

Humor ist das Geheimnis der Skateboard fahrenden Nonne



VON CLAUDIA BADER

Schwester Teresa Zukic rät in Illertissen zu mehr Heiterkeit - und erklärt, warum diese so wichtig ist.

Ausgelassene Heiterkeit im Illertisser Pfarrsaal – fast so, als ob man auf einer Comedy-Veranstaltung ist. Obwohl ihr Vortrag „Jeder ist normal, bis du ihn kennst – Von der spirituelle Kraft, Menschen zu (er)tragen“ eigentlich von Tiefgang geprägt ist, strapaziert Schwester Teresa Zukic die Lachmuskeln ihrer Besucher gewaltig. „Lachen entspannt in stressigen Situationen, deeskaliert Konflikte und stärkt das Immunsystem“, erklärt die lebenswerte Ordensfrau der „Kleinen Kommunität der Geschwister Jesu.“ Um dies zu verdeutlichen, hat sie neben Berührendem auch viel Humorvolles parat.

Auf Einladung der Stadtbücherei und der Buchhandlung Zanker ist Schwester Teresa Zukic nach Illertissen gekommen. Von Anfang an versteht sie es, die rund 160 Besucher in ihren Bann zu ziehen – nicht nur mit der Aufforderung, den jeweiligen Nachbarn mit einem Kompliment zu begrüßen. „Mein Leben ist mein Hobby“, erklärt die gebürtige Kroatin und ehemals bekannte Leistungssportlerin. Nachdem sie in einer schlaflosen Nacht zur Bibel gegriffen habe, habe sie sich taufen lassen, die Ausbildung zur Altenpflegerin absolviert und später Religionspädagogik studiert.

Schwester Teresa fährt im Jahr 70000 Kilometer mit ihrem Auto.

Seit einigen Jahren ist die vielbeschäftigte Ordensfrau im Auftrag des Herrn unterwegs – das steht auch auf ihrem Auto, mit dem sie jährlich rund 70000 Kilometer zurücklegt. Sie verkündet ihre christliche Botschaft nicht nur bei mehr als 180 Vorträgen im Jahr, sondern ist auch erfolgreiche Buchautorin, Dirigentin, Komponistin, Malerin und – wenn es die Zeit erlaubt – Hobbyköchin.

Um den lockeren Vortrag der sympathischen Referentin zu verstehen, muss man nicht streng gläubig sein. Denn in vielen mitmenschlichen Situationen, die sie schildert, fühlt man sich angesprochen. „Wir können lernen, mit anderen besser umzugehen, ohne uns dauernd kränken zu lassen“, rät die in Funk und Fernsehen seit Jahren präsente „Skateboard fahrende“ Ordensschwester. Mit dem Vorsatz „Ab heute kränkt mich keiner mehr“, sollte jeder seine eigenen Gefühle entsprechend steuern können. „Wir können die anderen Menschen nicht ändern, aber unser Denken“, verdeutlicht Schwester Teresa. Jeder könne selbst entscheiden, ob und wie lange er gekränkt sei. Denn wer verletzt sei, verletze auch andere. Um Konflikte zu lösen, sollte man sich an der Bergpredigt orientieren: „Geh hin zu deinem Bruder, stell ihn unter vier Augen zur Rede mit dem Ziel, dich zu versöhnen.“ Wenn dies nichts nütze, rät die Ordensfrau zu Humor.

„Lachen ist eine Therapie, die Herz und Lunge stärkt“, sagt sie. Als kleine Übung hat sie ihre drei Lieblingswitze parat. Aber auch eine Hausaufgabe gibt sie ihren Zuhörern an diesem Abend mit auf den Weg: einen Menschen umarmen und fest drücken und einen anderen anlächeln.