

Schrift Zeichen

Impulse und Gedanken aus Leben und Glauben

Oktober 2024



Foto: Pixabay

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

gehören Sie auch zu den Menschen, die eine Brille tragen? Bei mir wird es mal wieder Zeit, meine Sehstärke überprüfen zu lassen. In letzter Zeit fällt es mir schwer, alles klar und deutlich zu sehen.

Manchmal ist es mit unserer Sehschärfe bestens bestellt, und wir sehen dennoch nicht das, was wir sehen sollten. Oft sind wir so in unserer Blase, dass unser Blick ausschließlich auf deren Inhalt gerichtet ist. Dabei übersehen wir Menschen, denen es gut tun würde, wenn wir sie wahrnehmen.

Wir kennen das alle. Und wir kennen es aus beiden Perspektiven: Es fühlt sich nicht gut an, übersehen oder gar ignoriert zu werden. Wenn man beispielsweise bei einer Einladung übergangen wird, bei einer öffentlichen Begrüßung das Gefühl hat, nicht gemeint zu sein, oder wenn Freunde oder Familie sich nicht mehr melden. Oder sie melden sich und reden dann ausschließlich über sich selbst. Es gibt viele Situationen, die das Gefühl des „Nichtgesehenwerdens“ in uns auslösen.

Das ist alles menschlich. Eine Lösung könnte sein, ab und zu darüber nachzudenken, wen ich gerade im Blick habe und wen ich schon länger aus den Augen verloren habe. Vielleicht ist es ein schöner Impuls, sich jeden Monat einen Menschen zu überlegen, den ich schon länger nicht im Blick hatte, und diesen einfach mal zu fragen:

Wie geht es dir gerade? Was ist bei dir los? Um ihm dann wirklich zuzuhören und ihn ausreden zu lassen. Meine eigene Geschichte zurückhalten, auch wenn es gerade so gut

passen würde, meine zu erzählen. Wenn das jeder machen würde, würden im besten Fall alle mal gesehen und wahrgenommen werden. Keiner würde sich mehr übersehen fühlen.

Im Fall, dass ich mich selbst nicht gesehen fühle, kann ich überlegen, von wem ich mich gerne gesehen fühlen würde. Dann kann ich mir ein Herz fassen und diesem Menschen einfach mal sagen: „Lieber, liebe XY, ich fühle mich im Moment von dir nicht gesehen. Hat das einen bestimmten Grund? Geht es dir gut?“ Vorwürfe bringen in meinen Augen hier nicht viel. Druck erzeugt Gegendruck und oft Trotz.

Mein Papa hat immer gesagt: „Nur sprechenden Menschen kann man helfen.“ Und da ist etwas Wahres dran, finde ich. Wir sollten wieder mehr miteinander reden, uns gegenseitig sehen und auch ausreden lassen.

Ich selbst habe das große Glück, dass ich mich von Gott gesehen fühle. Ich denke da an Hagar aus dem 1. Buch Mose: **Hagar gab dem Herrn, der mit ihr geredet hatte, den Namen El-Roi, das heißt: Gott sieht nach mir. Denn sie hatte gesagt: „Hier habe ich den gesehen, der nach mir sieht.“ (1. Mose 16,13 Basisbibel)**

Es ist für mich ein großes Geschenk, dieses Gefühl, dass jemand nach mir sieht. Und ich bin mir sicher, es ist nicht allein Gott, der nach mir sieht. Er schickt mir Menschen, die das für ihn tun, und er gibt auch mir den Auftrag, nach meinen Mitmenschen zu sehen.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen einen achtsamen Blick in die eine oder die andere Richtung.

Sandra Hofer

Schrift Zeichen

Monatlicher Impuls- Abwechselnde Verfasser*innen:

Evelyn Hinz, Sandra Hofer, Christoph Habrich, Markus Heib, Stephanie Schippers
Gemeindereferent*innen in Mönchengladbach

Foto: Pixabay