



Mittwoch, 22. März 2017

Weitersagen. Ausprobieren. Leben.

Es ist ein paar Wochen her, da landete als Anhang einer Rundmail ein Text bei mir, den ich vor längerer Zeit schon einmal gelesen hatte: „Sieben kleine Anweisungen zum Leben“. Gerade wenn's kompliziert wird, kann ich dem Gedanken etwas abgewinnen, dass es ein paar wenige, griffige Formeln gibt, die das Leben gelingen lassen oder wenigstens etwas leichter machen. Hier also der Text:

1. Mach aus der ängstlichen Sorge um morgen die behutsame Fürsorge für heute.
2. Vergleiche dich nicht mit anderen, es bedeutet sinnloses Leiden. Jeder Mensch ist unvergleichlich. Darum brauchen wir niemanden zu beneiden oder verachten.
3. Plane deine Zeit, aber lass Freiräume für Überraschungen. Nimm Menschen stets wichtiger als Dinge. Wer liebt, hat Zeit!
4. Ärgere dich nicht über andere. Wer sich über andere aufregt, büßt ihre Sünden. Nur wer liebt und vergibt, kann Menschen verändern.
5. Teile gern mit anderen. Teilen vermehrt das Lebenskapital. Und die Vermehrung des Lebens beginnt immer mit dem Opfer.
6. Vergiss die Freude nicht. Suche bewusst die kleinen und großen Anlässe zur Freude bei dir und anderen.
7. Beginne den Tag mit einem Gespräch mit Gott. Danke, klage, bitte, singe, aber rede mit ihm. Er wartet schon auf dich.

Natürlich weiß ich, dass das Leben viel komplizierter ist und sich nicht mit ein paar einfachen Regeln bewältigen oder gestalten lässt. Aber ich mache ein Gedankenexperiment: Wenn sich sagen wir mal 80 Prozent der Menschen, die ich kenne und mit denen ich zu tun habe (mich selbst natürlich eingeschlossen), für eine Woche danach richten würden: Ich denke, das würde ich schon merken. Wer es noch einfacher mag, kann sich ja aus den sieben kleinen Anweisungen eine einzige aussuchen und damit probeweise einmal ein paar Tage leben. Meinen persönlichen Favoriten habe ich schon.

Dr. Peter-Felix Ruelius

Die „sieben kleinen Anweisungen zum Leben“ sind entnommen aus: aus: Axel Kühner: *Hoffen wir das Beste*,

Aussaat-Verlag, Neukirchen-Vluyn. Viele Texte von Axel Kühner kann man nachlesen auf der Seite: www.miriam-stiftung.de/