

## **Andacht Ostseeman 2022 (von Norbert Siemen)**

Guten Morgen! Nicht mehr lange und er beginnt, der 20. Ostseeman-Triathlon. Schwimmen, radfahren, laufen – große Herausforderungen warten auf Euch. Die Anspannung steigt, aber auch die Freude, dass es losgeht, endlich. Vielleicht kann man jetzt noch einmal ganz ruhig werden, sich noch einmal besinnen – auf den Wettkampf, auf das Ziel – klar, man möchte es schaffen, ganz gleich, was man sich vorgenommen hat. Einfach nur ankommen oder seine bisherige Bestzeit unterbieten oder ganz oben auf dem Treppchen stehen. Für manch eine und einen ist der Weg schon das Ziel. Wie auch immer. Es wird einem viel abverlangt werden. Es wird einem nichts geschenkt. Aber: Ihr habt es so gewollt. Ihr seid so frei. Ja, frei. Vielleicht ist das ja auch eine Motivation, dieses Gefühl der Freiheit, alles um sich herum loslassen zu können und sich nur auf sich selbst zu konzentrieren, auf seinen Atem, seine Bewegung, seinen Körper, sein Inneres. Einfach nur in sich selbst hineinhorchen. Manchmal muß man Strapazen auf sich nehmen, um frei zu sein oder sich frei zu fühlen. Aber es lohnt sich, muß sich lohnen, ansonsten würdet Ihr diese Strapazen ja wohl kaum auf Euch nehmen. Ja, frei zu sein ist anstrengend, im kleinen wie im großen. Eigentlich ja auch widersprüchlich, paradox, sich gerade dann frei zu fühlen, wenn man sich ganz besonders verausgabt. Schon verrückt. Ja, die Maßstäbe werden verrückt.

Das macht übrigens auch den Glauben aus. Bei Gott gelten nicht die Maßstäbe, mit denen wir Menschen einander messen, früher in Poesiealben zu lesen: „Kannste was, dann wirste was. Wirste was, dann haste was. Haste was, dann biste was.“ Nein, wir sind schon wer, von allem Anfang an. Von allem Anfang an sind wir geliebt – von Gott. Ich muß nichts leisten, um wer zu sein. Ich bin schon wer, ohne mein Zutun. Das glaube ich. Ich bin so frei. Und das wünsche ich Euch auch, diese Zuversicht. Also bleibt – bei aller Anstrengung und bei allem Ehrgeiz – gelassen. Genießt den Wettkampf, das Dabeisein, die Atmosphäre. Und lasst Euch tragen von den vielen Zuschauenden und Mitfühlenden, Familien und Freunden, von allen, die an den Strecken stehen und Euch lautstark oder im Stillen aufmuntern und anfeuern. Möget Ihr bewahrt und behütet bleiben.

In der Kirche bekommt man dafür den Segen Gottes mit auf den Weg. Und auch Euch möchte ich den Segen mit auf den Weg geben, mit Worten eines altirischen Segens:

Mögen sich die Wege vor deinen Füßen ebnen,  
mögest du den Wind im Rücken haben,  
möge die Sonne warm dein Gesicht bescheinen,  
möge Gott seine schützende Hand über dich halten.

Amen.