

Zweiter Start

Gerrit Mathis

Langsam sehen wir die Ziellinie: Rund zwei Wochen nach Neujahr verabschieden sich unsere guten Neujahrsvorsätze langsam, aber sicher in den Jahresschlaf, um nächstes Silvester wieder aufzuerstehen. Sagt die Statistik.

Nichts gegen Rituale, aber warum geben wir uns diesen Schwachsinn jedes Jahr? Nehmen uns wahnsinnig fest was vor, wovon wir wissen, dass es eh nichts wird. Und wenn wir es dann knicken, reden wir es uns mit fadenscheinigen Argumenten schön, die wir uns nicht glauben, was noch mehr frustriert. Haben wir ja geschickt eingefädelt. Geht's nicht anders?

Je konkreter ein Ziel ist und je überschaubarer der Zeitraum, es zu erreichen, desto größer die Chance, es zu schaffen und dann weiter durchzuziehen, weiß die Psychologie. Wie wäre es also heute mit einem zweiten Start? Konkret und machbar? Und mit dem Gedanken im Hinterkopf, dass Gott, der mich geschaffen hat, so sehr will, dass es mir gut geht und ich Veränderungen in meinem Leben nicht alleine angehen muss.

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

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