

Rezept zum Sonntag

Morgen ist Sonntag, und vielleicht wird in etlichen Schenefelder Familien ein Kuchen gebacken. Etwas Süßes in diesen Tagen, entgegen der Fastenzeit, aber zum Trösten der Seele für einen Moment.

Mein Mann und ich hatten uns auch einen Fastenplan gemacht; nein-nein, nicht gänzlich auf Nahrung verzichten, aber ein bisschen weniger...vielleicht.

Getreu des Mottos: „Weniger ist mehr!“ drehten wir es um in: „Mehr ist weniger!“ und wollten anstelle zweimal pro Woche, dreimal der Beweglichkeit zuliebe (und mit der klitzekleinen Hoffnung im hinteren Kopf, das eine oder andere Pfund verlieren zu können) ins hiesige Reha-Zentrum gehen. Wir hatten uns angemeldet, und insgesamt fünf Trainingseinheiten absolviert. Dann kam „Corona“. Da wir zur Risikogruppe gehören, blieben wir zu Hause. Traurig? Enttäuscht? Nur ein bisschen!

Wir hatten ja noch ein weiteres Vorhaben geplant, nämlich „Das wache Leben - Ein geistlicher Weg in der Passionszeit“, hier in und mit der Stephansgemeinde. Und was sollen wir sagen, anstelle auf dem Laufband, gehen wir nun einen geistlichen Weg, der nicht leichter im körperlichen Sinne macht, aber die Seele stärkt und manche innere Wunde heilt.

Was das alles mit Kuchenbacken zu tun hat? Nichts im wörtlichen Sinn, aber ich habe nachfolgendes gefunden:

REZEPT

Jage die Ängste fort
und die Angst vor den Ängsten.
Für die paar Jahre
wird es wohl noch reichen.
Das Brot im Kasten
Und der Anzug im Schrank.
Sage nicht mein.
Es ist dir alles geliehen.
Lebe auf Zeit, und sieh,
wie wenig du brauchst.
Richte dich ein.
Und halte die Koffer bereit.
Es ist wahr, was sie sagen:
Was kommen muss, kommt.
Geh dem Leid nicht entgegen.
Und ist es da,
sieh ihm still ins Gesicht.
Es ist vergänglich wie Glück.
Erwarte nichts.
Und hüte besorgt dein Geheimnis.

Auch der Bruder verrät,
Geht es um dich oder ihn.
Den eigenen Schatten nimm
zum Weggefährten.
Feg deine Stube wohl.
Und tausche den Gruß mit dem
Nachbarn.
Flicke heiter den Zaun
und auch die Glocke am Tor.
Die Wunde in dir halte wach
Unter dem Dach im Einstweilen.
Zerreiße deine Pläne. Sei klug
und halt dich an Wunder.
Sie sind lang schon verzeichnet
Im großen Plan.
Jage die Ängste fort
und die Angst vor den Ängsten.

Masche Kaléko

Christa Anlauf (74 Jahre)