

Nachtgedanken

Montag bis Freitag, 9.50 Uhr (NDR 1 Niedersachsen)

10. bis 14. September 2018 - Slawische Nächte und ganz viel Natur

Von Susanne Briese, Landespastorin für Ehrenamtliche in Hannover

Malen mit Noten. Bedrich Smetana macht das. Und Susanne Briese, Landespastorin für Ehrenamtliche aus Hannover, erzählt davon. Außerdem spricht sie über den starken Wanja, Wind und Wasser.



Susanne Briese

Redaktion: Oliver Vorwald

Evangelische Kirche im NDR
Redaktion Hannover
Knochenhauerstr. 38-40
30159 Hannover
Tel. (0511) 32 76 21
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 der Ev. Kirche im NDR zulässig. Die Verwendung für Rundfunkzwecke bedarf der Genehmigung des NDR.

Montag, 10. September 2018

Flöten plätschern sanft, Streicher fließen, dann wieder Flöten. Bedrich Smetana malt mit Instrumenten den Lauf der Moldau. Auf- und absteigende 16-tel-Noten lassen den Strom vor dem inneren Auge durch Wälder und Wiesen fließen. Mit einem Mal mischen tänzerische Klänge sich ein: Ein Landvolk feiert Hochzeit bis in die Nacht. Und so geht es weiter. Smetanas Moldau-Komposition ist ein ständiger Wechsel zwischen Ruhe und Sturm, zwischen Gefahr und Frieden. Zuletzt fließt die Moldau wieder ruhig dahin. Diese Musik ist nicht nur schön, sie lehrt mich auch, den Rhythmus meines Lebens anzuschauen: Ohne den Wechsel von Kraft und Ruhe verliert das Leben seine Struktur. Gott selbst ruhte aus am siebten Tag der Schöpfung.

Dienstag, 11. September 2018

Wasser fließt leise dahin und plätschert. Ein Windhauch ist zu hören, leicht weht er durch Zweige und Büsche. Der Radiosender BBC 3 bringt die Ruhe der Natur nach Hause: „Slow Radio“, „langsames Radio“, heißt diese Art des Programms. Stille und Langsamkeit gehören hier bewusst dazu. Der Radio-Versuch soll zur Verlangsamung einladen. Und das kommt gut an. Viele erleben die Geräusche und Bilder der Natur nur noch im Vorübergehen. Denn es tut der Seele gut: einmal nichts zu tun, außer wahrzunehmen, was da ist. Die Augen schließen und hören. Fühlen. Nachspüren. Ruhe ist kostbar. Man sollte sie täglich bewusst wenigstens für eine kurze Zeit genießen. Wie wäre es, wenn Sie jetzt gleich einmal durch das geöffnete Fenster horchen und riechen?

Mittwoch, 12. September 2018

„Der starke Wanja“ von Otfried Preußler. Ein besonderes Märchen. Es lobt den Müßiggang. Wanja, im alten Russland geboren, übt sich als Kind im faul sein. Es beginnt damit, dass ihn eines Tages ein merkwürdiger Mann auffordert, sieben Jahre auf dem Ofen zu liegen. In dieser Zeit soll er sieben Säcke mit Sonnenblumenkernen essen. Das wird ihn stark machen. Genauso geschieht es. Und nach sieben Jahren zieht er los, um sich einer neuen Aufgabe zu stellen: In sieben Ländern und Königreichen sucht er nach der Zarenkrone. Am Ende wird aus dem wunderlichen Kind ein hoch geachteter, glücklicher Mann. Unterwegs wird er für viele Menschen wichtig. Für mich eine Geschichte, die Mut zum Innehalten und zum Bei-Sich-Bleiben macht.

Donnerstag, 13. September 2018

Mehr als zehn Prozent der Menschen in Deutschland schlafen schlecht. Gründe für Schlaflosigkeit sind natürlich sehr vielfältig. Aber oft liegt es einfach daran, dass man einfach zu viel mit in die Nacht nimmt. Dann wälzt man im Bett die Probleme des Tages hin und her. Abschalten, das ist natürlich leichter gesagt als getan. In einem meiner Lieblingsklöster hat mir eine Schwester einmal ein kleines Gebet geschenkt: „Gebet der liebenden Aufmerksamkeit“ heißt es. Auf einem kleinen blauen Zettel liegt es schon sehr lange in der Nachttischschublade: Ich schaue auf meinen Tag zurück, nehme wahr, was gewesen ist. Dann spüre ich nach, was ich empfunden habe. Ich danke für das Schöne, bitte um Versöhnung für das Schmerzliche. Ich lege vor dem Einschlafen den Tag zurück in Gottes Hand.

Freitag, 14. September 2018

Schülerinnen und Schüler bringen ein Porträtfoto mit in den Unterricht. Wie wirke ich? Dann übermalen sie das Bild mit schwarzer Wachsmalkreide und kratzen es wieder frei. Eine verblüffende Erfahrung: Entspricht das, was ich frei gekratzt habe, mir eher, als das ganze Bild? Was verändert sich, wenn ich nur einen Ausschnitt von mir selbst wahrnehme? Was möchte ich gern verdecken, was soll jeder sehen können? Ich kann mir gut vorstellen, dass dieser Selbstversuch einen interessanten Blickwechsel eröffnet. Der Blick auf mich selbst und das Bild, das andere von mir haben. Welches davon gefällt mir eigentlich besser? Über allem steht aber die Gewissheit, dass Gott uns Menschen nach seinem Bilde mit Würde geschaffen hat. Das steht fest.