

Ich möchte mich zuerst einmal für alle Gebete, Nachrichten, Anrufe und Grüße auch während der Zeit in der Reha bedanken. □

Nachdem am Karfreitag hier (ganz normal) Behandlungen stattgefunden haben, bin ich also für das Bewegungsbad um 10Uhr eingeplant gewesen. Ich finde das höchst effektiv und relativ anstrengend. Unser Turbotrainer kommt dabei aber auch schon mal mit einem Lächeln in Schwimmhalle und fragt: „Habt ihr euch schön warm gemacht? Nein, also dann nehmen wir uns an der Hand und bilden einen Kreis im Becken und laufen in eine Richtung los. Am besten so schnell dass in der Mitte ein Strudel entsteht.“ Er freut sich sichtlich, wenn wir es tatsächlich probieren und dabei wie angestochen durchs Becken zu rennen versuchen.

Wir machen dabei echt anstrengende Übungen gegen den Wasserdruck. Natürlich ist man im Wasser leichter, aber das ausgestreckte Bein aus dem Wasser zu heben, wenn man bis zur Brust im selbigen steht ist hart. Absaufen ist da vorprogrammiert, denn der Gleichgewichtssinn wird durch das Wasser nicht verbessert, bei mir zumindest nicht. Arme und Beine Kreisen und Streck sprung aus dem Wasser oder der „Tanz mit der Poolnudel“ sind unsere Übungen.

Da ich ja nun für die 10:00Uhr-Einheit geplant war, gab es eine Terminkollision mit dem Gottesdienstbeginn in der feg Bad Rappenau zum dem ich gerne gehen wollte. So bin ich zu unserem Trainer und Bademeister gegangen und habe ihm meinen Plan erläutert eine Stunde früher zum Bewegungsbad zu gehen. Er war einverstanden, da er an dem Tag sowieso jedes Training betreut. Was ich überhört hatte war, dass die 09:00Uhr Einheit „Bewegungsbad für Frauen nach Brust-OP“ hieß. Die Quote war 25:1.

Nach dem Gottesdienst und dem Mittagessen habe ich mich zu einer Einheit Pro Fit Fitnesstraining hinreißen lassen. Gleicher Trainer, gleiches Lächeln und der Satz: „Sie kennen Zirkeltraining wahrscheinlich nur aus der Schule. Ich erkläre es Ihnen.“ Ich habe vermutet, dass es sich um ein leichtes Bewegungstraining am Nachmittag vom Karfreitag handelt und wir etwas am Terraband oder so üben. Zirkeltraining ist zum Schwitzen da. 8 Stationen, Terraband, Hanteln, Gehegeturnen, Peziball, Stepper, Bodenübungen, Medizinball und Gleichgewichtsübungen. Zuerst waren es 30 Sekunden pro Station mit 30 Sekunden Pause und das war eine Runde zum Aufwärmen. Anschließend waren es 45 Sekunden Pro Station mit 30 Sekunden Pause. Ganz ähnlich wie beim Stuhltanz zum Kindergeburtstag, solange die Musik läuft Sport machen und dann wechseln. es war extrem anstrengend aber es hat auch echt Spaß gemacht. Das die Stationen im Kreis aufgebaut werden, ist auch das einzige, was Zirkeltraining mit Geo zu tun hat.

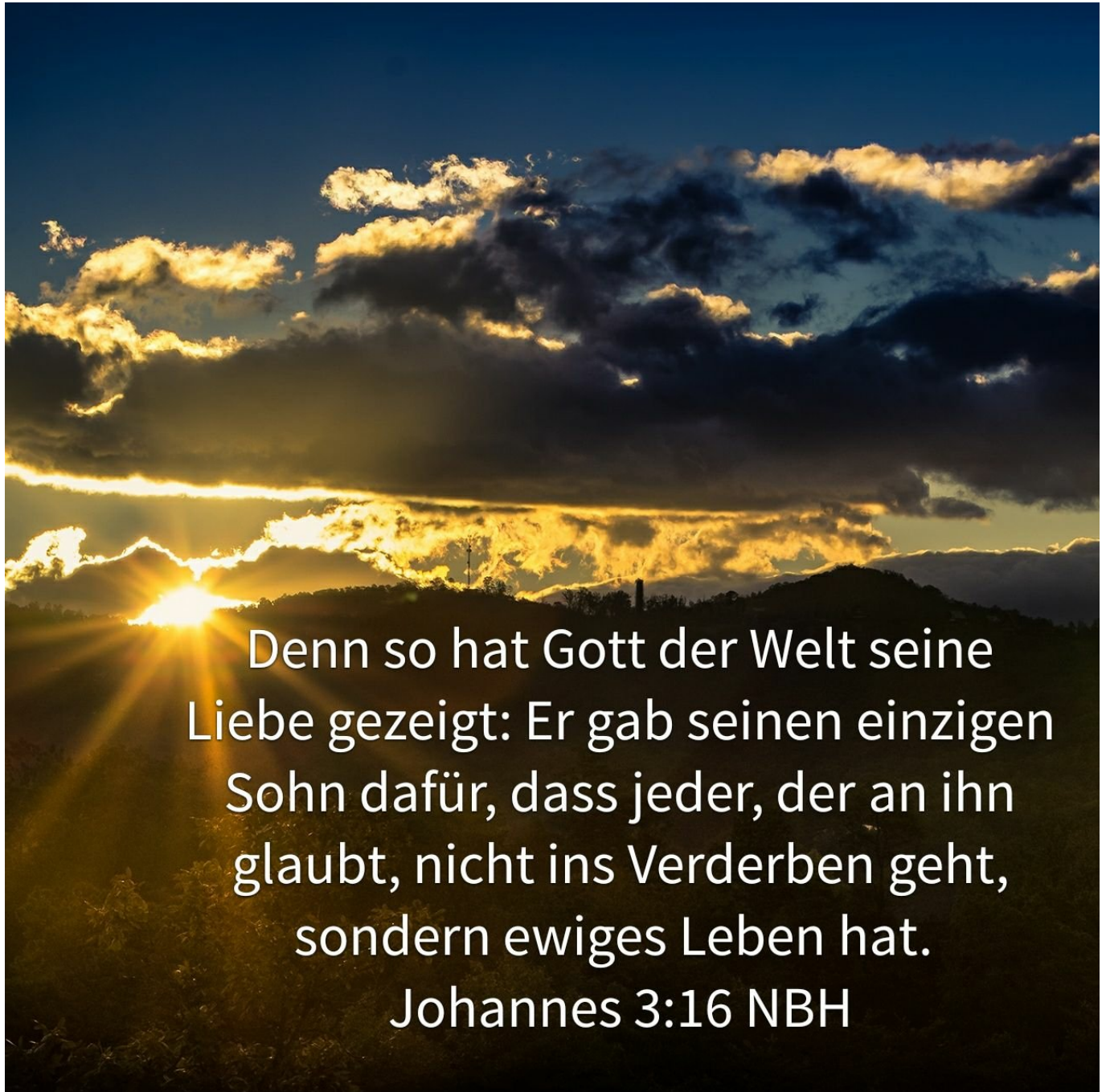
Morgen ist aber Ostersonntag und da ist dann echt frei. Keine Trainings aber Gottesdienst und dann chillen. Am Ostermontag geht's aber dann direkt wieder los, morgens sportliche Einheiten und Abends dann die „Pflichtveranstaltung“ Musik- und Humorthherapie mit CA Dr. Peter Trunzer. Die Suchmaschine gibt dazu einiges an Informationen Preis. Da Herr Dr. Trunzer selbst Krebspatient gewesen ist und damit im Bilde ist, wie sehr sich Menschen verändern, weiß er auch, dass Humor wahrscheinlich auch ein ganzes Stück zur Heilung beiträgt.

Der Themensprung vom Humor zum Kreuz auf Golgatha ist recht schwierig oder unmöglich, deshalb mache ich es eiskalt.

Morgen ist Ostern. An Ostern starb vor gut 2000 Jahren der Herr Jesus Christus -Gottes einziger Sohn- für unsere Schuld am Kreuz. Er war komplett unschuldig und wurde trotzdem echt schmerzhaft hingerichtet. Er hat es sogar vorher gewusst und hat selbst seinen eigenen Verräter nicht davon abgehalten. Er ist auch nicht in die neutrale Schweiz geflüchtet oder hat Feuer vom Himmel fallengelassen. Er hat das aus purer Liebe getan, um einen Weg zurück zu Gott zu schaffen, für uns. Hallo? Am Ende war er von allen verlassen. Alle haben ihn verlassen, auch der gerechte Gott selbst. Es gab nur noch wenige Freunde und geheilten Menschen die dann da waren.

Er hätte vom Kreuz heruntersteigen können, hat es aber aus Liebe zu uns nicht getan. Super oder?

Jesus Christus hat die gesamte Schuld der Menschheit und alles andere ans Kreuz getragen und ist dafür gestorben, denn das alte Gesetz sieht vor, dass es ein reines und makellooses Opfer sein musste. Das war ER. Zum Glück ist er wieder auferstanden und ist zu seinem Vater zurückgekehrt. Vorher hat er sich noch seinen Jüngern und Anhängern gezeigt, Gemeinde gegründet, Menschen los geschickt und Christenverfolgung vorausgesagt. Das ist das Fest, was wir Christen an Ostern feiern. Genießt es, es ist ein Privileg für den Menschen zu Gott gehen zurückgehen dürfen, das haben wir uns weder erarbeitet noch verdient.



Denn so hat Gott der Welt seine  
Liebe gezeigt: Er gab seinen einzigen  
Sohn dafür, dass jeder, der an ihn  
glaubt, nicht ins Verderben geht,  
sondern ewiges Leben hat.

**Johannes 3:16 NBH**

Denn so hat Gott der Welt seine Liebe gezeigt: Er gab seinen einzigen Sohn dafür, dass jeder, der an ihn glaubt, nicht ins Verderben geht, sondern ewiges Leben hat.

Johannes 3:16 NBH