

19.08.2026 | 06:50 Uhr

Worte auf den Weg / Worte für den Tag | Radio 3

Ein Beitrag von

Regina Harzdorf

Lassen Sie sich Zeit, ich habe sie

Ich stehe an der Supermarktkasse. Vor mir sucht eine ältere Frau in ihrem Portemonnaie nach Kleingeld. Es dauert. Hinter mir wird ungeduldig geseufzt und auch ich spüre den Impuls, irgendwie zu helfen, damit es schneller geht.

Da sagt die Kassiererin ganz ruhig: „Lassen Sie sich Zeit. Ich habe sie.“

Mit einem Satz verändert sich die Stimmung. Die Frau lächelt erleichtert. Das Seufzen verstummt und niemand drängelt mehr oder verdreht die Augen. Für einen Moment haben alle Zeit.

Das ist Menschlichkeit im Kleinen.

Heute, am 19. August, erinnert der Welttag der humanitären Hilfe daran, wie lebenswichtig Menschlichkeit im Großen ist – überall dort, wo Menschen unter Krieg, Katastrophen und Not leiden.

Dieser Tag erinnert an Menschen, die in Krisengebieten Verletzte versorgen, Lebensmittel verteilen und Menschen beistehen, die alles verloren haben. Oft unter Bedingungen, die ich mir kaum vorstellen kann. Nicht wenige riskieren dabei ihr eigenes Leben.

Die Haltung, die dahintersteht, beginnt oft im Kleinen – mitten im Alltag.

Menschlichkeit beginnt genau dort, wo wir sind: im Treppenhaus, im Wartezimmer, im Straßenverkehr, am Telefon. Oder eben an der Supermarktkasse.

Dort, wo ich einem Menschen das Gefühl geben kann: Du bist nicht allein. Ich sehe dich und ich lasse dich nicht untergehen.

Genau so erzählt Jesus in der Bibel von einem Fremden, der anhält und einem Verletzten hilft, während andere weitergehen: Der barmherzige Samariter. Er fragt nicht, wer der andere ist oder ob sich die Hilfe lohnt. Er hilft, weil er gebraucht wird.

Humanitär heißt: dem Menschen dienen. Humanitäre Hilfe rettet Leben. Sie beginnt aber oft viel früher, als man denkt: mit einem Blick oder einem offenen Ohr, mit einem Menschen, der einem anderen Zeit schenkt.

Für mich zeigt sich darin etwas von Gottes Menschenfreundlichkeit.

Und manchmal beginnt diese mit einem einfachen Satz: „Lassen Sie sich Zeit. Ich habe sie.“