

NDR 2 Moment mal

Montag bis Freitag 18:15 Uhr, Samstag und Sonntag 9:15 Uhr



Anna-Elisabeth Rolfes, Pastoralreferentin in Cappeln

Mittwoch, 20. März 2024

So richtig schön entspannen und die Seele baumeln lassen kann ich am besten am Meer.

Ich bin ein Küstenkind und die Ostsee ist meine Heimat. Ich kaufe mir ein leckeres Fischbrötchen und gehe dann dorthin, wo kaum Menschen sind. Ein Moment Ruhe, die salzige Luft auf meiner Haut spüren und die Wellen rauschen hören.

Manchmal fühle ich mich dann ganz klein, vor diesen riesigen Massen an Wasser. Aber ich fühle mich auch wohl und geborgen, denn ich weiß, obwohl ich hier scheinbar ganz allein am Meer stehe, die Füße tief in den Sand gegraben, bin ich doch nicht alleine. Gott ist bei mir. Wir stehen zusammen hier, schauen auf die Wellen, schweigen, genießen den Moment und ich kann vollkommen entspannen mit Gott an meiner Seite.

Und dabei beiße ich herzhaft in mein Fischbrötchen.