

## Impuls für die Woche ab Sonntag, den 13. Februar 2022

Ich wollte einen Schnelltest im nächstgelegenen Testzentrum meines Stadtteils machen, Termin online gebucht. Ich komme an, Testzentrum geschlossen ohne irgendwelche Verweise! Ich bin sauer! Ganz in der Nähe gelingt mir dann der Schnelltest problemlos ohne Anmeldung, nur bekomme ich das Ergebnis nicht auf mein Handy, sondern muss ein zweites Mal vorbeifahren und ihn mir anholen. Das kostet Zeit und nervt mich.

Zwei Tage später habe ich in einem anderen Testzentrum den erst möglichen Termin um 10h online gebucht. Gegen 9.45 h erwartet mich dort schon eine kleine Schlange: Mindestens 5 Menschen hatten ebenfalls um 10h einen Termin! Wer darf zuerst? Mit etwas Verspätung öffnet ein Mitarbeiter das Testzentrum und entschuldigt sich gleich, dass er heute allein sei und es deshalb zu Verzögerungen kommen würde. Ich spüre, dass ich schlecht gelaunt werde, mich verspanne, an meinen eigenen Zeitplan denke, mir ausmale, dass jetzt alles knapp werden könnte. Soll das jetzt immer so sein, dass selbst ein Schnelltest Probleme bringt? Zeitdruck? Unsicherheit? Mir tut die Frau leid, die mit mir ansteht und ein begrenztes Zeitfenster für einen Krankenhausbesuch hat; eine andere, die den Schnelltest für Bad Oeynhausen braucht und noch drei Stunden Fahrt vor sich hat. Alles Mist!

Und dann unerwartet, plötzlich, ploppt in meinem Kopf eine Melodie und eine Textzeile auf: „Lasset das Zagen, verbannet die Klage“ (Bach, Weihnachtsoratorium, angefangen zu üben im Chor, wegen Corona zurückgestellt), immer und immer wieder.

Und meine Stimmung ist wie ausgewechselt.

Ich stelle fest, dass die Testverzögerung nur unwesentlich mein Tagesprogramm verändert - schließlich bin ich im Ruhestand. Es stellt sich Dankbarkeit ein, dass ich gesund bin, dass ich Möglichkeiten habe, mein Leben zu gestalten. Lustvoll trete ich auf dem Rückweg in die Pedale meines Fahrrades, genieße den Fahrtwind, die gute Luft, den Rückenwind. Entspannung und Weite stellen sich ein.

Später lasse ich diese kleinen Episoden nochmal Revue passieren:

Es geht mir schlecht und dann der abrupte Wandel, in diesem Falle ausgelöst durch Musik.

Ich könnte mir vorstellen, dass auch ein gutes Wort, ein Sonnenstrahl, eine gute Begegnung eine schnelle Gefühlsänderung bewirken kann. Wichtig ist, dass ich etwas merke. Denn meine **Vorstellung**, wie es hätte sein sollen (hier die Testung) blockierte, dass ich wahrnehmen konnte, **was jetzt gerade ist** (Fahrradgenuss, Lebensfreude, Dankbarkeit etc).

Mir fällt ein Gedicht ein von Marie Luise Kaschmitz:

### **Auferstehung**

**Manchmal stehen wir auf  
Stehen wir zur Auferstehung auf  
Mitten am Tage  
Mit unserem lebendigen Haar  
Mit unserer atmenden Haut.**

**Nur das Gewohnte ist um uns.  
Keine Fata Morgana von Palmen  
Mit weidenden Löwen  
Und sanften Wölfen.**

**Die Weckeruhren hören nicht auf zu ticken  
Ihre Leuchtanzeigen löschen nicht aus.**

**Und dennoch leicht  
Und dennoch unverwundbar  
Geordnet in geheimnisvolle Ordnung  
Vorweggenommen in ein Haus aus Licht.**

Lasst uns in dieser Woche versuchsweise aufbrechen aus unseren engen Vorstellungen und stattdessen ein wenig Auferstehungserfahrung in unser Leben lassen!



Diesen Impuls hat Monika Weyer-Schmitz für uns geschrieben