

14.05.2020 um 05:20 Uhr

hr1 ZUSPRUCH



Ein Beitrag von

Kathrin Wittich-Jung,

Evangelische Pfarrerin, Studienleiterin, Hofgeismar

Hündin Mara

Unsere Hündin Mara ist mit ihren 15 Jahren schon steinalt.

Es gibt Tage, da merkt man ihr das Alter an: Da schläft sie viel. Und zieht Körbchen oder Sofa dem ausgedehnten Spaziergang vor. Und wenn wir dann doch draußen sind, läuft sie wie eine Schnecke durch die Felder. Das sind die Momente, wo uns ihr Alter ganz deutlich vor Augen geführt wird.

Aber jetzt im Frühling ist alles anders:

Mara hüpf und springt und will spielen und toben.

Am liebsten sind wir im Wald unterwegs:

Über die Waldwege lässt es sich wunderbar rennen. Und auf die Baumstümpfe kann man total gut hüpfen – auch mit 15 Jahren. So albern und toben wir dann durch den Wald.

Ich glaube ja, dann hat Mara einfach ihr Alter vergessen – und ich auch. So manches Wehwehchen und meine Sorge um ihr Alter rückt dann in den Hintergrund.

Irgendwie schafft sie es, dass ich auch meinen Alltag und manche Sorge einfach kurz abgebe.

In den Momenten merke ich, wie wichtig es ist, im Jetzt zu leben. Und nicht nur mit sorgenvollem Blick nach vorne zuschauen.

In der Bibel sagt einer den Satz: „All Eure Sorgen werft auf ihn. Denn er sorgt für Euch.“ (1.Petrus 5, 6und7) Einfach die Sorgen mal abgeben – das tut gut.

Und sich von ihnen ablenken lassen. Mara ist eine Meisterin der guten Laune und der Ablenkung. Aber manchmal da müssen die Sorgen ausgesprochen werden. Und in andere Hände gelegt werden.

Mir hilft da das Gebet. Da sortiere ich meine Gedanken. Das geht ja auch beim Spaziergang.

Da spreche ich meine Sorgen vor Gott aus. Ich gebe sie so zu sagen an Gott ab. Das tut gut, weil ich weiß, dass er für mich sorgt. Und das befreit mich und gibt mir Kraft für meinen Alltag.

Gebet und Hundespaziergang sind für mich solche Kraftquellen im Alltag. Beide helfen mir, meine Sorgen nicht all zu mächtig werden zu lassen und irgendwie anders mit ihnen umzugehen. Ich vertraue darauf, dass sich schon eine Lösung finden wird.

Ich freue mich schon auf die nächste Runde im Wald mit Mara und mit Gott: Sorgen abgeben und aufatmen.