Losung zum 26.9.2023: **Ich freue mich und bin fröhlich über deine Güte, dass du mein Elend ansiehst und kennst die Not meiner Seele.** (Psalm 31,8)
Dazu der Lehrtext: **Geh hin in dein Haus zu den Deinen und verkünde ihnen, welch große Dinge der Herr an dir getan und wie er sich deiner erbarmt hat.** (Mk 5,19)

Vielleicht muss der Mensch ein wenig exhibitionistisch veranlagt sein, um sein Innerstes nach außen kehren zu können. Ich weiß nicht, ob ich diese Veranlagung habe, eigentlich bezweifle ich das eher, denn als Kind, als Jugendlicher und als junger Erwachsener war ich eher introvertiert, wenn nicht sogar schüchtern. Auch wenn meine Mama mich gerne vor der Verwandtschaft vorsingen ließ, oder ich schon ganz gerne zeigen wollte, wer ich bin und was ich kann, waren mir öffentliche Auftritte doch eher unangenehm. Ich war dann immer schrecklich aufgeregt, mein Herz schlug wie wild und ich bekam immer eine rote Birne, für die ich mich noch mehr schämte als für meinen kläglichen Rest: meine im Gesicht ablesbare Angst, die abstehenden Ohren, den schmächtigen Körperbau. Später, als professioneller Musiker, litt ich an geradezu unerträglichem Lampenfieber, das besseren Leistungen oft entgegenstand. Es hat lange gedauert bis ich ohne trockenen Mund und ohne allerlei abträgliche Gedanken sicher auftreten konnte. Ja, extrovertierter und vielleicht sogar exhibitionistischer, in dem Sinne, dass ich mich zeigen wollte, wurde ich erst viel später. Irgendwas muss irgendwann mit mir passiert sein, dass ich anfing gerne aufzutreten, sei es als Musiker, sei es als Prediger oder Liturg und ich sogar eine gewisse Lust empfand mich in meiner ganzen Pracht zu präsentieren. Als Prediger wie als Musiker tut man das ja, so oder so, und dann sollte man es besser gerne tun, sonst wird das nix und macht niemandem Freude. Sonst wird es kalt und steril. Weder Gottesdienstbesucher*innen noch Konzertgänger*innen möchten das sonst erleben, im Gegenteil: zur Show gehört das Sich-Entblößen irgendwie dazu. Und warum auch nicht? Auch wenn ich nicht als Rampensau geboren bin, macht es mir doch Spaß, die Sau ab und zu rauszulassen. Das kann ja ein gepflegtes Schweinchen sein, und ein kluges dazu, eines das ein paar Kunststückchen kann und sich nicht dafür schämen muss, dass es so ist wie es ist. Die Sau rauslassen kann bedeuten, dass ich meine Freude teilen und mein Wohlergehen mitteilen möchte. Die Sau rauslassen kann aber auch darin bestehen, dass ich meine Trauer, meine Wut, meinen Schmerz loswerden möchte. Es kann heißen, dass ich zeigen möchte, was ich kann, damit mich die Leute toll finden, oder doch wenigstens ein paar, die, an denen mir etwas liegt. Oder es kann sich im Quatsch- und Blödsinnmachen äußern: auch gut, wenn die Menschen mich komisch finden und lachen können, wenn ich mein dummes Zeugs von mir gebe. Und wenn ich mal wieder in ein Fettnäpfchen getreten bin, dann kann ich inzwischen selbst ganz gut über mich lachen – wenn es nicht zu peinlich oder verletzend wirkt. Ja, man muss es ja nicht übertreiben, aber ein wenig aus sich heraus zu gehen, kann nicht schaden. Mir jedenfalls geht es besser, seitdem ich das kann. Das hängt vielleicht auch damit zusammen, dass ich mich mit meinen Gefühlsregungen, mit meinem Inneren und Äußeren angenommen fühle. Nicht nur von meiner Familie und meinem Freundeskreis, auch von meiner Kirchengemeinde und vor allem von Gott. Ich habe Gott in Krisensituationen erst so richtig kennengelernt und seitdem weiß ich es zu schätzen, dass es ihn gibt. Nicht nur das: seine Gegenwart hat meine Krisen in Freude verwandelt. Und da kam es dann wie von selbst, dass ich aus mir raus und aus dem Schneckenhaus gekrochen bin um darüber zu reden und mein Leben ohne Versteckspiel zu leben. Vom Glauben, von dem zu reden, was mir widerfahren ist, das kommt dann wie von selbst. Da entblöße ich mich zwar, aber was soll´s? Vielleicht macht das ja auch Anderen Mut die Sicherheitszone zu verlassen und freie Luft zu atmen. Die gibt´s gratis, im eigenen Haus wie auf offenem Feld. Sie ist uns geschenkt. Danke dafür, guter Gott! Amen.