

## Zwischentöne

---

Montag bis Freitag, 21.50 Uhr (NDR 1 Niedersachsen)

**24. bis 28. Oktober 2022 - Eine besondere Zeit**

**Von Thomas Fohrmann, Pastoralreferent in Brake**

Für Thomas Fohrmann, Pastoralreferent in Brake an der Unterweser, ist der Herbst eine besondere Jahreszeit, zu der bestimmte Arbeiten gehören, aber auch besondere Speisen, die dem Herbst einen unverwechselbaren Geschmack geben.



**Thomas Fohrmann**

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, 24. Oktober 2022 - Den Garten schwarz machen**

Wenn ich im Oktober in unseren kleinen Garten schaue, dann denke ich öfter an meinem Opa August. Wir hatten einen großen Garten - er war Opas Reich. Im Herbst hat er uns gemahnt: "Denkt dran, am 1. November muss der Garten schwarz sein." Jedes Jahr haben wir als Familie das im Oktober aufs Neue gehört. Aber für mich war es immer ein Highlight, gemeinsam mit Opa und Papa den Garten umzugraben. Alles habe ich als Kind dafür abgesagt, nur der Garten zählte Ende Oktober für mich. Die Furchen mit Kompost zu füllen und zu sehen, wie nach und nach alles gleichmäßig schwarz wurde. In meinem Garten gibt es keine Nutzfläche, die ich umgraben müsste. Trotzdem sind da Opas Worte - und ich denke darüber nach, was ich winterfest machen muss. Da sind die Gartenstühle, die Gießkannen, sonstige Gartengeräte - alles muss ich noch wegräumen. Aber das ist noch nicht alles. Was muss ich bei mir und in meinem sozialen Umfeld noch glattmachen, was muss aus dem Weg geräumt werden, was packe ich in diesem Jahr noch an? Gehe ich es an, dann wird nicht nur der Garten winterfest.

### **Dienstag, 25. Oktober 2022 - Das Profil wechseln**

Manchmal reichen wenige Buchstaben, um etwas zu verdeutlichen. Sätze wie: "Von A bis Z", "Dem kannst du kein X für ein U vormachen", "Er ist das Alpha und das Omega". Und: "Von O bis O". Da geht es um den jährlichen Reifenwechsel. Eine Faustregel besagt, dass Winterreifen von O wie Oktober bis O wie Ostern gefahren werden sollen. Wer Auto fährt, weiß, dass ein Winterprofil erheblich mehr Sicherheit bietet. Aber: Wie sieht es mit meinem Profil aus? Komme ich so, wie ich jetzt bin gut durch den Winter oder gibt es noch etwas zu tun? Kann ich gelassen sein oder plagen mich zurzeit Sorgen. Bevor ich überhaupt eine Antwort habe, spricht Gott mir in einem Wort aus dem Buch der Psalmen seinen Schutz zu: "Gott lässt deinen Fuß nicht wanken; dein Hüter schlummert nicht ein." In meinem Leben gilt das Gleiche, wie im Straßenverkehr: Auch ein geschärftes, winterfestes Profil, sowie Gottes Schutz sind kein Freifahrtschein für Leichtsin. Achten wir auf uns und unsere Mitmenschen - nicht nur im Straßenverkehr.

### **Mittwoch, 26. Oktober 2022 - Nicht nur Obst**

Ja, ich staune nicht schlecht, als meine Frau im August mit einem Einkochtopf und zig Einmachgläser vom Dienst nach Hause kommt. Sie arbeitet nämlich eigentlich in einem Pflegeheim - als Betreuungskraft auf der Demenzstation. Sie erzählt mir sehr bewegt, woher die Utensilien stammen. "Ich habe mit den Bewohnerinnen über das Einkochen von Obst gesprochen. Bei ihnen wurden Erinnerungen wach an früher und sie erzählten, wie und was sie früher eingekocht haben. Dann habe ich gesagt, dass ich es vielleicht auch einmal ausprobieren möchte. Das hat ein Besucher gehört. Und daraufhin hat er mir heute den nicht mehr benutzten Topf und die Gläser mitgebracht und gesagt: "Meine Frau kann es ja nicht mehr nutzen, bei Ihnen ist das alles in guten Händen." In unserem Hauswirtschaftsraum stehen heute Gläser mit Apfelmus, Birnen, Pfirsichen. Wenn ich die Gläser anschau, dann kommt mir die Geschichte der Maus Frederick in den Sinn. Während alle andere Mäuse Vorräte für den Winter sammeln, sammelt Frederick Sonnenstrahlen, Lieder, Geschichten. Und als die Mäuse in Winterdepressionen verfallen, heitert Frederick sie mit seinen gesammelten Sommererinnerungen wieder auf.

Frederick hat recht! Nicht nur Lebensmittel lassen sich konservieren, sondern auch Seelennahrung.

#### **Donnerstag, 27. Oktober 2022 - Der Herbst schmeckt anders**

In den letzten Wochen habe ich oft gehört: Der Herbst kam in diesem Jahr besonders schnell! Das stimmt. Der lange schöne Sommer hat dem Herbst wirklich sehr schnell die Tür geöffnet. Waren es vor kurzem noch die Sommerstunden auf der Terrasse, dann sind es nun die gemütlichen Abende bei Kerzenlicht. Der Herbst verändert vieles, auch unseren Geschmack. Und erfreuten mich vor kurzem noch der sommerliche Salat oder das Spaghettieis, dann sind es jetzt eher Kürbis- und Kohlgerichte sowie leckere Eintöpfe. Ich finde es spannend, was der Herbst alles verändert. Neben den bunten Farben bringt der Herbst häufig Nebel, Regen und Dunkelheit, eben unser norddeutsches Schmuddelwetter. Ich mag diese düstere Seite, auch wenn sie zu Wehmut führen mag. Jede Medaille hat nun mal zwei Seiten. Wenn mich in meinem Inneren diese Wehmut packt, dann hilf es mir daran zu denken, wie ich mir in schlaflosen Hitzenächten Kühle gewünscht habe. Und wie ich mir Regen gewünscht habe, wenn wieder einmal das allabendliche Blumengießen im Sommer angesagt war. Wenn ich all das bedenke, dann schmeckt er mir wieder, der Herbst.

#### **Freitag, 28. Oktober 2022 - Herbstkinder**

Heute hat meine Mutter Geburtstag. Sie ist ein Herbstkind, genauso wie ich. Ich wäre so gerne im Sommer geboren. Das habe ich mir vor allem bei meinen verregneten Kindergeburtstagen gewünscht. Herbstkinder verstehen mich sich sicherlich nur zu gut. Wir Herbstkinder haben aber nicht nur Grund zur Klage. Studien verschiedener Universitäten belegen: Herbstkinder sind fit und leben offenbar länger als Menschen, die in anderen Jahreszeiten geboren wurden. Na, das ist doch was. Aber, solche Studienergebnisse sind kein Ruhekitz. Sie regen mich an, darüber nachzudenken, was ich selbst zu einem gelungenen Leben beitragen kann. Möglichst gesund zu leben, einen guten Ausgleich zu finden von Arbeit und Freizeit, mal einfach abzuschalten und nicht erreichbar zu sein. Leicht gesagt aber nicht immer leichtgetan, ich kenne mich da nur zu gut. Ich muss aufmerksam sein, muss Zeichen wahrnehmen, auf vertraute Menschen hören. Nicht nur für uns Herbstkinder kann ein Irischer Segenspruch ein kleiner Hinweis sein: "Mögen Zeichen an der Straße Deines Lebens sein, die Dir sagen, wohin Du auf dem Wege bist. Mögest Du die Kraft haben, die Richtung zu ändern, wenn Du die alte Straße nicht mehr gehen kannst."