

Moment mal... am 5.7.2025



© Hans-Peter Ende



© privat

Abgeben

Müde schlappt er hinter den anderen her, den sandigen Weg hinunter zum Wasser. Die Erschöpfung der letzten Zeit steckt ihm in den Knochen. Jetzt hat er endlich frei. Aber woher neue Kraft nehmen?

Viele haben sich heute auf den Weg gemacht. Der Sommer lädt ein: Familien mit Kindern voller Vorfreude. Eine Gruppe Jugendlicher. Ältere Menschen. Und auch einige in seinem Alter. Er atmet tief durch und stellt sich vor, wie er die Erschöpfung mit jedem Atemzug mehr ausatmet. Wie der leichte Wind auf seiner Haut einen Teil seiner Müdigkeit aufnimmt und weiterträgt – bis zu den Bäumen. Und gleich, gleich wird das Wasser ihn mit all seinen Belastungen tragen und wieder leichter werden lassen. Die verspannten Schultern, den schmerzenden Rücken. Und er? Er wird sich einfach treiben lassen – und in den Himmel schauen.

Wohin geht all das Schwere, das wir mit uns herumtragen? Wie werden wir es los? Ob die Wellen müde sind am Ende so eines Tages, wo sie so viel Belastendes aufnehmen mussten? Ob der Wind schwerer wird, wenn all unser Schnaufen und Seufzen in ihm weiterweht? Sich etwas Größerem anzuvertrauen, dem Wasser, den Bäumen, dem Wind, kann erstaunlich gut tun. Wo ich aus meiner verkrampften Geschäftigkeit ausbreche und mich wieder mit dem großen Ganzen verbinde, dann geschieht etwas Heilsames. Manchmal braucht es Zeit.

Manchmal braucht es auch einen anderen Menschen, der mir zuhört. Einfach da ist. Und da bleibt: Bis es mir wieder leichter ums Herz wird. Und manchmal wird aus meinem Seufzen auch ein Gebet. Der Monats-Spruch für Juli lädt dazu ein: „Sorgt euch um nichts, sondern bringt in jeder Lage betend und flehend eure Bitten mit Dank vor Gott!“ (Brief an die Gemeinde in Philippi Kapitel 4, Vers 6)

Mich um nichts zu sorgen, das gelingt mir nicht. Aber wenn ich gar nicht weiter weiß und meine Möglichkeiten an ihre Grenzen kommen, dann versuche ich loszulassen und abzugeben und mich einer größeren Kraft anzuvertrauen. Und das gibt mir Kraft.

Elisabeth Kruse, Pfarrerin in der Evangelischen Kirchengemeinde Groß Schönebeck-Zerpenschleuse-Eichhorst