

Kirche in 1Live | 10.01.2024 floatend Uhr | Jan Primke

## Schaukelstuhl

Eine Freundin von mir hat vor kurzem einen super Satz gepostet: "Sich Sorgen zu machen ist wie im Schaukelstuhl zu sitzen. Man ist zwar beschäftigt, aber man kommt nicht voran..."

Ich finde dieses Bild phänomenal. Der Schaukelstuhl, der uns eigentlich zur Ruhe bringen soll, ist hier die Sorgen-Dauerschleife, die mich auf der Stelle festhält und keine Aussicht auf echte Bewegung lässt. In so einem Schaukelstuhl will ich echt nicht sitzen und vor allem nicht sitzen bleiben. Er schunkelt zwar schön, bringt dich aber doch nicht vom Fleck weg.

Ich kenne solche Gedanken-Kreise gut. Irgendwie lande ich nach 10 Minuten Sorgen doch wieder am Anfang ohne sicht- oder fühlbares Ergebnis. Ob es daran liegt, dass ich allein in meinem Sorgen-Schaukelstuhl sitze? Dass ich es zu selten wage, jemanden in meine Gedanken zu lassen? Mich mit meinen Problemen tatsächlich zu bewegen und endlich vom Fleck weg zu kommen? Kann gut sein.

In der Bibel sagt Jesus einen guten Satz dazu, den ich wirklich im Besonderen für wichtig im Leben halte: "Wer von euch könnte sein Leben auch nur einen Tag länger machen, wenn er sich darüber Sorgen machen würde?" (1) Recht hat er.

Ich stehe auf aus meinem Schaukelstuhl und gehe meine Sorgen an. Bewege mich. Verändere mich. Ab heute ist dieser Stuhl nur noch zum Ausruhen da. Und zum Freuen über das Leben.

Quelle:  
(1) Matthäus 6,27

Sprecher: Jan Primke

Redaktion: Pfarrerin Julia-Rebecca Riedel