

Impuls zur Jahreslosung 2023

In mir brodelt es. Ich fühle mich so ungerecht behandelt. Ärger, Wut und Verzweiflung wechseln sich in mir ab. Ich kann an gar nichts anderes mehr denken. Der Termin an der Uni passt mir da grade gar nicht. Aber ich muss halt hin. Nachdem alles Wichtige kurz und knapp geklärt ist, schaut mich der Dozent an und sagt dann: „Alles ok bei dir? Du siehst aufgebracht aus. Nimm doch kurz Platz.“ Ich sitze noch 45 Minuten bei ihm im Büro und rede mir den Frust von der Seele.

Ohne, dass ich den Wunsch ausgesprochen hatte, wurde ich in meinem Ärger gesehen. Und ehrlich gesagt, irgendwie war es mir auch wichtig. Ich wollte wahrgenommen werden in meiner Frustration und Sorge. Und es tat mir gut, dass ich nicht übersehen wurde.

**Du bist ein Gott,
der mich sieht.**
(1. Mose 16,13 L)

Der Wunsch, gesehen zu sein, ist ein zutiefst menschliches Bedürfnis. Egal ob über Instagram, Facebook, auf dem Klassenfoto oder beim Mannschaften-Wählen im Sportunterricht: Wir wollen gesehen werden. So wie in

dem Moment an der Uni. Wir wollen wahrgenommen werden, mit dem, was wir können und leisten, was wir erleben, was wir fühlen und auch mit dem, was uns bewegt. Experten meinen sogar, dass ein Burnout häufiger durch fehlende Anerkennung ausgelöst wird als durch zu viel Arbeit. Wenn mich niemand sieht, wenn mich keiner wahrnimmt, dann geht es mir schlecht.

Wie tröstlich ist es da, zu wissen, dass Gott mich sieht. Egal in welcher Situation. Ob ich fröhlich bin und alles im Griff habe, oder ob es bei mir nicht läuft und ich völlig frustriert über mein Leben bin. Ich kann mich jeden Tag unter diese Zusage stellen: Ich bin gesehen.

M

Gibt es Menschen in deinem Umfeld, die sich vielleicht auch wünschen, dass jemand sie sieht? Wie könntest Du ihnen zeigen, dass sie gesehen sind?

G

Himmlicher Vater, ich danke dir, dass du mich siehst. An jedem Tag und in jeder Situation darf ich wissen: Du weißt darüber Bescheid, wie es mir geht. Danke!

Martin Grauer