

19.05.2026 um 17:45 Uhr

hr4 ÜBRIGENS



Ein Beitrag von

Maïke Westhelle,

Evangelische Pfarrerin, Studienleiterin, Hofgeismar

Loslassen zur Freiheit

„Hallo, ich bin Andreas, ich bin der Färberei-Meister“ – so stellt sich der junge Mann mir vor. Er lebt in einer integrativen Lebensgemeinschaft und arbeitet in einer Werkstatt für behinderte Menschen.

Osterspaziergang mit Tradition: Gemeinschaft, Freude und geteilte Erlebnisse

Kennengelernt habe ich ihn beim Osterspaziergang, dieses Jahr war ich als Besuch dabei. Beim Gehen tauchen wundersamerweise am Wegesrand immer wieder Schokoladeneier auf, die natürlich begeistert gesammelt werden. Eigentlich kommen sie in einen gemeinsamen Korb und werden nachher gerecht aufgeteilt. Andreas hat das mit dem Korb wohl nicht mitbekommen. Am Ende des Spaziergangs kommt er stolz zu mir, und zeigt, was er gesammelt hat.

Wenn Festhalten schadet: Warum gut gemeint nicht immer gut ist

Strahlend öffnet er seine Hand – aber sofort wird sein Gesicht lang: Statt bunt glänzender Eier ist da vor allem braune Matsche. „Oh nein, oh nein, ich habe doch gut aufgepasst. Ich habe die Eier ganz festgehalten, damit sie nicht verloren gehen“ – sagt er traurig. Ich tröste ihn. Es gibt ja noch viel mehr Schokoladeneier.

Loslassen lernen: Wie zu viel Kontrolle Entwicklung verhindern kann

Auf dem Weg nach Hause denke ich an die geschmolzene Schokolade und Andreas' verschmierte Hand. Festhalten kann auch bei gutem Willen Schaden anrichten. Vielleicht passiert das im übertragenen Sinn ziemlich oft. Ich will etwas bewahren und merke nicht, dass das Festhalten

vieles verhindert. Den Genuss der Schokolade oder das Freiwerden für Neues.

Freiheit statt Festhalten: Was die Bibel über Loslassen und Vertrauen lehrt

Manchmal wird innerhalb von Familien festgehalten. Alles soll so sein wie immer: Kinder und Enkel werden auf diese Weise nie so ganz in das eigene Leben entlassen. Zu viel Freiheit macht Angst. In der Bibel heißt es: Wo Gottes Geist ist, ist Freiheit (2.Kor 3,17). Das macht mir Mut, loszulassen. Auch die, für die ich verantwortlich bin. Sie sollen in Freiheit ihre Wege finden. Gott begleitet, ohne festzuhalten.