

Umsonst gegrübelt

Damaris Binder

Ich bin gerädert. Hinter mir liegt eine dieser Nächte, in denen ich kaum ein Auge zugemacht habe. Die Gedankenspirale in meinem Kopf hat mal wieder kein Ende genommen: Was, wenn diese oder jene Situation eintritt? Wie reagiere ich dann? Was tu ich, wenn dies oder das passiert? Und was, wenn alles ganz anders kommt? Wie löse ich das dann?

Das Ergebnis solcher Nächte spüre ich am nächsten Morgen: Ich bin völlig durch den Wind und todmüde. Und in den meisten Fällen kommt am Ende alles anders, als ich es mir in der Nacht ausgemalt habe. Umsonst gegrübelt.

„Macht euch keine Sorgen um den kommenden Tag“, empfiehlt Jesus in der Bibel. Leichter gesagt als getan, denk ich mir in solchen Nächten.

Und doch: Jesus begründet seine Empfehlung. „Gott weiß doch, was du brauchst und wird für dich sorgen.“ Und irgendwie spüre ich: wenn diese göttliche Sorglosigkeit meine Lebenshaltung wäre- ich glaube: es würde meine Nächte erholsamer machen. Ich will es lernen, mich immer wieder daran erinnern: Gott sorgt für mich. Ich muss mir keine Sorgen machen.