



Setzt Euch und ruht Euch aus

Wie wichtig ist diese Ermahnung Jesu auch an uns,
damit wir nicht forthetzen von einer Arbeit zur nächsten,
von einem Event zum anderen,
damit uns nicht die Luft wegbleibt,
das tiefe Durchatmen und Verweilen im Augenblick.

Wir brauchen Ruhe und Muße,
um in der Stille auf den Grund unserer Seele zu stoßen,
auf die Wünsche und Sehnsüchte,
um Abstand zu gewinnen von den Sorgen und Aufgaben,
um offen zu sein für Gottes Wort an uns.

*Irmela Mies-Suermann,
In: Pfarrbriefservice.de*