

Hessischer Rundfunk: "Übrigens, HR4"
Anke Zimmermann, Pfarrerin
Homburg/Efze

16.03.2008

Hol dir Kraft

Eigentlich bin ich eher eine Kaffeetrinkerin, aber ab und an durchstöbere ich gerne das Teeangebot im Supermarkt. Ich finde, dass Teesorten oft so verheißungsvollen Titel tragen wie „Quelle der Entspannung“, „Tee zur guten Nacht“ oder „Schlecht-Wetter-Tee“. Neulich habe ich eine neue Aufschrift entdeckt. Eine belebende Kräuterteemischung trägt den Titel „Hol dir Kraft“. Super, denke ich, das ist es, was ich jetzt gut gebrauchen kann, eine Kraftquelle. Und auf der Teepackung wird mir verheißen, dass mich die Kräuterteemischung wohltuend aktiviert und dass ich pures Wohlbefinden genießen kann. Na also!

Als ich nach Hause komme, stelle ich den Wasserkocher an und öffne das Teepäckchen. Ein angenehmer Kräuterduft strömt mir entgegen. Ich hole eine große Tasse aus dem Schrank, gieße den Tee auf und lasse ihn wie empfohlen fünf Minuten ziehen. Dann setzte ich mich bequem hin, atme durch und trinke Schluck für Schluck den heißen Kräutertee, wirklich eine Wohltat. Der Tee hält, was er verspricht, aber so groß ist das Geheimnis dahinter sicher nicht.

Vielleicht ist es ganz einfach mit dem Wohlbefinden. Es stellt sich ein, wenn ich mir etwas freie Zeit nehme - und zwar nur zum Teetrinken, und nicht noch nebenher telefoniere oder am Computer sitze. Ich spüre die warme Tasse in meiner Hand und merke, wie der heiße Tee durch meinen Körper fließt. „Hol dir Kraft“ – Ja, das kann ich in einem solchen Moment, zur Ruhe kommen und neu auftanken.

Manche sagen, dass sie genau das im Gottesdienst am Sonntag erleben, dass sie sich dort Kraft für die neue Woche holen, zur Ruhe kommen, entspannen und neu gestärkt werden. Also hol dir Kraft im Gebet und übergib dort Gott, was dir Sorge bereitet. Hol dir Kraft im Hören auf Gottes Wort und erfahre darin Ermutigung für deinen Weg.

Hessischer Rundfunk: "Übrigens, HR4"
Anke Zimmermann, Pfarrerin
Homburg/Efze

16.03.2008

Hol dir Kraft in der Gemeinschaft mit anderen und erlebe, dass du nicht alleine bist.
Hol dir Kraft in der Musik und spüre darin deine Lebendigkeit. Hol dir Kraft im Segen,
der dir Gottes Nähe zusagt für alles, was kommt.