

16.09.2025 um 00:05 Uhr

hr2 ZUSPRUCH



Ein Beitrag von

Judith Vonderau,

Katholische Autorin bei "Kirche im hr", Bad Orb

Wenn das Leben eine zweite Chance bekommt

Reanimation – Wenn ein Mensch wiederbelebt wird, dann ist es ernst. Dann zählt jede Minute, dann geht es um das Größte und das Wichtigste, um alles oder nichts, um das Ganze: um sein Leben. Diese Woche ist die „Woche der Wiederbelebung“. Eine Woche, um auf ein so wichtiges Thema aufmerksam zu machen. Denn ein Herzstillstand, der eine Wiederbelebung notwendig macht, kann jeden treffen. Wenn ich dann rechtzeitig Hilfe bekomme, kann das mein Leben retten. Und Helfen kann so einfach sein: 112 wählen und dann reanimieren, also fest und schnell auf den Brustkorb drücken, mindestens 100-mal pro Minute - so lange bis der Krankenwagen da ist.

Ein „Davor“ und ein „Danach“

Menschen, die selbst wiederbelebt wurden, erleben diesen Moment oft als Zäsur in ihrem Leben. Als den Zeitpunkt, an dem alles hätte enden können, als ihren eigentlichen Tod. Die Reanimation hat ihnen einen Neuanfang geschenkt, eine zweite Chance zu leben. Oft teilt sich ihr Leben für sie in zwei Abschnitte: in ein „Davor“ und ein „Danach“. Das „Davor“ wird oft als das Selbstverständliche verstanden, als das Normale. Das „Danach“ dagegen wird zum Geschenk: ein neues Leben, ein zweites Leben, ein riesengroßes Glück, die Rettung, die so viel bedeutet.

Menschen, die diese Erfahrung gemacht haben, leben oft bewusster und dankbarer. Sie wissen, dass ihr Leben nichts Selbstverständliches ist, sondern ein großes Geschenk; etwas, das sie sich nicht selbst geben können, weder durch Anstrengung, Leistung noch Geld. Jeder neue Tag wird zum Geschenk, die Dankbarkeit für jeden gelebten Moment wird größer.

Das Leben als ein Geschenk begreifen

Nach einer so tiefgreifenden Erfahrung wie einer Wiederbelebung kann sich die eigene Lebenseinstellung grundsätzlich ändern – zum Positiven, zum Bewussten, Dankbaren und Wertschätzenden. Ich glaube, dass die Erfahrungen anderer Menschen nicht nur für diese Menschen selbst wertvoll sein können. Diese Erfahrungen und Erkenntnisse können uns alle bereichern. Wenn ich mir bewusst mache, dass mein Leben endlich ist, kann ich es mit anderen Augen sehen. Ich kann neu bewerten, was wirklich wichtig ist, was mir wertvoll ist, wofür es sich zu leben lohnt. Ich kann anfangen, in meinem Leben aufzuräumen und Prioritäten sinnvoller zu setzen. Und schließlich kann ich Dankbarkeit lernen: für mein Leben, für meine Existenz, für all das, was mir schon geschenkt wurde, für das Schöne und Gute, für Menschen, Begegnungen, für alles Bereichernde. Dankbarkeit für jeden einzelnen Atemzug und jeden einzelnen Herzschlag.