

AUGENBLICK MAL! – KIRCHE IM LOKALRADIO

18.06.2024, MARIE RAMRATH

Pause

Mittwochabends ist Indoor Cycling beim TV Jahn. 20 Erwachsene fahren zu lauter Musik Fahrrad. Die Trainerin motiviert uns. Sie ruft uns zu, wie wir zu fahren haben. Es geht imaginäre Berge rauf und runter und es wird gesprintet, was das Zeug hält. Nach 30 Minuten Vollgas tropft der Schweiß und die Trainerin ruft: „Pause“.

In diesem Moment musste ich schon ein paar Mal schmunzelnd an Jesus denken, der auch zu seinen Leuten „Pause“ gesagt hat. „Ruht euch aus.“

Wenn unsere Trainerin „Pause“ ruft, fahren wir locker und ruhig weiter, atmen durch und unterhalten uns mit den Nachbarn. Die Trainerin geht in dieser Zeit zu jedem hin und fragt: „Geht es dir gut?“. Das finde ich super, weil sie sich um uns sorgt. Pausen tun mir gut, keine Frage. Eine Pause ist aber auch eine super Gelegenheit, um auf die Menschen links und rechts von mir zu schauen. Ich kann eine Unterhaltung anfangen und mit wirklichen Interesse fragen: „Geht es dir gut?“ Das ist beim Indoor-Cycling so wie im richtigen Leben.

Pastoralreferentin Marie Ramrath, Neuenkirchen