

**Mehr als alles andere, hüte dein Herz,
denn daraus quillt das Leben.**

Sprüche 4, 23



Liebe Mütter,

diesen Rat sollten wir gerade jetzt beherzigen- schließlich wirkt sich unsere eigene gute oder schlechte Laune automatisch auf die Atmosphäre der gesamten Familie aus - ob wir das wollen oder nicht, da quillt das Leben oder die miese Stimmung ist vorprogrammiert... Gerade jetzt, wo wir alle recht eng aufeinander hocken, die Nerven vielleicht schneller blank liegen, der Frust eher in uns aufkocht, wir uns vielleicht „unfrei“ und angehangen fühlen, wiederholt eigene Interesse zurückschrauben, versuchen *allen* Bedürfnissen gerecht zu werden und verschiedene Wünsche und Bedürfnisse unter einen Hut zu kriegen, sollten wir zuerst auf unser Herz achtgeben. Seht es mal aus dieser Perspektive:

Gott gibt uns Müttern offensichtlich den Schlüssel für ein positives, ermutigendes, liebevolles Familienklima in die Hand und bietet uns im gleichen Atemzug an, mit dafür zu sorgen indem Er anbietet, unser Herz reinzuhalten. Wie? Du kannst alle Ängste und Sorgen bei Jesus abgeben, allen Frust und Ärger- Er hält es aus, damit es dir (euch) gut geht. Nichts musst du ohne Ihn bewältigen, Er bietet dir Hilfe an. Alle Lasten kannst du bei Ihm ablegen. Vielleicht schon gleich am Morgen- ehe die Kinder wach werden, in Vorbereitung auf den neuen Tag. Oder rückblickend am Abend- schau auf alles was gut oder weniger gut gelaufen ist, lass es los und freue dich darauf, dass dich neue Gelegenheiten und Chancen erwarten, etwas anders zu machen als bisher. Jeder mütterliche „Herzputz“ wird so automatisch zum „Hausputz“ für die ganze Familie. Unser Wohlbefinden ist Sein Herzensanliegen und deshalb spricht Er dir zu: „Gönn dir!“ oder: „Ruh dich aus und halte Ausschau nach etwas, womit ICH dir eine Freude machen will- aus Liebe und weil ich stolz auf dich bin. Du bist eine gute Mutter.“

[Lied: Weil es Liebe ist](#)