Königtum Christ und Demokratie

Christ-König-Sonntag in Zeiten von Demokratie, Freiheit und Selbstbestimmung

---

Segen zum 32. Sonntag – B – 2024

Möge Gottes Segen dich begleiten, in allen Stunden,
und das Vertrauen in bessere Tage nie von dir weichen.

Ruhe und Frieden

Sehnsucht, die sucht und sucht, und …

Nicht, wie es scheint …

Es sieht aus, wie Freizeit, ist aber ‚Arbeit‘, Foto: Gerd Wittka, 11.7.2024
Was hier aussieht wie ein zufriedenes Gesicht in meiner Freizeit, ist aber für mich ‚richtige Arbeit‘.

Meine **Long-Covid-Symptomatik** bringt es mit sich, dass ich meinen Rahmen finden muss, in dem ich aktiv sein kann, ohne einen **‚Crash‘** zu verursachen, d.h. also, ohne mich zu übernehmen.
Den Rahmen zu finden, in dem ich gut aktiv sein kann, darum geht es beim **Pacing**.

Und so bin ich heute am frühen Mittag aufs Fahrrad gestiegen und habe knapp 18 km Richtung Heidhof gemacht. Etwas über eine Stunde war ich unterwegs. Und nach ca. 15 Kilometern habe ich gespürt, wie die Kräfte deutlich nachließen und ich mehr Unterstützung durch den E-Motor meines Bikes benötigte.

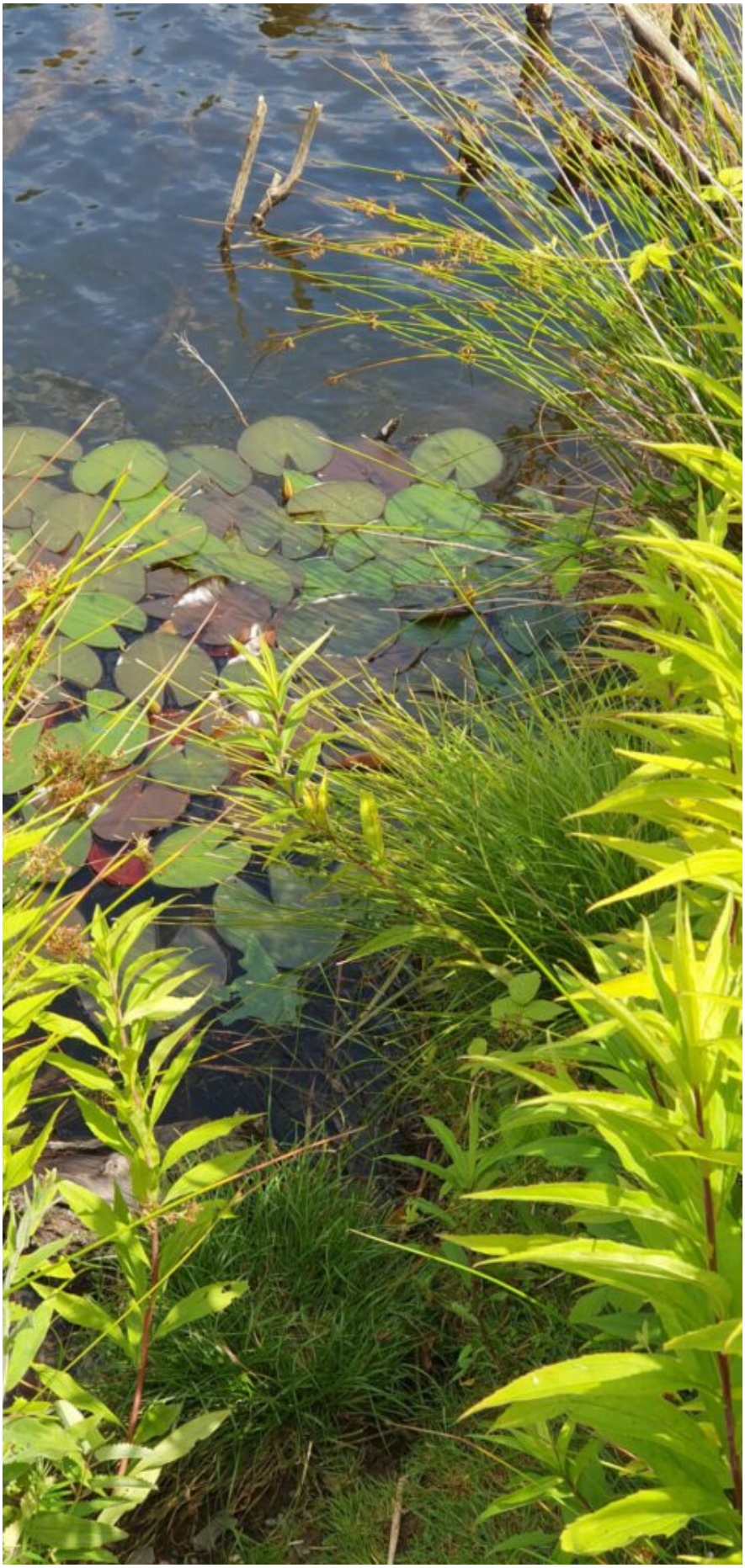

Foto: Gerd Wittka, 11.7.2024

Natürlich habe ich dabei auch diese Natur genossen. Das ist ja

kein Widerspruch. Ich genieße ja auch die Natur und den Park am Krankenhaus, wenn ich – auf einer Bank sitzend – ein seelsorgliches Gespräch mit Patient:innen führe.

Am Ende zählt aber während meiner AU, dass ich es immer klarer bekomme, wo meine Kapazitäten und wo meine Belastungsgrenzen sind.
‚learning by doing‘, wie der ‚alte‘ Engländer sagen würde!

Jetzt, gegen 16.00 Uhr, bin ich ‚hundemüde‘ und werde mich wieder etwas hinlegen. Dies geschieht aber in dem Bewusstsein, dass ich wieder etwas für mich und hoffentlich auch gegen mein Long-Covid getan habe.

Hier im ‚Revier‘ ist es einfach (auch) schön! – Foto: 11.7.2024

Ist das Natur- oder Kulturlandschaft? Woher kommt das Wasser? Spätfolgen des Steinkohlebergbaus hier im Revier? – Foto: Gerd Wittka, 11.7.2024

Mutter-Liebe

Foto von Suhyeon Choi auf Unsplash

In der Schwangerschaft wohl umsorgt …

In der Regel sorgen sich Frauen als werdende Mütter gut neun Monate sehr fürsorglich um das Kind, das in ihnen heran wächst.
Sie haben bisweilen bange Ängste, ob das Kind wohlbehalten und gesund zu Welt kommt.

Dann – während der Geburt – bringen sie das Kind unter Schmerzen zu Welt; Schmerzen, die kein Mann der Erde nachvollziehen kann.

Wieviel Sorge und Entbehrungen wenden werdende Mütter auf, in der Sorge um ihr ungeborenes Kind?!

Und dann später, sollen diese Kinder – meist Söhne – als Kanonenfutter und für kriegstreiberische Potentaten ihr Leben geben?!

Bild von Okan Caliskan auf Pixabay

Wann endlich stehen die Mütter dieser Erde auf und lassen ihre Kinder nicht mehr in den Krieg ziehen?!
Wann endlich sollen ihre Sorgen und ihre Schmerzen nicht vergeblich gewesen sein?!