

Kirche in WDR 4 | 05.09.2014 08:55 Uhr | Annette Krüger

Getragen

Guten Morgen!

Es ist ein Sonntag Anfang Mai. In Hamburg findet der große Marathon statt. 17.000 Läuferinnen und Läufer sind am Start und mittendrin – Nickie, 43 Jahre alt. Es ist ihr erster Marathonlauf überhaupt. Mehr als ein Jahr hat sie sich auf diesen Tag vorbereitet, regelmäßig trainiert, die Kondition ständig verbessert, gesund gelebt. Und nun steht sie am Start, im gelben Laufshirt mit der Startnummer F 2843, darunter ihr Name. Sie ist aufgeregt, ein bisschen nervös und freut sich natürlich. Endlich geht es los. Sie nimmt die Straße unter ihre Füße. Gut 42 km liegen vor ihr. So viel ist sie bisher noch nie gelaufen. 700.000 Menschen säumen die Straßen und feuern die Läuferinnen und Läufer an. Darunter Nicoles Mann, der sie nach Hamburg begleitet hat und sie die ganze Zeit motiviert und unterstützt. Unterwegs ist die Stimmung fantastisch. Wildfremde Menschen rufen ihren Namen: Nicki, Du schaffst das! Vor allem, wenn die Beine schwer werden, tut das gut. "38 Kilometer hast Du schon, den Rest machst Du auch noch!" hört sie an der Strecke, dazu aufmunterndes Händeklatschen. Nach vier Stunden und sechs Minuten ist sie am Ziel. Ausgepowert - aber glücklich. Sie hat fast jeden Meter genossen.

"Unterwegs hatte ich viel Zeit", sagt sie, "auch zum Nachdenken darüber, was mich wirklich trägt." Sind es die High-Tech-Schuhe, der ausgeklügelte Trainingsplan, die perfekt abgestimmte Ernährung? "Nein", sagt sie, "das ist natürlich wichtig und notwendig, aber es ist nicht alles." Es ist vor allem das Vertrauen, das sie erfährt durch ihre Freundinnen und Freunde, der Zuspruch und die Unterstützung, die vielen Grüße, die sie per Email, als SMS oder auf Facebook bekommen hat. Und so manch einer hat sie in die Fürbitte eingeschlossen.

Als Jugendliche hat sie das Buch "Die Einsamkeit des Langstreckenläufers" gelesen. Jetzt aber weiß sie, dass man als Läufer gar nicht einsam sein muss. Die Anderen können einem zwar keinen Kilometer abnehmen, man muss jeden Schritt selber tun. Die Anstrengung und die schweren Beine spürt man nur selbst. Aber zu wissen, dass Andere an einen denken, mitfühlen, mitfiebern und unterstützen, das gibt Kraft.

Am Ende haben sich alle mit ihr gefreut, dass sie durchgehalten hat und eine super Zeit gelaufen ist. Aber sie weiß auch, dass sie von ihnen getragen, getröstet und in den Arm genommen worden wäre, wenn sie es nicht bis zum Ziel geschafft hätte.

"Das hat Gott schon gut eingerichtet", sagt sie, "dass er uns nicht allein durchs Leben gehen

lässt, oder?“

Ja, das hat Gott gut eingerichtet. Ich glaube, dass er uns auf unserem Weg durchs Leben immer wieder solche Menschen an die Seite stellt, die uns begleiten und tragen: in Gedanken und Gebeten oder auch ganz handfest und tatkräftig, wenn wir das brauchen - und wollen. Das kann uns helfen beim Loslaufen, denn oft ist ja der erste Schritt der schwerste. Es motiviert, durchzuhalten oder nochmal so richtig durchzustarten. Es richtet uns auf, wenn es nicht so gut läuft, setzt manchmal ungeahnte Kräfte frei und beflügelt unseren Schritt. Vielleicht bewahrt es uns auch einfach davor, unsere Ziele zu hoch zu stecken, wenn die Zeit noch nicht reif ist. Oder bewirkt, dass wir endlich etwas wagen, was wir immer schon machen wollten. Auf jeden Fall tut es gut, wenn jemand schwierige Zeiten mit uns teilt, sich über gelungene Wegstrecken freut und mit uns glücklich ist, wenn wir das Ziel erreichen.

Dass Sie Menschen begegnen – und auch selbst solche sind, die stärken und tragen wünscht Ihnen Pfarrerin Annette Krüger aus Witten.