

## Der Sinn unseres Lebens

### Erwartungen durch Dankbarkeit und Wertschätzung ersetzen



© image by falco from Pixabay

Viele von uns fühlen sich ständig unter Druck gesetzt. Zumindest mir geht es immer wieder so. Wir haben das Gefühl als Eltern, Kinder, Mitarbeiterinnen, Freundinnen, Bürgerinnen und Partnerinnen ständig hohe Anforderungen erfüllen zu müssen, und das fast 24 Stunden am Tag.

Ein wirklich anstrengendes Gefühl.

Ich habe für mich ein paar Dinge gefunden und gelernt, die mir den Umgang mit diesen Herausforderungen erleichtern.

Das Eine ist die bewusste Praxis der Dankbarkeit durch mein tägliches Gebet und ein Tagebuch, in das ich jeden Tag drei Dinge aufschreibe für die ich dankbar bin. Ich versuche, meine Erwartungen in Wertschätzung umzuwandeln.

Das Andere ist das Glück, verstanden zu haben, was mein Lebenssinn ist.

Ich weiß, es klingt wie ein Klischee, aber ich habe meine Lebensaufgabe gefunden, nachdem ich Gott tausendmal dazu befragt habe. Die Antwort erhielt ich in sehr jungem Alter, aber ich akzeptierte sie erst viele Jahre später, denn ich war zuvor sehr damit beschäftigt, ein cooler Teenager zu sein (was mir nicht gelang). Ich wollte die perfekte Studentin sein, einen "guten" Job finden, um gutes Geld zu verdienen, eine Familie gründen, und eine super Ehefrau und Mutter werden!

Im Jahr 2015, mitten in der Flüchtlingskrise, wurde mir klar, dass es meine Lebensaufgabe ist, all meine Talente einzusetzen, um Menschen zu helfen, die weniger privilegiert sind als ich.

Ich habe verstanden, dass es meine Aufgabe ist, diesen Planeten besser zu verlassen, als ich ihn vorgefunden habe, und zwar in jedem Bereich meines Lebens. Der Rest hat sich einfach ergeben.

Ich gab meinen sicheren Arbeitsplatz auf, um mich ehrenamtlich in der Flüchtlingshilfe zu engagieren, und ohne zu suchen, wurde mir eine Stelle bei der katholischen Kirche angeboten.

Hier bin ich nun seit über fünf Jahren, lerne ständig dazu und helfe anderen zu helfen, damit wir alle diesen Planeten besser hinterlassen.

Es passiert mir oft, dass ich denke, ich könnte meine Arbeit noch besser machen, oder ich könnte noch mehr tun.

Aber dann frage ich mich: Was erwartet Gott von mir? Dass ich alles perfekt mache? Oder dass ich meine Lebensaufgabe erfülle? Geht es darum, ein Bilderbuch-Leben zu führen? Oder Gott und meinen Mitmenschen durch meine Arbeit zu dienen?

Ich glaube nicht, dass Tempo und Druck in unserem Leben nachlassen werden. Ich glaube aber, dass dieser Druck besser zu ertragen ist, wenn wir unsere Erwartungen durch Wertschätzungen ersetzen, wenn wir täglich Dankbarkeit üben.

Und wenn wir statt einer Menge sinnloser Beschäftigungen für uns selbst eine wirkliche Lebensaufgabe finden!



Lina Orrego, Ehrenamtskoordinatorin