



Heute mal eine FROHE BOTSCHAFT

Freitag, 17.7. 20

Auszeit

Manchmal wird einem alles zu viel...

Auf der Arbeit gibt es Stress. Die Kinder quengeln. Die Wohnung müsste dringend mal wieder geputzt werden. Irgendwie geht einem nichts von der Hand.

Dann braucht man dringend mal eine Auszeit.

Zeit um runter zu kommen, zu entspannen. Zeit um Atem zu holen. Zeit für sich. Zeit um neue Kraft zu schöpfen.

Der Sommer ist für viele eine Gelegenheit, sich einmal eine Auszeit zu gönnen. Die Kinder haben Ferien. Viele fahren in den Urlaub oder nehmen sich wenigstens ein paar Tage frei.

Auch wenn in diesem Jahr manches sicher anders sein wird, so ist es doch wichtig, sich Pausen zu gönnen.

Denn die erstaunliche Erfahrung ist doch immer wieder, dass einem danach die Arbeit viel leichter von der Hand geht oder man plötzlich ganz neue Ideen bekommt, die man vorher gar nicht gesehen hat.



Übrigens, auch Gott gönnt sich Auszeiten! Am Anfang der Bibel wird erzählt, dass Gott die Welt in sechs Tagen erschuf und sich dann erst einmal einen freien Tag gönnte.

Auch von Jesus wird berichtet, dass er sich immer wieder Auszeiten nahm, dass er sich zurückzog, um zu meditieren und zu beten und neue Kraft zu schöpfen.

Nicht nur unser Körper und unser Geist brauchen Auszeiten, auch unsere Seele muss sich immer wieder ausrichten und mit ihren Kraftquellen verbinden.

Und wenn Sie in den kommenden Wochen etwas Zeit haben und Gott wohl auch gerade Zeit hat, dann könnten Sie sich doch mal verabreden...

Ihr

Dr. Claus Müller

Pfarrer in der Prot. Kirchengemeinde Germersheim

