

24.07.2023 um 17:45 Uhr

hr4 ÜBRIGENS



Ein Beitrag von

Rolf Müller,

Pastoralreferent Pfarrei Mariä Himmelfahrt, Frankfurt

Halbzeitpause

Heute fangen in Hessen die großen Sommerferien an. Diese Zeit ist für mich die „Halbzeitpause des Jahres“. Im Fußball – das kann ich jetzt bei der Weltmeisterschaft der Frauen wieder gut beobachten – ist die Halbzeitpause ganz wichtig. In ihr schnaufen die Spielerinnen mal durch und tanken neue Kraft. Aber nicht nur das. In der Halbzeitpause spricht die Trainerin zu den Spielerinnen. Da gibt es wichtige Tipps, es wird auch mal die Spieltaktik geändert, da bekommen die Spielerinnen neue Motivation für die zweite Hälfte. Das kann große Auswirkungen haben. Manchmal kommt ein Team nach der Halbzeitpause ganz anders aus der Kabine zurück und dreht ein schon fast verloren geglaubtes Spiel.

Es läuft ganz ehrlich ab

Viel von dem, was in der Halbzeitpause beim Fußball passiert, läuft bei mir in der Halbzeitpause des Jahres jetzt im Sommer ganz ähnlich ab. Auch ich will mir viel Zeit zum Verschnaufen und zum Auftanken nehmen. Dazu gehören für mich die Urlaubstage im Süden genauso dazu wie die viele Zeit zum Lesen und Entspannen. Wie die Fußballerinnen in der Halbzeitpause will auch ich in dieser Zeit erfahren, wie die erste Hälfte gelaufen ist. Dazu habe ich gute Freundinnen und Freunde, die mir ehrlich sagen, was im letzten halben Jahr gut oder schlecht war. Freundinnen und Freunde so etwas wie Trainerinnen für mich; ihre „Kabinensprachen“ haben mir schon oft Mut gemacht, um mit neuen Ideen in die zweite Halbzeit des Jahres zu starten.

Ein Kreuzzeichen oder eine andere Geste

Und wenn im Fußball die Pause vorbei ist, haben manche Spielerinnen ein kleines Ritual, bevor

sie wieder auf den Platz gehen: ein Kreuzzeichen oder eine andere kleine Geste. Das habe ich auch! Ich besuche ein altes Kloster in meiner Heimat. Dort bitte ich Gott um eine gute zweite Halbzeit des Jahres.

Jetzt ist die Zeit dafür!

Ich habe gemerkt: ohne Halbzeitpause geht es nicht – im Fußball und auch in meinem eigenen Leben. Jetzt ist die Zeit dafür! Und so wünsche ich Ihnen eine gute Pause und einen noch besseren Start in die zweite Halbzeit des Jahres 2023!