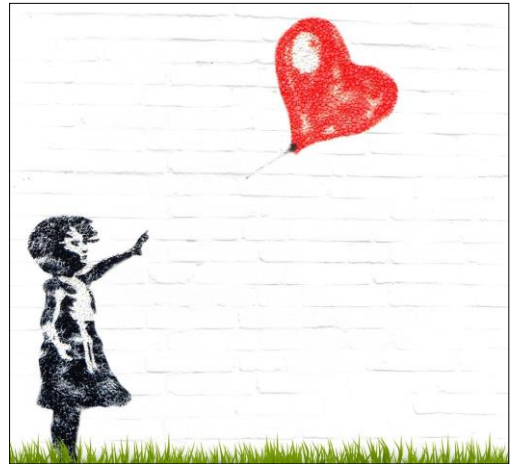


Ein Gedanke

Loslassen – ein Thema, das sich durch alle Lebensbereiche zieht. Aus gegebenem Anlass ist es für mich gerade recht groß. Ein Arbeitsplatzwechsel nach 28 Jahren, von mir gewünscht und in die Wege geleitet, von Gott geführt. Aber das Vertraute (Kollegen, Patienten) und auch die Sicherheit, die dieser Job hatte, loszulassen, erweist sich als echte Herausforderung. Und so sehr ich mich auf die neue Aufgabe und die besseren Arbeitszeiten freue, ist da auch ein Verlust und Schmerz.

Egal, ob es große oder kleine Dinge sind, die uns beschäftigen und unseren Alltag füllen. Immer wieder ist es dran, Dinge, Sorgen oder Situationen bewusst loszulassen: z.B. Kinder, wenn sie sich morgens auf den Schulweg machen; Kinder, die wegziehen zu FSJ, Ausbildung, Studium; Sorge um die Eltern oder Schwiegereltern; die To-do-Liste, die obwohl sie aufgeschrieben ist durch den Kopf kreist; Unsicherheit am Arbeitsplatz; Umzug; alte Gemeinde, ... Die Liste lässt sich beliebig fortführen. Was kann Dir und mir helfen loszulassen?

Hinschauen, wahrnehmen, benennen, aktiv vor Gott legen (z.B. aufschreiben, ein Stein benennen und wegwerfen, mit jemandem reden und beten,...) Oft ist es ein Prozess und es gelingt nicht immer aufs erste Mal. Manche Dinge müssen immer wieder losgelassen werden und manchmal scheitern wir. Aber wenn wir es schaffen – dann ist da Freiheit, Frieden, Platz für Neues.



Ein Wort

Steine zerstreuen hat seine Zeit wie auch das Sammeln von Steinen. Umarmen hat seine Zeit, wie auch das Loslassen. *Prediger 3,5 (NL)*

Eine Idee meditieren (nachsinnen) – einen Text abschreiben

Haben Sie einen Vers aus der Bibel, der Ihnen gefällt oder besonders wertvoll ist?

Wie wäre es, ihn einmal zu „meditieren“, d.h. darüber nachzusinnen? Keine Sorge, das haben selbst Martin Luther oder Dietrich Bonhoeffer getan. Holen Sie „Ihren“ Bibelvers hervor und schreiben ihn einfach mal mit der Hand ab. Sie können ihn „schön“ schreiben, einzelne Worte besonders hervorheben oder gestalten, usw. Lassen Sie sich Zeit. Sie müssen dabei niemand etwas beweisen oder gar etwas „Vorzeigbares“ produzieren! Bleiben Sie beim Schreiben ganz beim Text, murmeln Sie die Worte immer wieder vor sich hin. Was bewegt sich dabei in Ihnen? Kommen Sie doch mit dem Autor dieser Worte, mit Jesus Christus, ins Gespräch! Was wollen Sie ihm sagen? Was ihn fragen? Wenn Sie den ganzen Text geschrieben haben, sprechen Sie ihn noch einmal laut und langsam. Vielleicht wollen Sie ihn auch auswendig lernen.

Solches Schreiben ist sicher ungewöhnlich, hilft aber, Wort für Wort sorgfältig wahrzunehmen und zwar körperlich mit Augen, Mund, Ohren und Hand – und am Ende vielleicht auch mit dem eigenen Leben.

Ein Termin

In den kommenden Tagen feiern viele Christen Erntedank. Für wen oder was bin ich dankbar? Wofür möchte ich Gott in den nächsten Tagen bewusst Danke sagen? Und bei wem könnte ich mich persönlich bedanken für Dinge, die er/sie tut?

Dank an

Gedanke: Alexandra Stanger aus Bad Liebenzell-Monakam. / Idee: Ute Kolewe aus Schwaigern-Stetten.

Das Kleingedruckte

Weitere Informationen zur FrauenMail finden Sie unter <http://frauenmail.lgv.org>

Wenn Sie die FrauenMail nicht mehr erhalten möchten, schreiben Sie bitte eine Mail an frauenmail@lgv.org - Betreff: Austragung Newsletter.

Die Rechte an den geistlichen Impulsen der FrauenMail liegen beim Liebenzeller Gemeinschaftsverband.

© FrauenMail-Team (Redakteurin: Alisa Ott)