

Impuls in den Tag – 2. Sonntag nach Weihnachten, 3.1.2021

von Angela Kläs, Gemeindereferentin

Gute Vorsätze für das Jahr 2021

Solange ich mich erinnern kann, wird das neue Jahr mit guten Vorsätzen begonnen. Aber was sind überhaupt „gute Vorsätze“? Warum ist es uns besonders am letzten Tag des Jahres so wichtig?

Am letzten Tag des Jahres rufe ich ganz gerne die letzten 365 Tage nochmal ins Gedächtnis. Am liebsten bei einem ausgiebigen Spaziergang. Was war gut? Was muss ich verändern? Und was möchte ich nicht mehr? Mir fallen spontan ganz viele Dinge ein, die ich unbedingt verändern muss:

- gesünder ernähren
- mehr Sport treiben
- mehr Zeit mit Familie und Freunden verbringen
- mehr auf meine Gesundheit achten
- und, und, und....

Ich glaube, jeder könnte noch ganz viele Vorsätze dazu schreiben. Nun ist das Neue Jahr bereits 3 Tage alt und ich überlege, was ist von den guten Vorsätzen überhaupt übriggeblieben? Wann werden die restlichen Vorsätze über Bord geworfen, damit die lieb gewordenen Gewohnheiten ihren Platz wieder einnehmen können? Vielleicht sollte man sich auch nur einen guten Vorsatz mit ins Neue Jahr nehmen und den mit ganzer Kraft verfolgen. Dann gelingt es vielleicht besser, die guten Vorsätze im Neuen Jahr umzusetzen.

Bei meinen Überlegungen ist dann letztendlich das „Was war gut?“ ganz rausgefallen und ich bin nur bei meinen Veränderungen gedanklich hängengeblieben.

Dabei gibt es ganz viele Dinge, die gut gelaufen sind. Und gerade weil sie gut gelaufen sind, geraten sie leicht in Vergessenheit. Aber es gelingt mir besser, positiv ins neue Jahr zu starten, wenn ich die guten und positiven Situationen im Hinterkopf behalte. Nur der Pessimist geht mit den negativen und düsteren Gedanken ins Neue Jahr.

Ich halte es wie der Optimist und freue mich auf 365 Tage mit vielen unterschiedlichen Momenten, die es zu meistern gilt.

Der Optimist sieht in jedem Problem eine Aufgabe. Der Pessimist in jeder Aufgabe ein Problem.

Ich wünsche Ihnen allen, ein frohes und gesegnetes Neues Jahr 2021.

