

# NDR 2 Moment mal

Montag bis Freitag 18:15 Uhr, Samstag und Sonntag 9:15 Uhr



Pastorin Judith Augustin aus Hannover

Freitag, 5. Mai 2023

---

„Sprich nur ein Wort, so wird meine Seele gesund.“ Das klingt wie ein Zauberspruch. Es ist aber – ein Bibelwort. Ein gutes Wort ist für mich eines, das funktioniert wie ein passender Schlüssel im Schloss. Ich kann ihn drehen und dann ist der Weg frei und die Luft zum Atmen kommt wieder durch.

Ich kenne das. Aber vergesse es immer wieder; stecke fest, bin wie blind – bis endlich jemand da ist zum Zuhören. Bis jemand ausspricht, was ich fühle. Und wenn es ist, dass jemand einfach nur feststellt: Ich merke, Du bist unglücklich. Bis jemand mir also ein Schlüsselwort gibt.

Zum Beispiel, als ich bei meinem Kollegen ins Büro komme. Er hat es mir wohl angesehen. Er nimmt sich Zeit und hört zu. Dann fällt mein Blick auf ein Schild, das auf dem Tisch liegt: „Reinigung heute nicht notwendig.“ Reinigung – ein gutes Stichwort. Ich drehe das Schild um und lese: Bitte reinigen.

Passt. Eine Reinigung wäre jetzt gut. Mein Schlüsselwort für den Tag. Innerlich aufräumen, mich sortieren, mich wieder in Beziehung setzen zu meinen Leuten, meinen Aufgaben, zu meinem Platz, an dem ich gerade bin. Ich brauche wieder Boden unter den Füßen, frische Luft zum Atmen. Ich werde mir dafür Zeit nehmen.

Bitte reinigen. Dieses Wort passt wie ein Schlüssel ins Schloss. So, als ob die Tür aufgeht und der Weg ist wieder frei.