Der Herbst des Lebens die Schönheit des Wandels (1. Teil)

SPIRITUALE PODCAST

Einleitung:

Der Herbst besitzt die besondere Fähigkeit, das Tempo zu verlangsamen. Die Farben der Bäume verändern sich, die Morgen sind kühler, die Tage werden kürzer, und die Natur bereitet sich langsam auf ihre Ruhephase vor. Dennoch ist gerade der Herbst eine der schönsten Jahreszeiten. Vielleicht deshalb, weil er uns an etwas Wichtiges erinnert: Schönheit ist nicht immer mit Wachstum, Jugend und Neuanfängen verbunden. Schönheit liegt auch in der Reife, in der Erfahrung und in der Fähigkeit, manche Dinge loszulassen.

Heute wollen wir gemeinsam darüber nachdenken, was uns der Herbst über das Leben lehren kann. Über die Veränderungen, denen wir begegnen, über Dinge, an denen wir manchmal zu sehr festhalten, und darüber, wie wir die einzelnen Lebensabschnitte mit größerer Gelassenheit annehmen können.

Gespräch:

Wenn wir im Herbst die Bäume betrachten, was sehen wir dann … Die Blätter färben sich in den unterschiedlichsten Schattierungen. Gelb, orange, rot, braun. Jeder Baum sieht ein wenig anders aus. Und obwohl wir wissen, dass die Blätter bald abfallen, betrachten wir dies nicht als Fehler der Natur. Wir nehmen ihren natürlichen Rhythmus wahr.

Und haben wir ein ähnliches Maß an Verständnis auch für uns selbst? Ja oder nein…

Schließlich wollen wir stets leistungsfähig sein, stets jung – im Geiste wie im Körper. Wir müssen uns ständig etwas beweisen. Und wenn unsere Kräfte nachlassen, sich Beziehungen oder Lebensumstände ändern, haben wir das Gefühl, etwas Wichtiges zu verlieren. Dass wir einfach nicht mehr die sind, die wir einmal waren.

Aber wir müssen doch nicht um jeden Preis in die Vergangenheit zurückkehren! Was, wenn jede unserer Lebensphasen ihre eigene Schönheit hat?

Die Jugend bringt Mut, Energie und offene Möglichkeiten mit sich. Die Reife kann die Fähigkeit mit sich bringen, zu unterscheiden, was wirklich wichtig ist. Die Erfahrung ermöglicht es uns, manche Dinge mit mehr Gelassenheit zu betrachten. Und mit der Zeit stellen wir fest, dass wir nicht mehr bei allem dabei sein, nicht mehr alles kontrollieren und nicht mehr auf alle Fragen eine Antwort wissen müssen. Das ist keine Resignation. Es ist eine Veränderung im Leben.

>>>



Der Herbst des Lebens die Schönheit des Wandels (1. Teil)

SPIRITUALE PODCAST

Der Herbst. In der Natur. Und der Herbst im Leben. Er lehrt uns, loszulassen und zu vergeben. Ein Baum hält nicht an jedem Blatt fest, nur weil er es den ganzen Sommer über hatte. Er lässt es einfach gehen. Nur wir klammern uns an alte Kränkungen und längst vergangene Vorstellungen von uns selbst. Wir fürchten, dass eine Leere zurückbleibt, wenn wir etwas loslassen. Dabei ist gerade der frei gewordene Raum oft der Beginn von etwas Neuem. Es muss nicht sofort eine große Veränderung eintreten. Es reicht schon, sich nicht mehr vorzuwerfen, dass wir nicht mehr so sind wie früher. Zu akzeptieren, dass wir andere Bedürfnisse, ein anderes Tempo und möglicherweise auch eine andere Sicht auf die Welt haben. Das Leben ist nicht nur ein ununterbrochener Weg nach oben. Es gehört Wachstum ebenso dazu wie Ruhe, Freude ebenso wie Verlust, Neuanfänge ebenso wie Abschiede. Und der Glaube hilft uns darauf zu vertrauen, dass unser Wert nicht nur davon abhängt, was wir gerade leisten können, wie viel wir bewältigen oder wie nützlich wir für andere sind. Und wenn wir aufhören, unnötig gegen die Zeit anzukämpfen, beginnen wir, unsere eigene Gegenwart besser wahrzunehmen. Wir nehmen die Schönheit wahr, an der wir zuvor vorbeigegangen sind. Wir schätzen die Menschen, die bei uns sind, mehr. Und wir können nicht nur für das dankbar sein, was vor uns liegt, sondern auch für alles, was wir bereits erlebt haben. Es muss nicht immer Frühling sein. Auch der Herbst hat seine Farben. Und sie sind wirklich wunderschön. Lassen Sie uns diese also in vollen Zügen genießen.

Abschließend:

Versuchen Sie heute bei einem Spaziergang durch die herbstliche Landschaft, einen Moment innezuhalten. Schauen Sie sich die Bäume an, die Farben der Blätter, das Licht, das in dieser Jahreszeit ganz anders – neu – ist. Und stellen Sie sich eine einfache Frage: Was verändert sich gerade in meinem Leben – und kann ich diese Veränderung annehmen?

Und haben Sie keine Angst, manchmal haben wir nicht sofort eine Antwort. Es reicht jedoch aus, sich nicht mehr gegen Veränderungen zu wehren und sich Zeit zu gönnen.

Wir wünschen Ihnen, dass Sie in jeder Phase Ihres Lebens etwas Schönes und Wichtiges entdecken können. Und wenn Sie für einen Moment innehalten, tief durchatmen und Raum für sich selbst finden möchten, sind Sie im Spirituellen Zentrum in Vranov herzlich willkommen.

Autor: Mgr. Miroslav Lindovský

«««



CHARITAS SPIRITUALE CENTRUM VRANOV