehrlich sein darüber, wie es ihr geht?
Furcht. Angstschweiß. Ihr Herz rast. Kein Ausweg. Dunkelheit. Wie ist sie nur in all das hinein geraten? Ihre Situation scheint hoffnungslos.
Die Angst verspürt sie im Körper, aber auch ihr Kopf ist irgendwie blockiert. Schwitzen, Zittern, schneller Puls. Dann noch diese Desorientierung, im Kopf herrscht Chaos. Klares denken? Kaum mehr möglich. Gefangen fühlt sie sich. Ist nicht mehr Herrin ihrer Sinne, Herr über Denken und Fühlen…Ausgelaugt, müde, erschöpft. 1000 Sorgen lagern auf ihrem Herzen und lauern in ihrem
Kopf. Und sie kann ihren Worten, auf die Frage, wie es ihr denn geht, selbst kaum glauben, als mit einem fröhlichen "Gut, danke und dir?“ antwortete.
Manchmal findet sie ihre schauspielerischen Künste selbst faszinierend. Gerade noch im Gedanken-Karussell versunken und dann schon die fröhliche Maske des Alltags aufgesetzt. Und natürlich pfiffig schnell mit dem "und dir?“
von sich ablenken und den Fokus aufs Gegenüber lenken.
Ganz ehrlich? Sie hat keine Lust, ihrem Gegenüber gerade ihre Gefühlswelt zu offenbaren… Was wird er von mir denken? Was wird er weitererzählen? Nein, Nein. Da ist doch die einfachste und schnellste Antwort "gut“. Wie schwer ist es doch, in Worte zu fassen, wie es wirklich geht. Und die Frage: Will der Mensch, der das gerade fragt, überhaupt alles hören?
Wenn es um die richtigen Worte geht, denke ich an die Psalmen. 3.000 Jahre alt sind diese Worte. Sie werden auch "Spiegel der Seele“ genannt. Und da finden sich Worte wie diese: "Die Sorgen drücken mich nieder, ich finde keine Ruhe mehr“ (Ps 55,3), heißt es da. Oder: "Ich bin im Elend gefangen, ich finde keinen Ausweg.“ (Ps 88,9). Oder auch sehr eindrücklich: "Ich versinke in brodelndem Schlamm, meine Füße finden keinen Halt.“ (Ps 69,3)
Mir helfen die Psalmen, wenn ich mit meinen Worten am Ende bin. Und noch etwas:Die eigene Seelenlage ins Wort zu fassen, ist das eine. Diesen Worten eine Richtung zu geben, ist das andere.
Ich brauche jemanden, der mich hält, der mit mir geht, der mir zeigt, wie es für mich weitergeht. Der mich in dieser Angst Situation herausholt. Der mich aus dem Dunkel ins Licht holt. Bei mir selbst kann es mein Partner, meine Eltern, mein bester Freund, meine Familie sein, aber vor allen Dingen auch Gott. Ihm kann ich all meine Gefühle zumuten. Ihm kann ich vertrauen, bei ihm weiß ich, hier bin ich geborgen, hier werde ich nicht verurteilt. "Alle eure Sorge werft auf ihn; denn er sorgt für euch“, heißt es im ersten Petrusbrief (1. Petrus 5,7).
Gott, auch wenn ich dich nicht sehe und meine Angst manchmal so groß ist, dass ich alles andere übersehe, mein Herz weiß um dich. Du bist bei mir. Immer.
Es grüßt sie herzlich, Michelle Engel, Gemeindereferentin in Krefeld