



Aufwachen – das fällt manchmal unheimlich schwer. Den Wecker nach dem dritten Mal Schlummerfunktion endlich hören, sich aus dem Bett wälzen, strecken, mit müden Augen irgendwie ins Bad steuern und sich fertig machen.

Es gibt aber auch Tage, an denen man gerne aufsteht. Schon beim ersten Weckton sitzt man senkrecht im Bett, topfit, denkt noch kurz an den letzten Traum, geht ins Bad, genießt die Dusche und startet in den Tag.

Oft frage ich mich, was den Unterschied ausmacht. Wann wache ich gerne auf und warum fällt es mir manchmal so schwer? Natürlich liegt das manchmal an der Dauer oder Qualität des Schlafs. Aber manchmal auch daran, was mich erwartet. Freue ich mich auf den Tag oder muss ich mich aus dem Bett quälen, weil ich weiß, dass ich mich heute noch mehr quälen muss?

An solchen Tagen hilft ein Blick aus dem Fenster. Dann genieße ich das herrliche Morgenrot. Lasse dieses Wunder der Natur, dieses Wunder der Schöpfung Gottes, auf mich wirken. Daraus schöpfe ich neue Kraft und bin dann ganz bei mir. Was für ein Start in den Morgen!

Besonders in den Wintermonaten gibt es ganz oft solche wunderbaren Farbenspiele am Morgenhimmel. Wenn du magst, dann lass sie in dieser Woche einmal auf dich wirken.

Bild: Katharina Wieland Müller, pxello.de

Wach auf, meine Seele!  
Wacht auf, Harfe und Saitenspiel!  
Ich will das Morgenrot wecken.

Psalm 57,9

