

Es kostet doch gar nicht viel

Warum es Sinn macht, Briefe und Karten zu schreiben

B

einmal hatte ich den Geburtstag einer Bekannten vergessen. Am Abend beim Abreißen des Kalenderblattes fiel es mir heiß ein. Schnell griff ich zum Telefonhörer und rief sie an, um meine Glückwünsche noch loszuwerden. Komischerweise reagierte sie nicht übermäßig erfreut auf meinen doch gut gemeinten Anruf. „Ach“, sagte sie, „das Telefon wurde mir heute zur Landplage. 48 Leute haben angerufen, um mir zum Geburtstag zu gratulieren. 48 Gespräche an einem einzigen Tag! Meine geladenen Gäste haben ohne mich feiern müssen, denn ich war ja mit Telefonieren beschäftigt. Mein Feiertag war ein Stresstag, der mich den letzten Nerv gekostet hat.“

Für meinen telefonischen Glückwunsch habe ich mich dann bei ihr entschuldigt!

Vor nicht allzu langer Zeit war ich zum 80. Geburtstag einer lieben Verwandten eingeladen. Auch damals fiel mir auf, wie unangebracht telefonische Glückwünsche sein können. Eine Tochter der alten und hörbehinderten Mutter nahm jeweils die Anrufe entgegen. Sie notierte die Namen der Anrufer und übergab zum Schluss ihrer Mutter den nur mit Namen voll geschriebenen Zettel. Diese las die etwa 30 Namen und legte den Zettel traurig beiseite. Sie hatte nur Namen, aber kein einziges liebes Wort gehört oder gelesen. Ich dachte bei mir, wie schön wäre es gewesen, hätte der Postbote an diesem Tag 30 Briefe oder Karten gebracht! Wie hätte sich die alte Dame gefreut über Grüße, die sie in Händen halten konnte. Gute Wünsche, Segensworte und persönliche Mitteilungen, die sie am nächsten Tag in Ruhe lesen konnte und am über-



nächsten Tag oder zu einem späteren Zeitpunkt noch einmal. Geschriebene Segenswünsche, die noch eine lange Zeit zu ihr reden konnten.

Gerade für alt und vielleicht einsam gewordene Menschen können persönliche Botschaften, die von außen in eine klein gewordene Welt hineinreichen, einen großen Schatz und Reichtum, ein Freudenlicht in traurigen Stunden bedeuten.

Wie wäre es, wenn Sie sich bei nächster Gelegenheit eine gute Auswahl an nicht so ganz gewöhnlichen (und nicht so ganz billigen) Karten zuleihen würden? Vielleicht am Büchertisch Ihrer Gemeinde oder auch im Kaufhaus gleich um die Ecke? Ich habe es längst getan und bin nun für alle Fälle gerüstet.

Morgen werde ich mir die Zeit nehmen und Tante Helene zu ihrem Geburtstag einige persönliche Zeilen senden. Es kostet nicht viel, ihr zu schreiben, dass ich mich mit ihr freue, weil der Herr sie schon 70 Jahre durch gute und böse Tage geleitet hat und auch für jeden neuen Tag ihre Kraft sein will.

Für Corinna habe ich eine tolle Blumenkarte in Präge-

druck gefunden. Sie hat kürzlich ihr Examen bestanden und soll erfahren, dass meine Segensgebete sie in ihrem verantwortungsvollen Wirkungskreis begleiten.

An Thomas gedachte ich diese poppige Karte in Autoform zu schicken. Er hat seinen Führerschein erworben und soll wissen, dass ich täglich für ihn um Besonnenheit beim Fahren und um Bewahrung bete.

Eine frühere Nachbarin ist vor einiger Zeit zu ihrer Tochter nach Norddeutschland umgezogen. Sie ging schweren Herzens, weil sie sich vor der neuen Umgebung fürchtete. Für sie fand ich nach einigem Suchen eine passende Spruchkarte: „*Erschrick nicht und fürchte dich nicht. Mit dir ist der Herr, dein Gott, wohin immer du gehst.*“ Ein sichtbarer Gruß aus der alten Heimat wird sie ermutigen.

Von Herrn Peters, der schon so lange im Krankenhaus liegt, hörte ich, dass er noch immer keinen Besuch haben darf. Eine Steigerwaldkarte mit dem Motiv der schützenden, bergenden Hände, ergänzt mit lieben Genesungswünschen und der Versicherung, dass wir seiner im Gebet nicht vergessen, wird ihn er-

... und verputze die Bratheringe!

Oder ein zweifaches „GTW“!

freuen.

Diese Faltkarte aber, die beim Öffnen ein fröhliches Liedchen erklingen lässt, habe ich für Annelene vorgesehen. Sie leidet oft unter depressiven Stimmungen. Den 23. Psalm werde ich im Wortlaut in die Karte schreiben, damit sie neu erinnert wird an den guten Hirten, der Freude und Erquickung schenken will. Die Musikkarte wird Annelene öfters ein kleines Lächeln entlocken.

Wollten Sie nicht immer schon gerne einen kleinen praktischen Dienst für Ihren Herrn tun? Nur einen kleinen, weil Ihre Kraft ja nur begrenzt ist? Dann schreiben Sie doch! Es bedarf nur ein wenig phantasievollen Nachdenkens und der kleinen Mühe des Schreibens, um Glücksmomente zu verschenken an Feierende und an Traurige, an Einsame und an Mutlose, an Junge und Alte, an Wartende und an Eilige.

Es bedarf nur der inneren Bereitschaft, sich nicht mit einem rasch getätigten und bald vergessenen Telefonanruf einer lästigen Pflicht zu entledigen, sondern ganz gezielt und bewusst im Namen des Herrn Jesus segnen zu wollen. Gotteskinder sind zum Segnen berufen. Wir tun uns oft so schwer damit. Segnen ist nicht an spektakuläre Umstände gebunden und muss nicht in aufwendige Anstrengungen verpackt werden. Segen wird bereitet in Herzen, die für Gottes leise Hinweise offen sind, dass er weiterfließt zu Menschen, die nach einem Segensgruß dürsten.



Erika Treude



Es ging um Schlafstörungen. Im Vortrag hatte ich die Ursachen dargestellt, auf Folien Schlafprofile und neue Erkenntnisse aus Schlaflabors erläutert. Aspekte zur Schlafvorbereitung, wie etwa die Wirkung zu üppiger Nahrungsaufnahme am späten Abend, rundeten das Ganze ab.

Mir fiel sie auf, die kleine, unscheinbare Patientin, die sich ein Lachen bei den Ernährungshinweisen kaum verkneifen konnte. In der nächsten Sprechstunde rückte sie dann damit heraus: „Sie wissen ja, wie schwer krank ich bin. Immer, wenn ich nachts nicht schlafen kann und die Sorgen mich packen, dann stehe ich auf, hol mir eine Konserve Bratheringe - verputze sie, danke meinem Heiland für den wunderbaren Doseninhalt und schlafe danach prima ein!“

Wir mussten beide herzlich lachen und wenn wir uns seither begegnen, schmunzeln wir und wissen warum. Natürlich könnte ich versuchen, die Reaktion medizinisch zu erklären. Aber zum Leben gehört auch dieses Paradoxe, Widersinnige, manchmal ganz Verrückte mit durchaus gesunden Aspekten. Immer wieder erlebe ich, dass gerade das Lachen über Kurioses eine immens befreiende Wirkung hat. Wir alle kennen das. Pfarrer Heinrich Kemner forderte einmal mehr „geheiligte Natürlichkeit“ als „unnatürliche Heiligkeit“. Damit sprach er die Urtümlichkeit und Echtheit des Lebens an. Nicht die Aufweichungen guter, göttlicher Ordnungen, Lebensprinzipien oder medizinischer Gesundheitsvorgaben ist hier gemeint, sondern dass im Wechselspiel des Alltags mehr Unverkramptes Raum haben darf: - im Lachen, - im peinlich berührt sein, - im sich verkriechen wollen, - im sich geben dürfen, wie man ist ... Werden wir nicht angesteckt, wo wir diese Spontaneität und Heiterkeit bei anderen erleben und sind betroffen über Gebremstes und Verschüttetes bei uns

selbst?

Wir sollten auch nicht immer gleich mit schwerem Naturell, harter Lebensgeschichte oder der Angst vor der Wertung durch andere argumentieren.

Da denke ich wieder an einen Patienten, der mich tagelang schmunzelnd auf dem Flur mit einem „zweifachen GTW“ grüßte. Es machte ihm Freude, mich zapeln und raten zu lassen, was er damit meine. Aber dann erzählte er seine Unfallgeschichte und wie das Leben schwer geworden sei. Daumen-, Zeigefinger und Mittelfinger habe er damals festgehalten und so buchstabiert: *Geh Tapfer Weiter - Gott Tut Wunder!*

Seitdem grüßen wir uns mit diesen Kürzeln, und im Begegnen liegt der unausgesprochene Dank an Gott, der in Tiefen bewahrt, in Krisen gestärkt und mit seiner Gegenwart ermutigt hat. Nein, sein GTW ist kein frommes „Hipp-Hipp-Hurra“ - es ist eine sehr persönliche Ausdrucksform zur frohen Ermutigung, und es erinnert mich an jenes kleine Ansteckschild, das dem frohen Zeugnisgeist eines Paul Deitenbeck entsprang: Jesus lebt.

Darin liegt die Hilfe in so vielem bruchstückhaftem und kuriosen, auch schwerem und unverständlichem Erleben, dass wir vom auferstandenen Christus den Mut und die Freude und auch den gelassenen Humor erhalten dürfen ... und dann sollten wir manchmal einfach ein bisschen unkomplizierter „drauflosleben“.

Dr. med. Hans-Ulrich Linke
Leitender Arzt im Sanatorium
„Hensoltshöhe“

