

Heidrun Kuhlmann

# Himmelsglanz und Erdschwere

Erfrischende Erfahrungen

**SCM Hänsler**

## *Inhalt*

|   |    |
|---|----|
| <b>Vorwort</b>  | 7  |
| <b>Tu, wo du bist, das, was du kannst,<br/>mit dem, was du hast</b> | 9  |
| Liebeserklärung an das Alltägliche                                  | 14 |
| En passant  | 16 |
| Sei du selbst die Veränderung, die du dir<br>wünschst für die Welt  | 18 |
| Geht nicht, gibt's nicht  | 20 |
| Das Wichtigste zuerst   | 22 |
| Wir bringen was zum Blühen  | 24 |
| Egal, was kommt: Die Kühe müssen gemolken werden                    | 26 |
| Jetzt reicht's – Dornröschen erwacht auch ohne Kuss                 | 28 |
| <b>Binde deinen Karren an einen Stern</b>                           | 30 |
| Waterloo  | 34 |
| Den Seinen gibt's der Herr im Schlaf                                | 35 |
| Ich mache jetzt Karriere  | 37 |
| Standbein und Spielbein   | 39 |
| Wenn die Schuhe passen, vergisst man die Füße                       | 40 |
| Stressfreie Zonen   | 41 |
| Zukunftsklausur   | 44 |
| Befreiungen   | 45 |
| <b>Vorsicht zerbrechlich! – Handle with care!</b>                   | 48 |
| Wunden, die zu Perlen werden  | 52 |
| Einfühlungsvermögen   | 54 |
| Verspannungen – Wenn der Körper von<br>der Seele spricht            | 55 |
| Wenn es dir guttut, dann komm                                       | 56 |
| Du bist nicht allein  | 58 |
| Die Kunst des Scheiterns  | 59 |

|   |     |
|---|-----|
| Man kann mitunter scheußlich einsam sein                                  | 61  |
| Koch dich erst mal 'nen Kaffee  | 63  |
| <b>Ja sagen zum großen Fluss des Lebens</b>                               | 65  |
| Wenn das Leben in die Jahre kommt   | 70  |
| Alles hat seine Zeit  | 73  |
| Karfreitage unseres Lebens  | 75  |
| Das große Comeback  | 76  |
| Bunt sind schon die Wälder  | 77  |
| Vorfreude ist die schönste Freude   | 79  |
| Silvester-Stimmung  | 80  |
| Ich lebe mein Leben in wachsenden Ringen                                  | 82  |
| <b>Wie du lebst, das redet allemal lauter als das,<br/>was du sagst</b>   | 85  |
| Sich bewegen bringt Segen   | 88  |
| Die Zeit zu beginnen ist jetzt – der Ort für<br>den Anfang ist hier       | 90  |
| Solang du in dir selbst nicht zu Hause bist,<br>bist du nirgendwo zu Haus | 91  |
| Einen Schritt nach dem anderen  | 93  |
| Von 0 auf 42 – alles ist schwer, bevor es leicht wird                     | 95  |
| Lebenskünstler  | 96  |
| Frühwarnsysteme der besonderen Art  | 98  |
| Zukunftswerkstatt Familie   | 100 |
| <b>Es gibt große und kleine Geister in dieser Welt!</b>                   | 103 |
| Der kleine Mann im Ohr  | 107 |
| Ist heute Donnerstag oder Sommer?   | 109 |
| Domino Day  | 111 |
| Bewusster wahrnehmen, was ist – Tagebuch schreiben                        | 113 |
| Geiz ist nicht geil, sondern geistlos                                     | 115 |
| Spiel mir das Lied vom Leben  | 117 |
| Ich denke an dich   | 118 |
| Personal Trainer  | 120 |

|  |     |
|--|-----|
| <b>Herzensbildung</b>  | 122 |
| Es gibt keine Leute, die nichts erleben,<br>es gibt nur Leute, die nichts davon merken | 126 |
| Solo dios basta  | 127 |
| Beziehungs-weise   | 129 |
| Die Kunst des Schenkens ...  | 130 |
| Das Leben ist uns gut  | 132 |
| Homo schlaraffiensis   | 133 |
| Meine Zeit mit David   | 135 |
| Vorher Bescheid gibt nachher keinen Streit   | 137 |
| <br>   |     |
| <b>Man sieht nur mit dem Herzen gut</b>  | 139 |
| Wie man in den Wald hereinruft,<br>so schallt es auch heraus                           | 144 |
| Sind wir nicht alle ein bisschen Matroschka?   | 145 |
| Die einen haben zu viel – die<br>anderen haben zu wenig                                | 147 |
| Was wirklich zählt auf dieser Welt,<br>bekommst du nicht für Geld                      | 150 |
| Zulassen, loslassen, gelassen sein   | 152 |
| Die Liebe der Stachelschweine  | 154 |
| Ins Goldene Buch eintragen   | 156 |
| Wie im Himmel  | 158 |

## *Tu, wo du bist, das, was du kannst, mit dem, was du hast*

Dieser Spruch klebte auf der Mappe der Pflegedienstleiterin des Klinikums Schaumburg, die unter anderem in der Hospizarbeit ein weites, wichtiges Feld betreut, wo viele äußere und innere Kräfte gebraucht werden.

Diese Frau bekleidet ein Amt, in dem es immer mehr zu tun gibt als das, was ein Mensch leisten kann. Und wir wissen alle: Das gibt es in ganz vielen Bereichen. Das kennt jeder Arzt, jede Pastorin, jede Mutter, jeder Pädagoge. Das wissen alle, die einen Garten haben, die ein Geschäft führen, die ein offenes Auge und Herz haben für das, was um sie herum geschieht.

Die Aufgaben sind immer größer als die Kräfte, die uns zur Verfügung stehen!

»Tu, wo du bist, das, was du kannst, mit dem, was du hast!«

Dieser Satz tut gut. Er entlastet: Du musst dich nicht für alles verantwortlich fühlen. Du musst nicht wie der Riese Atlas die Last der Welt (zumindest deiner kleinen Welt) auf den Schultern tragen.

Dieser Satz nimmt uns den Druck, ständig dem hinterherzuhecheln, was wir selbst von uns erwarten, und nicht eher zur Ruhe zu kommen, bis die Welt um uns herum so ist, wie wir sie uns vorstellen.

Lieber Mensch, das, was du leisten kannst, ist begrenzt – akzeptier es einfach! Du kannst nicht alle bedienen, die ihre Erwartungen an dich herantragen, von deren Kummer du weißt. Du kannst den Menschen die Wege nicht abnehmen, die sie ganz allein gehen müssen. Du darfst auch mal sagen: Feierabend! Es ist genug!

»Tu, wo du bist, das, was du kannst, mit dem, was du hast!«

5000 Männer und die dazugehörigen Frauen und Kinder haben sich aufgemacht, um Jesus zu hören und zu erleben.

Es ist Kirchentagsstimmung! Zu allen Zeiten haben Menschen das Wort gesucht, das ihren unbändigen Hunger nach Leben stillt, haben den Trostvogel gesucht, der singt, wenn die Nacht noch dunkel ist.

Zu allen Zeiten wollten Menschen an ihre eigentliche Größe erinnert werden, wollten wissen, wie sie durchkommen, wenn alles drunter und drüber geht, wollten wissen, wie man wieder aufstehen kann wie ein Phönix aus der Asche, wenn man am Boden gelegen hat.

Es war spät geworden. Sie hatten die Zeit vergessen und jetzt knurrten die Mägen!

So viele Menschen – und nichts zu essen. Was nun?

Jesus sagt zu seinen Jüngern: »Gebt ihr ihnen etwas zu essen!«

Lächerlich! Weltfremd!

Hier ist doch nichts! Kein ernsthaft denkender Mensch wird auch nur eine Sekunde lang davon ausgehen, dass dieses Projekt gelingen kann.

Ja, das war schon was, wie die Leute vom Partyservice beim Abi-Ball in Rinteln 500 Leute versorgt haben. Eine Meisterleistung war das!

Aber hier waren 10, 20 Mal so viel.

Es war in der Wüste. Es gab keine Kühlwagen, kein Geschirrmobil, keine Lunchpakete. Da war nichts!

Und dann stand da ein kleiner Junge. Der kramte in seinem Rucksack und holte fünf Brötchen und zwei Fische heraus.

Wie Kinder so sind mit ihrer Unbekümmertheit, mit ihrem Vertrauen ins Leben.

Und Jesus nahm diese fünf Brötchen und zwei Fische, sprach ein Dankgebet, segnete das Essen und fing an auszuteilen – und während er austeilte, wurde es mehr und immer mehr, so, dass alle satt wurden. Was war da passiert? – Ein Wunder! Etwas, was sich unserem Verstehen entzieht.

Mir fällt sofort ein, was wir seit vielen Jahren in unserer Gemeinde praktizieren.

Wenn ein größeres Treffen ansteht, der Neujahrsempfang oder die Weihnachtsfeier, dann gibt es ein Überraschungsbuffet. Jeder bringt eine Kleinigkeit mit. Das, was er gut kann, was kein großer Aufwand für ihn ist.

Und dann stehen wir da und staunen, was in dieser unkomplizierten Weise an Vielfalt und an Köstlichkeiten zusammengekommen ist.

Jeder kommt mit einer Kleinigkeit – und auf einmal ist genug da für ein Fest!

Wie das mit der Kirche weitergeht, das wird nicht in erster Linie davon abhängig sein, ob immer genug Geld zur Verfügung steht, ob wir wer weiß was auf die Beine stellen, immer neue Events anbieten können.

Die Zukunft der Kirche hängt davon ab, ob Menschen bereit sind, das, was sie haben, mit anderen zu teilen und Gott zutrauen, dass er aus dem Menschenmöglichen das Wunderbare geschehen lässt.

Jeder bringt mit, was er hat: Zeit, Freundlichkeit, ein offenes Haus, ein offenes Ohr, Glauben, Freundlichkeit, einen Blumenstrauß, die kleine Hilfe, das Ringen um Klarheit ...

Das ist »Fundraising« im allerbesten Sinne: Wir heben die Schätze in den Menschen! Wir entdecken, was da ist an Talent, Potenzial oder Originalität.

Das Teilen ist das Erkennungszeichen der Christen in einer Welt, wo viele Menschen ihr privates Recht am liebsten mit einem Zaun verteidigen möchten – und besorgt fragen, ob sie denn auch vom großen Kuchen des Lebens genug abbekommen, ob ihr Auskommen gesichert ist.

Kein Problem dieser Welt wird gelöst, wenn Menschen die Hände in den Schoß legen und darauf warten, dass Gott sich allein darum kümmert: »Komm, nun schick mal ein Wunder vom Himmel, nun sorg dafür, dass sich hier etwas verändert!«

Leben gelingt immer dann, wenn jeder das einbringt, was er hat.

Wo das passiert, da werden viele Menschen satt mit ihrem Hunger nach Anerkennung, Trost, Zuwendung und Lebe-Lust!

Und wenn du getan hast, was in deinen Möglichkeiten stand, dann wirst du dich wundern, wie viel Gutes daraus wachsen kann, wie viel Segen dadurch fließen wird!

Der Schauspieler Karlheinz Böhm, der damals mit Romy Schneider in den Sissi-Filmen zu sehen war, hat 1976 zum ersten Mal die Armut in Afrika kennengelernt, die Kehrseite der Luxusfassaden, die man den Touristen normalerweise zeigt. Und was er in den Hütten der Einheimischen gesehen hat, das hat ihn so angerührt, dass er beschlossen hat: Wir müssen helfen – und wir können helfen, wenn viele das geben, was ihnen möglich ist.

Am 16. Mai 1981 hat Karlheinz Böhm bei »Wetten dass?« gewettet, dass nicht einmal jeder 3. Fernsehzuschauer eine Mark für die Not in Afrika spenden würde.

Und er hat Recht behalten!

Nicht einmal jeder dritte war bereit, eine Mark zu spenden – was doch eine Kleinigkeit gewesen wäre.

Wie oft sagen wir, dafür sind die da oben zuständig, da können wir sowieso nichts ändern, auf mich kommt es bestimmt nicht an – und sind fein raus.

Bei Jesus lernen wir etwas anderes: Du bist wichtig. Auf dich kommt es an, damit sich in dieser Welt etwas verändert. Du bist wichtig, damit Gott Gutes tun kann. Und was du von dir vorenthältst, das wird dieser Welt an Lebendigkeit, Gelingen und Glanz fehlen.

Lass nicht locker! Es ist viel mehr möglich, als du denkst. Durch dich! Du bist einmalig! So groß denkt Gott von dir!

Und Karlheinz Böhm hat mit seiner Aktion »Menschen für Menschen« inzwischen über 230 Millionen Euro an Spendengeldern zusammengebracht – hat gezeigt: Wenn



viele ihren Beitrag leisten, dann kann sich in dieser Welt tatsächlich etwas verändern!

Jesus Christus ist der, der den Hunger nach Leben und nach Ewigkeit stillt, der die Seelenwüsten der Menschen kennt.

Wer sich von ihm Proviant für seinen Tag holt, der hat zwar immer noch die Last des Alltags zu schleppen – aber er ist anders aufgehoben zwischen umfallen und wieder aufstehen, kämpfen und ertragen müssen, angeklagt und freigesprochen werden, genießen und weinen.

Mensch, hier wirst du frei gesprochen, du, mit deinem schlechten Gewissen, immer noch nicht genug zu leisten, immer noch nicht gut genug zu sein.

»Heb doch nicht jedes Mal die Hand, wenn was getan werden muss! Ruf doch nicht ständig ›Hallo, ich steh euch zur Verfügung!‹«, sagt mein Mann. »Du bist nicht für alles zuständig!«

Und wenn du das weißt, dann tu, was in deinen Möglichkeiten steht, und lass die anderen und Gott für das Übrige sorgen.

Mag sein, dass ich nicht die Zeit und die Kraft habe, mich um einen anderen Menschen so zu kümmern, wie es nötig wäre. Aber mal kurz anrufen und sagen: Ich denk an dich. Mal kurz stehen bleiben oder eine Karte schreiben, das könnte ich schaffen – und womöglich ist das schon genug für ein Wunder, das Gott in dieser Welt ausrichten möchte.

»Tu, wo du bist, das, was du kannst, mit dem, was du hast!«

Nicht bei sich selbst bleiben, sondern auf den anderen zugehen, das macht glücklich und lässt uns wissen, wozu wir auf der Welt sind.

Wir haben einen Gott, der seinen Menschen ganz viel schenken und helfen kann, als Segen von ganz hoch oben – und hier unten auch durch uns!

Ich wünsche uns sehr, dass wir diesen schlummernden

Riesen in uns wecken und mutig werden für die vielen kleinen Schritte, die uns möglich sind.

»Tu, wo du bist, das, was du kannst, mit dem, was du hast!«

Wenn das immer mehr Menschen für sich entdecken, dann verändert sich die Welt.

### Liebeserklärung an das Alltägliche

Ich stehe in einem Blumenladen in Obernkirchen und warte auf den bestellten Geburtstagsstrauß. Während ich meine Blicke schweifen lasse – Blumenläden im Mai sind ja eine besondere Augenweide – fällt mir ein Plakat mit einem Spruch von Virginia Woolf auf.

Virginia Woolf ist eine britische Schriftstellerin, ein Idol der Frauenbewegung, und die sagt:

*Den ganzen Tag Unkraut gejätet und die Beete fertig gemacht, in einer eigenartigen Begeisterung, die mich dazu brachte zu sagen, das ist Glück!*

Was steht da? Ich lese es noch einmal!

Das ist Glück?

Zu Hause erzähle ich meinem Mann von dem Spruch. Sein Kommentar: »Klingt gut, aber von dem Glück bist du wohl noch etwas entfernt!«

Ja, das stimmt!

So ganz versöhnt bin ich mit dem Kleinkram des Alltags nicht. Jeden Tag Betten machen, Essen kochen, abwaschen, Oberhemden bügeln, Unkraut jäten, Blumen gießen, Waschbecken und Toiletten putzen, Flaschen in den Container werfen, Müll sortieren, aufräumen, einkaufen, staubsaugen ...

Manchmal hat frau den Eindruck, sie würde durch tausend solcher Dinge vom »eentlichen« Leben abgehalten, von ihrer wahren Bestimmung!

Mal ehrlich: Lebt in uns nicht immer noch der alte