

Atmet auf und verschnauft einen Augenblick

Auf die Moin-Grüße folgen Verschnaufpausen. Das hier ist die erste.



(Karte von Stephanie Enrich)

Körper und Seele brauchen Verschnaufpausen bei all dem, was sie zu verarbeiten haben.

Die beiden Deichschafe auf dem Tandem zeigen wie es gehen kann. Entspannt sausen sie durch die Landschaft. Vorne strampelt eines und hinten nimmt eines die Hufe hoch.

Was ich wunderbar daran finde ist, dass trotz der unterschiedlichen Aufgabenverteilungen beide Schafe entspannt aussehen. In meiner Phantasie tauschen sie gleich die Plätze und weiter geht's.

Den meisten Menschen fällt diese Rollenverteilung deutlich schwerer. Das Leben genießen auf Kosten anderer, das schaffen wir gut. Uns für andere einsetzen und uns für andere abstrampeln, gelingt auch sehr vielen gut.

Aber dabei entspannt zu sein, fällt eher schwer. Und wenn Anerkennung für die Anstrengung ausbleibt, dann wachsen Frust und Zorn und das angenehme Miteinander ist Geschichte.

Wer hat gestrampelt während der Home-Office- und Home-Schoolingzeit?  
Wer die Füße hochgelegt?  
Wie oft wurde getauscht?

Vielleicht ist jetzt die Gelegenheit zum Wechsel oder es kommt jemand und ermöglicht es, alle Viere von sich zu strecken und trotzdem voran zu kommen.

"Helft einander die Lasten zu tragen, so erfüllt ihr das Gesetz, das Christus euch gegeben hat." so hat es der Apostel Paulus einmal zu Papier gebracht. (Gal 6,2)

Was bei Paulus hochtheologisch klingt, ist letztlich eine schlichte aber wesentliche Lebensweisheit.

Teilt Eure Lasten, dann gibt es Verschnaufpausen!

Und dass das im Sinne Gottes ist, ist doch eine Freude und auch eine Motivation.

Liebe Grüße und seid behütet Tag und Nacht.

Christian Fischer