

Verlernen

25.01.2024

Wenn ich zur Alexander-Technik-Stunde komme, geschehen jedes Mal kleine Wunder. Und das geht so: Ich komme mit starken Kopf-Nacken-Schulter Schmerzen. Alles tut mir weh. Dann lässt die Alexander-Technik-Lehrerin mich stehen, durch den Raum gehen und schaut sich alles in Ruhe an. Probier mal: Was passiert, wenn du aufhörst dich zurückzulehnen? Ganz von allein stellt sich eine neue Balance ein, mein Oberkörper kommt ein wenig vor. Oh, das tut gut. Jetzt erst merke ich, wie sehr ich fast nach hinten gekippt bin beim Gehen.

Warum mache ich das? Ich nehme mich zurück, fällt mir als Antwort ein. Und packe mir wie auf einem großen Tablett alles voll mit Arbeit, Gesprächen, Familie und wieder Arbeit. Werde ich verlernen können, dass ich mich zurücknehmen muss? Ich darf vorkommen. Da entspannt sich der Kopf, die Schultern werden locker. Das Atmen geht leichter.

Und so ist es jedes Mal. Ich komme, um zu lernen, wie ich etwas hinter mir lassen kann, das ich bisher für selbstverständlich und für wahr gehalten habe. Als müsste es so sein und nicht anders. Durchgedrückte Knie, Strammstehen aus Pflichtbewusstsein, hochgezogene Schultern, Kiefer Schmerzen vom Auf-die-Zähne-Beißen. Man kann es verlernen.

Für mich stand ein Leben lang Lernen, Wissbegier im Mittelpunkt. Das Verlernen ist mir mit der Zeit mindestens so wichtig geworden. Auch was meine christliche Religion anbelangt.

„Es scheint mir eine Tragödie zu sein, dass auf allen Seiten - die Rabbiner, die Priester, die Pastoren, die Bischöfe, die Mullahs, die Ajatollahs - dass sie allesamt uns theologischen Laien jede Kenntnis der anderen Religion vorenthalten haben. Sie haben uns im Gegenteil gelehrt, über die anderen Religionen ablehnend und abfällig zu denken. So bin ich zum Beispiel aufgewachsen und viele von Ihnen auch, wenn Sie ehrlich mit sich selber sind.“ (2007, Rede zum Weltethos)

Altbundeskanzler Helmut Schmidt hat das vor vielen Jahren gesagt und ich habe es im Sommer im Radio gehört. Es traf mich mitten ins Herz. Was haben wir etwa vom Judentum gelernt im evangelischen Religionsunterricht oder gehört in den Sonntagspredigten? Die heuchlerischen Pharisäer. Die dummen, kleinkarierten, besserwisserischen jüdischen Schriftgelehrten. Der verräterische Judas. Der rachsüchtige Gott des Alten Testaments. Juden - angeblich die Mörder unseres Heilands. Zerrbilder. Und Jesus als Lichtgestalt komplett herausgelöst aus allen jüdischen Wurzeln. Werden wir verlernen können, was wir gelernt haben? Vielleicht ist es wie bei der Alexander-Technik: Wenn ich mich meinen Schultern zuwende, dann können Wunder geschehen. Ich setze darauf: Verlernen ist möglich.

Es gilt das gesprochene Wort.

Redaktion: Pfarrer Martin Vorländer (martin.vorlaender@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>