

23.01.2025 um 05:20 Uhr

hr1 ZUSPRUCH



Ein Beitrag von

Andreas Wörsdörfer,

Pastoralreferent, Katholische Pfarrei Dom St. Bartholomäus, Frankfurt am Main

Winterruhe

Letztens habe ich meine Mutter im Westerwald besucht. Es war einer der klaren, kalten Wintertage. Ausnahmsweise gab es mal keinen Stau auf der Autobahn und ich war früh dran. So konnte ich mir Zeit nehmen, um durch die Orte und Landschaften meiner Kindheit zu fahren. An diesem Wintertag habe ich alles ganz neu und intensiv erlebt.

Alles sah so klar und aufgeräumt aus

Die Wiesen kurz gemäht vom Herbst, die Felder abgeerntet und geackert, nur die kahlen Hecken und Obstbäume geben Struktur. Alles sah irgendwie klar und aufgeräumt aus.

Die Klarheit und Ruhe tat meiner Seele gut

Das hat mich so berührt, dass ich mein Auto abgestellt und einen Spaziergang durch die karge Landschaft gemacht habe. Diese Klarheit und Ruhe haben mir und meiner Seele gut getan.

Wann habe ich zuletzt die Jahreszeiten bewusst wahrgenommen?

Das war ein echtes Aha-Erlebnis, und ich frage mich: Wann habe ich eigentlich das letzte Mal die Jahreszeiten wirklich bewusst wahrgenommen? In einer Großstadt wie Frankfurt, in der ich jetzt lebe, geht mir das oft verloren.

Eins sein mit der Natur tut mir gut

Bei meinem Spaziergang auf dem Land – in der Natur - ist es mir bewusst geworden: Es tut mir gut, mich an der Natur, an den Jahreszeiten auszurichten. Und so zu entdecken, was in mir los ist. Die Klarheit suche ich gerade jetzt nach den Feiertagen und nach dem Start in den Arbeitsalltag. Und die Ruhe tut meiner Seele gut. Und wenn ich genau hinschaue, schwinge ich tief im Innersten genauso wie die Jahreszeit. Das habe ich auf meinem Spaziergang in der Natur erkannt. Ich will das öfter fühlen: eins sein mit der Natur.