20.11.2026 | 21:58 Uhr
Abendsegen | rbb 88.8

Ein Beitrag von
Maria Elisabeth Grosch

Nahrungsergänzungsmittel Gott

Seit einigen Jahren nehme ich Nahrungsergänzungsmittel. Jeden Morgen zum Frühstück Vitamin B12, danach Vitamin D, abends ab und zu Eisen. Natürlich mit Vitamin C zur besseren Aufnahme. Das ist inzwischen so eingespielt, dass ich gar nicht mehr darüber nachdenke.

Was ich stattdessen vergesse? Beten. Mehr als nur ein schnelles „Gott sei Dank“, wenn etwas gut gegangen ist. Bisher hat mir noch keine Ärztin Beten verschrieben. Die Nebenwirkungen sollen deutlich angenehmer sein.

Wieso schaffe ich es, täglich an diese Pillen zu denken - ohne die es mir vermutlich nicht dramatisch schlechter ginge - und nicht daran, mit Gott zu reden? Da fehlt die Routine. Wahrscheinlich muss ich auch das einüben.

Vielleicht gleich morgen früh, während ich an der Kaffeemaschine warte. Vielleicht wollen Sie das auch mal probieren. Die Wirkung soll ja sehr belebend sein. Keine Sorge, ein Rezept brauchen Sie dafür nicht. Und die Einnahme ist auch abends möglich.

Ich wünsche Ihnen eine gute Nacht.

© 2026 · Kirche im RBB