

Ein leichtes, langes Leben?

Delia Emmerich

Ich sitze im Wartezimmer beim Arzt. In der Mitte steht ein Tisch mit zwei Zeitschriften darauf. Auf dem Cover der einen steht fett: „7 Tipps für ein leichteres Leben“. Und auf der daneben steht: „6 Tipps für ein längeres Leben“. Ich muss grinsen. Ein leichtes und langes Leben – wer will das nicht? Die Tipps lese ich mir nicht durch. Aber ich kann mir vorstellen, was da steht: Nehmen Sie sich Zeit für sich selbst, schlafen Sie genug.

Wird wohl nicht schaden. Aber können mir diese Tipps wirklich ein leichtes, langes Leben geben? Ich glaube nicht. Denn mal ehrlich: Ich habe mein Leben einfach nicht in der Hand. Egal wie gut ich auf mich achte und wie bewusst ich lebe – manches kann ich nicht verhindern. Eine Krankheit. Einen Schicksalsschlag.

Genau hier kommt für mich mein Glaube ins Spiel. Ich kann mein Leben nicht kontrollieren – und ich muss es auch nicht. Ich darf darauf vertrauen, dass ein guter und liebender Gott mein Leben in seiner Hand hält. Und dass er sich um mich kümmert – selbst in schweren Lebensphasen. Er wird mir helfen, sie durchzustehen. Und das ist unglaublich befreiend.

© 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