

12.08.2019 um 05:20 Uhr

hr1 ZUSPRUCH



Ein Beitrag von

Simone Twents,

Katholische Dezernentin für Glaubenskommunikation und Pastorale Innovation, Fulda

Fahrbahnverengung

Zwei-Meter-Spuren - ich hasse sie. Auf der Autobahn bin ich auf der linken Spur unterwegs und gebe richtig Gas. Große Freiheit - dann auf einmal kommt die Baustelle. Fahrbahnverengung, links Beton, rechts der LKW. Es wird eng! Mein Auto fühlt sich auf einmal so breit an. Ich glaube, da komme ich nicht durch. Hilfe! Ach, ich bleibe einfach auf der Höhe des LKW. Von hinten drängt es aber nach. Das kann ich echt nicht bringen. Ich glaube, ich muss da jetzt durch...

Beim ADAC Fahrsicherheitstraining hat der Trainer eingeschärft: „Wenn's eng wird, immer dahin schauen, wo man hin will, nicht nach links und rechts oder auf den Gefahrenpunkt, sondern die Augen immer in der Richtung halten wo man hin will.“ - Es klappt, ich hab's ausprobiert! Tief Luft holen. Ich muss mich überwinden, aber es geht! Die Straße wird gefühlt breiter, die Perspektive weitet sich.

Auch im „richtigen Leben“ kenne ich das Gefühl von Fahrbahnverengung. Eben noch die große Freiheit, auf der Überholspur, Höhenflug – dann auf einmal im Sprung gestoppt. Vom Leben in eine Situation der Enge geführt. Es stellt sich die Frage: Komme ich da durch? Und je mehr ich auf die Umstände schaue, die mich gerade begrenzen, umso enger wird das Gefühl im Brustkorb. Meine Erfahrung ist: die Situation lässt sich oft nicht abkürzen, aber ich kann meine Perspektive ändern. Enge und Weite sind nicht nur durch die tatsächlichen Umstände bestimmt, sondern auch durch meine Perspektive. Mir hilft es, in Situationen der Enge den Blick dorthin zu richten, wo mein Leben festgemacht ist. Mich darauf zu konzentrieren, wo ich hin will, was mir Richtung gibt. Das ordnet meine Situation neu und setzt sie in eine größere Perspektive. Schlagartig kann ich Dinge sehen, die ich vorher nicht wahrgenommen habe, die aber trotzdem wahr sind. Ich merke Kraft für den nächsten Moment, den nächsten Schritt. Die Perspektive auf das, wo ich hin will, gibt mir Weite. Ich kann mich in der jetzigen Situation nach vorne bewegen, obwohl kaum Spielraum ist.

Wenn es also eng wird, halte ich es mit meinem Fahrsicherheitstrainer: den Blick weit machen, in

die Richtung schauen, wo ich hin will. Dann geht es weiter.