



Die Winterruhe der Natur

sei dir, Mensch,

*Lehrmeisterin
und Quelle der Kraft*

**Die winterliche Auszeit der Natur
ist Kraftquelle für den neuen Aufbruch.
Wir selbst gehören zur Natur,
und ihre Gesetzmäßigkeit gilt auch für uns.
So kann auch Pandemie-verordneter Rückzug
Atem- und Denkpause sein
und das Leben erneuern.**

ICH GEHE ZUR MITTE

RÜCKZUG, UM ZU LEBEN

Welchen Frieden, welche Ruhe strahlt doch diese winterliche Landschaft aus!
Spaziergänger, Wanderer, Tourengänger suchen gerade jetzt zur Lockdown-Zeit solche Einsamkeit auf. Hier gibt es keine Viren, und alle Sinne öffnen sich für die Natur.
Diese allerdings hat sich ganz in sich zurückgezogen. Bäume und Sträucher stehen kahl, Äcker liegen brach, ruhen aus.
Dieser scheinbare Stillstand gehört zum Rhythmus der Natur, ist notwendiger Rückzug, damit neue Kräfte wachsen können.
Wir leben von dieser Ruhezeit.

Nun hat uns das mutierfreudige Virus ebenfalls zum Rückzug, ja Stillstand gezwungen.
O welche Katastrophe für uns Kontaktfreudige, Unruhige, Aktionistische, Spaßorientierte, Mobilitätsbewegte, die wir atemlos durch unseren Alltag hetzen!
Kaum wenige Wochen notwendige Einschränkung - schon ging das große Klagen los.
Nicht auszuhalten sei es, eine Zumutung.
Dagegen eine Stimme zur Besinnung vom klugen Blaise Pascal:
„Alles Unheil kommt von einer einzigen Ursache, dass die Menschen nicht in Ruhe in ihrer Kammer sitzen können.“(1670)

Ist da nicht die winterliche Natur, das vorübergehend träumende Brachland ein idealer Lehrmeister für uns?
Wer mit offenen Sinnen die Natur umarmt, weiß doch um die Weisheit, die der Schöpfung innewohnt. Und die sagt: Unterbrechung!
Eine Rückzugspause, selbst eine verordnete, kann da sehr heilsam sein.

Pause ist das Gegenteil von permanenter Atemlosigkeit. Unterbrechung bedeutet doch: Aufatmen, Luft schöpfen, Leben spüren, sich selbst wahrnehmen, Zeit haben, den eigenen Rhythmus erfahren...
Und bei einer bewusst erlebten Auszeit wächst vielleicht sogar die ganz neue Einsicht:
Es könnte auch anders weitergehen. Es muss nicht so weiterlaufen, wie es aufgehört hat.
Lebensgewinn also.

Ulrich Schäfer

MEIN HERZ SUCHT GOTTES NÄHE

GEBET DER RUHE

Herr, guter Gott
Leben im Angesicht der Endlichkeit und Krankheit
Lass uns deinen ruhenden und tragenden Grund spüren
Wir können nicht tiefer fallen als in deine Hand

Herr, guter Gott
Leben im Angesicht von Spaltung und Hass
Lass uns Brücken bauen und Wege zueinander finden
Wir alle sind Gottes Kinder

Herr, guter Gott
Leben im Angesicht von Unsicherheit und Unplanbarkeit
Lass uns aus deiner Zusage Kraft finden, Tag für Tag, Schritt für Schritt
Neues wagen und gestalten

Herr, guter Gott
Leben im Angesicht von Einsamkeit und Isolation
Lass uns Türen öffnen und offen sein für unsere Nächsten und die, die fast unsichtbar sind

Herr, guter Gott
Leben im Angesicht von vielen Herausforderungen und Sorgen
Lass uns aus deiner Ruhe Kraft und Mut aufbringen, zusammen neue Wege und Lösungen zu finden

Herr, guter Gott
Leben in innerer Unruhe und Verwirrung
Lass uns wohlthuende Ruhe finden
Deinen haltenden Grund spüren und befreiend durchatmen

Gabriele Philippczik