Pfarrer i.R. Dr. Friedrich Wallbrecht (Schwäbisch Gmünd)

***Geistlicher Impuls zum 04.04.2020 für die Rems-Zeitung und die Gmünder Tagespost:***

**Selbst für die eigene Seele sorgen**

In der Bibel finden sich dafür hilfreiche Hinweise. Sie meinen alle Menschen. Sicherlich sind Menschen ganz unterschiedlich religiös oder weltanschaulich geprägt. Irgendwie empfinden sie alle jedoch ihr Leben „mit Leib, Seele und Geist“: Körperlich spüren sie sich lebendig mit allen Sinnen, mit Hand und Fuß, mit Haut und Haar. Geistig gehen ihnen Gedanken durch den Kopf, erinnern Vergangenes, erklären Gegenwärtiges, erwarten Zukünftiges. Und seelisch versammeln sich die Stimmungen und Gefühle im Herzen, im Gemüt.

Dieses innere Gemüt will umsorgt und gepflegt werden. Denn dort herrschen die großen Gefühle: Angst und Stolz, Trauer und Freude, Hass und Liebe, Verzweiflung und Zuversicht. Dieser innere „Haushalt des Herzens“ darf nicht vernachlässigt werden. Da muss immer wieder aufgeräumt, gereinigt und repariert werden. Bei besonderen Schwierigkeiten kann man schon mal „Haushaltshilfen und Handwerker“ bitten. Alltäglich und auf Dauer aber ist da jeder und jede selbst für sich zuständig.

Hier nun dafür drei hilfreiche Hinweise aus der Bibel: (1) Essen und Trinken hält Leib und Seele zusammen (Prediger / Kohelet 9,7-10). (2) In vertrauensvoller Ruhe liegt Kraft (Jesaja 30,15). (3) Zuversichtliche Geduld gewinnt Zeit (Psalm 42).