

Impuls

Aufatmen

Wann haben Sie das letzte Mal so richtig aufgeatmet? Wann haben Sie das Leben so richtig in sich gespürt? Im Urlaub oder vielleicht beim letzten Ausflug?

Mir ging es so, als ich wegen einer bestimmten Sache, die mir große Sorgen bereitete, zum Arzt ging. Nachdem der Arzt viele Untersuchungen gemacht hat, erklärte er mir schließlich, woher meine Beschwerden kamen und sagte mir, dass ich völlig gesund sei. Da habe ich innerlich ganz tief aufgeatmet und mich so leicht und unbeschwert gefühlt, wie ich es als Kind oft tat.

Merkwürdig, dass wir, wenn wir Erwachsenen werden das fröhliche unbeschwerte Herz verlieren, dass wir als Kinder noch besaßen.

Im Buch der Sprüche steht, dass ein gelassenes Herz Leben für den Leib ist (Spr 14,30a).

Und wenn diese Gelassenheit Leben bedeutet, sollten wir dann nicht unsere Sorgen ganz in Gottes Hände legen und darauf vertrauen, dass er es wohl macht?