Katholische Kirche im WDR

Katholisches Rundfunkreferat beim WDR
Wallrafplatz 7
50667 Köln
Tel. 0221 / 91 29 781
Fax 0221 / 27 84 74 06
www.kirche-im-wdr.de
E-Mail: info@katholisches-rundfunkreferat.de

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

Kirche in 1Live | 06.11.2026 floatend Uhr | Barbara Loy

Teufelsschlinge

Ganz ehrlich, Leute … mir geht's in letzter Zeit nicht so gut. Viel Stress auf der Arbeit, Beef im Freundeskreis – und diese dunkle Jahreszeit ist auch n ziemlicher Stimmungskiller. Und wenn's mir nicht gut geht, dann hab ich so einen Reflex: Ich will immer sofort alle Probleme lösen. Dann denke ich super viel nach. Gehe Gespräche tausendmal im Kopf durch. Alles analysieren: das schwierige Gespräch im Job, der Streit mit meinem Freund, der blöde Kommentar von meinem Nachbarn. Und klar – manchmal hilft das ja auch. Reflektieren, Dinge verstehen, überlegen, was man nächstes Mal anders machen kann. Aber manchmal … ist es wie bei Harry Potter.
Stichwort: Teufelsschlinge. Potter-Fans wissen vielleicht, was ich meine. Im ersten Band müssen Harry, Ron und Hermine verschiedene Aufgaben lösen. Eine Aufgabe davon ist, an der Teufelsschlinge vorbeizukommen. Das ist so eine riesige Rankenpflanze, die schlingt sofort ihre Ranken um die drei. Und je mehr sie sich wehren, desto fester klammert die Teufelsschlinge. Und als die drei da feststecken, erklärt Hermine – klar, wer auch sonst - den Trick. Man darf eben nicht zappeln. Man muss sich entspannen. Und dann lassen die Ranken von allein wieder locker.
Ehrlich gesagt: leichter gesagt als getan. Aber ich liebe dieses Bild. Mir geht es nämlich oft genau so. Gedanken kommen, Probleme kommen – und ich fang erstmal an dagegen anzukämpfen. Dabei müsste ich manchmal genau das Gegenteil tun. Locker lassen. Durchatmen. Und darauf vertrauen, dass sich Dinge auch wieder lösen.
Babsi Loy, Münster