

Kirche im hr

20.10.2020 um 05:20 Uhr

hr1 ZUSPRUCH



Ein Beitrag von
Clemens Weißenberger,
Katholischer Pastoralreferent, Frankfurt

Lob der kurzen Pause

Bei einer Tagung mit Kollegen in der vergangenen Woche ist mir was aufgefallen. Wir hatten ein straffes Programm. Und nur ganz kurze Pausen, jede Stunde nur 5 Minuten. Die aber waren ein Gewinn. Bei einer Tasse Kaffee im riesigen Foyer oder einer Zigarette vor der Tür, da ergaben sich Möglichkeiten zum Erzählen oder Zuhören. Obwohl es nur fünf Minuten waren, erinnere ich mich gut an Erzählungen: Wieso eine Kollegin etwa genau ihren Beruf ausgewählt hatte. Oder von der Familie eines Kollegen, wie die es packen, die Mutter zuhause zu pflegen. Und ich konnte ganz kurz erzählen, was bei mir im Beruf gerade so passiert.

Kurz innehalten und abladen können

Nur kurz Zeit, denn dann rief wieder das Programm. Kurz Zeit, um einen Kaffee zu trinken und ihn zum Anlass zu nehmen zum Hören. Kurz Zeit, um einem der Raucher Gesellschaft zu leisten und dabei zu erzählen. Und ich habe gedacht: Solche Pausen muss es öfter geben. Aus der Schule kenne ich das, da ist ja nach 45 Minuten eine fünfminütige Unterbrechung. Die aber wird genutzt, um den Raum zu wechseln, schnell zur Toilette zu rennen, noch etwas abzusprechen. In meiner Zeit als Lehrer in der Schule habe ich mir angewöhnt, besonders zu Beginn der Stunde erst einmal Luft zu holen. Zu fragen, was bisher am Tag passiert ist. Oder die Kinder erzählen zu lassen, was ihnen auf

der Seele liegt und sie gerne loswerden wollen. Im Nachhinein bin ich dankbar dafür, dass sie erzählt haben. Weil sie sich entlasten mit etwas für sie Wichtigem. Und wir voneinander wussten. Und das hat uns zusammengebracht, als Menschen und als Klasse.

Zeigen, wie es in drinnen in mir aussieht

Ob bei der Tagung oder in der Klasse: Ich bin dankbar für diese Momente der Begegnung und der Offenheit. Ich danke dafür. Den Menschen, das ist klar. Aber ich danke besonders Gott dafür, das zu erleben. Dass Menschen offen sind. Dass sie einander vertrauen. Dass sie sich stützen. Ich schicke dann oft ein kurzes Stoßgebet zum Himmel: Danke, dass ich das loswerden durfte. Wenn ich selbst etwas erzählt habe. Oder: Bitte lass es dem Kollegen gut gehen.

Danke sagen

Ich bin ganz begeistert von der Tagung mit meinen Kollegen nach Hause gefahren. Und ich will darauf achten, jetzt noch aufmerksamer kurze Pausen zu machen. Zum Luft holen, zum Erzählen mit anderen und um Gott zu danken.