



## Du stellst meine Füße auf weiten Raum

Einen Schritt vor den anderen setzen. Gehe ich meine Spazierstrecke heute im Uhrzeigersinn, oder dagegen? Habe ich eine Vereinbarung zum Spaziergang oder bin ich alleine unterwegs?

Gehe ich entlang von Straßen oder über Feld- und Waldwege?

Viel gibt es im derzeitigen Lockdown nicht zu entscheiden, was meine Freizeitaktivitäten angeht. Aber ein Spaziergang gehört doch fast an allen Tagen dazu. Und treffen Winterwetter mit Schnee und Sonnenschein aufeinander, dann wimmelt es überall nur so von spazierenden Menschen. Denn was sollen wir auch anderes tun? Zwischen Home Office, Home Schooling, Einkauf und Haushalt heißt es für viele „raus an die frische Luft“. Den Kreislauf in Schwung bringen und das Tageslicht ausnutzen. Lesen, spielen, Telefonate und mediale Unterhaltung können auf die Zeit nach dem Sonnenuntergang verschoben werden. Warm und wetterfest angezogen sind die ersten Schritte noch mühsam. Doch bald habe ich beim Laufen einen Rhythmus gefunden und halte nur an, wenn es etwas zu entdecken gibt: Tierspuren im Schnee, Vögel, die den Frühling herbei zwitschern wollen oder be-

sondere Lichtstimmungen, die ich dann fotografiere.

Und so lasse ich den Alltag für die Zeit meines Spaziergangs hinter mir und tauche ein in die Natur meiner Umgebung. Lass mir den Kopf und die Gedanken frei pusten und spüre den Winter in meinem Gesicht. Später zeugen meine roten Wangen davon, dass ich draußen unterwegs war und der Kaffee oder Kakao am Nachmittag schmeckt gleich doppelt so gut.

„Du stellst meine Füße auf weiten Raum“ heißt es in Psalm 31,9 und in meinen Gedanken erklingt dazu das Lied von Clemens Bittlinger, das Sie unter diesem Link anhören können:

<https://youtu.be/gFQy-oX11c0>

In den Strophen wird der negativen Situation immer direkt die positive Situation wie ein Zuspruch entgegen gesungen. Enge und Weite, das Trübe und die Klarheit, Leere und Fülle. „Gott so kommen wir, hier und jetzt zu dir.“ All das, was wir gerade als negativ empfinden, kann durch Gottes Zuspruch ins positive gewendet werden. Gottes Liebe erweitert unseren Horizont und lässt uns mit unseren Füßen den weiten Raum erkunden, den wir hier auf Erden zur Verfügung haben. Ein ermutigendes Bild, derzeit gehen meine Füße viele Wege, die ich schon kenne und die in meiner näheren Umgebung liegen. Doch der Raum wird sich nach und nach wieder erweitern, auf Wege am Meer, in den Bergen und in Städten die ich besuche. „Du stellst meine Füße auf weiten Raum“, ich kann entscheiden, in welche Richtung ich gehe. Und das Beste daran: Auf all unseren Wegen ist Gott mit dabei.

Bleiben Sie behütet auf allen Ihren Wegen.

Kreisjugenddiakonin Inga Kießling  
Fehngemeinden und Apen/Augustfehn

Redaktion: Stephan Bohlen (Edeweicht)