

## **Gedanken zum Tag**

**16.07.2023**

**Torsten Kersting**

**Loslassen**

Ich lasse mich gerade scheiden!

Und ich verkaufe mein Haus!

Es fällt mir schwer los zu lassen!

Ich mag es nicht mich von gewohnten Dingen, Menschen, Vertrautem zu trennen, im Großen wie im Kleinen.

Ganz einfaches Beispiel: in meinem Kleiderschrank hängen mindestens fünf Jacken, die mir nicht passen, aber ich kann mich nicht trennen. Eigentlich brauche ich eine neue Jacke, aber vorher muss ich Platz schaffen und die alten los werden. Gar nicht so einfach!

Nach 25 Jahren Berlin ging es jetzt wieder zurück ins verregnete Münsterland, weit weg von meinen geliebten Strandbädern, dem Sonnenschein, der Weltstadt. Ohne Familie, ohne Haus, ohne Auto und so viele Dinge, die sich in diesen 25 Jahren angesammelt haben.

Seitdem ich hier bin, ist mir auf einmal klar geworden, dass ich viel zu lange Dinge festgehalten habe, obwohl es viel besser wäre, sie loszulassen.

Ich weiß jetzt welche Dinge ich in meinem Leben brauche.

Welche Beziehungen mir wichtig sind.

Oder welche materiellen Besitztümer.

Aber ich musste erst loslassen!

Und ich finde Loslassen bedeutet Freiheit.

Es schafft Platz – in unseren Wohnungen und Häusern, in unserem Terminkalender und in unserem Leben.

Vor jedem Neuanfang braucht es ein Loslassen, so schwer es auch fällt!

Torsten Kersting, Münster