

21.10.2024 um 17:45 Uhr

hr4 ÜBRIGENS

Ein Beitrag von

Hannah Schnegelberger,

Evangelische Pfarrerin, Schlitz-Queck

Narben mit Liebe ansehen

Mit Neun wollte ich unbedingt Einrad-Fahren lernen. Gar nicht so leicht. Einmal bin ich ziemlich fies gestürzt und habe mir das Knie aufgeschlagen. Daran erinnere ich mich auch nach all der Zeit. Nicht nur, weil es so weh tat, sondern weil die Wunde irgendwie besonders aussah: wie ein Herz.

Nach dem Sturz steht das Einrad in der Ecke

Nach dem Sturz stand das Einrad lange Zeit in der Ecke – zu groß war die Angst, wieder zu stürzen. Doch innerlich habe ich gekämpft: Einrad Fahren war gefährlich, aber ich wollte es unbedingt lernen. Irgendwann hat mein Ehrgeiz gewonnen! Also hab' ich's noch mal probiert. Nach ein paar holprigen Versuchen, hat es plötzlich geklappt. Ich hatte den Dreh raus! Von da an bin ich fast jeden Tag auf meinem Einrad gefahren.

Sich Zeit nehmen, um mit Wunden klar zu kommen

Die Angst zu stürzen wurde immer kleiner. Und die Wunde war lange verheilt. Aber: Dort wo sie mal war, konnte man immer noch das Herz auf meinem Knie erahnen. Diese Narbe war für mich ein Zeichen: Es ist okay, auch mal hinzufallen. Und es ist okay, sich dann die Zeit zu nehmen, um sich mit Stürzen zu versöhnen und damit Wunden heilen.

Es lohnt es sich, versöhnlich mit sich selbst zu sein

Heute ist die Herz-Narbe auf meinem Knie nicht mehr zu sehen. Trotzdem denke ich manchmal daran. Dann erinnere ich mich: Alles, was ich tue, will ich mit Liebe ansehen – auch das, was schief läuft: meine Fehler, meine Stürze und Wunden. Das ist herausfordernd und nicht immer gelingt es mir. Aber ich weiß: es lohnt es sich, versöhnlich mit mir selbst zu sein. Weil sich so neue Chancen ergeben können – so wie damals mit dem Einrad-Fahren.