



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 | 26.03.2026 floatend Uhr | Rosália Rodrigues

Gott ist wie meine Zughilfen

Gott ist wie meine Zughilfen. Im Fitnessstudio benutze ich die manchmal. Das sind so Schlaufen, die ich mir ums Handgelenk lege und um die Stange wickle. Sie sorgen dafür, dass ich beim Ziehen schwerer Gewichte nicht abrutsche.

Ohne schaffe ich vielleicht 70 Kilo.

Mit ihnen ziehe ich 85 und meine Finger fühlen sich nicht so an, als würden sie gleich brechen.

Genau so erlebe ich Gott manchmal.

Ich habe Dinge in meinem Leben, die sind eigentlich zu schwer für mich. Verantwortung.

Sorgen. Entscheidungen. Ich halte fest, so lange ich kann. Und oft denke ich: Ich muss das alleine schaffen. Und dann gibt es Momente, da merke ich: Ich werde gehalten. So, dass ich nicht abrutsche. Wie bei den Zughilfen nimmt mir Gott das Gewicht nicht ab. Aber er verbessert meinen Halt. Er sorgt dafür, dass ich mich auf das Wesentliche konzentrieren kann, statt nur darauf, nicht unter der Last zusammenzubrechen.

Ich bin nicht plötzlich stärker. Aber ich bin stabiler. Und manchmal reicht genau das, um weiterzumachen.

Auch wenn das Gewicht eigentlich zu schwer ist.

Rosália Rodrigues, Münster