

# Nachtgedanken

---

Montag bis Freitag, 21.50 Uhr (NDR 1 Niedersachsen)

**28. Januar bis 1. Februar 2019 - Aufmerksam wahrnehmen**

**Von Andreas Brauns, Theologe in Hildesheim**

Von einem alten Pullover, einem besonderen Kinofilm und einem neuen Gebot erzählt Andreas Brauns, Theologe in Hildesheim, in den Nachtgedanken.



**Andreas Brauns**

Redaktion: Andreas Brauns

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

### **Montag, 28. Januar 2019: Hören**

Ich höre, also bin ich. Das geht mir manchmal durch den Kopf, wenn ich mit Bus oder Bahn unterwegs bin und mich umschaue. Überall Kopfhörer, mal mit, mal ohne Kabel. Junge und alte Menschen hören, wenn sie unterwegs sind. Manche sind völlig versunken darin. Das, was um sie herum geschieht, blenden sie aus. Sind ganz Ohr. Eigentlich ist das eine gute Übung für den Alltag, etwa für Gespräche. Da gilt es, genau hinzuhören und, wie bei der Musik auch, auf die leisen Töne zu achten. Manchmal zeigt sich: Nicht die, die laut sind und poltern, haben wirklich etwas zu sagen. Nein, es sind die, die eher leise sprechen, manchmal sogar suchen nach Worten. Ich höre, also bin ich. Da ist was dran, zumal ich beim Hören nicht nur bei mir bleibe. Vielleicht heißt es auch darum in der Bibel: Wer Ohren hat, der höre. Meine Ohren freuen sich jetzt erst einmal auf die Ruhe.

### **Dienstag, 29. Januar 2019: Ein neues Gebot**

Wer einmal ein Hühnerauge hatte, weiß, wieviel Aufmerksamkeit es erfordert. Von Hühneraugen hat jetzt ein Münchner Pfarrer gesprochen. Genauer vom „Hühneraugengebot“. Er sieht sich und seine Berufsgruppe in der Pflicht, auf Hühneraugenhöhe den Menschen zu begegnen. Also ganz unten und nicht von oben herab. Wer auf Hühneraugenhöhe ist, schaut genau hin, ist aufmerksam. Hühneraugenhöhe wäre nicht nur in der Kirche angebracht, auch im Alltag. Etwa zwischen Menschen, die alle gleich sind. Als Kind hätte ich mir gewünscht, dass das Hühneraugengebot bekannt ist, nicht nur in der Schule, nein, auch im Elternhaus oder im Verein. Wie oft wurde da von oben herab gehandelt und über mich bestimmt. Es war halt einfach so. Ich bin mir ziemlich sicher: Auch damals wurde Hühneraugen Aufmerksamkeit geschenkt, doch niemand wusste etwas vom Hühneraugengebot.

### **Mittwoch, 30. Januar 2019: Aufgefangen**

Fallen ins Bodenlose. Das kenne ich. Zum Glück nur aus dem Traum. Der kommt allerdings immer wieder. Ich bin im Wald unterwegs, es ist dunkel und plötzlich falle ich. Immer tiefer. Ich suche nach Halt, doch da ist nichts. Ich falle weiter. Aber ich wache nie panisch auf. Wenn ich mich am Morgen an meinen Traum erinnere, dann ist da nur das Fallen. Tiefer und tiefer. Vor Augen habe ich meine vergebliche Suche nach Halt. Da sind meine Hände, die ins Leere greifen. Doch von einem Aufschlagen weiß ich nichts. Noch nie ist mir etwas passiert. Ich kann mich jedenfalls nicht erinnern. Ich bin kein Traumexperte, doch mich tröstet mein Traum, obwohl ich falle und falle. Ich weiß nicht, ob mich jemand auffängt. Aber weil ich noch nie panisch aufgewacht bin, habe ich irgendwie das Gefühl: Ich bin nicht allein, wenn ich falle. Irgendwo tief in mir muss da ein Vertrauen sein: Du wirst aufgefangen. Dafür bin ich dankbar.

### **Donnerstag, 31. Januar 2019: Ans Herz gewachsen**

Morgen werde ich ihn wieder anziehen, meinen alten Pullover. Er ist im Laufe der Jahre etwas aus der Form geraten. Und Farbe hat er auch schon verloren. Das einst kräftige Ultramarinblau ist nur noch zu erahnen. Die Ärmel sind etwas unförmig. Und nach jeder Wäsche hoffe ich wieder: der alte Pullover darf bleiben. Obwohl er schon längst aus der Mode ist. Aber wie oft habe ich in ihm schon geschwitzt? Wie oft hat er mich aber auch gewärmt, wenn mir kalt war oder ich mich unwohl gefühlt habe. Das gute Stück, es ist hier und da schon repariert, was den Wert für mich erhöht. Wenn ich den Pullover anziehe, fühle ich mich sofort wohl. Wir zwei haben schon manche Situation gemeistert. Und ich bin nicht bereit, ihn herzugeben, weil ich mich in ihm geborgen weiß. Er ist nicht wertvoll, kein Designerstück, mir aber ans Herz gewachsen. Wie sollte ich mich da von ihm trennen können?

### **Freitag, 1. Februar 2019: Mit den Augen eines Kindes**

Ein Kind verklagt seine Eltern, weil es in diese Welt geboren wurde. Das gibt es nicht? Doch. Im Film Capernaum - Stadt der Hoffnung. Ich kann die Bilder nicht vergessen. Sie haben sich eingebrennt. Der Junge Zain verklagt seine Eltern vor Gericht. Er hat allen Grund dazu. Denn er hat keine Chance im Leben. Zain darf nicht zur Schule gehen, muss arbeiten in den Slums von Beirut, damit die Familie überlebt. Mit seiner Klage will er verhindern, dass seine Eltern noch mehr Kinder bekommen, die in dieser Welt leben müssen. Das Geheimnis des Films: Laienschauspieler stehen hier vor der Kamera. Menschen mit Licht- und Schattenseiten. Alle haben erlebt, was sie im Film spielen. Beim Filmfestival von Cannes hat er den großen Preis der Jury gewonnen. Der Libanon schickt „Capernaum - Stadt der Hoffnung“ jetzt in das Rennen um den Auslands-Oscar. Einen Film, der die Welt aus der Sicht eines Kindes zeigt. Einen Film, der die Augen öffnet.