

09.02.2026 um 05:20 Uhr

**hr1 ZUSPRUCH**



Ein Beitrag von

**Dr. Elisabeth Krause-Vilmar,**

Evangelische Pfarrerin, Bad Vilbel

## 40 Tage 2026

Heute ist der 40. Tag des Jahres 2026. Die ersten Wochen liegen hinter uns. Zum Jahresbeginn gab es viele gute Wünsche: Oft nur Gutes, wie Glück, Erfolg, Zufriedenheit. Doch eigentlich wissen wir, dass das Leben nicht nur aus hellen Tagen besteht.

### **Vom Streben nach mehr – wann reicht der Status quo wirklich aus?**

Einige haben auch Vorsätze gefasst, weil sie das Gefühl hatten, mehr leisten zu müssen und besser zu werden. „Ich hätte noch mehr schaffen können. Ich hätte noch schneller laufen können.“ Solche Sätze und das Streben nach mehr spiegeln eine Haltung wider, in der der Status quo – das Hier und Jetzt – nie genügt.

### **Zukunft als Chance – wie man Gegenwart bewusst gestaltet**

Dabei ist die Zukunft nicht einfach kontrollierbar. Sie ist das, was auf einen zukommt – und was angenommen werden kann. Nicht als Aufgabe, sondern als Chance, das Leben im Moment zu gestalten – so wie es gerade ist.

### **Danken hängt nicht von der Ernte ab**

Ein Gespräch mit einem Landwirt hat mir das einmal deutlich gemacht. Ein Sommer mit wenig Regen lag hinter ihm, die Ernte war klein. Aber er sagte: „Danken hängt nicht von der Menge der Ernte ab.“ Dieser Satz erinnert daran: Unser Leben ist nicht nur Ergebnis unserer Anstrengung. Vieles wird uns gegeben. Vieles entzieht sich unserem Einfluss. Wir sind nicht unseres Glückes

Schmied.

## **Den Moment wahrnehmen – kleine Schritte, echte Begegnungen**

Vielleicht ist dieser 40. Tag genau der richtige Moment, um uns daran zu erinnern. Nicht zu fragen, was wir schon alles hätten besser machen können. Sondern wahrzunehmen, was bereits da ist. Die kleinen Schritte. Die Begegnungen. Die Luft zum Atmen. Das, was uns trägt, ohne dass wir es machen können.

## **Dankbarkeit, Gelassenheit und Gegenwart – eine Einladung fürs Jetzt**

Ich wünsche uns die Bereitschaft, anzunehmen, was kommt. Die Fähigkeit, dankbar zu sein – auch wenn die Ernte klein ist. Die Freiheit, nicht immer höher, schneller, weiter zu müssen. Und die Zeit, tief verwurzelt im Augenblick zu sein, der gerade geschieht. Jetzt!