

## Tachchen, neues Jahr!

Manchmal sitzt man in der S-Bahn und ist mit den Gedanken ganz woanders.

- Ein wenig träumen! -

Sorglos abheben!  
Ins Neue Jahr hinüberfliegen - möglichst weit!  
Unbeschadet und sicher landen!

Mut braucht es, um abzuheben am Schanzentisch, Training und eine gute Technik, aber auch günstige Winde.

„Sorglos abheben“, war in einer südlichen überregionalen Zeitung eine Bildüberschrift zum Start der Vierschanzentournee.

Das Foto zeigte einen Skispringer fast in den Wolken vor einem Alpenpanorama.

Nicht nur beim Ski-Springen kommen die am weitesten, die ihre Gedanken hinter sich lassen können.

Sich lösen können von den schweren Gedanken, den Gedanken, die einen Absturz und Scheitern ausmalen. Sie lassen einen nachts nicht mehr einschlafen, falls man wach geworden ist. Sie legen einen Schleier um die klaren Gedanken und Ziele, die man hatte.

Wie im „Stand-by-Modus“ erlebt man die Welt um sich herum.

Wem es gelingt, schwere Gedanken hinter sich zu lassen, kann fliegen, kann sorglos abheben und sei es für einen Augenblick.

Imagination nennen Psycholog:innen dies und trainieren es mit Belasteten, in der Trauer gefangenen und traumatisierten Menschen.

Was einem alles in der S- Bahn durch Kopf, Herz und Seele gehen kann.



(Foto: Silvia Jilg)

Die S-Bahn ist kaum zu sehen. Am unteren Bildrand fährt sie Richtung Bahnhof.  
Deutlich wahrzunehmen aber sind die Misteln in der Baumkrone vor dem blauen Himmel über der S-Bahn-Trasse.

Misteln sind Lebenselixier, symbolisieren ungebremste Heilkraft, ja Unsterblichkeit, sowie Freiheit der Gedanken.

An die Haustür gehängt, sollen sie Bedrückendes und Böses abwehren.

Als Heilkraut senken sie den Blutdruck.

Misteln sind für Leib und Seele heilsam.

Wer sich unter dem Mistelzweig küsst, auf die wartet eine gute Zukunft, heißt es, vielleicht weil dann die Liebe gewinnt.

Psalm 94 sagt über den Umgang mit Sorgen (Ps 94, 18+19):

„Wenn ich dachte: „Mein Fuß verliert den Halt!“ Dann hat deine Güte, Herr, mich gestützt.  
Als viele Sorgen mich im Inneren bedrückten, hat dein Trost mich wieder froh gemacht.“

Gehen wir mit frohem Mut ins Neue Jahr.

Seid behütet Tag und Nacht.

Liebe Segensgrüße fürs Neue Jahr

Christian Fischer