

Montag, 04.04.2022

Wasser macht lebendig

Nach dem Aufstehen gehe ich zum „Wach-Werden“ immer unter die Dusche. Das gehört zu meinem Morgenritual. Zum Abschluss gönne ich mir noch eine „kalte Dusche“. Herrlich! Das weckt meine Lebensgeister, macht mich frisch und lebendig. So beginnt bei mir jeder Tag. Frisch geduscht und gereinigt. Das hilft mir besonders auch immer dann, wenn ich mal nicht so gut unterwegs bin - beruflich oder privat, wenn es Streit und Konflikte in der Familie gibt.

In Höhen und Tiefen des Lebens hat Wasser für mich etwas „Lebendig-machendes“. Ohne Wasser würde es kein Leben geben. Und wie nötig Wasser ist, wissen nicht nur die Wüstenvölker. Auch bei uns in Berlin und Brandenburg werden wir in den trockenen Sommern immer wieder daran erinnert, dass Wasser keine unendliche Ressource ist.

Im „Buch der Bücher“, wie die Bibel oft genannt wird, nimmt das Wasser eine zentrale Bedeutung ein. Hier wird zum Beispiel vom „Wasser des Lebens“ gesprochen, im Wasser des Jordan werden Menschen getauft, bei der Hochzeit zu Kanaan gibt es ein spektakuläres Wunder, bei dem Wasser zu Wein verwandelt wird.

Was hat das jetzt mit meiner täglichen Morgendusche zu tun, mögen Sie sich vielleicht fragen. Die Morgendusche als religiösen oder spirituellen Akt zu verstehen, wirkt ein wenig übertrieben. Dennoch finde ich im übertragenen Sinne den Gedanken, der schon im Hebräerbrief im Neuen Testament beschrieben wird, ganz passend. Dort heißt es: ...lasst uns ...hintreten, das Herz durch Besprengung gereinigt vom schlechtem Gewissen und den Leib gewaschen mit reinem Wasser...“ (Hebr. 10,22)

Nun...ja! Den Körper reinigen“, das ist nachvollziehbar. Dass die morgendliche Dusche allerdings mir das schlechte Gewissen vertreiben soll, finde ich schon übertrieben. Oder doch nicht? Mir geht es jedenfalls so, dass diese äußerliche Reinigung mit Wasser etwas auch mit meinem Inneren macht. Die kalte Dusche erfrischt nicht nur, sondern macht mir gute Laune und lässt mich beschwingt in den Tag starten. Das gibt Energie, auch schwierige Erlebnisse in meiner Arbeit als Seelsorger anzugehen.

Dienstag, 05.04.2022

Was Lächeln bewirkt

Die Natur im Berliner Umland ist unbezahlbar. Fast überall an der Stadtgrenze werden wir mit Wäldern und Wasserlandschaften verwöhnt. Seit dem Lockdown vor zwei Jahren wissen wir umso mehr zu schätzen, was es bedeutet, rausgehen zu können aus den eigenen vier Wänden.

Bei meinen vielen Runden um den Lehnitzsee bei Oranienburg sind mir viele Menschen begegnet, vereinzelt, aber auch Familien mit Kindern. Solch einen Betrieb war ich gar nicht bei meinen sonst üblichen Seerunden gewohnt. Ich habe mich gefragt, woran das liegt. Mein erster Gedanke: Frische Luft und Weite. Dann das Beruhigende des Wassers, die Bäume am Ufer und schließlich die Begegnung mit Anderen auf dem Weg um den See. Vielleicht aber auch die Sehnsucht gesehen zu werden oder gar angesprochen zu werden.

Aber wie komme ich am besten in Kontakt mit vielleicht sogar mir fremden Menschen? Einfach grundlos „anquatschen“? Nein...das geht oft nach hinten los. Körperliche Kontaktaufnahme durch „anrempeeln“? Das kann hier und da sprichwörtlich „ins Auge gehen“. Die mir am besten erscheinende Methode ist ein freundliches Anlächeln – mit Mund- und Nasenschutz gar nicht so leicht. Gott sei Dank lächeln die Augen ja mit. Nicht umsonst gibt es ja auch „Lachfalten“.

Übrigens stelle ich mir so auch die Begegnungen Jesu am See Genezareth mit seinen ersten „Gefolgsleuten“ vor. In der Bibel wird beschrieben, was er den Männern und Frauen am See gesagt hat. Aber wie hat Jesus die Menschen für sich gewonnen? Nur durch das Ansprechen? Ich bin davon überzeugt, dass Jesus seine Anhänger, die später Haus und Hof für ihn und seine Botschaft verlassen haben, mit leuchtenden Augen und mit einem Lächeln in seinen Bann gezogen hat. Er hat sie auf Augenhöhe mit einem Lächeln in seine Nachfolge gerufen. Anders kann ich mir das gar nicht vorstellen.

Vielleicht finden Sie bei Ihrem nächsten Seespaziergang nicht gleich „Freunde fürs Leben“, wenn Sie jemanden anlächeln. Aber es ist nicht ausgeschlossen, dass auch jemand zurück lächelt. Das tut Ihnen bestimmt gut.

Ihnen einen frohen und beschwingten Tag!

Mittwoch, 06.04.2022

Ins Gleichgewicht kommen

Bald tummeln sich wieder die Wassersportlerinnen und Wassersportler auf unseren schönen Seen hier in Brandenburg und Berlin. Was mir im letzten Jahr aufgefallen ist und immer mehr zum Trendsport für „Jung und Alt“ zu werden scheint, sind die „Stand-up-Paddler und - Paddlerinnen“. Sie stehen auf einer Art Surfbrett und bewegen sich mit einem Paddel voran.

Zunächst scheint diese Sportart nicht nur eine sehr wackelige... sondern oft auch eine nasse Angelegenheit zu sein. Aber nach und nach, wenn das Brett auch zu einem passt, fühlt sich das Gleiten auf dem Wasser richtig gut an. Man kann auf einem solchen Board Gleichgewichtsübungen und sogar Yoga machen. Es tut dem Körper, dem Geist und auch der Seele richtig gut. Wichtig dabei ist, Ängste abzubauen und Vertrauen zu entwickeln. Dadurch entsteht eine Balance nicht nur auf dem Brett sondern sogar in mir selbst.

Eine ähnliche Erfahrung hat Petrus auf dem See Genezareth gemacht. Ganz euphorisch stürzt er Jesus entgegen, als dieser ihm auf dem Wasser entgegen kommt. Doch der Anfangseuphorie folgte die Angst, die Panik keinen Halt mehr zu haben. Und schon säuft er mehr oder minder ab. Jesus rettete ihn in letzter Sekunde. (Mk 6, 24)

Der Vergleich ist vielleicht etwas gewagt: in biblischer Zeit waren die beiden natürlich ohne „Stand-up-Paddel“ auf dem See unterwegs. Aber eines ist den Menschen heute und dem Petrus damals gemein. Auf der einen Seite die Begeisterung und auf der anderen Seite die Angst, das Gleichgewicht zu verlieren und im Wasser unterzugehen. Jesus ermutigt seinen Freund Petrus, mehr zu glauben, zu vertrauen. Davon brauchen auch wir heute mehr denn je: Stabilität und Balance im Leben und in unserer Welt.

Als Seelsorger für Polizistinnen und Polizisten biete ich eigene Kurse zum Thema „Stabilität und Balance“ an. Dabei wagen sich die Teilnehmer ebenfalls mit Stand up-Paddeln aufs Wasser und versuchen, das Gleichgewicht zu halten. Man kann so über eine Körpererfahrung einen neuen Zugang zu sich selbst entdecken und beruflich wie privat ins Gleichgewicht kommen. Die Erfahrung hat gezeigt, dass viele der Teilnehmer diese Erfahrung sehr zu schätzen wissen.

Donnerstag, 07.04.2022 Wasser und Wein

„Haben Sie ´was getrunken?“ fragt der Polizeibeamte bei der Verkehrskontrolle. Er denkt dabei natürlich an Alkohol. Wenn der Hausarzt das fragt, geht es dagegen um den Wasserhaushalt des Körpers.

Besonders älteren Menschen wird angeraten am Tag mindestens zwei Liter zu trinken...am besten Wasser. Wasser ist überlebenswichtig. Wasser ist aber nicht nur ein notwendiges Mittel zum Überleben. Wasser kann auch regelrecht ein Genuss sein. Gerade hier in Brandenburg haben wir eine sehr gute Wasserqualität. Und deshalb gibt es in der Region auch eine ganze Reihe von Abfüllbetrieben für Mineralwasser.

Ich wundere mich manchmal darüber, wenn Mineralwasser über weite Strecken durch Europa gefahren wird; über tausende Kilometer von Südfrankreich oder Italien bis nach Berlin und Brandenburg, um dann hier für viel Geld Käufer zu finden. Wo doch das hiesige Wasser ein gesundheitlich hochwertiges und genauestens geprüftes Lebensmittel ist.

Wasser als Lebenselixier hatte auch zu biblischen Zeiten eine wichtige Bedeutung, als rituelle Reinigung vor Feiertagen. Von Jesus wird berichtet, wie er seinen Freunden vor dem höchsten jüdischen Fest die Füße gewaschen hat. Eine Geste des Demut und Fürsorge, die normalerweise von Sklaven verrichtet wurde.

Die für mich schönste Geschichte ist aber die Erzählung von der Hochzeit von Kanaan. Jesus ist mit seinen Freunden sowie mit seiner Mutter eingeladen. Es muss schon hochhergegangen sein, denn nach kurzer Zeit geht der Wein zur Neige. Jetzt tut Jesus sein erstes Wunder. Er wandelt Wasser zu Wein, zum Erstaunen des Kellermeisters und ohne dass die Hochzeitsgesellschaft es bemerkt. So konnte die Hochzeitsfeier fröhlich weitergehen.

Eine tolle Geschichte. Wasser wird zu Wein. Der Wein ermöglicht den anwesenden Gästen ein ausgelassenes Fest. Selbstverständlich ist es auch möglich ohne Wein oder anderen Alkohol fröhlich zu feiern. Unsere moslemischen Nachbarn machen es ja vor.

Dennoch ist es doch wunderbar, dass das gutes Wasser und mehr noch guter Wein zu einem hohen Lebensgenuss beitragen. Genießen wir den heutigen Tag, sei es mit Wasser oder einem Gläschen Wein in Erinnerung an die Hochzeit von Kanaan.

Freitag, 08.04.2022

Polizei-Wallfahrt

Heute geht es von Rom zurück nach Berlin-Brandenburg von der „Nationalen Wallfahrt der deutschen Polizei“. Aus ganz Deutschland, aus allen Bundesländern kamen Polizistinnen und Polizisten nach Rom, um in der Ewigen Stadt dem Heiligen Petrus, dem Heiligen Paulus und den vielen ersten Christen der jungen Kirche nachzuspüren. Wir haben eine Ahnung davon zu bekommen, was es heißt, für seinen Glauben und seine tiefe Überzeugung einzutreten und sogar den eigenen Tod in Kauf zu nehmen.

Wir besuchten in Rom die ersten kirchlichen Versammlungsorte in den Katakomben, den ehemaligen Grabstätten der Römer. Dort unter der Erde, im Verborgenen, feierten die ersten Christen ihre Gottesdienste und hatten dort Gemeinschaft miteinander. Im Kolosseum, der größten Freiluftarena der Antike, wurden nicht nur Gladiatorenkämpfe ausgetragen, sondern auch Christinnen und Christen den Raubtieren vor dem johlenden Publikum zum Fraß vorgeworfen. Ein äußerst brutales Schauspiel ... zur Unterhaltung der Zuschauer.

Menschen, die aus der Überzeugung einer Botschaft der Nächstenliebe und des friedlichen Miteinander bereit waren dafür zu sterben. Das berührt mich sehr und lässt mich ins Heute schauen. Ich frage mich, ob ich auch bereit bin, mich meine Überzeugung zum Beispiel für die freiheitlich-demokratische Grundordnung etwas kosten zu lassen und bei Konflikten den Kopf hinzuhalten.

Polizistinnen und Polizisten tun dies auf unseren Straßen in Berlin und Brandenburg jeden Tag. Sie werden zwar für ihren Dienst vom Staat bezahlt, dennoch tun die meisten das aus tiefer Überzeugung. Sie schützen das Recht und die Freiheit jedes einzelnen von uns. So finde ich, dass das „Rom der ersten Christen“, der sogenannten Urchristen, ein guter Ort des Erinnerns und aber auch der Vergegenwärtigung ist ... für „Überzeugungstäter“, wie unsere Polizisten es sind. So kamen bei den Polizeibeamten, die ich in Rom begleiten durfte, Fragen auf wie: „Wo für stehe ich?“, „Wie weit würde ich gehen für meine Überzeugung und für das, was mir im Glauben wichtig ist?“

Heute geht es zurück nach Deutschland. Was die vielen Polizistinnen und Polizisten jetzt wohl an Gedanken nach Hause mitnehmen? Ich bin gespannt...

Samstag, 9.4. 2022 Zum Palmsonntag

Morgen ist Palmsonntag, in der evangelischen Kirche auch Passionssonntag genannt. Der Palmsonntag ist der letzte Sonntag vor dem Osterfest. In der katholischen Liturgie gibt es einen besonderen Brauch. Vor Beginn des Gottesdienstes im Freien vor der Kirche werden die Palmzweige gesegnet. Hierzulande sind es meist Zweige vom Buchsbaum. Nach dieser Segnung zieht die Gottesdienstgemeinde feierlich in die Kirche ein. Diese feierliche Prozession der Gläubigen soll an den Einzug Jesu nach Jerusalem erinnern. Der Einzug wird sozusagen nachempfunden.

Im Evangelium wird beschrieben, wie Jesus damals mit Jubel und Begeisterung von den Einwohnerinnen und Einwohnern des damaligen Jerusalem empfangen wurde. Viele der Jubelnden haben in ihm eine Art König der Juden gesehen. Sie hielten Jesus für den lang ersehnten „Messias“. Die Euphorie war riesig. Aber dieser Jesus entsprach nicht unbedingt dem Bild eines triumphierenden Königs oder Messias. Sein Gefolge bestand eher aus zerlumpten jungen Männern, Hippie-ähnlich. Und Jesus wurde weder in einer königlichen Sänfte in die Stadt getragen, noch ritt er auf einem weißen stattlichen Schimmel ins Zentrum der Stadt. Er kam auf einem Esel daher... nicht gerade majestätisch, sondern wie der Gegenentwurf eines königlichen Herrschers... ein „Anti-König“.

Dennoch hatte dieser Jesus eine Ausstrahlung, die die etwas ärmlichen Äußerlichkeiten überstrahlte. Bestimmt grüßte er der Menge freundlich zurück. Das war wohl ein wahrer Segen für die Menschen, die ihren Befreier und Erlöser empfingen. Jesus wollte den Menschen „Gutes“ geben. Durch Wort und Tat.

Segen heißt im Lateinischen *Benedictus*. Zu deutsch: Etwas „Gutes sagen“ oder „Etwas Gutes auf den Weg wünschen“.

Einige der Gottesdienstbesucher am morgigen Palmsonntag nehmen ihre gesegneten Palmzweige mit nach Hause in ihre Häuser und Wohnungen, damit sie bis zum nächsten Palmsonntag immer unter dem „guten Segen Jesu“ stehen.

Ihnen allen eine gesegnete Karwoche!