



# 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](http://www.kirche-im-wdr.de)  
E-Mail: [info@katholisches-rundfunkreferat.de](mailto:info@katholisches-rundfunkreferat.de)

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

Kirche in WDR 5 | 08.04.2014 06:55 Uhr | Wolfgang Dembski

## Sich von Zwängen befreien

Meine Hörerinnen und Hörer,

da saß dieser Mann vor mir auf der Couch. Ein erfolgreicher Manager und seine Verlobte, die nun von mir getraut werden wollten. Ich kannte das Paar nicht aus den Gottesdiensten meiner Gemeinde, und daher interessierte mich: Warum bleibt so jemand noch in der Kirche? Seine Antwort verblüffte mich: "Ich freue mich das ganze Jahr über auf Weihnachten, denn da erlebe ich immer etwas Besonderes. Wenn ich dann nämlich zum Gottesdienst in eine Kirche gehe, bleibt für mich die Zeit stehen."

Wir stehen ja jetzt erst einmal vor Ostern, nicht vor Weihnachten – aber ich denke, viele Menschen teilen die Erfahrung dieses Managers. Er schätzt die Kirche – und wenn es nur einmal im Jahr ist – als einen Ort, in dem alles anders ist. In dem die Zeit stehen bleibt. Und das ist gut so, sagt der Mann. Warum ist das so?

Ich vermute, es hat etwas zu tun mit seiner Lebensweise. Dieser Mann hat einen anstrengenden Beruf. Tagtäglich muss er sich mit Problemen herum schlagen, ständig hat er Ärger mit Kunden und Mitarbeitern, sein Terminkalender ist übervoll, und die Zeit, die für die Familie bleibt, ist äußerst knapp. Von dem bisschen Freizeit erst gar nicht zu reden.

Wenn mir jemand so seinen Alltag beschreibt, muss ich immer an eine Tretmühle denken. Eine Tretmühle war ja früher ein Laufrad, in dem Menschen Stunden lang laufen mussten, um eine Mühle oder auch einen Kran in Gang zu halten.

Mit solch einer Tretmühle könnte ich den Alltag vieler Menschen vergleichen, denen ich als Seelsorger begegne: Sich anstrengen, alle Kraft einsetzen, manchmal bis zur Erschöpfung, und das Tag für Tag. Alle wissen, dass so eine Lebensweise ungesund ist, nicht nur für den Leib, sondern auch für die Seele. So erlebe ich zum Beispiel Menschen, die schrecklich müde sind, auch dann, wenn sie lange geschlafen haben. Müde, weil sie sich überfordert fühlen, weil ständig mehr von ihnen verlangt wird, als sie leisten können. Und dazu die ständige Angst zu versagen, die Angst, von anderen niedergemacht und überholt zu werden.

Aber wie kommt man da raus? Klar, es gibt Hilfen. Es gibt Unterbrechungen, Zeiten, in denen man sich erholen kann: Sport oder auch Meditation, Yoga und Achtsamkeitsübungen. All das kann dem Körper und auch der Seele helfen.

Aber mal ehrlich: Abstrampeln beim Sport, um aus der Tretmühle zu kommen? Ich denke: Es braucht dazu noch Orte und Zeiten, in denen man sich aufrichten kann – in denen aufatmen funktioniert und der Blick geweitet wird. Für diesen Manager aus dem Traugespräch ist das einmal im Jahr der Kirchraum, in dem ein Gottesdienst stattfindet: Der ist etwas Besonderes, etwas, das weit weg ist vom Alltäglichen. Es ist eine Erfahrung, die mit Gott zu tun hat. Und diese Erfahrung ist für diesen Mann Antrieb, weiter am Glauben festzuhalten.

Mir hat mal jemand gesagt, in einer Kirche habe er immer das Gefühl, zu Hause zu sein. Zu Hause sein, das heißt doch wohl: Hier bin ich willkommen. Ich kann jetzt den ganzen Alltagskram abschütteln und mich entspannen. Ich brauche nichts zu leisten; es genügt, dass ich da bin. Denn hier ist Gott in der Nähe. Vor ihm bin ich ein freier Mensch. Er respektiert meine Entscheidungen und traut mir zu, dass ich aus meinem Leben etwas mache, auf das ich stolz sein kann.

Vielleicht meint der Mann solch eine Erfahrung: Eine Zeit in der Nähe Gottes, eine Zeit, die mir ganz allein gehört und in der ich nicht von außen gelenkt werde. Ich kann dann ganz ich selbst sein.

Meine Hörerinnen und Hörer, ich wünsche Ihnen, dass Sie auch solche Augenblicke erleben, in denen die Zeit still steht und in denen Sie sich aus der täglichen Tretmühle befreien können. Vielleicht hilft Ihnen dazu ein altes Gebet: "Gott, du führst mich hinaus ins Weite. Du machst meine Finsternis hell. Mit dir, meinem Gott, überspringe ich Mauern."

Einen guten Tag wünscht Pfarrer Wolfgang Dembski aus Dortmund.

Bildrechte: CCAS A 3.0 Wikimedia