

Weg-Wort vom 19. Juni 2023

Wir wünschen Ihnen einen guten und gesegneten Tag!
Die Seelsorger und Seelsorgerin der Bahnhofkirche

*Das Weg-Wort –
Werktagsgedanken aus der Bahnhofkirche Zürich*

Bahnhofkirche
Postfach, 8021 Zürich
Tel. 044 211 42 42
info@bahnhofkirche.ch
www.bahnhofkirche.ch
PC 87-330962-2

Barfuss

Laufen Sie gerne barfuss? Die warmen Temperaturen laden zurzeit ein, hin und wieder die Schuhe beiseite zu legen. Gut zu wissen: wer barfuss läuft, unterstützt seine Gesundheit positiv. Denn der Verzicht aufs Schuhwerk sorgt dafür, dass beim Laufen die Durchblutung angeregt wird, was wiederum den Stoffwechsel in Schwung bringt. Ganz nebenbei werden Bänder und Sehnen und natürlich auch die Fussmuskulatur gestärkt.



Quelle : pixabay

In den Religionen spielt das Barfusslaufen aus anderen Gründen eine wichtige Rolle. Ich denke da zum Beispiel an den berühmten Hindu Mahatma Gandhi,

der sich zu einem Leben in Einfachheit und Armut entschied und deshalb keine Schuhe mehr anlegte. Oder auch an Mose, der seine Schuhe auszog, um sich ehrfurchtsvoll dem brennenden Dornbusch zu nähern. Mir kommen auch die Barfüsserorden in den Sinn, die im 12. Jahrhundert entstanden. Ihre Anhänger trugen keine Schuhe, um so ihren Willen zur Armut und Demut zu demonstrieren, und daran zu erinnern, dass Jesus einst seine Jünger dazu aufgefordert hatte, ohne Schuhe loszuziehen (Mt 10,10).

Eine weitere Tatsache berührt mich ganz besonders und macht das Barfusssein für mich zugleich auch zu etwas Spirituellem. Auf jeder Darstellung, die Jesus nach seiner Auferstehung zeigt, ist er barfuss abgebildet. Es scheint, im Himmel brauche es keine Schuhe. Und so werde ich heute, wenn ich Feierabend habe, meine Schuhe ausziehen und barfuss nach Hause gehen. Nicht nur, um meine Gesundheit zu stärken. Nein, mich wird der Gedanke begleiten, dass ich zwar mit beiden Füßen den Boden berühre, aber dass ich barfuss eine ganz besondere Verbindung nach oben habe.