

Überlebenswichtig

Gerrit Mathis

Das Wichtigste ist: Nichtstun. Lese ich in einer Notfallanleitung für Bergwanderer. Wenn etwas passiert ist, dann zuerst unbedingt nichts tun. Zehn Sekunden lang.

Klingt nach wenig, bis man es macht. Dann werden es vermutlich die zehn längsten Sekunden, die man je erlebt hat. Und möglicherweise die wichtigsten. Weil sie darüber entscheiden, ob ich einen klaren Kopf kriege und dann rational abwägen kann, was ich tatsächlich wirkungsvoll tun kann, oder ob mich die Panik packt und ich kopflos irgendwas tue, das entweder nicht hilft oder alles nur noch schlimmer macht.

Das werden sehr harte zehn Sekunden, aber ich glaube, es lohnt sich nicht nur da: Wenn mich etwas umhaut, aus der Bahn wirft, schockiert, dann stillzuhalten. Und wenn ich mich dazu zwingen muss. Damit ich danach gute Entscheidungen treffen kann. Ob bei einem Unfall zuhause oder im Verkehr. Ob es eine Todesnachricht ist oder eine Kündigung. Ich würde ergänzen: Und schmeiß Gott einen Satz vor den Kopf: „Halt mich jetzt!“ Ich glaube, er wird es tun.

radio m lebt von Spenden. Wir freuen uns auf Ihre Unterstützung!

Evangelische Bank Kassel
IBAN: DE75 5206 0410 0000 4162 40
BIC: GENODEF1EK1