

24.10.2024 um 17:45 Uhr

hr4 ÜBRIGENS

Ein Beitrag von

Hannah Schnegelberger,

Evangelische Pfarrerin, Schlitz-Queck

Ein Augenblick voll Frieden

Ich gehe gerne wandern. Am liebsten in den Bergen. Hoch oben auf den Gipfeln fühle ich mich frei. Statt an meinen Alltag zu denken - an Termine und Abgaben, bin ich dann einfach ganz bei mir. Aber auf dem Weg bis zum Gipfel, wenn es seit Stunden nur bergauf geht, frage ich mich schon: „Wieso tue ich mir das eigentlich an?“

Ein Durchhaltemotto aus der Bibel

In diesen Momenten motiviert mich ein Satz aus der Bibel: „Suche Frieden und jage ihm nach!“ (Ps 34,15) Er klingt wie ein Durchhaltemotto, eine innere Stimme, die verspricht: Der Moment wird kommen, in dem ich belohnt werde. Der Moment, in dem ich sie sehen kann: Die Schönheit. Die endlose Weite. Das ist der Moment, der mir inneren Frieden schenkt. Mit dieser Erwartung gehen meine Füße die letzten Schritte wie von allein.

Auf dem Gipfel: Vollkommen frei und ganz nah bei mir

Und dann endlich stehe ich ganz oben. Und atme tief ein. Lasse alles auf mich wirken. Die klare Luft und den wunderschönen Ausblick. Unten liegt die Welt. Da machen sich Menschen auf den Weg, gehen ihren Alltagsdingen nach. Und ich – ich stehe ganz oben. Über den Dingen für den Moment. Vollkommen frei und ganz nah bei mir. Frieden macht sich in mir breit.

Zurück zuhause stehen die Wanderschuhe leider meistens in der Ecke. Aber wenn ich mal wieder von Termin zu Termin hetze und Abgaben hinterherjage, halten sie die Erinnerung wach: An die Berge und die innere Stimme, die verspricht: Halte durch! Nach einem steilen Weg voll Arbeit, Stress und Sorgen wartet ein Augenblick voll Frieden.