

Verlängerung

Sportler wissen: Verlängerungen gehen an die Substanz. Allerdings weiß man erst am Ende der regulären Spielzeit, ob es in die Verlängerung geht. Wir wurden gestern kurz nach Halbzeitanpfiff in die Verlängerung geschickt, denn die Ausgangsbeschränkungen wurden bis 19.04. verlängert.

Verlängerungen brauchen Kraftreserven auf. Momentan sind das Reserven von Geduld, Verständnis, guter Laune, Freiheit, dem Gefühl, gebraucht und wichtig zu sein, und etwas tun zu können, damit einem die Decke nicht auf den Kopf fällt. Diesen Batterien droht die Energie auszugehen. Was also tun?

„Denn dein ist das Reich und die Kraft und die Herrlichkeit in Ewigkeit. Amen.“ So beten wir im Vaterunser. „Gott, du hast die Kraft, die Energie. Fülle damit meine Batterien auf!“, bedeutet es gerade für uns. Im Sport gibt es auch Pausen, in denen die Sportler Kraft tanken, manchmal nur ein paar Sekunden oder Minuten, manchmal auch eine Viertelstunde. Ein Vaterunser dauert 20 Sekunden und bedeutet für unsere Energiereserven alles, wenn wir es wirklich zu Gott beten und nicht einfach runterrattern. Diese 20 Sekunden helfen die Verlängerung auch noch durchzustehen. Denn Gott lässt uns nicht allein.

Zwei Vorschläge für Gebetshaltungen möchte ich Ihnen noch mitgeben: Probieren Sie mal, die Hände auszubreiten, mit der Handfläche nach oben, wie der Priester am Altar. Es ist eine sehr alte Gebetshaltung. Sogar Kardinal Marx hat am Sonntag beim Fernsehgottesdienst dazu eingeladen, in dieser Haltung das Vaterunser zu beten.

Oder beten Sie das Vater unser beim Händewaschen. Beides brauchen wir zur Zeit dringend und können es ruhig öfters machen.

„Gott, dein ist die Kraft.
Fülle unsere Kraftreserven auf!
Darum bitten wir durch Jesus Christus, unseren Bruder und Herrn.
Amen.“

Ihre Christina Binder