



Evangelisch-Lutherische  
Landeskirche Sachsens

## Evangelisch-Lutherische Kirchgemeinde Zschoppach

Bockelwitz, Dürreweitzschen, Leipzig, Polditz, Sitten, Zschoppach

Ev.-Luth. Kirchgemeinde  
Pfarramt Zschoppach, Zur Kirche 1, 04668 Grimma

### **Stress lass nach!**

- stöhnen viele. Und sie denken dabei an den täglichen Kram, an die vielen Aufgaben, an die besondere Herausforderung. Das Leben ist für sie eine ziemliche Hetzerei. Und das Schlimme: wer nicht den Eindruck erweckt, einen vollen Terminkalender zu haben, ist auch kein tüchtiger Kerl.

Das ist die eine Seite, zu der das Pendel ausschlägt. Und wenn es zurückschwingt, wird deutlich, dass gleichzeitig mehr und mehr Menschen auf der Suche nach Ruhe sind. Googeln Sie mal die Begriffe ‚Ruhe und Seele‘! Was denken Sie, was Ihnen da alles angezeigt wird: die Insel oder das Bergdorf für die Seele, Kurse für Körper und Seele, Wellness für die Seele, Nahrung für die Seele und und und – und der Markt boomt. Millionen von EUROs geben wir Deutschen für etwas Ruhe aus.

Wieso kommen so viele Menschen überhaupt nicht mehr auf die Idee, bei ihrer Kirche auf die Suche nach Ruhe zu gehen? Oder vielleicht haben sie es vergeblich versucht. Auf der Suche nach einem Raum der Stille fanden sie aber nur verschlossene Kirchentüren. Auf der Suche nach einem beruhigenden Wort hörten sie nur Klagen über zu wenig Geld und zu viele Sanierungsaufgaben.

*Bei Gott allein kommt meine Seele zur Ruhe*, sagt ein Mensch im Stress, weil er von anderen in die Enge getrieben worden ist. Er wusste keinen Platz, an dem er in Sicherheit und zur Ruhe kommen konnte. Bis er Schutz im Tempel findet. Deshalb betet er dankbar (nachzulesen im Psalm 62): *Bei Gott allein kommt meine Seele zur Ruhe, denn von ihm kommt meine Hoffnung*. In der Welt der Unruhe und des Unfriedens solchen Ort zu entdecken, baut Stress ab. Manchmal ist solch ein Ort auch eine Zeit, denn auch die bietet Raum, dass der Stress nachlässt: Passionszeit, Fastenzeit, Auszeit, damit die Welt an der Unruhe ihrer Seelen nicht irre wird.

Pfarrer Rafael Schindler

Ev.-luth. Kirchgemeinde Zschoppach