

Habe Geduld!

Gerrit Mathis

„Habe mit dir selbst Geduld!“, sagt mir eine Freundin und auch wenn ich gerade maximal gestresst bin, muss jetzt mal lachen. Geduld! Das kann ich ja besonders gut. Mein Motto ist eher „gut ist, was schnell geht“.

Zugegeben, ist das perfekte Motto für selbstgemachten Stress. Und dann vielleicht auch noch besonders gut, akkurat und gründlich sein wollen? Dann geht der Stress so richtig durch die Decke und um mich herum kenne ich viele, denen es genau so geht.

Und dann kommt mir jemand mit „Habe Geduld mit dir selbst.“ Da werde ich eher nervös. Liefere ich wirklich gut ab, wenn ich es locker angehe? Wäre vielleicht einen Versuch wert. Denn Stress macht krank, das kann es ja auch nicht sein. Und dann höre ich noch diesen Zusatz: „Gott hat mir dir schon lange jede Menge Geduld.“ Weil es besser für uns ist, gesünder. Und weil er uns zutraut, unsere Jobs gut zu machen. Mit dem Hintergrund könnte ich es tatsächlich mal versuchen: „Habe mit dir selbst Geduld!“

radio m lebt von Spenden. Wir freuen uns auf Ihre Unterstützung!

Evangelische Bank Kassel
IBAN: DE75 5206 0410 0000 4162 40
BIC: GENODEF1EK1