

26.03.2021 um 01:20 Uhr

hr1 ZUSPRUCH



Ein Beitrag von

Simone Twents,

Katholische Dezernentin für Glaubenskommunikation und Pastorale Innovation, Fulda

Die Corona-Kilos müssen runter!

Ich habe den Corona-Kilos den Kampf angesagt. Und habe mich jetzt zu einem Sportangebot angemeldet, das per Zoom stattfindet. Also so wie früher in der Turnhalle, jetzt Montag 17 Uhr zu Hause im Wohnzimmer vor dem Bildschirm. In einer Gruppe von Menschen in ihren Wohnzimmern vor ihren Computerbildschirmen. Die Trainerin gibt Anweisungen – natürlich auch von ihrem Bildschirm aus. Und ich mache dann halt meine Gymnastik zu Hause in meinem Wohnzimmer vor der Webcam nach. Die Trainerin sagt dann immer: "Haltet durch und jetzt noch achtmal und noch viermal ihr schafft das, bleibt dran!" Ja, und sie sagt dann so etwas wie: "Rudi, du musst gucken, dass du noch ein bisschen den Rücken durchdrückst" oder "Susanne bitte die Füße mehr auf Schulterbreite stellen."

Und ich muss gestehen – der digitale Sport mit den Anweisungen der Trainerin ist echt effektiv. In der ersten Lockdown Phase hatte ich mir vorgenommen: Ich muss Workout machen, es gibt doch bei YouTube so viele tolle Videos dazu. Nur: Ich hab's nie gemacht! Dabei ist es jetzt ja eigentlich das gleiche: Ich sitze ja auch alleine zu Hause im Wohnzimmer vorm Computer, zappele mir einen ab und versuche Sport zu machen.

Aber es ist doch faszinierend, dass ich jetzt auf einmal den inneren Schweinehund überwinden kann. Da regelmäßig mitmache. Einfach nur, weil andere das parallel auch machen. Auf einmal ist eine Gemeinschaft da und eine Verbindlichkeit. Das hilft mir beim Durchhalten. Ich finde es bemerkenswert, wie stark es mir hilft, mit anderen verbunden zu sein. Es bringt mich total voran. Gerade wenn es um Dinge geht, bei denen ich mich überwinden muss.

So ist es mit meinem Glauben auch. Ich brauche die anderen, die mitgehen. Das finde ich voll ermutigend, mich mit anderen zu Jesus auszustrecken und mir zu sagen: Ich bin nicht alleine. Ich

habe zwar vielleicht zu kämpfen, aber andere kämpfen die gleichen Kämpfe. Und wir gehen gemeinsam auf Jesus zu. Das ermutigt mich, weiter voranzugehen.