

# Raus aus dem Hamsterrad

WENN CAROLIN SCHMITT ALLES ZU VIEL WIRD,  
ERINNERT SIE SICH WIEDER AN EINE ZUSAGE GOTTES.

Immer wieder tappe ich in dieselbe Falle: Hamsterrad. Eine Aktion folgt der anderen, der Terminkalender füllt sich täglich mit neuen Terminen, ohne dass ich etwas dazu beitrage. Die Prämisse „Wichtiges von Dringendem zu unterscheiden“ ist schon längst nicht mehr in meinem Gehirn präsent. Ich reagiere nur noch. Hier Sport- und Schultermine der Kinder, dort ein Kindergeburtstag, für den noch ein Geschenk zu kaufen ist, die nächste KinderKirche für Sonntag muss noch vorbereitet werden, Flyer für die neue Gottesdienstserie müssen in den Druck gehen, der monatliche Newsletter will noch geschrieben werden. Und dazwischen? Wäscheberge von unseren beiden fußballverrückten Jungs, Essen kochen, aufräumen, dem Halbtagesjob im Büro nachgehen und noch irgendwie dazwischen Zeit für Gott finden, was dann meistens auf der Strecke bleibt.

## ALLES ZU VIEL

Plötzlich ist es wieder so weit: Ich stehe vor einem unüberwindbaren Berg, alles

wird mir zu viel, meine Nerven befinden sich am Reizlimit, der Berg vor mir wächst ins Unermessliche. Wie soll ich jetzt noch einen Schritt vorankommen? Wie soll ich das alles schaffen? Unmöglich.

Plötzlich habe ich ein Déjà-vu: Hier war ich doch schon mal, in diesem Hamsterrad. Wirre Gedanken toben in meinem Kopf: „Es muss noch so viel erledigt werden. Ich kann nichts liegen lassen, mir keine Ruhe gönnen, sonst schaffe ich das nie.“ Und plötzlich, mitten in diesem Kopfchaos, begegnet mir Gott. Ein kleiner Impuls direkt in mein Herz. Ein Bild von einer großen Blumenwiese läuft an meinem inneren Auge vorbei. Am Ende der Wiese sitzt Jesus und streckt liebevoll seine Hand nach mir aus und nimmt mich auf seinen Schoß – wie eine Mutter ihr Kind.

## ICH-SCHAFF-DAS-ALLEIN-SYNDROM

Langsam begreife ich, was sich die letzten Tage zugespitzt hat. Das Ich-schaff-alles-allein-Syndrom hat wieder einmal zugeschlagen. Demütig, aber auch erleichtert

komme ich vor Gott zur Ruhe und einer meiner Lieblingsverse aus Jesaja 41,10 fällt mir ein: „Fürchte dich nicht, denn ich bin bei dir. Sieh dich nicht ängstlich nach Hilfe um, denn ich bin dein Gott: Meine Entscheidung für dich steht fest, ich helfe dir.“ Ist diese Zusage von Gott nicht großartig?

Langsam wird mir wieder einmal bewusst, wie klein und hilflos ich ohne Gott bin, und frage mich, warum ich immer wieder in diese Falle tappe. Warum nehme ich Gottes Zusage nicht beim Wort – immer und überall? Seine Entscheidung für mich steht fest: Er hilft mir. Von Herzen dankbar und mit Frieden, Zuversicht und neuer Kraft beschenkt stehe ich auf. Der scheinbar unüberwindbare Berg ist plötzlich zu einem kleinen überschaubaren Hügel geworden. \*



**CAROLIN SCHMITT** lebt mit ihrer Familie in Karlsdorf und ist die Leiterin Office und KinderKirche in der Kirche für Bruchsal.