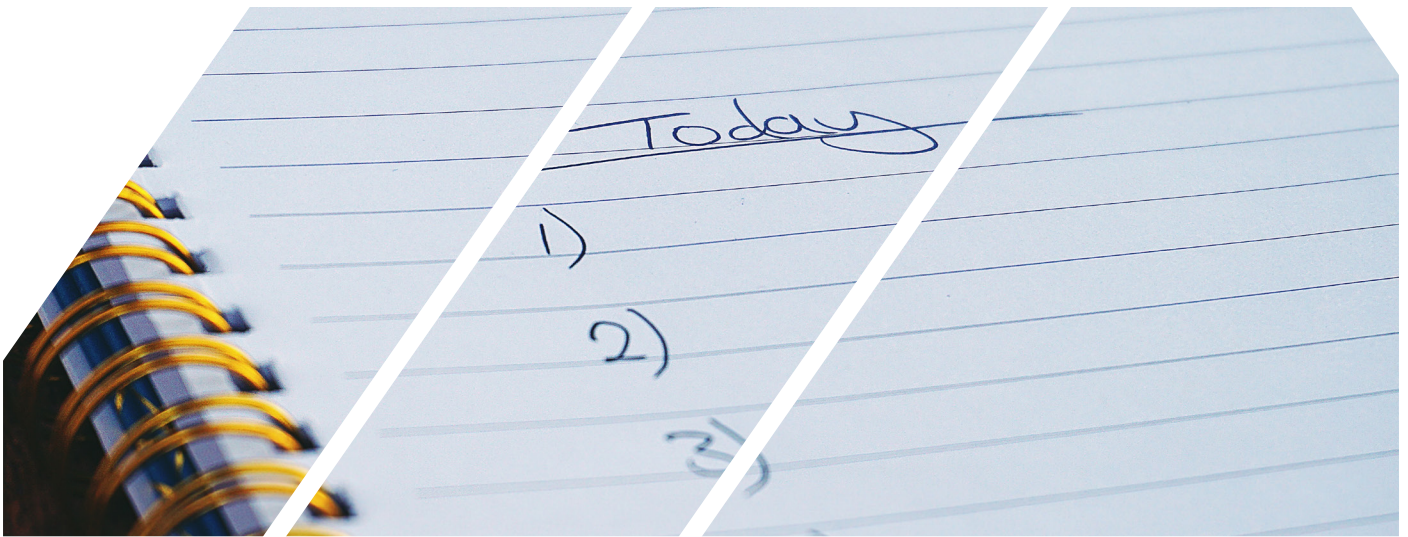




## EVANGELISCHE CHRISCHONA GEMEINDE HEIDENHEIM



### Guten Abend,

Nur für heute will ich versuchen, diesen einen Tag zu leben - nicht mein ganzes Lebensproblem auf einmal anzupacken. Ich kann jetzt etwas tun, vor dem ich zurückschrecken würde, wenn ich das Gefühl hätte, ich müsste es mein ganzes Leben lang durchhalten.

Nur für heute will ich versuchen, glücklich zu sein, indem ich mir klarmache, dass mein Glück nicht davon abhängt, was andere tun oder sagen oder was um mich herum geschieht. Glück stellt sich ein, wenn ich mit Gott, meinem Nächsten und mir in Frieden lebe.

Nur für heute will ich versuchen, mich auf das auszurichten, was ist - nicht erzwingen, dass sich alles nach meinen Wünschen und Plänen richtet.

Ich will meine Familie, meine Freunde, meine Arbeit und meine Lebensumstände so annehmen wie sie kommen.

Nur für heute will ich auf meine körperliche Gesundheit achten,

ich will meine Verstandeskräfte üben,

ich will meine Beziehung zu Jesus leidenschaftlich und authentisch leben.

Nur für heute will ich jemandem etwas Gutes tun, ohne dabei entdeckt zu werden - wenn jemand davon erfährt, zählt es nicht.

Ich werde mindestens eine Sache tun, die ich nicht gerne tue, und ich will meinem Nächsten einen kleinen Liebesdienst erweisen.

Nur für heute will ich mir ein Programm machen. Ich will es machen, auch wenn ich es vielleicht nicht ganz genau befolge. Vor zwei Plagen will ich mich retten: Hast und Unentschlossenheit.

Nur für heute will ich aufhören zu sagen: "Wenn ich Zeit hätte". Ich werde nie für etwas "Zeit finden", wenn ich Zeit haben will, muss ich sie mir nehmen.

Nur für heute will ich in Stille meditieren - mich dabei auf Gott, wie ich ihn durch die Bibel verstehe, auf mich selbst und auf meinen Nächsten besinnen. Ich will mich entspannen und nach Wahrheit suchen.

Nur für heute will ich keine Angst haben. Insbesondere werde ich mich nicht davor fürchten, glücklich zu sein - und mich an den guten, schönen und lebenswerten Dingen im Leben erfreuen.

Nur für heute will ich mich vertrauensvoll wie ein Kind in die starken und mächtigen Arme meines Gottes werfen und durch seine Zusagen getrost das Heute und das Morgen wagen.

Einen entschlossfreudigen Abend

Euer *Lothar Rapp*