

28.09.2022 um 00:01 Uhr

hr4 ÜBRIGENS



Ein Beitrag von
Anke Zimmermann,
Evangelische Pfarrerin, Homberg/Efze

Entlastung

Neulich habe ich eine Frau getroffen, die mit Krücken unterwegs war. Sie hat ein Bein bis zum Knie in einem großen grauen Gestell stecken. Das sieht komisch aus und wir kommen darüber ins Gespräch.

„Air walker“ als Entlastung

Sie erzählt mir: „Ich bin an der Achillesferse erkrankt. Mein Orthopäde hat mir zur Entlastung diesen „air walker“, also Luft-Läufer verschrieben.“

Ich betrachte die Fußprothese genauer. Sie hat individuell regulierbare Luftkammern, so dass der Fuß darin fast schwebt. Dadurch wird er nicht so stark belastet wird. Wirklich, eine tolle Erfindung.

Manchmal muss Luft dazwischenkommen - auch im Alltag

Manchmal muss Luft dazwischenkommen, damit man wieder gut unterwegs sein kann. Das erlebe ich auch in meinem Alltag. Manchmal muss Luft dazwischenkommen, wenn es in einem Gespräch klemmt und ich nicht weiterkomme. Wenn schwierige Entscheidungen anstehen und sich unterschiedliche Positionen festgefahren haben. Wenn alle Argumente

ausgetauscht sind und sich Menschen unversöhnlich gegenüberstehen. Dann muss Luft dazwischenkommen, damit es weitergeht.

Abstand und Entlastung durch das Gebet

Also tief durchatmen, mindestens bis zehn zählen, besser noch eine Nacht darüber schlafen. Es muss Luft dazwischenkommen, also Abstand und dadurch eine Entlastung. Bei mir klappt das auch, wenn ich bete. Wenn ich einen Moment innehalte und Gott die Misere, das Problem vor die Füße lege. Beim Beten kann ich aufatmen, etwas zur Ruhe kommen und mich sammeln. Ich bitte Gott: „Hilf mir, die richtigen Worte zu finden und ausgleichend zu wirken.“ Ich bitte Gott um seinen guten Geist, damit das Miteinander gelingt. Das Gebet ist für mich ein air-walker für den Alltag.