



Alexianer

Die Dachgesellschaft der
Alexianer-Einrichtungen

GELASSENHEIT

Die Kunst des Loslassens

Gelassenheit ist die innere Haltung, das Leben so anzunehmen, wie es kommt – mit all seinen Höhen und Tiefen. Sie bedeutet, darauf zu vertrauen, dass nicht alles nach unseren Plänen laufen muss, damit es gut wird. Oft neigen wir dazu, Dinge krampfhaft festzuhalten, seien es unsere Vorstellungen, Ängste oder Sorgen. Doch wahre Gelassenheit wächst dort, wo wir loslassen können. In Philipper 4,6 heißt es: „Sorgt euch um nichts, sondern bringt in allem eure Bitten im Gebet vor Gott.“ Diese Worte erinnern uns daran, dass wir unsere Lasten abgeben dürfen. Gelassenheit entsteht im Vertrauen darauf, dass Gott in allen Dingen gegenwärtig ist und wir nicht allein die Welt tragen müssen. Im Loslassen liegt eine tiefe Freiheit – die Freiheit, im Augenblick zu ruhen und die Gewissheit, dass alles seinen Platz finden wird. Gelassenheit ist nicht Gleichgültigkeit, sondern ein ruhiges Vertrauen in den Lauf der Dinge.

Horizonte



Liliana Shpigalter

Julia Rickert | Christliche Ethik / Leitbild / Spiritualität

ALEXIANER GMBH | Alexianerweg 9 | 48163 Münster

T (02501) 966-55151 | F (02501) 966-55109 | julia.rickert@alexianer.de

www.stiftung-alexianerbrueder.de | www.alexianerkloster.de | www.alexianer.de