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 WDR 4 | 07.06.2023 08:55 Uhr | Michaela Bans

Hand in Hand

Hand in Hand auf dem Fahrrad, ich muss unwillkürlich grinsen, als ich die zwei unterwegs vor mir sehe. "Wie schön“, denke ich. "Wie schön, dass sie sich selbst beim Fahrradfahren möglichst nahe sein wollen.“ Und ich grinse besonders breit, weil die zwei die Zwanziger lange überschritten haben. Sie wirken wie verliebte Teenager - trotz und mit ihren grauen Haaren.

Wie anstrengend diese Fahrradtour ist, kriege ich mit, je näher ich mir das ansehe. Händchenhaltend Fahrradfahren ist maximal unpraktisch: Nicht nur, dass beide mit einer Hand lenken müssen, sie müssen auch noch ständig darauf achten, sich nicht gegenseitig von Sattel zu ziehen. Bei Loriot wäre das eine prima Sketchvorlage.
Es ist wie so häufig: Was romantisch aussieht, hat in der Umsetzung seine Tücken. Ich sag nur, Frühstückskrümel im Bett und Ameisen auf der Picknickdecke.
Vielleicht ist diese Fahrradtour für die zwei eine Art Beziehungstraining: Dieses Achtsam-sein; dieses Mitkriegen, wie es dem und der anderen geht, das gehört ja zu den wichtigen Pfeilern einer Partnerschaft. Das ist meist das Erfolgsrezept für langlebige Beziehungen.
Mitkriegen, dass der andere sich gerade abstrampelt, um in meinem Tempo mitzuhalten. Oder umgekehrt: Dass die andere sich langweilt, während ich es genieße, langsam bergab zu rollen.
Wer Hand in Hand Fahrrad fährt, muss Entscheidungen treffen: Nehmen wir nur die gut ausgebauten Wege, damit wir nebeneinander passen oder können wir für das ein oder andere schmale Pättken auch mal loslassen? Auch so eine Frage, die sich Paare immer wieder stellen müssen. Und, ganz wichtig: Wohin biegen wir eigentlich als nächstes ab?
Tatsächlich ist es auf dem Fahrrad nicht anders als sonst: Ohne Achtsamkeit fallen die zwei auf die Nase.
Mit zu viel Achtsamkeit aber auch: Ich meine, wer in Gedanken nur noch beim anderen ist, sich ständig fragt: "Wie geht es ihm, was braucht sie gerade?“ der kann leicht mal im Graben landen. Ohne Kommunikation geht’s nicht. Auf die lange Strecke gesehen, fährt es sich wohl nur gut mit dem Tipp, den schon meine Oma immer parat hatte: "Sprechenden Menschen kann geholfen werden“.