

17.07.2022 um 07:45 Uhr

hr1 SONNTAGSGEDANKEN



Ein Beitrag von

Stephanie Rieth,

Bevollmächtigte des Generalvikars und Dezernentin im Bistum Mainz

Silbermond: Ans Meer

Songtext "Ans Meer" von Silbermond

Silbermond Ans Meer 0:11-0:48

Ich weiß nicht wo mir der Kopf steht, ich kann kein Land mehr sehen

Die Augen zu lange offen, zu wenig Schlaf, zu viel Kaffee

In meinem kleinen Chaos, find' ich mich selbst nicht mehr

Lauf auf Roboterbeinen, den Problemen hinterher

Ich weiß nicht, wo mir der Kopf steht! Wie gut kenne ich dieses Gefühl! Oft holt es mich ein – und dann verbindet es mich mit diesem Song von Silbermond. „Ans Meer“ heißt er, und für mich ist er ein echter Sehnsuchtssong. Einer, der mich an einen Strandspaziergang erinnert oder den frischen Wind an der See und das Rauschen von Wellen. Und damit bringt er mich - zumindest in Gedanken – raus in die Natur, ans Meer. Silbermond – einst eine Schülerband aus Sachsen - bestimmt heute die deutschsprachige Popkultur mit und ist bekannt für ihre mal rockigen, mal eher poppigen Balladen. Sie berührt viele mit ihren Songs und mit diesem mich ganz besonders.

Auf Roboterbeinen hinterherlaufen

Ich weiß nicht, wo mir der Kopf steht – dieses Gefühl habe ich viel zu oft, meistens auf der Arbeit, wenn die Probleme anfangen, mein Leben zu steuern und ich wie auf Roboterbeinen hinterherlaufe.

Das Bild ist irgendwie gut, es passt für mich. Zu wenig Schlaf und ein Chaos, in dem ich mich selbst nicht mehr finde, in dem ich manchmal glaube, verloren zu gehen.

Wie sehr sehne ich mich dann nach den zwei großen Zäsuren im Jahr. Für mich ist das einmal das Jahresende, an dem es insgesamt ruhiger wird.

Raus in die Natur!

Aber eine besonders hilfreiche Zäsur sind für mich die Sommerferien. Endlich komme ich da raus aus aller Arbeit, raus in die Natur. Und schon in den Wochen vorher, wie jetzt, werden Chaos und Druck ein bisschen weniger. Viele der Kollegen und Kolleginnen sind im Urlaub, und die, die da sind – so nutze ich diese Zeit auch für mich -, arbeiten ab, was liegengeblieben ist, weniger Neues und Aktuelles ist zu tun. Und in vier Wochen ist es dann endlich auch bei mir soweit: Endlich kann ich das, was den Kopf zu voll macht, das Chaos, das, was zu viel ist, einmal hinter mir lassen.

Mein Urlaub rückt näher und ich freue mich riesig drauf. Eine Woche noch, dann haben meine Kinder Ferien, und in vier Wochen ist dann Familienzeit. Raus in die Natur – so heißt es auch für uns in diesem Jahr. Unser Urlaub bringt uns nach Irland, auf die Insel und damit auch ans Meer.

Silbermond Ans Meer 0:48-1:14

Wenn alles zu viel wird, bring mich dort hin

Dreh meine müden Segel in den Wind

Füll' meinen Atem, feder' mein Herz, bring mich zurück

Bring mich ans Meer

Wenn alles zu viel wird, bring mich dorthin. Genau, so geht es mir auch, wenn ich mal wieder an einem Punkt bin, an dem nichts mehr geht. Ich will dann nur weg, an einen Ort, an dem ich nichts mehr von alledem sehen und hören muss, ein Ort, an dem ich neue Lebensenergie bekomme.

"Einer der zuhört und einen Weg findet"

Bring mich dort hin. Dreh meine müden Segel in den Wind. Mit wem die Sängerin da spricht, ist

gar nicht so klar. Mich erinnert das an einen Psalm.

Psalmen, Gebete in der Bibel, bringen das ins Wort, was die Menschen vor rund zweieinhalb tausend Jahren beschäftigt hat – oft ganz existentiell. Lob, Klage, Freude, Verzweiflung über das, was das Leben dem einzelnen Menschen, aber auch der Glaubensgemeinschaft zumutet und schenkt und oft klingt das erstaunlich aktuell. An vielen Stellen sind diese Psalmen ein Gespräch mit Gott, zutiefst überzeugt davon: Gott ist einer, der hinhört, der zuhört und der einen Weg findet, zu antworten. Gott ist einer, dem das Schicksal des Einzelnen oder der Einzelnen nicht egal ist.

Es sind starke Bilder

Diese Sehnsucht an dem Punkt, an dem nichts mehr geht, finde ich in diesen Gebeten wieder, wenn es heißt: *„Hätte ich doch Flügel wie eine Taube, dann flöge ich davon und käme zur Ruhe.“ (Psalm 55,7)* Oder auch an anderer Stelle: *„Gott, mein Gott bist du, dich suche ich, es dürstet nach dir meine Seele. Nach dir schmachtet mein Fleisch wie dürres, lechzendes Land ohne Wasser.“ (Psalm 63,2)*

Es sind starke Bilder, die für eine starke Sehnsucht stehen – und auch wenn ich mich heute anders ausdrücken würde, finde ich mich darin wieder, so wie auch im Lied von Silbermond.

Im Song wie im Psalm wird deutlich: Als Mensch komme ich manchmal an einen Punkt, an dem ich mich selbst nicht mehr aus einer Situation herausziehen oder lösen kann.

Ich brauche den Aufwind

Die Sängerin richtet sich mit ihrer Sehnsucht an einen anderen oder eine andere: Dreh meine müden Segel in den Wind. Darin kommt für mich zum Ausdruck: Ich schaff es gerade nicht aus eigener Kraft. Ich brauche den Aufwind, die frische Brise, die mich belebt.

Füll' meinen Atem – dieses Bild finde ich ganz großartig. Das Atmen ist ja eigentlich etwas, das automatisch passiert, es ist neben dem Herzschlag der Lebensimpuls, der nicht von meiner Willenskraft oder meiner bewussten Entscheidung abhängt oder gesteuert wird. Und trotzdem kenne ich das Gefühl, wenn es scheint, dass mir der Atem ausgeht, wenn mir die Luft zum Atmen fehlt. Dann wünsche ich mir auch manchmal, dass mir jemand meinen Atem füllt. Übrigens ist auch das ein biblisches Bild. In der Schöpfungsgeschichte findet sich eine ähnliche Vorstellung, wenn es heißt: *„Da formte Gott, der Herr, den Menschen aus Staub vom Erdboden und blies in seine Nase den Lebensatem. So wurde der Mensch zu einem lebendigen Wesen.“ (Gen 2,7)*

Diese Überzeugung finde ich im Song wieder

Auch darin steckt die tiefe Überzeugung, hier aus der Sicht eines glaubenden Menschen: Leben

und Lebendigkeit kann ich mir nicht selber geben – das ist mir geschenkt, und ich kann es mir immer wieder neu schenken lassen. Und diese Überzeugung finde ich auch im Song von Silbermond wieder.

Silbermond Ans Meer 1:16-1:43

Ich kann schon wieder nicht schlafen, ich krieg den Kopf nicht aus

Gedanken im Dauerlauf, find' den Weg nicht raus

Und heut' bin ich aufgewacht, hab die Sonne im Gesicht

Und sie zieht und zieht das Chaos raus und nimmt mich aus der Pflicht.

In der zweiten Strophe von „Ans Meer“ höre ich einen Wendepunkt – textlich, aber auch musikalisch. Der Song bleibt nicht bei der bedrückenden und lähmenden Situation stehen. Er geht weiter: „Heut bin ich aufgewacht, hab die Sonne im Gesicht, und sie zieht und zieht das Chaos raus und nimmt mich aus der Pflicht.“ Ich finde dieses Bild mindestens so stark wie die Negativbilder, und ich kenne die Erfahrung.

Der Mensch braucht eher kleine Inseln

Es muss nicht immer das Meer oder der große Urlaub sein, manchmal hilft es mir, wenn ich auf der Terrasse, im Park oder einfach nur am offenen Fenster sitzen kann und mir die Sonne ins Gesicht scheinen lassen kann.

Überhaupt glaube ich: Der Mensch braucht eher kleine Inseln und Auszeiten im Alltag, die helfen, mit dem Chaos oder dem Druck umzugehen, die oft herrschen. Vor allem braucht es sie dann, wenn Lösungen für die großen Probleme nicht so schnell zu finden sind und der Urlaub eben doch noch vier Wochen entfernt ist.

Inseln und Auszeiten – das sind für mich liebe Menschen, die nach mir schauen, denen ich nicht egal bin, das ist meine Familie, die mich zwar fordert, aber für die ich auch wichtig bin und die mir wichtig ist, und manchmal eben auch die Sonne, die mich aus der Pflicht nimmt – die mir sagt: Stop – es gibt noch etwas anderes im Leben als die Arbeit. Lass dich beschenken, komm zur Ruhe.

Gott schaut nach mir

In all dem spüre ich auch: Da schaut Gott nach mir. Und dann mache ich die Erfahrung, die auch im Song von Silbermond spürbar wird:

Silbermond Ans Meer 2:29-2:43

Mit jedem Schritt hier raus komm ich bestimmt zurück zu mir

Und mit jedem Salzkristall der fällt, fällt ein großer Stein von mir

Schön, dass der Song mit hoffnungsvollen Bildern endet: Das Meer, die Sonne, die Auszeit – sie geben neue Lebensenergie, die aus der lähmenden Situation befreit. Nicht mehr auf Roboterbeinen den Problemen hinterher, sondern mit eigenen Schritten und neuer Kraft wieder zurück zu mir selbst.

Ich wünsche Ihnen und mir in den nächsten Wochen solche Auszeiten im Alltag oder auch Urlaubszeiten, die Kraft geben und Leben schenken: Draußen in der Natur, im Park, im Garten, auf Bergwegen – oder eben: am Meer.

Silbermond Ans Meer 2:44 - ausblenden

Wenn alles zuviel wird, bring mich hier hin

Dreh meine müden Segel wieder in den Wind

Füll' meinen Atem, feder' mein Herz, bring mich zurück

Bring mich ans Meer