



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

Kirche in WDR 3 | 09.05.2026 07:50 Uhr | Ludger Verst

Im Leben beheimatet sein

Am Morgen, wenn der Tag noch nicht entschieden ist, da gehen einem ja manchmal merkwürdige Dinge durch den Kopf. Bestimmte Gedanken oder Bilder. Oder so ein Satz von gestern, der bei mir hängen geblieben ist.

Hauptsache, gesund!«. So eine Floskel. Klingt ja auch irgendwie einleuchtend.

Wahrscheinlich wollte derjenige sagen: Nimm's nicht so schwer, Mensch; Hauptsache, du bist gesund! — Heute Morgen fällt mir das wieder ein.

Gesundheit setzen viele einfach so voraus. Wahrscheinlich, solange sie einfach da ist, man durchatmen und sich bewegen kann. Gesund sein heißt: Man kommt aus dem Bett. Man ist bei Kräften. Der Rücken hält durch. Und der Kopf macht mit. Das alles ist nicht wenig. Und doch: Reicht das schon? Reicht es, wenn die Messwerte stimmen, wenn der Körper in Schuss ist und man irgendwie gut durch den Tag kommt?

Da ich selbst nicht mehr der Jüngste bin, kann ich zu dieser Frage vielleicht etwas Sinnvolles beisteuern. Natürlich kann man sagen: Wenn die Dinge wieder laufen und der Alltag funktioniert – dann ist schon vieles gut.— Nur: Ein gesundes Leben ist noch nicht automatisch ein erfülltes. Denn ein Leben kann bestens organisiert und trotzdem seltsam leer sein. Erfolgreich, aber ohne Tiefe. Es kann nach außen glänzen und innen merkwürdig blass bleiben. Man kann erstaunlich weit kommen und sich dabei doch innerlich verfehlen.

Über das, was sich messen und bilanzieren lässt, braucht es etwas, das sich nicht allein in Zahlen ausdrückt. Zum Beispiel einen Platz, an dem ich mich sicher fühlen kann. Momente, die mich berühren. Nähe, Vertrauen. Blicke, die wirklich mich meinen. — Vielleicht fängt genau hier das an, was über Gesundheit hinausweist: dass etwas in mir zusammenfindet, was mich wach und empfänglich macht. Mich mehr mit mir und zugleich mehr mit anderen verbindet. Ich glaube, das ist mit dem alten Wort heil sein oder heil werden gemeint: nicht bloß unversehrt sein, sondern innerlich gesammelt — in einem tieferen Sinn: »im Leben beheimatet« sein.

Heil werden heißt für mich: Das Leben tiefer, weiter und durchlässiger wahrzunehmen. Plötzlich zählt nicht mehr nur, ob alles klappt. Es zählt auch, ob ich einen Sinn dafür entwickle, was wesentlich ist. Was mich im Innersten zusammenhält. Was mich aus der bloßen Logik des Funktionierens herausführt. Heil wäre dann mehr als Wohlbefinden. Es wäre eine Form von innerer Stimmigkeit. Eine Weise, im eigenen Leben so anzukommen, dass ich nicht dauernd irgendwo anders sein möchte.

Wie fühlt es sich wohl an, wenn wir in der Tiefe unseres Daseins beheimatet wären? — Ich wünsche uns Augenblicke, in denen genau das spürbar wird: dass das Leben uns trägt, ohne dass wir selbst alles zusammenhalten müssen.

Ludger Verst aus Köln