

➤ Gedanken zum Wochenende, 09.08.2014

### „Sommer-Frische“

Oft kommt der Durst ganz plötzlich: Nicht nur bei einer Wanderung in der Sommerzeit, nicht nur auf dem Weg ins Laurenzi-Festzelt, nicht nur körperlich, wenn man vom Joggen kommt und geschwitzt hat, nein, es gibt auch einen Lebensdurst, den Durst nach neuer Frische und Lebendigkeit im Leben, und dieser Durst kommt manchmal sehr plötzlich.

Unser menschliches Leben besteht aus Leib, Seele und Geist. Wenn wir einen von diesen Bereichen vertrocknen lassen, dann entsteht ein Durst, der gestillt werden will.

Jetzt in den ersten Augustwochen kommen wir vielleicht etwas aus dem Alltagstrott und ins Nachdenken über unser persönliches Gleichgewicht:

Wir modernen Menschen sind sehr kopflastig. Das heißt, wir beschäftigen uns schwerpunktmäßig mit der Arbeit am Computer, mit dem Aufnehmen und Verarbeiten von Informationen aus den Medien, mit Denken, Schreiben und Reden; und auch mit möglichst intelligentem Bedienen von raffinierten Maschinen. Der intellektuelle Bereich unseres Lebens hat sich so sehr in den Vordergrund gedrängt, dass wir die Seele und oft auch den Körper vernachlässigen. Das hat zwei Auswirkungen: Seelisch verkümmern wir und körperlich werden wir schwächlich und krank.

Der englische Erweckungsprediger Charles Haddock Spurgeon (1834-1892) hat damals schon einen Ausdruck geprägt, der mich seit meiner recht kopflastigen Studienzeit beeindruckt: *„Ein kräftiger Schluck Seeluft oder ein tüchtiger Spaziergang im Wind füllt zwar nicht die Seele mit Gnade, aber doch den Körper mit Sauerstoff, was das Nächstbeste ist.“*

Gnade und Sauerstoff, diese beiden Elemente erhalten unser Leben frisch und lebendig, gerade wenn es kopflastig zu werden droht. Beides tut uns gut:

Die **Gnade** Gottes gibt mir die Gewissheit, dass ich von Gott so angenommen bin, wie ich bin. Durch die Gnade vergibt mir Gott, wenn ich umkehre zu ihm. Diese Gnade wird mir immer wieder neu zugesprochen. Dann kann ich auch meine Mitmenschen so annehmen, wie sie sind. Vergebung und Versöhnung bestimmen dann auch das mitmenschliche Miteinander und halten es frisch. Die Gnade befreit und entlastet. Und das tut gut.

**Sauerstoff** gibt den Muskeln neue Energie und dem Gehirn neuen Schwung. Das hält den Körper frisch und tut Leib und Seele einfach gut.

Für die eine (die Gnade) kann man immer wieder beten, dass sie durch den Heiligen Geist geschieht. Für den anderen (den Sauerstoff) kann man konkret etwas tun: Immer wieder hinausgehen in die Natur, um einen „kräftigen Schluck Sauerstoff“ zu sich zu nehmen. Ich wünsche Ihnen, dass sie momentan auch etwas freie Zeit haben, um Gnade und Sauer-

stoff zu tanken. Denn nur so bekommt das Leben eine neue Frische, und der Lebensdurst wird gestillt.

Ich wünsche Ihnen ein sommerfrisches Wochenende... Und denken Sie nicht nur an den Sauerstoff, sondern am Sonntag auch an's „Gnade – Tanken“!

Wenn beides ausgewogen geschieht, können wir Franken zwischen Rhön und Spessart mit Michl Müller einstimmen: „Dange für's Dange sagt der Frange“.

Ich grüße Sie herzlich, Pfarrer Bernd Töpfer, Evangelisch-Lutherische Kirchengemeinde Marktheidenfeld

Die jeweils aktuellen Gedanken zum Wochenende können auch auf unserer Homepage: [www.marktheidenfeld-evangelisch.de](http://www.marktheidenfeld-evangelisch.de) gelesen und heruntergeladen werden. Die Andachten der letzten Jahre zu den verschiedensten Themen finden Sie unter „Archiv“, - für den Fall, dass Sie selbst mal eine Andacht halten wollen.