

# Zwischentöne

---

Montag bis Freitag, 9.50 Uhr (NDR 1 Niedersachsen)

**4. bis 8. März 2024 - "Es gibt keine Wiederholung"**

**Von Barbara Walther, Familienberaterin aus Verden**

Barbara Walther, Familienberaterin aus Verden, schaut auf das einmalige Geschenk des Lebens, das jedem Menschen gegeben ist, um es zu entfalten und so die Welt zusammen mit anderen mitzugestalten.



**Barbara Walther**

Redaktion: Andreas Brauns

Katholisches Rundfunkreferat  
Am Mariendom 4  
20099 Hamburg  
Tel. (0170) 520 14 54  
[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, 4. März 2024 - Herzensbildung**

"Man sieht nur mit dem Herzen gut. Das Wesentliche ist für die Augen unsichtbar". Das ist ein berühmter Satz aus dem Buch "Der kleine Prinz" von Antoine de Saint-Exupéry. Vieles, was ich an meinen Mitmenschen mag oder nicht mag, kann ich mit meinen Augen nicht sehen: Etwa ob sie treu sind, tolerant, ehrlich, überheblich, verlässlich. Mit dem Herzen könnte ich das alles sehen. Was tun Menschen, die mit dem Herzen sehen? Sie sehen tiefer, fühlen sich in andere hinein, sind empathisch, nachsichtig, barmherzig. In der Bibel heißt es, dass Barmherzigkeit wesentlich ist für ein menschenwürdiges und gelingendes Zusammenleben aller Menschen. In seiner Rede bei Matthäus nennt Jesus die Werke der Barmherzigkeit und zeigt so denen, die Ihm nachfolgen wollen, was er von ihnen erwartet: Nackte bekleiden, Fremde aufnehmen. Jesus hat vorgelebt, mit dem Herzen zu sehen, tiefer zu sehen. Und er hat Christinnen und Christen ins Stammbuch geschrieben: "Was ihr für einen meiner Brüder und Schwestern getan habt, das habt ihr mir getan." Mit dem Herzen sehen ist also der Appell an die Menschlichkeit - damals vor 2.000 Jahren und heute.

### **Dienstag, 5. März 2024 - Freundschaft, die trägt**

"Ich mach' dich gesund", sagte der Bär. "Oh ja!" "Und wenn man einen Freund hat, der eine Angel hat und Fische fangen kann, dann braucht man sich vor nichts zu fürchten, stimmt's kleiner Tiger?" "Stimmt!" Ich vermute, dass viele Kinder und auch Erwachsene irgendeine Geschichte vom Bären und dem kleinen Tiger kennen. Es sind nicht nur wunderschön illustrierte Bücher oder liebevoll gestaltete Filme, sondern die Botschaften hinter den kleinen Geschichten sind zutiefst menschlich und herzerwärmend. In vielen Lebenssituationen können gerade Kinderbücher wahre Lehrmeister sein. Kinder merken ganz schnell, wer aufrichtig und ehrlich ist und wer das Herz am rechten Fleck hat. "Wenn du nicht mehr laufen kannst, dann trage ich dich ein Stückel", sagte der kleine Bär zum traurigen Tiger. Wenn ich traurig bin, wünsche ich mir auch eine Freundin, die mich trägt, die mitfühlt und Anteil nimmt an meinem Kummer. "Oh Bär", sagte der Tiger, "ist das Leben nicht unheimlich schön?" "Ja", sagte der kleine Bär, "ganz unheimlich und schön." Und wenn es mir einmal ganz unheimlich ist, dann vertraue ich darauf, dass da ein Gott ist, der mich trägt.

### **Mittwoch, 6. März 2024 - Unwiederbringlich**

"Eines Tages Baby, werden wir alt, oh Baby, werden wir alt sein und an all die Geschichten denken, die wir hätten erzählen können ..." Der Poetry Slam der Bremerin Julia Engelmann macht auf eine sehr eindrückliche Weise deutlich, dass wir unser Leben nur einmal leben können, und sie ermutigt mit ihren Wortspielen, die Lebenszeit zu nutzen, öfter mal spontan und mutig zu sein. Manchmal brauche ich solche Impulse, um mir bewusst zu werden, wie wertvoll dieser Tag heute ist. Ich möchte meine Träume leben, einfach mal den Pinsel in die Hand nehmen und ein Bild malen, einen süßen Kuchen backen, mit meinen Enkelkindern Seifenblasen pusten und Puppentheater spielen. Hier und jetzt ist die Zeit, jeder Augenblick ist kostbar - einmalig und unwiederbringlich - unwiederholbar. Mein Leben hat keinen "Noch mal auf Anfang"-Knopf. In den stillen Momenten des Alltags bin ich - trotz allem - unendlich dankbar für mein Leben, das Gott mir geschenkt hat. Er begleitet mich und hilft mir auch in diesen schwierigen Zeiten.

Und ich glaube: Er vertraut mir und traut mir zu, dass ich diese wertvolle Lebenszeit nicht vergeude, sondern sinnvoll lebe und gestalte, für mein Wohlbefinden, zur Freude meiner Mitmenschen und zu seiner Ehre.

#### **Donnerstag, 7. März 2024 - Der Mensch des Friedens**

"Zukunft hat der Mensch des Friedens", das ist das Motto des diesjährigen Katholikentages im Mai in Erfurt. Dieses Leitwort stammt aus dem Psalm 37. Da heißt es: "Die Armen werden das Land besitzen, ihre Lust haben an der Fülle des Friedens." Der Psalm ist eine atemberaubende Zusage Gottes, dass der Mensch eine Zukunft hat. Der Mensch? Welcher Mensch? Die Friedensstifterin, der Friedenskämpfer. Was für ein Mensch muss das sein? Ein Mensch, der mit sich in Frieden lebt, dabei jedoch nicht selbstzufrieden ist. Ein Mensch, der friedlich lebt und trotzdem kämpferisch eintritt für die gute Sache, für Gerechtigkeit. Ein Mensch, der leise sich selbst und alle, denen er begegnet, daran erinnert, dass Frieden gerade heute eine zentrale Herausforderung ist. Ein Mensch, der eine Haltung hat, dass andere sich daran festhalten können. Ein Mensch, der anderen offen und tolerant begegnet. Der ehrlich ist, wahrhaftig und frei. Frei für Respekt, Liebe und Frieden. Auch wenn das alles unglaublich klingt: Es ist im Menschen angelegt. Denn der Mensch ist Gott ähnlich. Nach seinem Bild hat der Schöpfer ihn geschaffen.

#### **Freitag, 8. März 2024 - Mutige Frauen**

Heute, am Internationalen Frauentag muss ich einfach von ihnen reden: Von starken und mutigen Frauen, die sich für Gleichberechtigung und Menschenwürde einsetzen. Es gab sie und es gibt sie auch heute: Ich denke an Emma Watson oder die junge Friedensnobelpreisträgerin Malala. Eine Pionierin war Anita Augspurg, die im 22. September 1857 in Verden, wo ich zuhause bin, geboren wurde. Sie war Deutschlands erste promovierte Juristin und setzte sich ab dem Ende des 19. Jahrhunderts für soziale und politische Rechte der Frauen ein. Ihr Ziel war es, Frauen das Wahlrecht zu erkämpfen. Sie machte eine Lehrerinnenausbildung, nahm Schauspielunterricht und arbeitete dann in München als Fotografin. Parallel dazu studierte sie in Zürich Jura. Bei einem Empfang im Verdener Dom stand das Leben und Wirken dieser Frau im Mittelpunkt. Anita Augspurg ist mutig ihren Weg gegangen und hat sich für ihre Ziele eingesetzt, auch gegen viele Widerstände. Ich ziehe meinen Hut vor ihr und vor vielen mutigen Frauen damals und heute, die sich einsetzen für Gleichberechtigung und Menschenwürde von Frauen.