

## **Impuls 31: „Sich aus Erstarrung lösen?“**

### **Gedanken**

Es gibt Erlebnisse im Leben, die lassen mich vor Angst and Entsetzen erstarren. Der Schrecken fährt mir durch die Glieder und lähmt mich. Manchmal schaffe ich es alleine oder mit Hilfe anderer, mich bald wieder aus dieser Erstarrung zu lösen.

Doch manchmal gelingt das nicht. Dann dauert die Erstarrung sehr lange. Wer lange, vielleicht sogar mehrere Jahrzehnte in dieser erstarrten Haltung verbracht hat braucht dann viel Zeit, wenn er es doch schafft, sich daraus zu lösen oder daraus erlöst wird. Die ersten Bewegungen sind dann unkoordiniert, doch gleichzeitig ist da viel Neugier, denn nach der langen Zeit der Erstarrung ist alles neu. Ich werde mich dann erst an die neue Situation gewöhnen müssen, eine Zeit lang damals und heute, Alt und Neu miteinander vergleichen. Es wird Zeit brauchen, bis alle Blockaden sich gelöst haben und ich mich wieder völlig bewegen kann.

Auf dem Weg aus der Erstarrung tun mir andere Menschen gut, die mir Rückhalt geben und mir immer wieder neu den Rücken stärken.

Wie sich unsere Gesellschaft irgendwann aus der Erstarrung lösen wird, in der wir in vielen Bereichen seit mehr als einem dreiviertel Jahr gefangen sind? Das wird davon abhängen, ob wir das mit dem Mut zur Veränderung und einem stärkenden Blick für den anderen tun oder nicht.

### **Ein Wort aus der Bibel**

Wir erleben in einigen Dingen seit Monaten Erstarrung und Einschränkung. Bei Lukas wird erzählt, wie Jesus einem Menschen hilft, der seit vielen Jahren stark eingeschränkt und erstarrt ist: *Und siehe, eine Frau war da, die hatte seit achtzehn Jahren einen Geist, der sie krank*

*machte; und sie war verkrümmt und konnte sich nicht mehr aufrichten. Als aber Jesus sie sah, rief er sie zu sich und sprach zu ihr: Frau, sei frei von deiner Krankheit! Und er legte die Hände auf sie; und sogleich richtete sie sich auf und pries Gott. (Lukas 13, 11-13)*

18 Jahre verkrümmt sein, und nur mit großen Einschränkungen leben – was hat die Frau wohl alles mitgemacht? Und dann kommt Jesus vorbei und heilt sie.

Anders als in vielen anderen Heilungsgeschichten kommt nicht die Frau zu Jesus. Jesus sieht sie und kommt zu ihr und heilt sie. Und die Frau? Sie erkennt sofort, wem sie die Heilung zu verdanken hat, vielleicht weil die vielen Jahre mit der Krankheit ihre Augen für das Wesentliche geschärft haben, vielleicht weil sie das Wunder als Wunder erkennt. Auf jeden Fall denkt sie als erstes nicht an sich, sondern preist Gott. Und das kann ich ihr nachmachen, egal aus welcher Erstarrung mich Gott löst oder lösen wird.

### **Ein Gebet**

Guter Gott, Du bist ein helfender und heilender Gott. Du bist aufmerksam, Du siehst uns. Ich bitte Dich: Starke mich in Schwachheit, belebe mich, wenn ich erstarrt bin, richte mich auf. Befreie mich, damit ich aufrecht und aufrichtig leben kann. Ich bitte Dich: Komm und berühre mich. Stärke mir den Rücken. Amen.

### **Idee des Tages**

Wie kann ich einem anderen den Rücken stärken und ihm aus der Erstarrung helfen? Nun, sicher dadurch, dass ich mit ihm rede und ihm zuhöre. Aber auch ich kann auch etwas machen, das aus der Mode gekommen ist: Ich kann ihn segnen. Das geht auch aus Distanz – nichts hindert mich in Gedanken ein gutes Wort oder eine Verheißung einem anderen zuzusprechen. Gott hört auch das Gebet und den Segen aus der Ferne für andere.