

Endlich Frühling!

Raum für Neues



Lasst uns Neues pflanzen (Symbolbild)

Quelle: Unsplash+ / Karolina Grabowska

Die Tage werden länger und heller – der Frühling ist im Kommen. Viele Menschen fühlen sich lebendiger und erleben die Jahreszeit so, als würde nicht nur die Natur um sie herum, sondern auch sie selbst aufwachen.

Für die einen ist der Frühling die Zeit für neue Kontakte und Freundschaften, andere misten ihre Wohnung aus, wieder andere denken an berufliche Veränderungen. Und es gibt etliche, die – endlich! – abnehmen wollen. So ist der Frühling eine Zeit für Neues und für Veränderungen.

Also: Schaff in deinem Leben Raum für Neues!

Nutze die positive Grundstimmung und Energie:

- Geh mehr an die frische Luft; spazieren, walken, Fahrrad fahren oder joggen. Gehe auch dann raus, wenn das Wetter nicht so optimal ist. Frische Luft und Bewegung tun dir gut!
- Trink reichlich Wasser und Tee. Iss leichter, mehr Obst, Gemüse und Geflügel. Das tut deinem Körper gut!
- Nimm eine Sportart von früher wieder auf oder lerne eine neue kennen. Du wolltest schon immer mal tanzen, Fechten oder Volleyball spielen? Dann schau, wo das in deiner Nähe möglich ist. Gib dir einen Ruck! Überleg nicht, ob du das schaffst oder du dich blamieren könntest. Was andere über dich denken, ist nicht so wichtig.
- Lass einmal deinen Blick durch die Wohnung schweifen. Welches Zimmer oder welche Ecke möchtest du verschönern? Und: Schau, was du von den vielen Sachen, die du hast, nicht mehr brauchst. Wenn es dir zu schade ist zum Wegwerfen, dann biete es Freunden oder in einer Anzeige an. Packe es an und schiebe es nicht länger auf!

Raum für Neues

All die genannten Dinge sind gute Ideen, um dem Leben im Alltag neue Impulse zu geben. Aber denke bei allen guten Vorschlägen an das Wichtigste: an deine Seele!

Der Prophet Jeremia sprach vor mehr als 2500 Jahren ein Wort aus, das sich auf Veränderung und einen Neuanfang für das Volk Israel abzielte: «Pflüget neues Land.» ([Jeremia, Kapitel 4, Vers 3](#))

Auch wenn es dir vielleicht neu ist: Gott ist ein Gott des Neuen und der Veränderung; auch wenn das die allermeisten Kirchen überhaupt nicht ausstrahlen. So manche Christen wirken eher wie Gralshüter und Traditionsbesessene. Doch Gott, der Vater von Jesus Christus, ist anders! Er liebt das Neue und das Leben!

Dieser Beitrag erschien im März 2021 auf [Jesus.ch](#).

Zum Thema:

[Den Glauben entdecken](#)

[Frühling: Die Zeit, wo das Licht stärker wird als die Dunkelheit](#)

[Jahreslosung ganz persönlich: «Siehe, ich mache alles neu»](#)

Datum: 31.03.2026

Autor: Norbert Abt

Quelle: Jesus.ch

Tags

[Glaube](#)

[Leben als Christ](#)

[Ratgeber](#)