

im pulk

des Monats

September 2026



Bosse – peu á peu



>>> Gönnen können



Alles hat seine Zeit... Den Spruch kennst du sicher. Auch und gerade in diesen Monaten ändert sich in vielen Leben vieles: Neue Lebensabschnitte, Umzüge, neue Ausbildung, Studium oder neuer Job. Vielleicht hat sich über den Sommer auch eine neue Liebe gefunden oder es wurde eine alte zerbrochen. Vielleicht haben sich Freundschaften auseinandergelebt oder wurden – wodurch auch immer – brutal zerbrochen.

„Alles hat seine Zeit“ – das steht auch schon in der Bibel im Buch Kohélet („Prediger“ bei den ev. Christ*innen). Darin werden viele verschiedene Situationen genannt, die vom Aufbau und Ende, vom Lieben und Hassen, vom Behalten und Wegwerfen sprechen.

Sicherlich findest du dich und Situationen aus deinem Leben auch in den Worten. Das Lied von Bosse passt für mich auch dort genau rein. Es spricht von einer zerbrochenen Liebe, die nur Stück für Stück heilen kann. Was ich toll daran finde,

ist die Haltung, mit der Bosse daran geht. Oft gibt es Schlammschlachten, Hass und Schadenfreude im Nachgang von Beziehungen. Er hingegen wünscht ihr und sich selbst, dass es nun wieder – peu á peu – gut wird.

Warum soll es mir oder dem*der anderen schlecht gehen? Was ich an Glück und Freude habe, nimmt dem*der anderen nichts weg. Nur weil es mir scheiße geht, soll es dem*der anderen auch so gehen?

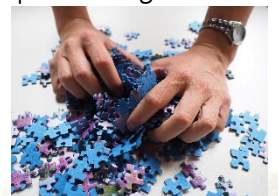
Im Englischen gibt es auch das Wort „Schadensfreude“, da es einfach keinen passenden englischen Begriff dafür gibt. Weil aber kein positives Gegenstück dazu existiert, haben sie kurzerhand „Freudenfreude“ dazu gelegt. Im Deutschen würden wir wahrscheinlich sagen, dass wir uns mitfreuen, wobei es „Mitfreude“ auch nicht gibt.

Wann waren für dich zuletzt Momente, in denen du dich Stück für Stück weiterbewegt hast und dich (trotzdem) mit dem*der anderen mitfreuen konntest? Konntest du deinen next step auch emotional positiv gestalten?



>>> **Das wünsche ich dir für diesem Monat:** Dass du beim Blick auf deine aktuelle Situation gut peu á peu weitergehen und dabei gut dem*der anderen gerne etwas gönnen kannst.

Dein Martin Rudolf-Ceglarski, *Regionaljugendseelsorger in Rheinhausen*



Deine Challenge des Monats: Mache ein Puzzle – egal wie groß es ist. Nimm dabei bewusst wahr, was es braucht, um die einzelnen Teile zu sortieren und zusammen zu setzen. Erkenne die Muster und überlege dir dabei, welche Teile es in deinem Leben gibt, welche Muster deine Entscheidungen haben und freue dich daran, wenn du damit gut vorankommst. Und wenn jemand anders schneller oder besser ist? Gönnen können! 😊

Bildrechte: PublicDomainPictures in pixabay, Martin Manigatterer und Hans/pixabay alle in pfarrbriefservice.de (am 03.07.2026)