

## **Loslassen kann man lernen**

### **Herbsttreffen des Christlichen MS-Netzwerks**

Eine frohe Schar von 40 Teilnehmern hatte sich am 22. Oktober 2016 nach Siegen aufgemacht zu einem Treffen des Christlichen MS-Netzwerkes.

Die gastfreundliche EFG Siegen-West mit ihrem großzügigen, hellen und barrierefreien Gebäude mit Blick auf die Stadt Siegen bot dafür einen hervorragenden Rahmen. Und so waren nicht nur Teilnehmer aus dem Siegener Raum angereist, sondern auch aus Aurich, Bremervörde, Schweinfurt, Nürnberg, Andernach ... Eine erwartungsvolle, freundlich offene Gruppe, zu der einige Mitglieder des Christlichen MS-Netzwerkes und des Freundeskreises zählten, die zum ersten Mal an einem Treffen teilnahmen. Schön, neue Gesichter und Persönlichkeiten mit ihren Lebensgeschichten kennenzulernen. Und so war an dem Tag auch immer wieder Gelegenheit, sich auszutauschen und ins Gespräch zu kommen.

Die inhaltlichen Impulse setzte der berentete, MS erkrankte Pastor Johannes Daub, Mitglied der EFG Siegen-West und des Christlichen MS-Netzwerkes, der sich ein sehr lebensnahes und zugleich herausforderndes Thema ausgewählt hatte: "Loslassen und Neues wagen im Vertrauen auf einen guten Weg. Einen Weg, auf dem Jesus Christus mitgeht!" Es wurde sehr deutlich, dass Loslassen und Neues Beginnen zum Leben dazugehört. Zu jedem Leben.

„Alles hat seine Zeit“. Seine von Gott gegebene Zeit, so heißt es schon im Buch Prediger der Bibel. Dass man Loslassen lernen kann und sollte und so befreit Neues entdecken kann, zeigte uns Johannes Daub deutlich und eindrücklich auf. Beispiele, Karikaturen und Bilder vom zum Teil krampfhaften Festhalten werden in Erinnerung bleiben. Es gilt, Loslassen bewußt zu wollen und einzuüben. Sich dabei von unrealistischen Erwartungen und Zielen zu verabschieden. Muß ich bei nachlassender Gehfähigkeit unbedingt an einer Wanderung und dem selbständigen Laufen festhalten und mich bei Verschlechterung isolieren und lieber im Haus bleiben, anstatt neue Freiräume durch die Benutzung eines Rollstuhls zu erleben? Ein natürlich nicht leichter und schmerzhafter Prozeß, der uns aber beschenken kann. Und die ganze Familie mit.

Zum Loslassen gehört auch, Sorgen und Nöte, die so oft blockieren, abzugeben und nicht immer wieder wie einen abprallenden und zurückkommenden Ball aufzufangen. Jesus Christus fordert uns auf, Sorgen und Ängste auf ihn zu werfen. Auch das Miteinander im Netzwerk, das offene Austauschen, Mittragen, füreinander Beten kann hier eine wertvolle Hilfe sein. Sehr befreiend ist es außerdem, Schuld auszusprechen und vergeben zu bekommen. Selber Vergebung zuzusprechen. Diese Last loszuwerden und Bitterkeit loszulassen. Vor dem Kreuz Jesu Christi und im Vertrauen auf ihn, neue Schritte zu wagen. Loslassen bedeutet nämlich gerade nicht, frustriert und resigniert aufzugeben, sondern neue Möglichkeiten zu ergreifen. Zur rechten Zeit Ballast abzuwerfen und sich auf einen neuen, erleichterten Weg einzulassen.

Nicht nur Johanns Daub ermutigte uns dazu und war zugleich selber ein gutes Beispiel, sondern auch die schöne Idee, in einem Bastelangebot am Nachmittag einen kleinen Schuh aus weichem Leder zu fertigen, führte uns bildhaft vor Augen, den ersten Schritt mit einem „neuen Schuh“ zu wagen. Pastor Peter Krusemark (EFG Siegen-West) griff in seiner Schlußandacht und dem Reisesegen den Gedanken des Loslassens noch einmal auf. Am

Beispiel von Abraham, der seine Heimat und Familie verließ und aufbrach, zeigte er auf, dass Loslassen auch bedeutet, empfangen zu können. Abraham war so bereit, sich segnen zu lassen und ein Segen zu sein. Ein Blick in den Christhymnus des Philipperbriefes unterstrich diesen Gedanken, was Jesus Christus aufgegeben hat. Dass er sich für uns hingegeben hat, alles losgelassen hat. Und so zu einem Segen für jeden geworden ist, der sich ihm anvertraut. Diese Ermutigung konnten wir für uns mitnehmen, im oft schmerzhaften Loslassen durch Krankheitseinschränkungen selber gesegnet zu sein und sogar zu einem wohltuenden Segen für andere Menschen zu werden.

Dr. Andrea Wiedner