

Erdung

In vielen Häusern werden die Stromleitungen und -kästen neu gelegt. Als ich meinem Sohn und dem Elektriker zuhörte fiel der Satz: „Und wo muss ich erden?“

Erdung... beim Stromverlegen ist es dieses gelb-grüne Kabel, das dafür sorgt, dass keine Überspannung entsteht. Es leitet in die Erde ab.

Erdung... Wie oft habe ich mir schon gedacht, dieser Mensch ist gut geerdet... ohne groß darüber nachzudenken. Ich fühle mich gut geerdet, wenn alles im Gleichgewicht ist, wenn es mir gut geht, ich ausgeglichen und entspannt bin.

Dabei bedeutet dieses Wort „Erdung“ aber, dass ich auch dann noch funktioniere, wenn ich eine Überspannung erlebe. Erdung... wenn also der Blitz einschlägt, geht nicht gleich alles kaputt...vielleicht ein gutes Bild für die Funktionsfähigkeit in schwierigen Situationen. Man sollte in guten Zeiten für Erdung sorgen, damit Einschläge einen nicht komplett aus der Bahn werfen...

Doch: Wie schaffe ich mir gute Erdung?

Mich erdet meine Familie. Der Zusammenhalt, die gute Beziehung ist für mich Puffer in allen Lebenslagen. Mich erden meine Haustiere. Die Kuscheleinheiten nach Feierabend und die Fürsorge dieser kleinen Lebewesen entspannen mich. Mich erdet ein gutes Buch. Die Zeit dafür zu nehmen und in andere Welten eintauchen – Phantasie! Mich erdet ein Ausflug in die Natur....

...und es gibt noch viele Möglichkeiten.

Sorgen sie für sich! Ihre Gemeindereferentin Sabine Dettinger

