

30.09.2025 um 05:20 Uhr

hr1 ZUSPRUCH



Ein Beitrag von

Christine Findeis-Dorn,

Supervisorin/Coach DGSv, Wiesbaden, katholisch

Lose Enden

Beim Aufräumen bin ich über meinen Handarbeitskorb gestolpert. Ich könnte ihn auch nennen: den Korb der guten Vorsätze und unvollendeten Werke. Da schlummern Wollreste und ganze Knäuel in verschiedenen Farben, Nadeln in allen möglichen Größen. Angefangene Urlaubsprojekte, eine Tüte mit dem x. Versuch, Socken zu stricken und diverse Anleitungen. Lose Fäden überall.

"Wenn ich mal Zeit habe"

Solche losen Fäden gibt es aber nicht nur in meinem Handarbeitskorb. Angefangene Bücher auf dem Nachttisch. Unbeantwortete Briefe. Ungebügelte Wäsche. Und 1000 Ideen für „wenn ich mal Zeit habe“.

Alle diese losen Enden zerren an meinen Nerven. Sie vergrößern meinen „Mental load“, also meine gedankliche Belastung.

Da ich einigermaßen realistisch bin, weiß ich: Solche losen Enden werde ich nicht vermeiden können. Aber sie sollen weniger werden.

Aufräumen

Gedacht, getan. Der Handarbeitskorb wird erst einmal ausgeschüttet und überprüft: Was möchte ich wirklich fortführen und wozu hab ich überhaupt keine Lust mehr? Ungeliebte Projekte kann ich auftrennen, die Wolle verschenken oder im schlimmsten Fall wegwerfen.

Weiter geht es mit den Stapeln ungelesener Zeitschriften und halbgelesener Bücher. Welche interessieren mich überhaupt noch, welche haben sich schon überlebt? Und bevor ich das nächste Buch kaufe, denke ich an den Stapel, der noch auf mich wartet.

Am schwierigsten aber finde ich andere lose Fäden: das lange aufgeschobene Telefonat mit einem Freund nach schwierigen Begegnungen. Der Besuch bei einer alten Freundin, die immer dementer wird.

"Alles hat seine Zeit"

Ich überlege: Gibt es in der Bibel irgendeine Hilfe für solche Situationen?

Mir fällt das Buch Kohelet ein: „Alles hat seine Zeit“. Und ich denke weiter, was ich dort lese: „Anfangen hat seine Zeit - und beenden hat seine Zeit. Sich ausbreiten hat seine Zeit – und einsammeln hat seine Zeit.“ Und mit jedem aufgerollten Faden wird mir leichter ums Herz.