

06.09.2024 um 06:30 Uhr

hr2 ZUSPRUCH



Ein Beitrag von

**Ayleen Nüchter,**

Katholische Gemeindereferentin im PV St. Benedikt Hünfelder Land, Hünfeld

## Weniger Sorgen, mehr genießen

Ich glaube, seitdem ich Mutter geworden bin, bin ich besorgter. Doch auch ohne Kind, als junge Frau oder als Teenie gab es schon immer mal Zeiten, in denen ich mir viele Gedanken gemacht habe. Was soll ich bloß für eine berufliche Laufbahn einschlagen? Werde ich den Führerschein bestehen? Was, wenn ich nicht den richtigen Partner fürs Leben finde? Inzwischen sind es andere Sorgen. Es geht mehr in Richtung meiner Verantwortung, die ich für mein Kind trage. Ist es trotz des Windes draußen warm genug angezogen? Wird es im nächsten Jahr mit der Eingewöhnung in den Kindergarten funktionieren? Ist es sprachlich und motorisch dem Alter entsprechend gut entwickelt?

Um diese vielen Fragen und Gedanken in meinem Kopf ein Stück weit einzufangen oder sie zu beruhigen, hilft es mir, mich mit anderen auszutauschen. Meine Ängste zu verbalisieren und um Rat bei Gleichgesinnten oder lieben Mitmenschen zu fragen. Ein befreundeter Priester nennt mir eine Bibelstelle, die mir vielleicht Abhilfe leisten kann. Sie steht im Matthäusevangelium in Kapitel 6. Hier lese ich nach: „*Seht die Vögel des Himmels, sie säen nicht, sie ernten nicht und sammeln keine Vorräte in Scheunen; euer himmlischer Vater ernährt sie. Seid ihr nicht viel mehr wert als sie?*“ Ohne Sorgen leben - frei und unbeschwert wie ein Vogel, der hoch über mir am Himmel fliegt. Die Theorie ist verlockend. Aber ich merke, wie sich etwas in mir gegen diese kindliche Naivität sträubt.

### Gott lenkt uns – unsere Sorgen sind bei ihm gut aufgehoben

Schließlich habe ich als Mensch einen Verstand, sodass die Gedanken und das Kopfkino zu meinem Denken automatisch dazu gehören. Einfach so in den Tag hineinleben, das stelle ich mir

mit Blick auf meinen Alltag schwierig vor. Ich schätze, die Bibelstelle aus dem Neuen Testament legt vielmehr den Fokus darauf, dass der himmlische Vater für die Vögel sorgt. Ich darf also darauf vertrauen: Auch wenn es immer wieder Situationen gibt, die mich verunsichern oder mir Sorge bereiten. Es gibt jemanden, der sich um mich kümmert. Ich darf mich getragen wissen. Darauf zu vertrauen fällt schwer. Besonders dann, wenn in meinem Leben nicht alles so läuft, wie ich es mir gerade wünsche oder vorstelle.

Meine Sorgen bewusst an Gott abzugeben und auf seinen Plan für mich zu vertrauen, ist immer wieder eine neue Herausforderung. Aber ich bin sicher: langfristig eine wohltuende Zuversicht. Ganz passend ist da das Gebet, was ich zufällig auf einer Ansichtskarte im Urlaub entdeckt habe: *“Gott, gib mir die Gelassenheit, Dinge hinzunehmen, die ich nicht ändern kann. Den Mut, Dinge zu ändern, die ich ändern kann und die Weisheit, das eine vom anderen zu unterscheiden.“* Ich nehme mir für die Zukunft vor, hinzunehmen, dass ich manches im Leben nicht in meiner Hand habe. Die Sorgen meines Alltags, ab und zu mal zur Seite zu legen, öffnet mir Herz und Verstand für all das, was mir tagtäglich aufs Neue geschenkt wird. Dinge, Situationen, Begegnungen, über die ich mir keine Gedanken machen muss - was einfach so funktioniert. Gott sei Dank.