



Hessischer Rundfunk: Zuspruch am Morgen

Freitag, 20. August 2010  
hr2-Kultur - 6:50 Uhr

Pfarrer Dr. Ulf Häbel  
Laubach-Freienseen

## Sommerfest

In einem Altersheim sollte das Sommerfest gefeiert werden. Das Haus wurde geschmückt und in dem parkähnlichen Garten waren gemütliche Sitzecken zum Plaudern und Getränkestände aufgebaut worden. Je näher das Fest rückte, desto größer war die Aufregung. Das spürte jeder.

Dann begann das Fest. Doch plötzlich fing es an wie aus heiterem Himmel zu regnen. Die Betreuer konnten die Menschen, die nicht selber unter ein schützendes Dach laufen konnten, nicht schnell genug ins Haus bringen. Einige wurden pudelnass. Der Heimleiter entschuldigte sich bei denen, für diese Panne. Da sagte eine Frau aus dem Rollstuhl: „Das ist doch nicht schlimm. Es war ein schönes Gefühl, vom Regen nass zu sein und nicht immer nur von eurer lauwarmen Dusche.“ Solche unmittelbaren Körpererfahrungen sind heute eher selten. Wer wird schon mal vom Regen nass? Wer schwitzt vor vor körperlicher Anstrengung? Wer spürt Hitze oder Kälte auf der Haut? Nichts gegen Schirm oder Auto, verglaste Hallen oder überdachte Fußgängerzonen. Natürlich braucht es bei Sommerhitze, zum Beispiel in Zügen, die sich sonst unerträglich aufheizen eine Klimaanlage. Der Schutz gegen extreme Witterung ist nötig.

Und doch glaube ich, dass unmittelbare Erfahrungen mit dem Körper in Wetter und Wind gut und sogar schön sind, um sich als Mensch zu fühlen.

Die Frau im Rollstuhl, die von dem plötzlichen Regen überrascht wurde, hat's für sich gesagt: Es war schön, vom Regen nass zu sein und nicht von der lauwarmen Dusche. Ab und zu kann man sich dem Wetter aussetzen so wie es ist, statt sich davor zu verstecken. Gelegentlich muss man sich körperlich anstrengen und bis an die Grenze der eigenen Kraft gehen. Das wissen vielen Menschen. Zum Ausgleich für das endlose Sitzen, zu dem wir in vielen Berufen gezwungen sind, treiben sie Sport; andere gehen wandern, machen Nordic-Walking und anderes mehr.



Hessischer Rundfunk: Zuspruch am Morgen

Freitag, 20. August 2010  
hr2-Kultur - 6:50 Uhr

Pfarrer Dr. Ulf Häbel  
Laubach-Freienseen

Sich an der frischen Luft zu bewegen, den Körper zu spüren, ist nicht nur gesund, es ist auch schön.

Viele Kinder bewegen sich zu wenig, sagen die Ärzte. Die Zahl der zu dicken und schwerfälligen nimmt immer mehr zu. Denn stundenlang in der Schule zu sitzen und dann noch einmal stundenlang vor dem Computer und dabei Chips zu essen, das hält ein Körper auf Dauer nicht aus.

Das hat der Apostel Paulus den Menschen seiner Zeit vor fast zweitausend Jahren gesagt. Als er gesehen hatte, wie manche Menschen ihren Leib verkommen ließen durch zuviel Essen und Trinken, durch Rumsitzen, statt sich zu bewegen, fragte er sie: Wisst ihr nicht, dass euer Leib ein Tempel des Heiligen Geistes ist?

Es ist doch ein Unterschied, ob ich meinen Körper wie ein Ding ansehe und behandle oder als einen Raum, in dem Gottes Geist spürbar und wirksam werden will. Der Geist bewegt sich und bewegt er uns. Vielleicht ist es wirklich so: Je mehr wir uns draußen bewegen, desto mehr sind wir Mensch und desto mehr wirkt Gottes Geist in uns.