Kirche im hr

28.07.2019 um 07:15 Uhr
hr3 MOMENT MAL



Ein Beitrag von
Dr. Fabian Vogt,
Evangelischer Pfarrer in der Öffentlichkeitsarbeit, Frankfurt

45 Marathons

Moderator/in: *Heute geht's los. Oder besser: Heute läuft er los: Der Wiesbadener Anthony Horyna. Horyna will an 45 aufeinanderfolgenden Tagen 45 Marathons laufen, jeden Tag einen, einmal quer durch Deutschland, 1900 Kilometer. Start ist in Konstanz. Erst mal denke ich: Wahnsinn! Schon ein Marathon ist hart, aber 45 hintereinander? Aber Horyna geht es nicht nur ums Laufen. Fabian Vogt von der Evangelischen Kirche, du hast dir angeschaut, was Horyna vorhat.*

Hab' ich auch gedacht: 45 Marathons – warum macht jemand so was? Also: Dem Ultraläufer Horyna sind zwei Themen unglaublich wichtig: „Depression" und „Suizid"– und er möchte mit seiner Aktion gerne eine Diskussion dazu anzustoßen. Denn seine Botschaft lautet: „Wir wollen zeigen, dass es trotz Herausforderungen immer weiter gehen kann. Schritt für Schritt. Jeden Tag." Neben den sportlichen Aspekten geht es Horyna also vor allem darum, den Menschen Mut zu machen: Gebt nicht auf! Auch wenn ihr manchmal das Gefühl habt, dass ihr nicht mehr könnt. Und das finde ich richtig stark.

Menschen, die mit Depressionen und Suizid zu kämpfen haben, kennst Du als Pfarrer ja vermutlich auch aus der Seelsorge. Was sagst du denen?

Das, was auch Horyna zeigen möchte: Dass es schon ein Riesenschritt ist, wenn

einer sich traut, über Depression und Suizidgedanken zu reden. Dann braucht es Hilfe von Psychologen, die einem Kraft geben beim Marathonlauf raus aus der Depression. So hat das auch Jesus gemacht. Es gibt zum Beispiel in der Bibel eine Geschichte von einem „Gelähmten“, der einfach nicht mehr weiterkonnte. Und Jesus sagt ihm: „Steh auf, nimm dein Leben wieder selbst in die Hand und lauf weiter.“ Klar, damit ist eine Depression nicht vorbei. Aber so ein Startkick hilft. Auf seine Weise sagt Horyna das durch die Aktion, die er heute beginnt.