

Nachtgedanken

Montag bis Sonntag, 20.50 Uhr (NDR 1 Niedersachsen)

24. bis 30. März 2025: Grünkraft-Fragen

Von Sven Kriszio, Theologe aus Hannover

Warum frisst die Waschmaschine Socken? Was macht mich mutig? Wie gelingt Trösten? Mit diesen und anderen Fragen beschäftigt sich Sven Kriszio in den Nachtgedanken. Sven Kriszio ist Theologe und Redakteur bei der Evangelischen Zeitung.



Sven Kriszio

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 des Katholischen Rundfunkreferats zulässig. Die Verwendung für Rundfunkzwecke bedarf der Genehmigung des NDR.

Montag, 24. März: Trösten

Was kann trösten? Darüber denke ich gerade nach. Es beginnt damit, sich die eigene Schwäche einzugestehen. Und dazu gehört, dass man sich einem Gegenüber öffnet. Und dass da jemand ist, der zuhört, ohne Vorwürfe zu machen, einer, der nicht gleich alles besser weiß. Eine, die aus meiner Schwäche keinen Vorteil zieht. Ich habe das heute wieder gemerkt, ich konnte reden, einfach so, und bin jetzt dankbar und ein bisschen gerührt. Trösten kann ich mich nicht selbst. Ich brauche ein Gegenüber. Trost spenden kann nur jemand, der mich so nimmt, wie ich bin. Der mich ernst nimmt, ermutigt und wieder aufrichtet. So dass ich Halt gewinne. Wie gut, dass da heute jemand war, der mich so gut kennt und liebt. Jetzt stehe ich wieder, mit ein bisschen mehr Rückgrat. Jetzt kann ich mich selbst stark machen für etwas.

Dienstag, 25. März: Mut

Seit Tagen versuche ich, freihändig Fahrrad zu fahren. Früher konnte ich das. Aber heute will es nicht mehr so richtig klappen. Ehrlich gesagt, traue ich mich nicht, den Lenker für längere Zeit loszulassen. Ich habe schnell das Gefühl, dass der Lenker zur Seite dreht und ich mit meinem Rad stürze. Als Kind bin ich einmal ziemlich schmerzhaft umgefallen. Seitdem fehlt mir wohl schlicht der Mut auf dem Rad. Dabei wäre es doch schön, auf dem Rad zu sitzen und die Arme unbekümmert auszubreiten, die Augen zu schließen und davonzufliegen. Wie früher. Aber wenn ich wieder einen Versuch starte, mache ich mir sofort Gedanken, was alles passieren könnte. Vielleicht ist diese Vorsicht angebracht, vielleicht wäre ein bisschen mehr Mut besser. Mal schauen.

Mittwoch, 26. März: Socken-Single

Meine Waschmaschine bringt mich immer mal zum Staunen. Heute auch wieder. Als ich die Wäsche aufhängen will, finde ich zuletzt nur eine einzelne Socke in der Trommel. Und das, obwohl ich ganz sicher zwei von der Sorte in die Maschine gesteckt habe. Wo mag die andere geblieben sein? Ich habe in die Waschmaschine geschaut und alles abgetastet. Aber von der Socke keine Spur. Aus dem Wäschekorb kann sie nicht gefallen sein, und im Bettbezug ist sie auch nicht versteckt. Was soll ich mit dieser Socke nun tun? Wegwerfen kommt nicht infrage. Ich werde sie in die Sockenschublade legen und warten, dass mich meine Waschmaschine wieder einmal zum Staunen bringt. Dann kann ich beide Überbleibsel zu einem neuen Socken-Paar kombinieren. Mitunter sieht das ganz lustig aus. Aber es braucht ein bisschen Mut, sie zu tragen.

Donnerstag, 27. März: Nachfragen

Für die einen ist es die blödeste Frage der Welt, für die anderen der Auftakt zu einem interessanten Gespräch. "Wie geht's?" Ich muss gestehen, ich tue mich mit dieser umgangssprachlichen Formel schwer. Ich weiß nie so ganz genau, wie ausführlich ich antworten soll. Was erwartet mein Gegenüber von mir? Ein schlichtes "Gut" oder eine ehrliche Antwort, die mehr Zeit und Aufmerksamkeit verlangt? Eins leuchtet mir allerdings ein: Mit der Frage "Wie geht's?" können sich Menschen öffnen, sich begegnen. Beim Smalltalk übers Wetter und die Politik genauso wie beim intensiven Austausch. So oder so, einfach mal nachfragen, wie geht's? Das tut uns doch allen gut.

Freitag, 28. März: Brennen

"Wofür brennst du?", fragte mich neulich ein Freund. Ich fühlte mich irgendwie ertappt und schwieg. Denn ich konnte ihm keine Antwort geben, die mich selbst überzeugt hätte. Für etwas brennen, mit Feuer und Flamme für etwas eintreten, das ist bei mir schon eine ganze Weile her. Aber muss es denn brennen in mir? Meine Arbeit fordert mich doch schon genügend heraus, genauso die Freizeit und auch Freundschaften. Aber eigentlich ist mir das zu wenig. Da ist auch eine Sehnsucht in mir. Mir imponieren Menschen, die sich für andere Menschen einsetzen. Mit Feuer und Flamme. Und sei es einen Abend in der Woche. Und ich spüre, dass ich auch gerne etwas Besonderes tun würde, was die Welt vielleicht ein klein bisschen besser macht. Vermutlich muss ich dafür neue Wege gehen. Mal schauen, was mir begegnet.

Sonnabend, 29. März: Gute Absichten

Manche Sätze schnappt man auf, und sie bleiben hängen. Wie dieser: "Wir sollten uns gute Absichten unterstellen." Wie vergiftet wäre unser Miteinander, wenn einer dem anderen immerzu nur böse Absichten unterstellen würde? Man würde keinem trauen, alles infrage stellen. Und selbst vielleicht gar nichts mehr erzählen, weil man einander ja doch nicht mehr glaubt. Alles Reden und Diskutieren hätte dann keinen Sinn. Also Schweigen? Ich wünsche mir einen anderen Umgang: mehr Offenheit und Mut zur Unbequemlichkeit. Dazu gehört, dass ich mir Zeit für andere nehme. Ich höre zu und rechne damit, dass andere Menschen auch Recht haben können. Ich kann zustimmen, aber natürlich auch widersprechen. Denn ich muss ja nicht alles, gut finden, was andere tun oder sagen. Aber ich möchte ihnen doch zumindest gute Absichten unterstellen.

Sonntag, 30. März: Grünkraft

Der Frühling hat ziemlich Fahrt aufgenommen. Morgens zwitschern Vögel, es sprießt und grünt, und die Sonne hat auch schon ganz schön viel Kraft. Beim Spaziergang durch den Park musste ich an meine Mutter denken und an unsere Ausflüge. Obwohl sie schlecht gucken konnte, sah sie es überall grünen und blühen, selbst dort, wo ich noch gar nichts entdecken konnte. Sie sagte dann voll überzeugt, schau mal, wie grün es schon ist. Und dann zeigte sie hierhin und dorthin! Man spürte, wie sehr sie es genoss, den Winter überstanden zu haben. Ein bisschen Fantasie hat ihr dabei geholfen. Jetzt ist der Frühling schon ein bisschen weiter. Um seine Kraft überall zu sehen, braucht es nicht mehr viel Fantasie. Aber ein bisschen davon kann auch nicht schaden.