

23.02.2020 um 07:45 Uhr

**hr4 ÜBRIGENS**



Ein Beitrag von

**Claudia Sattler,**

Evangelische Pfarrerin, Herborn

## Auftanken

„Einmal volltanken bitte!“, sagt die Anzeige in unserem neuen Elektroauto. Also: Stecker in die Ladesäule und Strom tanken. Dann ist der Akku wieder voll, und weiter geht's.

Einmal volltanken bitte! Das brauche ich auch. Eigentlich so oft wie unser Auto. Kraft tanken, für die nächste Woche. Genug Energie sammeln, damit ich die Aufgaben schaffe, die vor mir liegen. Akku laden eben.

### Ladestellen für den eigenen Akku finden

Allerdings ist das mit dem Auftanken bei mir nicht ganz so einfach wie bei unserem Auto. Ich kann mich nicht einfach an irgendeiner Steckdose anschließen. Aber ich habe andere Ladestellen. Zwei haben sich bewährt.

Die eine Ladestelle ist für mich das Zusammensein mit meinen Freunden und mit meiner Familie: Gemeinsam auf der Couch oder im Café sitzen, miteinander essen und trinken, reden oder lange Spieleabende machen. Das lädt meinen Akku wieder voll. Und wenn ich mal wieder auf Reserve fahre, greife ich zum Telefon und mache einen neuen Termin zum Auftanken aus.

Eine andere Ladestelle ist für mich die Zeit mit Gott. Gleich morgens fange ich an, mit Gott zu reden. Ich sage Gott alles, was heute ansteht, wofür ich Kraft brauche, was mir Bauchschmerzen bereitet, worauf ich mich freue. Ich bitte Gott, mir bei den schwierigen Dingen zur Seite zu stehen, und danke für das Schöne, das mich erwartet.

## Beten gibt Energie

Beten ist für mich wie eine Ladesäule. Es gibt mir Energie, in den Tag zu starten. Ich vertraue darauf, dass Gott mir die Kraft schon geben wird, die ich brauche. Auch wenn ich sie im Moment noch gar nicht spüre. In der Bibel drückt der Prophet Jesaja das so aus: „Die Gott vertrauen, bekommen neue Kraft, dass sie auffahren mit Flügeln wie Adler, dass sie laufen und nicht matt werden, dass sie gehen und nicht müde werden.“ (Jesaja 40,31)

Ich fasse das mal so zusammen: Einmal Akku laden, bitte!

Was sind Ihre Stellen zum Auftanken?