

**In Verbindung****mit Menschen, die mich brauchen****MARGARITA WINDISCH**Lehrerin,
Braunau, A

Menschen in Not begegnen

Noha

«Hallo, wie geht's?» Die freundliche Stimme gehört Noha. «Komm, komm!» Sie freut sich darüber, dass ich heute Vormittag mit ihr gemeinsam kochen werde. Als Ägypterin koptischen Glaubens fühlt sie sich in Österreich oft sehr einsam. Sie spricht Arabisch, sucht jedoch keinen Kontakt zu Muslimen, da diese dafür verantwortlich sind, dass sie ihr vergangenes Leben vollständig hinter sich lassen musste. Einige nahe Verwandte ihres Mannes wurden ermordet. Ihr Mann und sie kamen mit

dem Leben davon, während sie mit einem Schlepperschiff über das Mittelmeer setzten. Zu dieser Zeit war Noha hochschwanger. Ihre Tochter Maria ist in Österreich geboren und nun fast zwei Jahre alt.

Nohas Familie gehört zu den Glücklichen, die bereits einen positiven Asylbescheid und damit auch eine Arbeitserlaubnis erhalten haben. Ihr Mann ist Architekt, der in Ägypten eine Firma führte und viel Geld verdiente. Nun arbeitet er als Schichtarbeiter und kann sich gerade das Notwendigste für

seine Familie leisten. Aber die beiden schätzen die Sicherheit und den Frieden unseres Landes.

Jetzt ist alles anders geworden

Ich setze mich auf die Couch, während die kleine Maria mich misstrauisch beäugt. Im Hintergrund läuft eine Kinder-sendung im Fernsehen. «Was machst du den ganzen Tag?» Sie antwortet höflich lachend: «Ich sitze zuhause mit Maria, ich koche, ich putze. Wenn Maria schläft, lege ich mich auch zum Schlafen hin. Ich bin immer müde.» «Warum gehst du nicht spazieren?» Daraufhin antwortet sie mit einem resignierten Schulterzucken. Während sie mir Fotos aus ihrer Heimat zeigt, entspannt sich die Atmosphäre. Sie zeigt mir ihre Hochzeitsbilder, ihre schönen, teuren Schuhe, die sie damals getragen hat. Jetzt ist alles anders geworden.

«Komm bald wieder!»

Ich versuche, ihre Gedanken auf die Zukunft zu richten, erzähle ihr ein wenig aus meinem Leben. Dann sprechen wir über die Kochrezepte, die ich für heute ausgewählt habe. Es sind typisch österreichische Kürbisspeisen. Sie kennt das Gemüse, jedoch nicht die Art der Verwendung. Gemeinsam kochen wir für Mittag. Wir reden auf Deutsch und Englisch. Ich lerne einiges auf Arabisch und sie auf Deutsch. Dann essen wir gemeinsam mit Maria.

Der Mann wird erst am späten Abend nach Hause kommen. Ob er die vegetarischen Speisen schätzt, bleibt abzuwarten. Bestimmt jedoch schätzt er meinen Besuch. Ohne seine Erlaubnis hätte ich gar nicht kommen können. Er ist informiert und ruft auch zwischendurch an, weil er wissen will, was wir machen und was wir kochen.

Nach drei Stunden muss ich gehen. Sie versucht mich zu bewegen, noch ein wenig zu bleiben. Schließlich verabschieden wir uns endgültig. «Komm bald wieder! Sag mir, was du zum Kochen brauchst, ich besorge es!» Ja – es gibt ein nächstes Mal.

Eine von vielen

Noha ist eine von vielen Frauen, die in den letzten Jahren nach Österreich gekommen sind. Genau wie sie bringen auch alle anderen ihre Kultur, die Erinnerung an ihre Familien und leider auch böse Erlebnisse mit. Das Erlernen der für sie schwierigen und harten deutschen Sprache bedarf einer großen Willensanstrengung und Disziplin. Manchen fehlt die Kraft dazu, speziell in den schwierigen Anfangsmonaten in einem fremden Land. Auch wenn es ihnen körperlich in den meisten Fällen an nichts mangelt, habe ich noch keinen einzigen Asylbewerber getroffen, der nicht tief in seinem Herzen verletzt und traurig war. Die Freude, in einem sicheren Land angekommen zu sein, weicht sehr rasch dem Erkennen der eigenen Perspekti-

ve: Nicht jeder wird es schnell genug schaffen, die neue Sprache so gut zu beherrschen, dass er sie für seinen erlernten Beruf nützen kann. Viele werden ihr Leben lang auch als Akademiker eine Hilfsarbeitertätigkeit verrichten.

Freundschaft und Respekt als Ziel

Aus der Sicht eines modern denkenden Westeuropäers mögen manche Verhaltensweisen der Leute aus anderen Kulturkreisen nicht immer verständlich und nachvollziehbar erscheinen.

Aber eine Diskussion darüber zu führen erscheint müßig. Vergleiche führen zu keinem Ziel. Wer einem anderen helfen will, darf sich nicht über dessen Denkweise und Lebensstil ärgern und ihn zu verändern suchen.

Das Ziel der Hilfe kann nur sein, dem Menschen in seiner Not zu begegnen und ihm das zu geben, was er in seiner besonderen Lebenslage braucht. Dies ist in den meisten Fällen Respekt, Annahme und Verständnis.

Angesichts der enormen Flüchtlingswelle, die zurzeit Europa überrollt, stellt sich die Frage: Wo fangen wir an und wo hören wir auf? Ich habe diese Frage für mich selbst im März des Vorjahres beantwortet. Da habe ich begonnen, einen Teil meiner Freizeit mit Menschen aus anderen Kulturen zu verbringen. Ich habe es mir zur persönlichen Aufgabe gemacht, Kontakte zwischen Österreichern und Menschen mit Migrationshintergrund zu vermitteln.

Die Zeit, die ich mit Menschen aus aller Herren Länder verbringe, um Integration zu fördern, ist für mich die Zeit, der ich noch niemals nachgetrauert habe. Ob beim Deutschlernen, bei Ausflügen in die Umgebung, beim gemeinsamen Kochen oder beim Sport: Die Freund-

schaft, die aufgebaut wird, ist von unschätzbarem Wert. Was ich gebe, bekomme ich vielfach wieder zurück. Auch wenn es Enttäuschungen gibt und Sorgen, auch wenn manche Nächte keinen Schlaf zulassen, würde ich doch jederzeit wieder die Entscheidung für meinen Nachbarn in Not treffen.

Menschsein verbindet

Manchmal ertappe ich mich beim Gedanken, dass ich ein Recht auf meinen Wohlstand habe, weil ich österreichische Staatsbürgerin bin, weil ich

eine gute Ausbildung habe, weil meine Familie Deutsch spricht, weil ich eben hierher gehöre, von hier bin, alles darstelle, was einen Österreicher verkörpert. Diese Leute hingegen kommen von

fernen Ländern, sie «dringen in meine Heimat ein» – als Flüchtlinge, als Obdachlose, als Bedürftige. Sie bedrohen mein ruhiges und schönes Leben, das Leben, auf das ich einen Anspruch zu haben meine.

Tatsache ist, dass ich nur so lange Rechte und Ansprüche geltend machen kann, wie



sie mir meine Umwelt zuspricht. Würde ein Krieg, wie z. B. in Syrien, meine Heimat überziehen und ich alles verlieren, was mir gehört hat, was würde ich dann tun? Wäre ich nicht auch froh, wenn ich in einem friedlichen Land überleben könnte? Wäre ich nicht auch erleichtert, wenn mir dann jemand helfen würde? Bis hierher sind wir bei der humanitären Pflicht der westlichen Staaten mit dabei. Doch ich möchte noch eine dritte Frage stellen: Würde ich mich dann nicht auch darüber freuen, wenn Einheimische da wären, die sich für mich, meine Kultur und mein Leben aufrichtig interessieren und mich als Freund und gleichwertigen Partner schätzen? Woher wir auch kommen, wir fühlen und denken als Menschen. Wir sind verletzbare und emotionale Wesen. Dies macht uns angreifbar, aber auch einmalig. Andere Menschen zu «entdecken» bedeutet für mich keine Bedrohung, sondern ist eine unglaubliche Bereicherung.

Initiative

Als Lehrerin stehe ich immer wieder vor der Herausforderung, den Weg zum Anderen, zum Schüler, zu den Eltern, zu den Kollegen gehen zu müssen, weil nur dann ein harmonisches Miteinander auf Dauer gewährleistet ist und eine konstruktive Zusammenarbeit gelingt. Ich

sehe unser aller Leben als vielfältiges Netzwerk, das uns zum einen Teil bei der Geburt mitgegeben wurde. Zum anderen Teil bauen wir es selbst im Laufe unseres Lebens auf. Diese menschlichen Verbindungen beeinflussen und prägen uns, sie machen einen Teil unserer Persönlichkeit aus. Nur die wenigsten leben als Einsiedler.

Es gehört jedoch Mut und Initiative dazu, sich immer wieder neuen Bekanntschaften zu stellen. Es ist eine Entscheidung, Menschen nicht als Bedrohung, sondern als Chance anzusehen.

Kommunikations- und Kooperationsfähigkeiten

Gerade der Umgang mit Menschen anderer Kulturen erfordert einen entschiedenen Willensakt. Diese Menschen sprechen eine andere, fremde, für uns «exotische» Sprache. Sie pflegen andere Lebensgewohnheiten. Doch ehrlich gesagt gibt es auch in unseren Mutterländern nur wenige Menschen, die genau so denken und sind wie wir selbst. Wir schätzen natürlich Gleichgesinnte. Aber gerade die Andersartigkeit von Menschen ist es doch, die in uns Anregungen und Reaktionen auslösen kann, die uns letztendlich reifen lassen. Ich habe die Erfahrung gemacht, dass ich durch Offenheit und Toleranz den Weg zu den Herzen anderer

Menschen gehen kann und dadurch selbst bereichert werde.

Verantwortung übernehmen

Es gehört ein Maß an gesundem Selbstvertrauen dazu, wenn ich Vertrauen in andere investiere. Menschen können auch enttäuschen und belasten. Gerade davor fürchten wir uns. Wir fühlen uns sicher mit denen, die wir schon gut kennen.

Würden wir ehrlich sein und einen Blick hinter die Kulissen wagen, würden wir entdecken, dass jeder von uns seine Schattenseiten hat. Dass jeder andere Menschen von Zeit zu Zeit belastet und enttäuscht. Ich spreche hier aus persönlicher Erfahrung. Wie froh bin ich jedes Mal, wenn mir Menschen, vor denen ich mich schuldig gemacht habe, vergeben und mich mit Liebe behandeln, als wäre nichts gewesen!

Dieses Recht möchte ich gerne allen Menschen zugestehen. Ich möchte ihnen gestatten, dass sie wiederholt fehlerhaft und nervig sind. Trotzdem will ich mich für sie entscheiden und für sie da sein, wenn sie mich brauchen. Ich will entschlossen auf sie zugehen.

Jeder von uns hat nur ein beschränktes Maß an Zeit und Kraft zur Verfügung. Umso wichtiger ist es, dieses Grundmaterial unseres Lebens nicht nur für selbstsüchtige Dinge zu verwenden, sondern sich bewusst zu machen, dass jeder von uns Nachbarn, Freunde, Arbeitskollegen, Asylbewerber, Obdachlose, «schwierige» Jugendliche und Familie hat, die uns brauchen.

Gute Beziehungen unter Menschen fördern nicht nur die psychische und physische Gesundheit, sondern auch das Gemeinwohl der Gesellschaft. Sie stärken den, der gibt, sowie den, der nimmt. Den Platz, den du für dein Beziehungsnetzwerk einnimmst, kann kein anderer Mensch auf dieser Welt ersetzen. ■



Leben & Gesundheit®

Das Magazin für ganzheitliche Gesundheit

natürlich glücklich



Dieser Artikel wurde Ihnen durch die Redaktion des Magazins «Leben & Gesundheit» gerne zur ausschliesslich privaten Nutzung zur Verfügung gestellt. Jegliche kommerzielle Nutzung bedarf der schriftlichen Einwilligung des Herausgebers (siehe unten). Die Angaben zu Ausgabe und Jahr finden sich jeweils oben auf dem Seitenrand des Artikels. Erfahren Sie mehr über das Magazin auf www.lug-mag.com.

- ausgerichtet an **NEWSTARTPlus®**, dem weltweit erfolgreichen Konzept für ganzheitliche Gesundheit
- in jeder Ausgabe ein Schwerpunktthema mit praxisnahen Beiträgen
- attraktive Rubriken wie: Körperwunder, Praxisfenster, Staunen und Entdecken, Fitness, leckere und gesunde Rezepte, Heilpflanzen, Erziehung und Familie, Preisrätsel, Kinderseite, Alltagstipps und Vieles mehr
- zweimonatliches Erscheinen, 52 Seiten, keine Kündigung erforderlich



Jetzt online bestellen!

Einfach den QR-Code scannen oder direkt unter www.lug-mag.com

