

Nichts verpassen



Impuls

Immer wieder habe ich das Gefühl, dass ich im Leben etwas verpassen könnte – kennst du das auch? Es gibt tausend Dinge, Optionen und Möglichkeiten die unsere Sehnsüchte und Wünsche stillen wollen oder sollen:

- WhatsApp-Nachricht – ich muss sofort lesen, wer geschrieben hat, sonst könnte ich ja eine wichtige Info verpassen.
- Serie – wenn ich jetzt nicht weiterschau, dann muss ich tatsächlich schlafen, ohne zu wissen, wie es weitergeht.
- Angebot im Laden – wenn ich das nicht kaufe verpasse ich DAS mega Angebot.
- Urlaubsfotos – Kollegen schicken mir die neusten Fotos vom Urlaub und ich habe das Gefühl, alle erleben immer was Tolleres als ich.

Was einen da aufreibt und dir das Gefühl vermittelt, etwas zu verpassen ist FOMO. »Fear of missing out« wird mittlerweile als erste Social-Media-Krankheit bezeichnet. Die Abkürzung ist inzwischen so präsent, dass sie ins englische Oxford Dictionary aufgenommen wurde und eine eigene Wikipedia Seite besitzt. FOMO ist das Phänomen, dass man Angst hat etwas zu verpassen. Es ist die Angst, dass andere etwas erleben und du nicht dabei bist. Die Angst, dass du dich für das Falsche entschieden hast.

Doch FOMO ist kein neues Phänomen, sondern so alt, wie unsere Menschheit und ein Problem, mit dem sich schon Menschen in der Bibel herumgeschlagen haben: Adam und Eva (die ersten Menschen der Erde) hatten die Angst, sie könnten etwas verpassen, wenn sie nicht von der verbotenen Frucht im Garten essen, die sie scheinbar wie Gott werden lässt; König David hatte die Befürchtung er könnte etwas verpassen, wenn er mit der wunderschönen Frau von nebenan nicht im Bett war; und so weiter. Scheinbar kommen wir Menschen immer mal wieder an einen Punkt, an dem wir die Angst haben etwas verpassen zu können.

Doch gibt es einen Weg mit diesem unguuten Gefühl, ja dieser Angst fertig zu werden?

Ich denke ja! Ein entscheidender Punkt ist die Zufriedenheit: Wo du das Gefühl hast andere haben es besser als du, bist du mit deiner Situation unzufrieden. Wo du die Angst hast etwas zu verpassen, erfüllt dich nicht das, was du hast oder erlebst. Es könnte ja noch mehr auf mich warten. Ich könnte ja noch mehr haben oder erleben...

Lass dich davon nicht geißeln! Lerne zufrieden zu sein mit dem, was du hast! Lerne für das dankbar zu sein, was du erlebst, denn genau dafür beneidet dich wieder jemand anderes. Wegen dem was du erlebst, hat jemand anderes die Angst, er könnte etwas verpassen...

Und vielleicht kannst du statt der Angst etwas zu verpassen, auch zu der Freude gelangen, dass dein Leben sich endlich mal langsamer dreht: JOMO »Joy of missing out«.



Das gute Wort aus der Bibel

»Seid zufrieden mit dem, was ihr habt. Denn Gott hat uns versprochen: »Ich lasse dich nicht im Stich, nie wende ich mich von dir ab.« Deshalb können wir voller Vertrauen bekennen: »Der Herr hilft mir, ich brauche mich vor nichts und niemandem zu fürchten.« (Hebräer 13, 5+6)



Der Witz

Mann zum Anwalt: »Wie hoch ist Ihr Honorar?«

Anwalt: »1000 Euro für 3 Fragen«.

Mann: »Wirklich? Ist das nicht ein bisschen zu teuer?«

Anwalt: »Ja, das stimmt. Was ist Ihre dritte Frage?«



Dank an...

Impuls: Daniel Koch (Heidelberg); Bild: www.bilderbox.com

Das Kleingedruckte

Weitere Informationen zur MännerMail finden Sie unter <http://www.maennermail.de>.

Sie wollen die MännerMail empfehlen? Klasse! Interessierte können die Männermail durch Anmeldung über oben genannten Link beziehen. Wenn Sie die MännerMail nicht mehr erhalten möchten, schreiben Sie bitte eine Nachricht an maennermail@lgv.org - Betreff: Austragung Newsletter. Die Rechte an den geistlichen Impulsen der MännerMail liegen beim Liebenzeller Gemeinschaftsverband. Sie können gerne unter Angabe der Quelle (MännerMail.de) und des Internetlinks (www.maennermail.de) zitiert werden. © MännerMail-Team