

Tischrede Nachtisch, Sindy Altenburg, Schwerin

**Theologinnenkonvent Jubiläumsfrauenmahl am
22.6.2025 in Marburg**

Nachtisch?

Mmmmh..., lecker!

Lecker und so wunderbar unnötig für die eigentliche
Sättigung, für die gesunde Ernährung.

Lecker und so unbedingt sehr nötig für meine Lustigkeit,
Liebe, Leidenschaft!

Nachtisch - eine Frechheit! Mir diese erlauben in einer
sexistischen Diätkultur.

Als Ermutigung zum Infragestellen auch: Ja, weil das Kind
in mir möchte sehr oft gerne und immer wieder am liebsten
mit dem Nachtisch beginnen! Das Beste bitte zuerst!

Perspektivwechsel inklusive: Denn wer bitte sagt denn, wie
die Speisenreihenfolge richtig gehört?

Nachtisch... ein politisch Ding, ein feministisch Ding!

Worin genau steckt da die Befreiung?

Was ist dir Nachtisch, Schwester?

Ich erinnere mich, wie ich als junge Pastorin, ich war
Anfang 30, hatte 3 kleine Kinder, einen liebevollen Mann,
einen Babyhund, eine halbe Pfarrstelle auf dem Dorf und 17
Ambitionen gleichzeitig, wie ich also einmal in unserem
Wohnzimmer mittags auf unserer roten Couch lag und mir
wünschte..., dass ich eine Woche lang mal nur so daliegen
wollte und an die Decke starren ungestört... und nichts
anderes.

Da war so viel Erschöpfung, Leere, Überlastung, auch Wut,
und zum Glück auch so viel Sehnsucht nach...

Freier ungestörter Zeit für mich allein.

Ein Zimmer für mich allein.

Nach schöpferischer Zeit, nach Traumzeit.

Nach tiefer Verbundenheit mit mir, mit der Welt, mit Gott.

Zeit für Kunst und Musik.

Fürs Überleben und Lustigsein, für Bewegung.

Nachtisch... Ende des Menüs oder Anfang?

Nachtisch als Vorspeise, die mit Süße das Bittere wegwspült,
das mir in den Knochen liegt.

Nachtisch als ein Symbol dafür, mich zuerst für würdig und
wert zu nehmen, mich als meine wichtigste Komplizin.

Kann es sein, dass ich mit meiner Couchsehnsucht von
damals nicht alleine bin?

Meine Mutter noch und erst recht meine Großmütter hätten
leider sehr überzeugt und überzeugend gesagt: Kindchen, so

ist das eben als Frau mit Job und Kindern, reiß dich mal
zusammen, mach weiter. Zeit für dich? Ha! Das ist doch
Nachtisch, das ist Luxus, vergiss es, da träum mal schön
weiter...

Hab ich gemacht.

Weiter geträumt, weiter gedacht.

Dass das Gefühl von Überlastung und Einsamkeit kein
individuelles, sondern vor allem ein strukturelles und
kulturelles war und ist, dass diese Gefühle auch nicht vor
Akademikerinnen halt machen oder vor Kirche und dass
meine Sehnsucht eine gerechtfertigte ist, dass der Nachtisch
meiner Vorfahrinnen meine erste Wahl ist, und dass es sich
dafür aufzustehen und mit anderen zu kämpfen lohnt, das
habe ich peu a peu erkannt und mir erarbeitet. Erspielt,
erschrieben.

Und ich will, dass meine Tochter noch viel lauter und selbstverständlicher für ihren Nachtschisch aufsteht. Es wird nötig sein.

Ich reflektiere heute selbstkritisch mit, dass ich aus einer weißen privilegierten eurozentrierten Cisfrau-Mittelschichtsblase heraus denke und fordere und wage und dabei evtl. die vielen Schwestern übersehe und übergehe, die weniger Einfluss und Ressourcen haben. Für die ich mitaufstehen will, immer mehr als bisher.

Ich brauche dafür Mut und Freiheit und Spiel. Und Lachen und Frechheit auch.

Ich brauche immer noch und immer wieder neue Kraft. Nachtschischkraft. Und immer wieder meine rote Couch.

Ich bin jetzt 46 Jahre alt. Ich bin nur wenig klüger als mit 30. Dafür erfahrungsangereichert. Im Frühjahr dieses Jahres

war es mal wieder soweit: Ich habe meine rote Couch gebraucht. Sehr lange.

...

Nach etwa 21/2 Wochen überkam mich an einem späten Mittwochvormittag völlig überraschend ein starkes Hungergefühl.

Ich habe mich sehr gefreut. Ich wusste, das ist der Anfang. Ich wusste, ich bin zurück. Ich fühlte, das war mir geschenkt worden, ein Zeichen, eine Hand zum Aufstehen. Aufgestanden bin ich dann selbst.

Was macht dich lebendig, Schwester?

Was lässt dich aufstehen?

Was macht dich kräftig, schärfer? Rebellisch?

Was ist dir Trost, Freundin?

Erzähl mir davon. Erzählt euch davon!

...

Ich brauche eure Erfahrungen und Geschichten, eure Fragen und Mutmachungen! So verschieden und widersprüchlich, so Ost, so West, so fromm, so verrückt, so alt, so neu wie möglich. Ich brauche unsere Kooperation, Komplizinnenschaft, unsere weise Verbundenheit.

Sie pumpen mich auf.

Wir pumpen uns auf.

Ich stehe in Pumps und Talar auf euren Schultern, Schwestern.

In euren Herzen, in euren Kämpfen.

Auf Euren Träumen und Tränen.

Danke dafür!

Neben mir, hinter mir stehen alle die, die waren und die weiter da sind, die mir wie ein warmer Chor im Ohr sind und mit mir gehen:

Eva, Yoko,

Dorothee, Pina,

Pippi, Martha, Mascha,

Hagar, Frida, Mariann und Rose.

Ach, und die vielen anderen Gefährtinnen. Unschlagbar, wir alle zusammen! Wie wir weiter suchen nach einer gerechteren, zärtlichen Welt.

Und ich trainiere meine Armmuskeln, meinen unteren Rücken, meine Balance zwischen Couch, Aufstehen und Nachtschisch, damit ihr jetzt, bald, einst ..., damit ihr sicher und mutig und froh auf meinen Schultern stehen und tanzen könnt! Ich werde da sein! Versprochen!

...

Nachtschisch?

Jaaaaa! Her damit! Mehr davon!

(Danke für eure Ohren und Herzen!)