Katholische Kirche im WDR

Katholisches Rundfunkreferat beim WDR
Wallrafplatz 7
50667 Köln
Tel. 0221 / 91 29 781
Fax 0221 / 27 84 74 06
www.kirche-im-wdr.de
E-Mail: info@katholisches-rundfunkreferat.de

Die Text-Rechte liegen bei den Autoren und beim Katholischen Rundfunkreferat. Verwendung nur zum privaten Gebrauch!

Kirche in WDR 3 | 03.08.2024 07:50 Uhr | Michelle Engel

leichtes Gepäck

Samstag ist Aufräumtag. Vielleicht auch bei Ihnen und heute in der Ferienzeit, bzw.: gerade jetzt? Viele nutzen ja die Zeit ohne Arbeitsstress, um ihren Haushalt zu ordnen.
Aussortieren von allem, was so herumfliegt und sich über die Jahre so angesammelt hat.
Aussortieren von dem, was man in den letzten Wochen nicht aufzuräumen geschafft hat, weil der Alltag dazwischenkam.
Wenn ich mich in meiner Wohnung so umschaue, dann gibt es auch da Dinge, die ich "eigentlich“ nicht mehr brauche. Und Dinge, von denen ich manchmal schon gar nicht mehr wusste, dass ich sie besitze. Und dabei bin ich ein sehr ordentlicher Mensch. Ich nehme mir regelmäßig Zeit, um auszumisten.
Und trotzdem behalte ich manches. Schmeiße es nicht weg und spende es auch nicht, weil ich meine, ich könnte es ja noch irgendwann gebrauchen- und sei es zu Karneval.
Vielleicht kennen Sie das ja auch.
Aber von den ganzen materiellen Sachen abgesehen, die ich eigentlich ja gar nicht brauche: Da gibt es ja auch die vielen emotionalen Sachen. Auch die schmeiße ich "ungern“ weg.
Verstehen Sie mich nicht falsch- natürlich will ich sie loswerden- und: keiner möchte schlechte Gefühle gerne behalten und seine Seele damit belasten. Aber: Tue ich wirklich aktiv etwas dagegen oder erhoffe ich mir nur, dass sie von alleine verschwinden?

Ja, leichtes Gepäck, Entschleunigung, Entschlackung, das will ich für mein Leben. Bei anderen habe ich auch immer gute Ideen und Tipps, was sie lassen könnten und wie sie das wiederum anstellen können. Aber wie sieht es damit bei mir selbst aus?

Vielleicht fällt es einem deshalb schwer, weil mein mentaler Ballast ein Teil meiner Geschichte ist? Vielleicht habe ich mich schon damit abgefunden, und aufgeben, das alles loszulassen, quasi wie ein mentaler Seelen-Messi?
Aber: Was würde ich verlieren, wenn ich das wegwerfe? Vielleicht einen Teil meiner selbst? So fühlt es sich vielleicht manchmal an…
Aber hängt mein Selbstwert und mein Lebensglück tatsächlich von Sachen ab, die mich bedrücken, die es mir schlecht gehen lassen? Es könnte mich befreien, mich davon zu trennen und damit mein Leben zu erleichtern. Ich muss nach vorne schauen können und mein Leben gestalten, und das bitte am besten mit leichtem Gepäck.
Aber : Gott sei Dank: Ich bin nicht festgelegt auf die Leistungen oder Fehlschläge meiner Vergangenheit. Gott sieht in mir, das Potenzial, was sich entwickeln kann.
Also kann ich mir immer wieder die Frage stellen:
Beherrsche ich das schwere Gepäck oder beherrscht es mich? Paulus sagt mal: "Alles ist mir erlaubt, aber nicht alles dient zum Guten. Alles ist mir erlaubt, aber es soll mich nichts

gefangen nehmen.“ (1. Kor 6,12) Und dann: "Die, die etwas haben, sollen so leben, als hätten sie es nicht.“ Also prinzipiell zum Verzicht bereit sein, bereit sein den Ballast und alles loswerden, was uns die Lebensfreude raubt und uns gefangen hält.
"Und eines Tages fällt Dir auf, dass du 99% davon nicht brauchst. Du nimmst all' den Ballast und schmeißt ihn weg, denn es reist sich besser mit leichtem Gepäck.“ Diese Liedzeile wird von der deutschsprachigen Band Silbermond gesungen und ich finde mich in diesem Lied sehr wieder.
Wir brauchen so vieles von den Dingen, die wir anhäufen gar nicht, fühlen uns sogar freier, wenn wir sie los sind….
Ich wünsche mir, dass wir unser Gepäck ablegen können, dass wir den Mut und die Kraft dazu haben es nicht mehr mit uns herumzutragen. Dass wir unseren Weg mit leichtem Gepäck bestreiten und es uns nicht unnötig schwer machen….
Und das nicht nur über die Sommerzeit, wenn wir ein bisschen Luft haben, sondern alltäglich in unserem Leben..denn es reist sich besser, nicht nur auf Reisen, sondern es gestaltet sich auch im Leben besser, mit Leichtem Gepäck:)
Es grüßt Sie herzlich, Michelle Engel, Gemeindereferentin aus Krefeld