

Elisabeth

11.03.2023

Und am Wochenende? Das Antikriegsprogramm. So nennt sie das seit einem Jahr. Singen, tanzen gehen, spazieren gehen, gutes Essen kochen, lange und ausgiebig mit Freundinnen und Freunden essen. In die Sauna gehen, malen. Sonntags in die Kirche gehen. Singen, beten, gerade zusammen mit anderen - allein das heilt an sich schon. Danach Presseclub und Weltspiegel. Das sagt Elisabeth auf die Frage, wie sie mit der Kriegsdepression umgeht. Und sie antwortet, dass sie aktiv dagegenhalten muss. Denn wenn sie zuhause sitzt und grübelt, wird es immer schlimmer. Wenn sie zu viele Kriegsberichte liest und die Bilder vor Augen hat. Sie muss das dosieren. In ihrem Alter, über 70, greift das sonst viel zu tief in die Seele und macht sie krank. Also hält sie aktiv dagegen.

Elisabeth hilft einer ukrainischen Mutter mit zwei Kindern. Begleitet sie bei Behördengängen und spielt mit den Kindern. So ist das. Sie tut es für diese Familie, aber mehr noch für sich selbst. Sie muss etwas dagegenhalten, sagt sie. Und am meisten: das eigene gute Leben. Und das müsse man sich gestalten.

Die grazile Dame wirkt wie ein junges Mädchen, wenn sie das sagt. So, als hätte sie noch keine Härten auszustehen gehabt. Hat sie aber. Heftig. Aber ihre Essenz lautet: Gott ist groß. Wenn er uns Leben gibt, sollen wir es nicht zu klein denken! Also: Auf das Rettende schauen. Den Anker weit auswerfen.

Nach wie vor verreist sie gern. Bevorzugt in kleinen Gruppen. Oder mit einem ihrer Enkel. Gern auch weiter weg. Es gibt ja so viel zu entdecken. Sie betet mit den Buddhisten in Thailand, sie kniet sich in die Moschee in Istanbul und betet mit ihrer muslimischen Freundin. Sie kann Gott überall finden. Zu gerne würde sie nach Russland fahren und dort Menschen kennenlernen. Neu-lich hat sie jemanden gefragt, ob er das nicht organisieren kann. Der hat sie beinahe für verrückt erklärt. Aber ist sie nicht. Sie sagt: Sobald wir Menschen kennenlernen und nicht nach dem Parteibuch, dem Gesangbuch oder dem Pass fragen, sondern sie einfach als Menschen kennenlernen, kann es gelingen - das Wunder der Kommunikation. Darauf setzt sie. Auch wenn sie jetzt angesichts des Krieges ratlos ist und es ihr das Herz eng macht - ein ums andere Mal. Also will sie weiter dagegenhalten. Nicht zu eng werden im Denken, nicht zu flach atmen. Sondern aktiv Luft holen und ausatmen. Gehen, singen, essen - und natürlich möglichst gut schlafen, nicht zu vergessen. Bis sich wieder Wege zeigen, die wir gehen können - aufeinander zu.

Es gilt das gesprochene Wort.

Redaktion: Pfarrer Reinhold Truß-Trautwein (reinhold.truss-trautwein@gep.de)

Weitere Sendungen, Informationen, Audios und mehr finden Sie unter:
<http://rundfunk.evangelisch.de/kirche-im-radio/dradio/worte-zum-tage>
Facebook: <https://www.facebook.com/deutschlandradio.evangelisch>