

# NDR 2 Moment mal

Montag bis Freitag 18:15 Uhr, Samstag und Sonntag 9:15 Uhr



Susanne Niemeyer, Bloggerin aus Hamburg

Donnerstag, 1. Dezember 2022

---

Es ist Dezember, die Weihnachtsbäume werden aufgestellt, Rauschgoldengel schweben von den Decken hinab, aber die Welt hält sich nicht an Adventsbeschaulichkeit. Kein Wunder geschieht. Soweit die schlechte Nachricht, jetzt die gute: Wir sind nicht allein. Verzeiht, wenn das wie Hohn klingt angesichts von Klimawandel-Leugnerinnen, Rechtsnationalen und größenwahnsinnigen Autokraten. Wir können uns darüber die Haare raufen oder ein Fort aus Decken bauen, wir können uns in unsere Höhlen verkriechen, netflixen oder atmen.

Der Gedanke, dass acht Milliarden Menschen einmal am Tag nichts anderes tun als Atmen, wäre ein beruhigender Gedanke. Und Ruhe ist ein anderes Wort für Sicherheit. Damit meine ich nicht diese bedrohliche Ruhe vor dem Sturm, nicht die lähmende Ruhe, keine Kaninchen-vor-der-Schlange-Ruhe und auch nicht diese Art von Ruhe, wenn in der S-Bahn alle auf ihr Handy starren.

Ich denke an Ruhe, die verbindet: hallo Gott. Ich bin hier. Du bist hier. Das reicht. Ich bin hier. Du bist hier. Das reicht. Auch wenn ich keinen Plan habe. Wenn ich mich im Gestrüpp eines zu vollen Alltags verliere. Wenn eine Flut von Scheißnachrichten runterzieht. Halten wir stand, ohne HeldInnen zu sein. Eine halbe Stunde am Tag: Ich bin hier. Du bist hier. Das reicht. Listen and repeat. Hören und wiederholen.