



Die Text-Rechte liegen bei den Autoren und beim Katholischen Rundfunkreferat. Verwendung nur zum privaten Gebrauch!

katholisch: Hörmal | 25.08.2019 07:45 Uhr | Klaus Nelißen

## Akkuladepanik

Ich gehöre zu der Spezies Mensch, die leichte Panik bekommt, wenn sich die Tanknadel im Auto der roten Zone nähert. Beim Handy ist es nicht anders. Ich fingere schon nach dem Ladekabel, wenn der Akku auf 70 Prozent abfällt. Ich habe immer zwei Powerbanks im Gepäck für alle Fälle.

Meine Frau ist da ganz anders gestrickt: Sie telefoniert mit dem Handy, bis es im Stromsparmmodus ist. Und wenn der Tankstand sich rot färbt, sagt sie: „100 Kilometer schaffen wir locker noch. Da ist immer noch mehr Platz im Tank, als Du glaubst“.

Mich macht das panisch! Aber warum ist das eigentlich so? Das habe ich mich schon öfters gefragt. Ich würde sogar generell sagen: Diese Panik betrifft auch die Art, wie ich mit meinem Lebensakku umgehe. Auch da komme ich sehr schnell an Grenzen, erfahre, dass ich ausgepowert bin und mal wieder aufladen, bzw. auftanken, muss.

Nächste Woche enden die Sommerferien und viele haben hoffentlich die Zeit genutzt, ihre Akkus wieder zu laden – bildlich gesprochen: Sonne tanken, Ruhe, Kraft – was jede und jeder so braucht. Warum aber geraten die einen schneller in Panik, wenn es um den Ladezustand geht und andere nicht?

Klar, es gibt für leere Akkus ganz physische Gründe: Wenn auf dem Handy zu viele Apps gleichzeitig laufen, dann ist der Akku schneller leer und wenn das Auto zu hochtourig läuft, dann ist der Tank schneller leer. Und so ist das auch im Leben: Viel Leben zieht viel Energie. Und wenn dann noch etwas nicht ganz rund läuft, durch eine verschleppte Erkältung oder etwas Bedrückendes, dann macht es das alles umso schwerer. Aber: Es gibt ja auch Menschen, die viel Leben nicht als Energieverlust sehen, sondern die gerade auftanken dadurch, dass sie vollen Einsatz zeigen. Sportler zum Beispiel können davon ein Lied singen: Meist fühlen sie sich frischer nach dem auspowernenden Training, als ohne. Unser Körper hat überraschende Rezepte dafür, sich zu regenerieren – die Akkus wieder aufzutanken. Aber das ist nicht alles.

Ich denke, dahinter steckt auch immer eine Wahrnehmung und Einstellung von mir selbst. Für mich lautet da das Stichwort: Vertrauen. Ich traue mir oft nicht viel zu: meinem Körper, meinen mentalen Kräften. So wie ich meinem Handy bei 70 Prozent nicht mehr traue und dem Auto nicht, wenn die Tankanzeige in die rote Zone gelangt.

„Da ist mehr drin, als Du glaubst“ – sagt meine Frau. Und ich denke, Gott würde ihr

beipflichten. Denn: Wenn es eine Sache gibt, die ich in der Bibel lesen kann und in den Geschichten von Menschen, die aus dem Glauben gelebt haben, dann ist es das: Gott traut uns Menschen verdammt viel zu. Und das heißt im Umkehrschluss: Ich kann Gott vertrauen. Und das kann Kräfte aktivieren, von denen ich gar nichts weiß.

Ja, wenn ich ehrlich zu mir bin, dann hat das mit dem Akku auch etwas mit meinem Gottvertrauen zu tun. Das Vertrauen ist mal mehr oder mal weniger da im Leben – auch beim Radioprediger von der Kirche. Und ich denke, es ist mal wieder an der Zeit, in der Richtung meine Akkus aufzuladen...

Wie auch immer: Dass Sie möglichst in dem Ladezustand zurück in den Alltag kommen, den Sie brauchen, das wünsche ich Ihnen an diesem letzten Sonntag der Sommerferien!