

Festhalten und loslassen

Wir möchten so viel festhalten:

Die glücklichen Stunden,
die unvergesslichen Begegnungen,
die Frucht unserer Arbeit.

Und wir müssen loslassen:

An jedem Abend das Licht des Tages,
an jedem Morgen die Ruhe der Nacht,
bei jedem Aufbruch das vertraute Zuhause,
bei jeder Enttäuschung eine Hoffnung,
bei jedem Schmerz ein Stück unbeschwertes Leben.

Wir möchten so viel verwirklichen:

Uns und anderen das Leben schönmachen,
für eine bessere Zukunft sorgen,
gegen Ungerechtigkeit kämpfen,
in einer kalten Welt Wärme verbreiten.

Und wir stoßen hilflos an Grenzen.

Krisen und Katastrophen bringen alles durcheinander,
Vertrautes ist unwiederbringlich dahin.
Wir müssen Abschied nehmen von Menschen für immer.
Wir müssen loslassen.

Loslassen heißt nicht:

Alles laufen lassen,
alles gut finden,
resignieren und kapitulieren.

Loslassen heißt:

Nicht verkrampfen,
Bei aller Spannung wieder entspannen,
bei aller Aufregung wieder zur Ruhe kommen,
bei aller Hektik nicht in Panik geraten.

Loslassen heißt:

Weggeben, was ausgedient hat,
und hinnehmen, was nicht zu ändern ist.

Loslassen heißt:

Auf das Gute vertrauen
Und neues auf sich zukommen lassen.

Loslassen ist schwer. Alle Angst im Leben geht letztlich auf die Angst vor dem Tod.
Weil der Mensch so fest am Leben hängt, verursacht das Loslassen so viel Schmerz.
Am Ende unseres Lebens gibt es nur eine einzige Lösung: Alles Loslassen – und mich
ganz in die Hände eines Gottes fallen lassen, der mich grenzenlos liebt.

(Stille)