

Dekalog der Gelassenheit

Nur für heute werde ich mich bemühen, den Tag zu erleben, ohne das Problem meines Lebens auf einmal lösen zu wollen.

Nur für heute werde ich mit großer Sorgfalt auf mein Auftreten achten. Ich werde danach streben, niemanden zu kritisieren oder zu verbessern - nur mich selbst.

Nur für heute werde ich in der Gewissheit glücklich sein, dass ich geschaffen bin, glücklich zu sein, nicht nur in der anderen Welt, sondern auch schon in dieser.

Nur für heute werde ich mich den Umständen anpassen, ohne zu verlangen, dass sich die Umstände an meine Wünsche anpassen.

Nur für heute werde ich zehn Minuten meiner Zeit der Stille widmen und Gott zuhören. Wie die Nahrung für das Leben des Leibes notwendig ist, so ist das Horchen auf Gott in der Stille notwendig für das Leben der Seele.

Nur für heute werde ich eine gute Tat vollbringen. Und ich werde sie niemandem erzählen.

Nur für heute werde ich etwas tun, wozu ich eigentlich keine Lust habe. Sollte ich mich in meinen Gedanken verletzt fühlen, werde ich dafür sorgen, dass es niemand merkt.

Nur für heute werde ich ein genaues Programm aufstellen. Vielleicht halte ich mich nicht genau daran, aber ich werde es aufsetzen. Und ich werde mich vor zwei Übeln hüten: vor der Hetze und der Unentschlossenheit.

Nur für heute werde ich glauben - selbst wenn die Umstände das Gegenteil zeigen sollten - dass die gütige Vorsehung sich um mich da kümmert, als gäbe es sonst niemand auf der Welt.

Nur für heute werde ich keine Angst haben. Ganz besonders nicht davor, mich an allem zu freuen, was schön ist – und an die Liebe zu glauben.

Papst Johannes XXIII