



## Leben

aus erster Hand

24.09.2023

### Feiertag Deutschlandfunk Kultur 24.9.2023

#### Pastor Fritz Baltruweit

#### *Leben aus erster Hand*

**Autor:**

Seit Gott uns geschaffen hat, haben wir auch welche: Hände.  
Zum Schaffen und zu viel mehr.

Was wären wir ohne Hände?

Wir benutzen sie jeden Tag. Ohne groß über sie nachzudenken.

Oft ohne sie auch nur mal richtig anzusehen.

Aber wer die Hand einmal verletzt hatte und sie eine Weile stillhalten musste, weiß:  
Hände haben und sie bewegen können, das ist ein Segen.

Unser ganzes Leben ist in unsere Hände geschrieben,  
von Kind an bis ins Alter.

Schauen wir sie mal genauer an.

Wie sehen sie aus? Groß, klein, breit, schmal ...?

**Autor:**

Wie immer sie aussehen:

Meine Hände sind ein Wunderwerk:

Unzählige Knochen und Gelenke,

kilometerlange Nervenbahnen spielen zusammen,  
damit ich greifen kann.

Hände zeigen viel davon, wer ich bin.

Die Falten verraten mein Alter.

Die Linien, Kopf- oder Herzlinien, verraten angeblich sogar mein ganzes Leben.

Sicher aber ist: Mein Fingerabdruck zeigt:

Ich bin einmalig, einzigartig.

Eine Hand will nicht allein sein, es gibt sie paarweise.

Und immer suchen sie noch andere Hände;

Menschen suchen einander, von Kindheit an.

Babyhändchen packen zu, wenn sie einen Finger erwischen.  
Das ist ein Reflex - und ist doch mehr.  
Es ist eine Geste, die zeigt: „Ich will mich festhalten und gehalten sein.“

Und dieses Bedürfnis bleibt von klein bis groß.  
Immer wieder suche ich aufs Neue nach einer liebevollen Hand.

**Musik:**

*Gehalten und geborgen  
bis ans Ende der Welt  
leben wir aus deiner Hand,  
leben wir mit dir.  
Gehalten und geborgen,  
dem Leben zugewandt  
leben wir aus erster Hand,  
leben wir mit dir,  
leben wir aus erster Hand,  
leben wir mit dir.*

*Kinderhände – Wunderwerk.  
Sie zeigen: Du bist einmalig.  
Kleine Hand sucht große Hand,  
will gehalten sein und geborgen.*

*Was bleibt  
ein Leben lang,  
bleibt ein Leben lang?*

**Autor:**

Von klein an begreifen wir mit unseren 10 Fingern die Welt.  
Als Babys grapschen wir noch ungeschickt herum,  
aber schon ein paar Wochen später können wir gezielt zupacken.

Und wie vieles haben wir schon bis zur Schule gelernt:  
Becher und Besteck halten, Buntstifte.

Wir haben schreiben und schneiden gelernt,  
vielleicht hämmern und schrauben.

Und viele haben mit ihren Händen auch ein Musikinstrument spielen gelernt.

**Junge:** *Kindsein heißt für mich, dass ich halt Spaß habe  
und in der Schule halt nicht so viel Hausaufgaben kriege  
und nicht richtig arbeiten muss halt.  
Also mein Hobby ist Trommeln  
und ich bin neun Jahre alt  
und also meine Hobbys sind auch Fußball und Klavierspielen.*

**Autor:**

Wie auch immer: Ein Bedürfnis bleibt von klein bis groß:  
Immer wieder suche ich nach einer liebevollen Hand.  
Frage ein Leben lang: Wo gehöre ich hin?

Junge Hände nehmen oft zupackend und ungeduldig das eigene Leben in die Hand.  
Selbstständig werden.  
Eigene Wege finden.

Und wichtiger noch - die große Liebe.  
Oder zwei, drei kleine Lieben.  
Weiß ich noch, wie das war?  
Zum ersten Mal verliebt Hand in Hand gehen...  
Und das Herz klopft bis in die Fingerspitzen.

Hände, die mich streicheln,  
die mich festhalten, aber auch loslassen können.  
Schwer zu finden: eine solche Liebe.  
Und nicht leicht zu halten, die Leidenschaft im Leben.  
Aber immer wieder werde ich nach ihr suchen,  
nach der geliebten Hand.

Und irgendwann sind meine Hände ausgewachsen.  
Sie haben gelernt, Freundschaften zu schließen, sie aufrechtzuerhalten, sie aber auch zu beenden,  
wenn es an der Zeit ist.  
Sie haben gelernt, Gutes oder Leid zu bewirken,  
können aufbauen, aber auch zerstören,  
zart sein oder zupacken,  
leise streicheln oder laut trommeln.  
Sie können tragen, halten, ja sogar sprechen.  
Dank meiner Hände kann ich den Alltag meistern,  
mich trotz Sprachbarriere verständigen,  
Halt geben und mich schützen.  
Und dabei bleiben auch Narben zurück.

**Musik:**

*Kämpfen, bis es endlich geht,  
den eignen Platz gefunden.  
Was entsteht durch deine Hand?  
Was setzt du durch?  
Was gedeiht?  
Was bleibt ein Leben lang,  
bleibt ein Leben lang?*

*Gehalten und geborgen  
bis ans Ende der Welt  
leben wir aus deiner Hand,  
leben wir mit dir.  
Gehalten und geborgen,*

*dem Leben zugewandt  
leben wir aus erster Hand,  
leben wir mit dir,  
leben wir aus erster Hand,  
leben wir mit dir.*

**Junge:** *Mama, was findest Du schön am Erwachsensein?*

**Frau:** *Also am Erwachsensein finde ich gut,  
dass man inzwischen weiß, was man für einen Beruf gefunden hat,  
dass man also sich darüber nicht mehr so viele Gedanken machen muss,  
es ist gut, dass ich z.B. einen Arbeitsplatz habe,  
ich finde es auch klasse,  
dass ich schon zwei Kinder habe und eine Familie,  
dass ich Auto fahren kann, Motorrad fahren, finde ich auch gut am Erwachsensein.*

**Junge:** *Und was ist schwierig für dich?*

**Frau:** *Also das Schwierige am Erwachsensein ist,  
dass man für ganz viele Sachen die Verantwortung hat  
und auf alles aufpassen muss und auch den Kindern vorleben  
und sagen muss, wie das alles so geht im Leben.  
Und dann finde ich auch schwierig,  
dass man eigentlich irgendwie ganz viele Dinge zu tun hat,  
die immer alle gar nicht in einen Tag passen, aber ich glaube,  
das Problem haben Kinder heute genauso wie Erwachsene, also ...  
sonst finde ich Erwachsensein sehr schön.*

**Musik:**

*Alle Hände voll zu tun:  
Beruf, Familie - und Kinder.  
Was fällt dir zu?  
Was teilst du aus?  
Verwundet und geheilt?  
Und du fragst:  
Was bleibt  
ein Leben lang,  
bleibt ein Leben lang?*

**Autor:**

*Erwachsene Hände.  
Die Falten sind tiefer geworden, zu Furchen manchmal.  
Was immer ich tue in den mittleren Jahren -  
meist ist es zu viel.  
Ob allein oder zu zweit, mit oder ohne Kinder:  
Der Alltag hat mich im Griff. Alle Hände voll zu tun.  
Beruf, Familie, Freunde.  
Es ist schön, all das zu haben.*

Manchmal gehen die Tage glatt von der Hand.  
Und ich bin voller Lebenslust und Energie.  
Doch nicht immer.  
Der Alltag raubt auch Lebenskräfte.  
Und manchmal habe ich das Gefühl:  
Ich schaffe das alles nicht mehr.  
Wie gut, wenn ich mich dann wieder  
erinnere an meinen Lebenstraum....

**Musik:**

*Wie ist dein Lebens-Traum,  
der dir zu Herzen geht,  
von Horizonten weit -  
und Freiheitsatem weht,  
der über dich hinausgeht  
und weit in die Zukunft ragt,  
sagt, wofür wir leben wollen,  
wenn dein Kind dich morgen fragt.  
... sagt, wofür wir leben wollen,  
wenn dein Kind dich morgen fragt.*

*Mit welchem Lebensziel  
kannst du glaubwürdig sein -  
und in dem, was du tust,  
zieht ein Stück Himmel ein,  
der über dich hinausgeht  
und weit in die Zukunft ragt,  
sagt, wie wir denn handeln sollen,  
wenn dein Kind dich morgen fragt.  
sagt, wie wir denn handeln sollen,  
wenn dein Kind dich morgen fragt.*

**Autor:**

Wenn mein Enkelkind mich morgen fragt...  
dann erzähle ich zum Beispiel von Jakob - aus der Bibel.  
Seinen Lebenstraum muss dieser Jakob teuer bezahlen.  
Der Lieblingssohn seiner Mutter erschleicht sich den Segen seines Vaters.  
Aus Eifersucht - und auf Kosten seines älteren Bruders Esau.  
Ein Stück um die Hand gewickeltes Fell verhilft Jakob dazu,  
seinem blinden Vater Isaak den Erstgeburtssegens abzuluchsen.  
Er flieht von Zuhause.  
Händeringend sucht er einen neuen Anfang.  
Auf seinem Weg hat er eines Nachts einen Traum.  
Er sieht eine Leiter. Sie reicht von der Erde hinauf bis in den Himmel.  
Und er sieht Engel, die darauf auf und absteigen.

Und begreift: Gott selbst streckt seine Hand nach ihm aus.  
Und das dort, wo er ihn gar nicht erwartet:  
am Boden, mitten in der Nacht, mitten in der Schuld.  
In Gottes Hand bleibt Jakob geborgen.

**Musik:**

*Ein Engel kommt zu dir, bleibt bei dir Tag und Nacht.  
Ein Engel kommt zu dir, bleibt bei dir Tag und Nacht,  
bleibt bei dir und gibt auf dich Acht.*

**Autor:**

Jakobs Hände sind früh erwachsen geworden.  
Haben sich schuldig gemacht.  
Trotzdem begegnet er Engeln - ihm begegnet Gott selber.  
Er empfängt nicht nur den Segen seines Vaters Jakob,  
sondern auch den von Gott selbst.  
Gott spricht:

**Sprecherin:**

*„Ich bin mit dir – und will dich behüten,  
wohin du auch gehst.“*

**Autor:**

Das zeigt mir: Gottes Zuwendung hängt nicht ab von dem,  
was wir tun oder lassen.

Jakob hat einen weiten Lebensweg vor sich.  
Fern von Zuhause findet er seine Liebe:  
Hände, die ihn liebhaben,  
die ihm auch etwas entgegenzusetzen haben -  
und die Lebens-Krisen mit ihm aushalten und bewältigen.

Das brauchen wir. Auf besondere Weise in der Lebensmitte, glaube ich.  
Gotteshände, Menschenhände.

Denn das ist  
- neben dem, was Hände alles schaffen können, das Segensreichste:  
Sie schaffen Nähe.

Hände bringen mir Menschen nahe.  
Wir können einander berühren und streicheln.

Die Hand auflegen - das beruhigt, lindert Schmerzen.

Auch Jesus hat Menschen so berührt und geheilt, erzählt die Bibel.

**Sprecherin:**

*"Als die Sonne untergegangen war,  
brachten alle ihre Kranken mit mancherlei Leiden zu ihm.  
Und Jesus legte ihnen seine Hand auf - und machte sie gesund." (Lk 4.40)*

**Autor:**

Es ist eine Erfahrung, die sich durch die Heilkunde  
und die Religionen zieht: In der Hand liegt Segen.

Ja: Hände bringen mir Gott nahe.  
Es tut gut, sich von Gott berührt zu fühlen.

**Sprecherin:**

*Gott,  
du erforschst mich  
und kennst mich.  
Du verstehst meine Gedanken von ferne.  
Von allen Seiten umgibst du mich  
und hältst deine Hand über mir.*

*Deine Augen sahen mich,  
als ich noch nicht geboren war.  
Du hast mich im Mutterleib bereitet.  
Diese Erkenntnis ist wunderbar –  
ich kann sie kaum begreifen.  
Ich danke dir,  
dass ich so wunderbar gemacht bin.*

(Psalm 139, ...)

**Autor:**

Immer wieder hat Jakob um den Segen gekämpft –  
vor allem um Gottes Segen.  
Einmal ringen beide miteinander - am Fluss Jabbok - mitten in der Nacht.  
Und Jakob ruft Gott zu: „Ich lasse dich erst los, wenn du mich gesegnet hast“.  
Er wird verletzt. Für immer hinkend, aber auch für immer gesegnet geht Jakob weiter.

Als sich nach vielen Jahren eine Begegnung mit seinem Bruder Esau anbahnt,  
gerät Jakob in Panik.  
Er hat Angst: Der Bruder könnte ihn und seine Familie umbringen.  
Aber Esau läuft ihm entgegen, fällt ihm um den Hals und küsst ihn.  
Und sie weinen.  
Der Segens-Klau aus der Kindheit ist vergeben.

Alt sind sie geworden, Jakobs Hände.  
All die Jahre hat er sie geregt,  
mit ihnen gerungen  
und sie endlich zur Versöhnung ausgestreckt.  
Gesegnet seine Hände.

Und meine?  
Was erzählen sie von meinem Leben?

Wie werden sie sein, wie *sind* sie im Alter?

**Musik:**

*Die Lebensjahre hinter dir  
in die Hand gegraben.  
Was ließ sie los?  
Was fand sie neu?  
Worauf konnte sie bau´n?*

**Autor:**

Alte Hände.  
Die Falten wie Landschaften. Die Narben eingegraben.  
All die vergangenen Jahre stehen in der Hand,  
die gesegneten und die verfluchten Zeiten.

Kraftloser. Die Finger schmerzen.  
Muss vieles lassen, loslassen - liebe Menschen gehen lassen.  
Mann oder Frau, Geschwister, Freunde.

Aber ich *kann* auch loslassen.  
Kann meine Hände öffnen, mich öffnen für Andere.  
Für Enkel oder Urenkel.  
Offen sein für Gott, für den Himmel.

Im Alter darf ich das Leben ernten.  
Ich lege die Hände in den Schoß und erzähle von gestern.  
Blicke weit zurück und sehe voraus -  
auf das, was noch kommen mag...

**Musik:**

*Ein letztes Mal sucht deine Hand  
ein Zeichen: Wie geht es weiter?  
Kleine Hand sucht große Hand,  
will gehalten sein  
und geborgen.*

*...weist weit voraus  
über dich hinaus...*

*Gehalten und geborgen  
bis ans Ende der Welt  
leben wir aus deiner Hand,  
leben wir mit dir.  
Gehalten und geborgen,  
dem Leben zugewandt  
leben wir aus erster Hand,  
leben wir mit dir...*

*Ja, man hat so furchtbar viel erlebt und da sieht man alles so ganz anders als früher, als man jung war - und man merkt da auch, dass das Leben ganz anders verlaufen ist, als man sich das gedacht hat.*

*Ja, das Schwierige, das ist, dass man anfängt, knackig zu werden, es knacken die Gelenke und sonst die Wehwehs, die halt so kommen mit dem Alter ...*

*Dass man nicht mehr so kann, dass man für alles mehr Zeit braucht, dass man dem Bisschen nachtrauert, was früher einen so aktiv gemacht hat.*

*Sonst ist das Älterwerden, solange man also gesund bleibt, eigentlich eine vergnügliche und tolle Angelegenheit.*

*Man ist frei, man wird nicht mehr gedrängt, irgendwas zu tun, man kann tun, was man will.*

*Ja, ich glaube schon, dass ich sagen kann, dass mir mein Glaube schon hilft im Alltag, auch Gebete und so ..*

*O ja, das klingt etwas pathetisch, man ist geneigt, sehr schnell zu sagen, der Glaube, aber ich wüsste sonst nicht, was mir Kraft gebe, die Hoffnung natürlich.*

*Ich denke doch, dass man hineingenommen ist in eine Gemeinschaft, dass ich weiß, dass das, was ich hier erlebe, nicht alles ist und dass ich von daher gesehen also immer noch für die Zukunft was erwarte.*

**Autor:**

Es ist gut, Bilanz zu ziehen.

Nicht erst im Alter.

Auch als Erwachsener,  
als junger Mensch,  
auch jetzt und hier.

Zu fragen:

Wie vieles habe ich mit meinen Händen erarbeitet -  
und wie viel wurde mir einfach geschenkt?

Wie viele Menschen konnte ich begleiten -  
wie viele standen mir zur Seite?

Wie oft habe ich dennoch den Halt verloren,  
war krank oder einsam - und da war niemand,  
der mich tröstet oder streichelt?

Wie oft aber habe ich auch wieder Hände gefunden -  
und plötzlich war da jemand, der mich hält?

Wie oft fühlte und fühle ich mich beschützt,  
spüre ich Engel an meiner Seite, Handlanger Gottes sozusagen.

**Musik:**

*Jeder Mensch braucht einen Engel, der mit ihm geht.*

*Jeder Mensch braucht einen Engel, der zu ihm steht.*

*Und er leiht dir seine Flügel,*

*wenn dich Leid am Boden hält.  
Du kannst du fliegen – du kannst träumen.  
Mensch, entdeck mit ihm die Welt.*

**Sprecherin:**

*Gott,  
du erforschst mich  
und kennst mich.  
Du verstehst meine Gedanken von ferne.  
Führe ich gen Himmel –  
so bist du da.  
Bettete ich mich bei den Toten –  
siehe, so bist du auch da.  
Nähme ich die Flügel der Morgenröte  
und bliebe am äußersten Meer,  
so würde auch dort deine Hand mich führen  
und deine Rechte mich halten.  
Am Ende bin ich noch immer bei dir.*

**Autor:**

Von Kind an bis ins Alter: Hände haben und Hände halten.  
Das ist ein Segen. Und - die göttliche Hand spüren.

Mit dem Taufwasser ist es mir auf die Stirn geschrieben:  
„Ich bin bei dir alle Tage bis an das Ende der Welt.“  
Christus hat mich so berührt.  
Und Gott lässt mich nie mehr los.

Mal streift seine Hand nur meine,  
mal schubst sie mich in die richtige Richtung, mal streichelt sie mich,  
mal ist sie auch gar nicht zu spüren.

Und doch bin ich gewiss:  
Gott ist nur eine Handbreit entfernt.  
Ich brauche nur die Finger auszustrecken,  
wie damals nach Vater und Mutter,  
wie nach dem Menschen, den ich liebe.

**Musik:**

*Gott, in deinen Händen wünsch ich mir mein Haus.  
Dort bin ich geschützt, und du bist da.  
Du bist meine Sehnsucht. Du schenkst mir dein Wort.  
Heile meine Seele, sei mir nah.  
Gott, mit deiner Liebe fängt mein Leben an.  
Du bist es, der diese Welt ersann.  
Gott, mit deiner Liebe fängt mein Leben an.  
Dir sing ich mein Lied, solange ich kann.*

*Gott, in deinen Händen ist das Leben nah.*

*Da bricht kein Gericht mein Lebenslicht.  
Viele tausend Schulden zeichnen dich bis heut.  
Du wiegst sie mit deiner Liebe auf.  
Gott, mit deiner Liebe fängt mein Leben an.  
Du bist es, der diese Welt ersann.  
Gott, mit deiner Liebe fängt mein Leben an.  
Dir sing ich mein Lied, solange ich kann.*

*Gott, in deinen Händen ist Vergebung da.  
Du baust eine Brücke, die mich trägt.  
Sie verbindet Ufer – nichts trennt mich von dir.  
Bleib bei mir – begleite meinen Weg.  
Gott, mit deiner Liebe fängt mein Leben an.  
Du bist es, der diese Welt ersann.  
Gott, mit deiner Liebe fängt mein Leben an.  
Dir sing ich mein Lied, solange ich kann.*

*Es gilt das gesprochene Wort.*

Redaktion: Pfarrer Reinhold Truß-Trautwein / Thomas Dörken-Kucharz (thomas.doerken@gep.de)

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