

Zwischentöne

Montag bis Freitag, ca. 9.50 Uhr (NDR 1 Niedersachsen)

7. bis 10. Juni 2021: "Zeit nehmen, um Zeit zu haben"

Von Barbara Walther, Lebensberaterin in aus Verden

Zeit - sie ist kostbar und oft viel zu schnell. Viele Menschen sehnen sich danach, endlich einmal Zeit zu haben. Aber wer Zeit haben will, muss sich auch Zeit nehmen, so Barbara Walther, Familien- und Lebensberaterin aus Verden. In ihrer Freizeit begleitet sie mit ihrem Mann Pilgerinnen und Pilger durch die Lüneburger Heide.



Redaktion: Andreas Brauns

Katholisches Rundfunkreferat
Domhof 24
31134 Hildesheim
Tel. (05121) 30 78 65
www.ndr.de/kirche

Dieses Manuskript ist urheberrechtlich geschützt und darf nur für private Zwecke des Empfängers benutzt werden. Jede andere Verwendung (z.B. Mitteilung, Vortrag oder Aufführung in der Öffentlichkeit, Vervielfältigung, Bearbeitung, Übersetzung) ist nur mit Zustimmung des Katholischen Rundfunkreferats zulässig. Die Verwendung für Rundfunkzwecke bedarf der Genehmigung des NDR.

Dienstag, 7. Juni - Feiertage

Gestern war Feiertag, Pfingstmontag. Zwei Tage - Sonntag und Montag - hat die Kirche ihren Geburtstag gefeiert. Ungefähr den 2.000. Die meisten Feiertage in unserem Kalender sind vom Ursprung her christlich und laden ein, an diesen Tagen innezuhalten, vielleicht mit Gott ins Gespräch zu kommen, Kraft zu schöpfen. Feiertage sind geschenkte Zeit. Viele Leute meinen aber, Feiertage kann man auch abschaffen. Sie sind nicht wirtschaftlich, eher vertane Zeit. Die Arbeitskräfte werden so nicht optimal genutzt.

Doch wer produziert die Produkte? Nicht nur Maschinen und Roboter. In erster Linie ist es doch der Mensch mit seiner Kraft und Kreativität seiner Energie. Und diese Energie muss ja irgendwo herkommen. Nicht zuletzt aus einem erholteten Körper. Also braucht es doch Feiertage? Darüber wird immer wieder diskutiert. Die Wirtschaftsweisen beraten, die Ökonomen grübeln.

Für mich steht fest: Feiertage sind Geschenke aus der christlichen Tradition. Und wenn ich sie geschenkt bekomme, versuche ich sie zu feiern. So war ich gestern im Gottesdienst und traf andere Geburtstagsgäste. Ich danke Gott dafür, dass er mir immer wieder Zeit schenkt und manchen Feiertag mit mir feiert.

Mittwoch, 8. Juni - Zeit nehmen und haben

Wie oft nehmen wir Zeit als selbstverständlich wahr und konsumieren sie? Zeit ist kostbar und oft viel zu schnell. Das erlebe ich schon am frühen Morgen. Es ist Zeit aufzustehen, aber ist noch Zeit zum Haarewaschen oder reicht die Zeit nur für eine schnelle Dusche. Frühstück fällt aus, keine Zeit - einen Kaffee-to-go, ab ins Büro. Mensch, wo bleibst du denn? Wir dürfen keine Zeit verlieren. Viele hetzen durch den Tag, von Termin zu Termin. Mittagessen, keine Zeit, schnell einen Burger auf die Hand.

Neulich hörte ich im Radio einige Gedanken über die Zeit. Zeit, was ist das? Zeit ist zeitlos. Was machen wir mit der Zeit? Wir messen sie mit Uhren. Wir verplanen sie. Vergeuden sie. Zeit ist kostbar und trotzdem schlagen wir sie tot. Was für ein Paradoxon. Ich habe keine Zeit, wie oft sage ich das. Doch haben wir nicht alle zeitgleich die gleiche Zeit zur Verfügung?

Gott hat mir meine Lebenszeit geschenkt, er wacht darüber, aber ich darf diese Zeit füllen. Ich möchte versuchen, wieder bewusster mit meiner Lebenszeit umzugehen. Mir Zeit zu nehmen, um Zeit zu haben. Ich möchte nicht hetzen, sondern den Tag gestalten. Und nicht irgendwie nebenbei essen, sondern ganz bewusst, weil es nicht selbstverständlich ist, satt zu werden.

Donnerstag, 9. Juni - Ich darf leben

Nur Zeit für mich haben - ohne Verpflichtungen. Gerade in diesen anstrengenden und unsicheren Zeiten sehne ich mich mehr denn je nach Ruhe und Stille. Manchmal reicht mir ein kleiner Spaziergang oder einfach nur mal aus dem Fenster schauen und den Regentropfen dabei zusehen, wie sie sich an der Scheibe zu kleinen Bächen zusammenfinden.

Die bekannte Kinderbuchautorin Astrid Lindgren hat einmal gesagt: "Und dann muss man ja auch noch Zeit haben, einfach dazusitzen und vor sich hinzuschauen". Häufig beobachte ich, wie unsere Enkelkinder im Spiel ganz in Gedanken versunken in ihrer Welt sind. Ich glaube, dass Astrid Lindgren ähnliches beobachtet hat. Dazusitzen und vor mich hin schauen heißt auch, mir selbst zuzuhören, meinen Gedanken und Sehnsüchten nachspüren. Ganz bei mir zu sein. In meiner Arbeit als Eheberaterin und Pilgerbegleiterin begegne ich vielen Menschen, die auf der Suche sind, nach Lebensenergie, nach Sinn und Ruhe, nach sich selbst und vielleicht sogar nach Gott.

Hinter der Suche nach mir selbst und einem sinnerfüllten Leben steckt eine tiefe menschliche Sehnsucht. Manchmal hilft es mir, mich ein paar Minuten am Tag still hinzusetzen und meinem Atem zu lauschen. Ich mache mir bewusst, ich darf leben. Gott sei Dank.

Freitag, 10. Juni - Gottes Arbeitsplatz

"Die Stille ist der Arbeitsplatz Gottes": Dieser Satz gefällt mir und beschreibt sehr gut, was ich schon viele Jahre bei meinen Auszeiten erlebe - in Klöstern oder beim Pilgern. Stille ist nicht einfach nur das Gegenteil von Lärm, sondern Stille ist ein bewusstes still werden. In dieser Stille spielt die Zeit keine Rolle.

Ich bin ohne Absicht da, einfach nur im Augenblick. Ob in einem Klostergarten, auf einem Pilgerweg, im Schweigen, auf einem Waldspaziergang oder an einem See auf einer Bank. Ich lausche, atme, öffne meine Sinne. In dieser Stille höre ich Gottes Wort. Er spricht zu mir. Und ich vertraue ihm meine Gedanken an. Manchmal denke ich, suche ich Antworten und Lösungen und dann höre ich in mir eine Frage, die mir einen neuen Weg zeigt, oder ich habe das Gefühl, dass sich vieles sortiert, was vorher undurchsichtig war.

Oft höre ich während unseren Pilgerwanderungen von diesen Erfahrungen. Menschen erzählen von ihren Gottesbegegnungen in berührenden Momenten in der Stille. Dann bin ich mir ziemlich sicher, Gottes Arbeitsplatz ist wirklich die Stille.