

27.08.2016 um 07:10 Uhr

hr1 ZUSPRUCH



Ein Beitrag von
Christoph Wildfang,
Evangelischer Pfarrer, Arnoldshain

Wie bin ich seelisch auf Notsituationen eingestellt?

Manche fühlen sich an den Kalten Krieg erinnert. Jeder soll Vorräte anlegen, die für zehn Tage langen. Eine Kiste Wasser, dazu Lebensmittel, die lange halten. Solche Empfehlungen waren lange undenkbar. Schließlich leben wir in Friedenszeiten. Auch über „hybride Konflikte“ haben die wenigsten bisher nachgedacht, wenn Gegner Computerviren oder Sabotage einsetzen, um wichtige Versorgungswege zu kappen. Mit solchen Dingen beschäftigt sich man nicht gerade gern. Doch ein paar Dosen Ravioli sind schnell gekauft. Ich kann mir auch das Verfallsdatum aufschreiben, um meinen Vorrat aktuell zu halten. Keine große Sache.

Ich kann nicht beurteilen, ob das im Ernstfall hilft. Was ich aber weiß: Vorräte für den Bauch reichen nicht. Was passiert mit meiner Seele? Wie bin ich innerlich auf Notsituationen eingestellt? Ich will nicht eines Tages in kopflose Panik verfallen. Ich möchte mir auch geistliche Vorräte für Notfälle anlegen. Etwas einüben, damit ich eines Tages darauf zurückgreifen kann. Wenn mich Angst überfällt. Oder ich an Grenzerfahrungen stoße.

Ich lege eine Bibel in die Vorratskiste. Mit einem Lesezeichen bei den Psalmen. 150 Psalmen als Kraftquelle. Die will ich nicht eines Tages panisch überfliegen, sondern jetzt schon in mich aufnehmen und entspannt auseinandersetzen. Ich

spüre dann, was mir heute schon Kraft gibt. So ein Psalmvers wie „Wenn ich mich fürchte, so hoffe ich auf dich.“ Oder: „Gott, du bist unsere Zuflucht!“ Und das: „ Von allen Seiten umgibst du mich und hältst deine Hand über mir.“ Solche Worte sammle ich als geistlichen Vorrat. Diese Worte aus der Bibel machen mir jetzt schon Mut. Ich vermute, in Notsituationen funktioniere ich vielleicht ziemlich gefühlsgesteuert. Dann kann ich meine geistliche Notration nur nutzen, wenn ich mich auch schon jetzt damit beschäftige. Ich werde mir neben die Raviolidosen eine kleine Bibel mit Lesezeichen legen.