

22.07.2019 um 06:30 Uhr

hr2 ZUSPRUCH



Ein Beitrag von

Sabine Müller-Langsdorf,

Evangelische Pfarrerin, Zentrum Oekumene, Frankfurt

Wie finde ich inneren Frieden?

Der alte Mann war nachts in seinem Haus gestürzt. Der Notarztwagen kam, erleuchtete mit seinem Blaulicht die Straße und nahm den Mann mit ins Krankenhaus. Die Ehefrau konnte vor Aufregung die nötigen Sachen nicht packen. Die Nachbarn kamen und halfen. Irgendwie war klar: Gestürzt ist gerade nicht nur ein Mensch. Gestürzt sind alle Pläne vom ruhigen Altwerden mit der Frau in der vertrauten Umgebung.

Später habe ich den Mann ab und an besucht. An Orten, die dem Sturz folgten: Krankenhaus, Reha-Klinik, Pflegeheim. Viele neue Orte in kurzer Zeit für einen alten Menschen. Viele neue Gesichter für einen, der zufrieden war mit seinem Leben in einem überschaubarer werdenden Bekanntenkreis. Nun ein Tagesrhythmus, der so anders war als zu Hause. Nächte, geprägt von Schmerzen oder Schmerzmitteln, die den Kopf wirr machen. Dazu die Sorge um die Frau und das Haus. Was soll aus allem werden? Was aus ihm selbst? Wenn es im Leben dicke kommt und alle Pläne umgeschmissen werden, dann ist es eine hohe Kunst, inneren Frieden zu bewahren.

Dann braucht man, was der Lösungsvers aus der Bibel für den heutigen Montag sagt: „*Wer festen Herzens ist, dem bewahrst du Frieden, denn er verlässt sich auf dich.*“ (Jesaja 26,3). Ich mache mir zum Anfang einer Woche oft so meine Pläne und Plänchen. Gleichzeitig weiß ich: Einiges wird anders kommen als ich denke. Wenn es kleine Änderungen sind, kann ich das deichseln. Wenn große Pläne durcheinander geraten, gerate ich selbst aus dem Ruder. Ein festes Herz, innerer Friede, ja, das wäre dann gut.

Ich weiß nicht warum, aber der alte Herr, der gestürzt ist, hat es, das feste Herz. Gelassen nimmt er jeden neuen Ort hin. Mit Angst und doch geduldig sieht er den Behandlungen entgegen. „Ich kann sowieso nichts ändern“, sagt er. Dankbar erzählt er, wie umsichtig die Schwestern und

Pflege sich um ihn kümmern. Empört ist er, wenn sein Widerspruch nicht erst genommen wird. „Ich kann hier doch wohl noch sagen, was ich will.“ Manchmal ist er müde oder dreht sich zur Wand. Dann ist ihm alles zu viel, auch das Leben. „Lasst mir die Ruhe“, sagt er dann. Und wenn seine Angehörigen planen, was wohl am besten ist für ihn, die Ehefrau oder was aus dem Haus der beiden werden soll, dann sagt er: „Mal langsam. Wird schon werden.“

Einmal habe ich den Mann gefragt, worin seine Ruhe gründet. Ist sie ein Wesenszug, den er schon immer hat? Ist er einfach ein optimistischer Mensch? Schicksalsergeben? Oder gründet sein innerer Friede im Gottvertrauen? Der alte Herr hat geantwortet: „So fromm bin ich nun auch wieder nicht.“

Oder doch? Vielleicht sind Geduld, Gelassenheit und Mut Gottesgaben. Mir fällt ein Gebet ein. Ich bringe es dem alten Herrn beim nächsten Besuch mit: „Gott, gib mir die Gelassenheit, Dinge hinzunehmen, die ich nicht ändern kann, den Mut, Dinge zu ändern, die ich ändern kann, und die Weisheit, das eine vom anderen zu unterscheiden.“