

Kirche in WDR 2 | 04.04.2025 05:55 Uhr | Sabine Steinwender

## Alle sind fertig – was nun?

Alle sind fertig. Man muss gar nichts mehr sagen. Alle wissen Bescheid. Die weltpolitische Lage katastrophal. Krieg in der Ukraine, in Gaza und Israel, in Syrien und im Libanon. In den Vereinigten Staaten ein Präsident, der Europa fallen lassen will. Stimmt das wirklich? Und Deutschland? Grenzen sollen undurchlässiger werden – auch für Asylsuchende. Das Bürgergeld gekürzt und so weiter und sofort.

Ja, das macht einen fertig. Man versteht die Welt nicht mehr. Jahrzehnte lang Frieden und jetzt Alarm, Panik, Hysterie. Berechtigte Angst und Sorge. Fragt sich, wer bin ich? So klein, so bedeutungslos, so unwirksam. Was kann ich denn überhaupt noch tun?

Weitermachen, möchte ich laut hinausschreien. Der Alltag stabilisiert. Natürlich weitermachen, was sonst. Und reden. Die Gedanken aussprechen, die man nicht haben will. Die Gefühle benennen, die einen fertig machen. In Gemeinschaft sein. Zu merken, ich bin nicht allein.

Und: Freundlich sein. Sich selbst gegenüber und anderen. Sich und anderen was gönnen. Einen liebevollen Blick, eine kleine Aufmerksamkeit. Andere sehen, ihnen das Gefühl geben, du bist wichtig. Du bist mir wichtig.

Sich selbst ernst nehmen – den eigenen Hunger nach Glück, Zufriedenheit, Bedeutung. Sich zu fragen: Was sind meine Kraftquellen? Es gibt so viel, was einem Kraft geben kann: Die Spaziergänge im Wald, der Sport, das Treffen mit Freunden, die Kultur, der Gottesdienst. Ja, einfach mal eintauchen und abtauchen. Hallo – das Leben geht weiter. Im Ernst.

Ich arbeite in einer Schule. Für die Köchin bin ich dort Schwester S. "Wie geht's?", frage ich. "Och", sagt sie. "Es muss besser werden - mehr Frieden", und hält die Welt in ihren Händen. Eine Welt aus Luft - wie sie das macht ist sehr liebevoll. Als wollte sie mit ihrem üppigen Leib die Welt beschützen. "Kannst Du nicht mal was tun?", fragt sie mich. Ich verstehe sofort, was sie meint. Sie will, dass ich bete. Ich nicke. Und meine Familie kann das auch gebrauchen. "Ok.", sage ich. "Ich rede mal mit dem da oben." Ein Lächeln huscht über ihr warmes Gesicht. Als ich nach Hause fahre, denke ich: Danke, Nadine. Danke, dass ich für Dich beten darf. Für andere zu beten, gibt einem auch selbst Kraft. Das hatte ich vergessen.

Redaktion: Rundfunkpastorin Sabine Steinwender-Schnitzius