

Kein Maskenspiel

Aufwachen und sofort mit einem unguten Gefühl auf die Uhr schauen. Habe ich zu lange geschlafen? Und weitere Schuldgefühle gesellen sich dazu. Diesen ganz alltäglichen kleinen Wahnsinn beschreibt z.B. Till Briegleb, Politikwissenschaftler, Germanist und Journalist. Zitat: »Ich putze die Zähne nicht mit dem ganzen Programm, das meine Zahnpflegerin von mir verlangt; ich esse schädlichen Weißmehltoast und Orangenmarmelade statt Müsli und Obst. Ich sehe das Handy und weiß sofort wieder, dass ich verschiedene Telefonate nicht geführt habe. Dazu plagen mich Gedanken, ob ich mich wirklich genug um meinen Sohn kümmere...«

Es ist das unbarmherzige Mantra der Selbstvorwürfe, die einem auch aus dem kleinen Zeh noch die Energie ziehen können. Vielleicht mögen manche dies alles für banale Konflikte halten. Wer aber ständig von solchen Ansprüchen und Aufgaben belagert wird, wird das anders sehen. »Fatale seelische Schamstrudel« nennt Till Briegleb diese Erscheinungen. Denn überall, so sagt der Autor, lauern Augen, die darauf warten, dich zu beschämen und bloßzustellen. Und oft sind diese Augen sogar nur in einem selber drin. Um diesen Blicken zu entgehen, wählen die einen den Panzer der ständigen Selbstkontrolle. Klar, dass das anstrengt!

Andere bringen es fertig, ein gewisses Maß an Gelassenheit zu entwickeln. Wie gehen wir um mit den Seiten in uns, die uns vor Anderen verlegen machen? Vielleicht hilft es ja, sich mit Masken zu schützen, überlegte der Philosoph Friedrich Nietzsche einmal. Kränkungen und das permanente Gefühl des Ungenügens hatte Nietzsche oft erlebt. Eine Maske kann dann künstlich einen schützenden Abstand herstellen.

Natürlich braucht es dort, wo ich mich öffne und etwas von mir preisgebe, auch einen gewissen Schutz. Aber muss es gleich eine Maske sein? Ich stelle mir lieber einen schützenden Mantel vor. Auch die Kleidung z. B., in die wir Tag für Tag hineinschlüpfen, hat viel von so einem schützenden Mantel. Christen können damit noch mehr verbinden: die Hoffnung, dass Gott ihnen noch mehr bereit hält als den täglich schützenden Mantel. Sie gehen davon aus, dass es bei Gott eine neue Bekleidung für sie geben wird – und schon gibt. Das neue Kleid für dich, es wird so gänzlich anders sein als alles, was du bisher tragen konntest. Es ist das Kleid der neuen Schöpfung. So nennt es der Apostel Paulus. Wann wir tatsächlich in diese neue Bekleidung hinein schlüpfen werden, – wer weiß. Aber: Bis das geschieht, kann ich gut leben mit dem Rat des Apostels in seinem Brief an die Christen in Kolossä: »Bekleidet euch mit aufrichtigem Mitgefühl, mit Güte, Milde und Geduld!« Ein gutes Outfit für den Tag. Und viel besser als ein Maskenspiel.