

Hessischer Rundfunk: "Zuspruch am Morgen, HR2"
Andrea Wöllenstein, Pfarrerin
Marburg

05.02.2009

Immer fit

Drei Teller stehen nebeneinander auf einem Bistrotisch am Eingang der Apotheke. Daneben ein Schild mit der Aufschrift: „Bedienen Sie sich! Probieren sie unsere neuen Lutschbonbons in drei Variationen: „Vitamine für Kinder – Immer fit – Vitamin C“ Ich greife sofort zu den Mittleren. Jetzt liegt nur noch eins da. Die beiden anderen Teller sind noch gut gefüllt. „Immer Fit“ – da muss man zugreifen! Gerade jetzt im Winter, wo die Wochen sich hinziehen und der Urlaub noch weit ist. So haben wohl vor mir offenbar auch andere gedacht.

Immer fit! Schön wäre das. Keine Müdigkeit, keine Erschöpfung, keine Vergesslichkeit. Immer ausgeglichen und voller Tatendrang, immer frisch und dynamisch. Auf diese Sehnsucht spricht uns die Gesundheitsindustrie an mit immer neuen Produkten. Sie haben verlockende Namen: „Wohlfühltee“, „Vitalität und Fitness“, „Lebensfreude“, „Frauenpower“, „Ruhe und Gleichgewicht“ oder - wie gesagt - jetzt neu in der Apotheke: die „Immer-Fit-Tabletten“.

Aber so sind wir nicht. Nicht nur die Älteren, auch die Jungen sind nicht so: Immer fit, immer aktiv und leistungsstark. Das entspricht vielleicht dem Rhythmus einer Stechuhr, aber nicht dem eines menschlichen Organismus. Der Takt, den die Bibel angibt für unser Leben, ist abwechslungsreicher - und barmherziger.

„Alles hat seine Zeit“, heißt es im Buch des Prediger Salomo. „Zeit zum Reden und Zeit zum Schweigen. Zeit zum Weinen und Zeit zum Lachen. Zeit zum Bewahren und Zeit zum Wegwerfen.“ Die Lebenslinie, die da gezeichnet wird, verläuft nicht waagrecht, immer auf der gleichen Geraden. Sondern eher wie eine Wellenbewegung, wo es einmal nach oben und dann wieder nach unten geht. „Zeit zu klagen und Zeit zu tanzen, Zeit zu suchen und Zeit zu verlieren.“ Was auffällt: Die einzelnen Zeiten werden nicht bewertet. Es wird kein Unterschied gemacht zwischen

Hessischer Rundfunk: "Zuspruch am Morgen, HR2"
Andrea Wöllenstein, Pfarrerin
Marburg

05.02.2009

guten Zeiten und schlechten Zeiten. Lachen ist nicht per se gut und Weinen schlecht. Vielmehr kommt es darauf an, dass ich die Zeiten erkenne. Dass ich mich passend mache für das, was dran ist und möglichst wenig Kraft mit dem Widerstand dagegen vergeude. Ich hatte mir so viel vorgenommen – warum muss jetzt diese Erkältung kommen? Eigentlich wollten wir am Wochenende eine Wanderung machen, und nun ist Regen angesagt! Mit dem Ärger kann ich mich lange beschäftigen. Das Wetter wird selten besser davon.

Die Zeiten annehmen, wie sie kommen. Nicht erzwingen wollen, was nicht geht, sondern mich passend machen für das, was dran ist – für diese Übung schenkt uns das Leben immer neue Gelegenheiten. Ein Trainingsprogramm, das in anderer Weise fit macht und beweglich: nicht nur den Körper, sondern auch Seele. Ich erlaube mir, nur das zu tun, was jetzt dran ist.

„Alles hat seine Zeit“ – diese Feststellung der Bibel ist menschlicher als der Anspruch, immer fit zu sein.

Nein, ich muss nicht immer fit sein. Es darf auch müde Tage geben und einen verregnetes Wochenende. Wann hätte ich sonst Gelegenheit, gemütlich eine Tasse Wohlfühltee zu trinken und eine „Immer – Fit“ Tablette zu lutschen?