

Die Morgenandacht

Montag bis Freitag, ca. 5.56 Uhr (NDR Info) und 7.45 Uhr (NDR Kultur)

12. bis 17. Februar 2024: "Schau genauer hin"

Von Georg Ischler, Militärfarrer in Munster

Von Karnevalskostümen und eher unauffälligen "Ganzjahreskostümen", von Luftschlangen, dem Wechsel der Perspektive, von der Bedeutung einer Karenzzeit und von einem ganz besonderen Geschenk Gottes erzählt Militärfarrer Georg Ischler aus Munster.



Georg Ischler

Redaktion:
Andreas Brauns

Katholisches Rundfunkreferat
Am Mariendom 4
20099 Hamburg
Tel. (0170) 520 14 54
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, 12. Februar - Humor und Lebensfreude

Liebe Hörerinnen und Hörer, für viele Menschen ist der Rosenmontag Fest- und Feiertag zugleich. Schon am Wochenende wurde gefeiert - und viele waren unterwegs zu Karnevals-Umzügen, etwa im Eichsfeld, in Braunschweig und Hannover. Karneval das sind Festtage, die sich Menschen selbst genommen haben. Das närrische Volk hat schon im Mittelalter dafür gestritten, diese Tage für sich zu haben. Tage, ohne die sonst üblichen Regeln. Im Karneval wird alles auf den Prüfstand gestellt. Mit Humor ist fast alles erlaubt, was sich sonst nicht gehört oder verboten ist. Und manches, was mit Witz mal ganz anders dargestellt wird, lässt Menschen nur noch lachen – auch in dieser Zeit. Das ist befreiend und tut gut. Und es ist schön, einfach mal Abstand zu gewinnen zu dem, was den Alltag belastet, zu Arbeitsabläufen, die Druck machen. Einfach mal auszusteigen aus Lebensbezügen, die einzwängen. Und Humor und Lebensfreude als zwei neue Größen für heute zu gewinnen. Wäre das nicht ein guter Vorsatz? Nur an diesem Tag die belastenden Gedanken und Sorgen in die zweite Reihe schieben. Um sich ganz der Lebensfreude hinzugeben, die jede und jeder in sich trägt. Diese Freude in mir selbst suchen und spüren - das kann ich, weil ich als Mensch vollkommen frei bin. Diese eigene Freiheit kann ich dazu gebrauchen: alles andere kritisch zu betrachten, alles loszulassen und die pure Lebenslust und den Humor als das Wichtigste im Leben zu nehmen, um so aufzutanken. Wem das heute gelingt, kann mitfeiern mit all dem Närrischen Volk und diesen Tag leben als einen Feiertag der Lebensfreude.

Dienstag, 13. Februar - Kostümiert

Vielleicht haben Sie gestern ihre Kinder oder Enkel verkleidet und mit ihnen Rosenmontag gefeiert oder Sie haben Kinder beobachtet, die kostümiert durch die Straßen gezogen sind. - Sich verkleiden und in das Gewand, in die Position eines anderen zu schlüpfen, ist das nicht ein Traum, den viele seit Kindertagen in sich tragen? Auch ich träume manchmal davon, frei zu sein von dem, was ich im normalen Alltag tun und lassen muss. Die eigenen Gefühle und Gedanken, die eigene Vorstellungswelt einmal ausleben zu können - das ist reizvoll und befreiend. Und die Kinder genießen es! Warum nicht auch wir Erwachsenen? Im Leben kann es durchaus Gefühle geben, die wir nicht zulassen, weil wir ihnen nicht vertrauen, weil wir einfach nicht glauben, dass wir ohne Angst durchs Leben gehen können. Deshalb benutze vermutlich nicht nur ich oft eingefahrene Wege und im Gespräch Phrasen, um andere zu begrüßen, wenn ich an meinen Arbeitsplatz komme. Zu Freunden in der Nachbarschaft haben viele eine eingespeicherte Art und Weise mit ihnen umzugehen, sie zu begrüßen und sie wert zu schätzen. Damit aber binden sie sich an ganz bestimmte Verhaltensregeln, die selbst entwickelt und selbst auferlegt sind. Das erinnert manchmal an ein Kostüm, das Kinder tragen. Die wissen: Ich bin kostümiert. Doch als Erwachsener weiß ich das manchmal nicht, wenn ich mich nach einem ganz bestimmten Schema verhalte, hinter dem ich mich verstecke. Aber kann ich mir ehrlich zutrauen, ganz ich selbst zu sein, meine Verkleidung abzulegen, mich dem anderen zu zeigen? In vielen Situationen wird das vielleicht nicht möglich sein, weil da die Angst ist, Gefühle anderer zu verletzen. Wenn ich einen Arbeitskollegen zum Beispiel nicht mag. Hier und da verschwinden Menschen auch hinter ihren Positionen. Und das nicht nur bei der Bundeswehr. Angesichts der Kostüme im Karneval frage ich mich trotzdem, ob es nicht genug Situationen im Alltag gibt, in denen ich getrost auf mein Verhaltenskostüm verzichten könnte. Und mehr der eigenen Person zu trauen. Frei zu sein - auch ohne Kostüm.

Mittwoch, 14. Februar - Die Perspektive wechseln

Liebe Hörerinnen und Hörer, heutige begehen viele Christinnen und Christen den Aschermittwoch. Er gehört zu den bedeutenden Tagen im Kirchenjahr, weil er den Beginn der Fastenzeit einläutet. Am Aschermittwoch ist alles vorbei, so singen auch die Karnevalisten. Nach den tollen Tagen geht es jetzt darum, sich selbst und das eigene Handeln aus einer anderen Perspektive zu betrachten. Also einen Wechsel der Perspektive vorzunehmen. Aber was heißt das?

Die Perspektive wechseln, das ist bekannt aus der Malerei oder aus der Fotografie. Beim Fotografieren wird dazu einfach das Objektiv gewechselt, beim Handy wechsele ich dazu die Kameralinse durch einen Klick. Was bewirkt das? Mit dem einen Objektiv kann ich nahe an ein Objekt herangehen, zum Beispiel an eine Blume, dann füllt sie das ganze Bild aus und Details sind gut zu erkennen. Wechsle ich das Objektiv oder schalte ich die Kamera um, kann das Bild breiter werden. Es bekommt eine andere Wirkung und ich sehe den ganzen Garten. Aber die eine oder andere Blume ist dann kaum mehr zu erkennen, sie ist nur noch ein Farbtupfer unter vielen. Die Perspektive wechseln heißt also zum Beispiel, sich das Gewünschte ganz genau und groß anzuschauen. Oder mal den großen Zusammenhang zu sehen. Diese Beobachtung lädt dazu ein, mich selbst und meine Wünsche neu zu betrachten. Das Leben einmal anzuschauen wie mit einer Kamera. Und so zu sehen, was von dem, was mir im Leben wichtig ist, wurde bisher an den Rand gedrängt und ist damit nicht umgesetzt worden. Im Bild gesprochen, welche Blume ist noch nicht im Garten erkannt. Wenn ich das sehe, kann ich daran weiterarbeiten und etwas in meinem Leben verändern. Oder ich versuche einmal, alle Ideen meines Lebens zusammenzutragen und zu sehen, wie breit und wie schön mein Leben trotz allem ist. Manchmal werden auch Träume entdeckt, die nicht weggeschoben werden sollten, weil sie Kraft schenken. Dann ist es wichtig, sich jeden Tag daran zu erinnern. In der christlichen Tradition wird so etwas Fastenvorsatz genannt. Das klingt merkwürdig negativ, kommt aber daher, dass der Körper und seine Proportionen oft im Vordergrund stehen. Also wird an einem Ziel für den Körper gearbeitet. Aber wechseln Sie doch mal die Perspektive und betrachten Sie das ganze Leben, um daraus neue Ideen zu gewinnen und neue Kraft. Für das Zusammenleben in einer bunten Gesellschaft.

Donnerstag, 15. Februar - Schöne Momente

Liebe Hörerinnen und Hörer, vor einer Woche, da ging es so richtig los mit Kostümen, Konfetti und Luftschlangen. Ich erinnere mich noch, wie wir früher diese Luftschlangen nach Aschermittwoch im Küchenofen verbrannt haben. Luftschlangen kamen bei uns aber auch sonst im Jahr zum Einsatz. Etwa bei besonderen Feiern, bei Geburtstagen und natürlich bei großen Festen. Das sind für mich wertvolle Erinnerungen und ich bin froh, mich an diese schönen Momente zu erinnern. So eine Luftschlange rollt sich aus, wenn ich hineinpuste. So ähnlich kann es auch mit den schönen Erinnerungen sein, sie können das Glücksgefühl und die Lebensfreude wieder fühlbar machen, wenn ich in ihnen versinke, weil sie sich in Gedanken vor mir ausrollen. Mit vielen Gesichtern, Frauen in leuchtenden Kleidern, Männern in eleganten Anzügen, mit Musik und festlich dekorierten Tischen. Solche Glücksgefühle sollten immer in Erinnerung bleiben! Gerade jetzt, wo viele Menschen an sich selbst und der Welt oder an ihrer Kirche zweifeln, da ist es wichtig, nicht gleich alles zu verbrennen, und die schönen Momente zu Staub werden zu lassen. Denn da sind in jedem Leben diese wunderbaren Augenblicke: der Beginn einer Partnerschaft, ein traumhaftes Weihnachtsfest, eine märchenhafte Hochzeit. Aber auch ein unvergessliches Konzert, der Besuch einer eindrucksvollen Kirche, ein tiefsinniges Gespräch, die Ruhe im Gebet, die in unruhigen Zeiten getragen hat. Vergessen Sie die schönen Momente in Ihrem Leben nicht! Sie sind wie ein Anker und schenken Kraft, Tag für Tag das Leben zu wagen. Wer glaubt, sieht sich dabei nicht allein. Denn da ist ein Gott, der seinen Geschöpfen seine Zuwendung und Liebe schenkt. Oft ist davon nichts zu spüren. Doch es gibt diese ganz besonderen Augenblicke, in denen sicher nicht nur für mich etwas davon durchscheint.

Freitag, 16. Februar - Karenzzeit

Haben Sie den Ausdruck Karenzzeit schon mal gehört, liebe Hörerinnen Hörer? Vielleicht beim Abschluss einer Versicherung. Denn da ist oft eine Karenzzeit erwähnt, eine Wartezeit oder auch Sperrfrist, in der trotz Versicherung noch keine Leistungen gewährt werden. Der Begriff Karenzzeit stammt aus dem Mittelalter, und ist in den Klöstern sehr verbreitet gewesen. Da gab es beim Essen etwa im Männerkloster Karenzzeiten oder Karenztage für gesunde Brüder. Sie sollten sich dann etwas zurückhalten bei der Nahrungsaufnahme.

Es gab spezielle Gebote für den Freitag und für den Mittwoch. An diesen Tagen hat man sich dabei zurückgehalten Fleisch zu essen. In der heutigen Zeit ist der Gedanke, sich von Fleisch loszulösen wieder modern geworden. Im Mittelalter unterschied man zwischen zweibeinigem und vierbeinigem Fleisch, zum Beispiel in der Regel des Heiligen Benedikt. Das heißt, es ging zunächst einmal darum, Geflügel zu unterscheiden von anderen Tieren und Nutztieren. Und Geflügeltiere galten, was das Essen angeht, als deutlich bessere Nahrung. Also geeignet für Nonnen und Mönche. Das, was ich esse, mal bewusst zu sehen und dann zu hinterfragen, ist bestimmt keine schlechte Idee. Es gibt heute so viel Wissen und so viele Angebote, die es mir möglich machen, meine womöglich ungesunde Ernährung umzustellen, um meinem Körper und damit mir selbst etwas Gutes zu tun. Eine Karenzzeit, also eine Sperrfrist für bestimmte Nahrungsmittel könnte mir guttun. Aber nicht nur, wenn es ums Essen geht, kann eine Karenzzeit etwas verändern. Das ist auch in anderen Zusammenhängen möglich. Manchmal gibt es Abhängigkeiten, die sich ins Leben schleichen und es aus dem Gleichgewicht bringen können. Für den einen mag es das Spielen am Computer sein, für die anderen das Chatten. In Maßen ist nichts dagegen einzuwenden. Doch wenn ich es mir mal ein paar Tage verkneife, also bewusst eine Karenzzeit wähle, sollte ich ausgeglichen bleiben. Gelingt mir das nicht, so hat mir mein Verzicht gezeigt: Du hast es wohl übertrieben. Tu dir was Gutes und mäßige dich.

Samstag, 17. Februar - Schabbat-Seele

Liebe Hörerinnen und Hörer, ein Rabbi, ein jüdischer Gelehrter, hat mir von einer ganz besonderen Seele erzählt, die alle bekommen, die sich zum Judentum bekennen: Die "Schabbat-Seele". Was mir der Rabbi dazu sagte, klingt ein bisschen wie ein Märchen aus vergangenen Tagen. Im Judentum ist der Schabbat der siebte Tag. Bei der Erschaffung der Welt, hat der Schöpfer am siebten Tag allen Menschen einen Ruhetag geschenkt. Er selbst sah: Alles war gut. Und weiter sagte mir der Gelehrte: "Der Schabbat soll die Menschen daran erinnern, dass Gott es gut mit uns meint. Und damit wir das nicht vergessen, schenkte er uns den Ruhe-Tag." Dann sagte der Rabbi mir: "An diesem Tag wird uns eine zusätzliche Seele gegeben, die "neschama jetera". Sie soll uns mit Kraft und Elan erfüllen, damit wir ganz ruhig sein können. Vielleicht hilft sie auch, uns im eigenen Leben besser zurecht zu finden und schenkt uns einen geistlichen Impuls. Sie kann uns erinnern an das Lesen der Heiligen Schriften. Das erfüllt viele Gläubige mit Weisheit und neuer geistiger Energie." Das klingt wie ein Märchen. Aber ist es das auch? Der Rabbi hat mir gezeigt, dass es mir guttun kann, mich mit anderen Lebensentwürfen zu beschäftigen. Und es auch für möglich zu halten, dass es geistige Kräfte gibt, die ich bisher noch nicht wahrgenommen habe. Eine Seele ist nicht zu greifen und deshalb kann ich nicht sagen, ob die Idee der "Schabbat-Seele" richtig oder falsch ist. Das ist nicht zuletzt eine Sache des Glaubens. Als Christ kann ich mich fragen, was ich von meiner Seele glaube. Und das könnte mir helfen, die geistige Seite in mir neu zu entdecken und stark zu machen. Ihr zu vertrauen. Um dadurch vielleicht glücklicher und gelassener zu werden - nicht nur heute, am Schabbat.