

Kirche in WDR 2 | 29.11.2021 05:55 Uhr | Martin Vogt

## Höhenangst

Ich habe Höhenangst. Das heißt, ich meide ab dem zweiten Stockwerk Fenster und Balkone. Gehe auch auf keinen Aussichtsturm und wenn ich irgendwo bin, wo man steil nach unten gucken kann, dann traue ich mich kaum vorwärts.

So wie neulich in einem großen Kaufhaus in Düsseldorf. Dort sind die Geschäfte auf den Etagen außen herum gebaut. Der Bereich in der Mitte ist freigelassen worden, so dass man vom Keller bis zum Dach gucken kann. Und in diesem freien Bereich sind die Rolltreppen. Die verlaufen immer schön durch den freien Raum hindurch, so dass man überall hingucken kann. Auch nach unten. Also wie für mich gemacht.

Natürlich ist die Abteilung, die ich suche, ganz oben. Im fünften Stock, direkt unter dem Dach. Mir ist gar nicht wohl zumute bei dem Gedanken, dass ich da jetzt hoch muss. Aber ich atme einmal tief durch und versuch's.

Das Hochfahren kostet mich zwar viel Überwindung. Doch da gucke ich jedes Mal starr auf das obere Ende der Rolltreppe und so komme ich heil oben an. In der Abteilung kriege ich auch genau das, was ich will. Anschließend muss ich aber wieder 'runter! Der Aufzug ist keine Alternative, ein öffentliches Treppenhaus gibt es nicht. Bleibt nur die Rolltreppe. Da stehe ich nun und versuche, meinen Mut zusammenzunehmen. Klappt aber nicht. Bis ein Mitarbeiter kommt, der mich rettet, ohne es zu merken. Er benutzt nämlich diese Rolltreppe im fünften Stockwerk und ich denke: "Wenn der das kann, kann ich das auch!" Also hänge ich mich an ihn ran, den Blick starr auf den Rücken des Mannes geheftet und die Hand ebenso starr am Handlauf der Rolltreppe.

Unten angekommen bin ich so stolz auf mich, dass ich extra in den Keller fahre, um mir das ganze Haus von unten bis oben anzugucken. Meine Güte, so hoch war ich heute! Fast wäre ich in meinem Übermut noch mal 'raufgefahren! Aber wer weiß, ob mir dann wieder im richtigen Moment ein furchtloser Mitarbeiter begegnen würde...

Auch in anderen Situationen meines Lebens komme ich leichter klar, wenn ich weiß: Andere sind vor mir an diesem Punkt gewesen. Und die haben es geschafft. Das kann mir helfen, meine eigene Angst zu überwinden.

Deswegen ist die Bibel voll von Geschichten, in denen Menschen etwas hingekriegt haben, was ihnen zunächst unmöglich erschien. Sie haben sich von ihrer Angst nicht unterkriegen lassen, haben ihre Not überstanden oder sind mit ihrer Traurigkeit zurechtgekommen. Oft hat dabei der Glaube und das Vertrauen auf Gott eine wichtige Rolle gespielt. Das hat ihnen die nötige Kraft gegeben. Oder den Mut, den sie allein nicht aufbringen konnten. So sind diese Menschen zu Vorbildern geworden, an die wir uns hängen können. Damit wir nicht erstarrt bleiben vor dem, was uns Angst macht. Sondern mutig unseren Weg gehen. Im Leben und im Glauben.

Redaktion: Pfarrerin Sabine Steinwender-Schnitzius