

Selbstverständlich?

Die Bitte um das scheinbar Selbstverständliche:
... unser tägliches Brot gib uns heute ...


siehe Lukas 11,3

Wasser aus dem Wasserhahn, Freunde haben, die Sonne aufgehen sehen; selbstverständlich? Strom aus der Steckdose, ausreichend zu essen und zu trinken; Kleidung besitzen; selbstverständlich? Ein Dach über dem Kopf, atmen können, den nächsten Tag erleben; selbstverständlich? Viele Dinge halten wir gerne für selbstverständlich. Wir sind es einfach gewohnt, dass es sie da sind. Angesichts der aktuellen Flutkatastrophe und ihrer Auswirkungen – die uns noch länger beschäftigen werden – merken wir, dass Selbstverständliches eben nur scheinbar und wohl doch nicht so ganz selbstverständlich ist.

Wie erleichtert sind wir doch bereits, wenn Strom oder Wasser nach einem kurzen Ausfall wieder fließen. Umso härter ist es, wenn diese und andere Dinge plötzlich dauerhaft wegbrechen oder gar Menschen plötzlich nicht mehr da sind, die doch so selbstverständlich Teil des eigenen Lebens waren.

Und außerdem und darüber hinaus: Was für mich selbstverständlich ist, muss für einen anderen Menschen hier oder anderswo auf der Welt noch lange nicht selbstverständlich sein.

All dies sind Gedanken, die uns dazu einladen, einmal an- und innezuhalten, wahrzunehmen und das scheinbar Selbstverständliche in unserem Leben wertschätzend in den Blick zu nehmen.



Seid dankbar für alles,
auch das Selbstverständliche.
Das wünscht sich Gott
für Euch.

inspiriert durch 1 Thess 5,18

Übung in 3 Schritten

1. Schreiben Sie all das, was Sie in Ihrem gewohnten Lebensalltag für selbstverständlich halten, in einer Liste untereinander auf.
2. Gehen Sie nun die Liste von oben nach unten durch und stellen Sie sich nacheinander bei jeder Zeile vor, dass es das von Ihnen Aufgeschriebene in Ihrem Leben nicht oder vorübergehend nicht gibt. Nehmen Sie dabei Ihre Empfindungen wahr.
3. Nehmen Sie sich Zeit. Was für Gefühle nehmen Sie beim „Durchspüren“ der Liste wahr?
4. Vielleicht stellt sich bei Ihnen auch ein Gefühl der Dankbarkeit für all das „Selbstverständliche“ in Ihrem Leben ein. Falls das so sein sollte, dann verweilen Sie eine Zeitlang bei diesem Gefühl.