

Lebe leichter

Anja Kieser

Ach ja, heute ist ja „lebe leichter“! Meine Kollegin sprintet aus dem Büro, denn sie leitet eine „lebe leichter“-Gruppe. Dort geht es nicht nur ums Abnehmen, sondern auch darum dranzubleiben: an veränderten Essensgewohnheiten, an der Fitness.

„Lebe leichter“, das ist auch ein Angebot Gottes. Er verspricht mir keine Bikinifigur, nicht das große Geld oder den Traumjob, auch nicht, dass ich nicht leiden muss oder von jeglicher Sorge befreit werde. Nein, das alles verspricht er nicht. Und dennoch sagt er: Es lebt sich leichter mit mir, als ohne mich.

Warum? Weil der christliche Glaube trägt. Wie im Schwimmbad, wenn ich fühle: Ich werde leichter. Weil mich das Wasser trägt. An Ostern feiern Christen, dass Gott neues Leben schenkt. Und das mit Jesus an Karfreitag all das gestorben ist, was mein Leben schwer und belastet macht. Ich darf es glauben: Gott trägt nicht nur meinen Ballast mit, sondern will ihn mir abnehmen. An seiner Seite darf ich mich freischwimmen.

© 2026 **radio m**
Alle Rechte vorbehalten.

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

Evangelische Bank Kassel
IBAN: DE75 5206 0410 0000 4162 40
BIC: GENODEF1EK1
radio m
Giebelstraße 16
70499 Stuttgart
info@radio-m.de