

Atmet auf und verschnauft einen Augenblick.

Geht nicht? Euch ist gerade nicht danach? Dann schaut doch mal auf das Bild.



(Foto: Christian Fischer)

Ein wenig lädiert und die äußeren Umstände sind nicht gerade rosig, sondern eher steinig. Trotzdem - der Frosch hat es drauf und schafft sich einen Augenblick der Entspannung.

Sich nicht unterkriegen lassen - erst mal verschnauften.

Es ist ein Geschenk oder eine Kunst, sich auch unter widrigen Verhältnissen Verschnaufpausen gönnen zu können.  
Deshalb gefällt mir der Frosch in der Steinwüste so gut.

Aufatmen mit Blick aufs Meer oder die Berge fällt leicht, aber weder Meer noch Berge oder der entspannende Rosengarten sind immer zu Hand. Wenn um Euch herum mal mehr Steine als Rosen sind, dann nehmt doch mal dieses Bild zur Hand und sagt Euch:

Ich lasse mich nicht unterkriegen. Ich verschnaufe erst einmal und dann geht es los; auf in bessere Zeiten.

In Psalm 107, 4-5+9 kann man für solche Situationen Worte lesen, die Aufatmen lassen:

"Manche irrten umher in menschenleeren Wüsten. Sie waren durstig und hungrig, ihre Lebenskraft schwand dahin. Da riefen sie zum Herrn in ihre Not....  
Er hat sie erfrischt, als sie erschöpft waren und mit Gutem gestärkt, als sie Hunger hatten.

Seid behütet Tag und Nacht!

Liebe Segensgrüße

Christian Fischer