Seelsorgebereich
Bamberger Osten

Fastenzeit 2021

6 Tasten

Fühlen – Tasten aber auch Fühlen – Gefühl

Mein erster Gedanke war: Zum Fühlen benötigen wir unsere Finger! Aber das ist sehr klein gedacht. Wir tasten und fühlen mit unserer ganzen Haut, mit unseren Füßen, mit unserem ganzen Körper.

Ob es zu kalt oder zu warm ist, der Weg eben oder holprig ist, ob wir noch barfuß am Strand laufen oder schon im Wasser stehen und ob wir gerade gestreichelt oder geschlagen werden – all das und vieles mehr können wir fühlen.

Obwohl das Fühlen sehr vielfältig ist, ist dieser Sinn aber am wenigsten erforscht, er ist das Stiefkind unter unseren Sinnen. Dabei beweisen vor allem Studien mit Neugeborenen, wie wichtig Berührungen für das menschliche Wohlbefinden sind.

Seit einem Jahr, seit Ausbruch dieser Pandemie, müssen wir alle auf Soziale Nähe verzichten. Kein Händeschütteln zur Begrüßung, keine herzliche Umarmung, kein liebevolles In-den-Arm-nehmen, kein aufmunterndes Drücken, kein wärmendes Hand-halten. Anstatt Nähe zu unseren Familien, Freunden und Liebsten nur noch social distancing – alles zum Schutz für unsere Mitmenschen und für uns.

Doch die meisten von uns sehnen sich nach Berührungen und Zärtlichkeit, nach diesem Fühlen und Be-greifen.

Denn dieses Fühlen ist nicht nur etwas oberflächliches, nein es löst auch etwas in uns aus, das wir nicht greifen, nicht ertasten können – es sind die Gefühle und Emotionen, die wir bei einer Berührung empfinden, mit ihr verbinden und die doch so „unfassbar“ sind.

Berührungen der Haut können auch unser Innerstes anrühren, gehen unter die Haut, gehen tief in uns hinein.

Hautpflege ist Beziehungspflege.

Dünnhäutig zu sein ist kein Mangel, sondern die Bereitschaft, dass wir uns etwas unter die Haut gehen lassen. Dazu gibt es viele Anknüpfungspunkte:

In der Nähe:
Manchmal erkennen wir bei unserem Partner unserer Partnerin nicht, was ihn/sie bedrückt, was er/sie mit sich „herumträgt“, eine Erkrankung, eine Sorge, eine innere Verletzung. Das passiert uns auch mit Familienmitgliedern, mit Freunden, wenn wir sie nur oberflächlich betrachten.

In der Ferne:
Gerne würden wir uns abschirmen, uns ein dickes Fell zulegen, vor den Meldungen aus Krisengebieten und Flüchtlingslagern, bei Naturkatastrophen und Unfällen.
Der Eine oder Andere fühlt sich überfordert von all den Eindrücken, Nachrichten, Meldungen, die auf ihn eindrängen und eindringen. Doch wir sollten sie, vielleicht dosiert, in uns einlassen, uns berühren lassen.

Nutzen wir die Fasten-Zeit für Wachsamkeit und Offenheit!
Lassen Sie uns dünnhäutig werden, gefühlvoll, empathisch, sensibel.

Christa Böhmer und Karl Martin Leicht

Sie finden unseren wöchentlichen Impuls jeden Mittwoch

- als Auslegeblatt in unseren Kirchen
- auf unseren Websites
- als Video auf Facebook und Instagram

www.sb-bamberger-osten.de