

Gönn dich dir selbst



Auf ein Wort...

*Halt an! Wo läufst du hin?
Der Himmel ist in dir:
Suchst du Gott anderswo,
du fehlst ihn für und für.
(Angelus Silesius)*

Ein Strandkorb weckt Sehnsucht nach Sommer, Sonne, Strand und Ferien, d. h.: ausruhen, die Beine baumeln lassen. Im kleinen geschützten Raum sich geborgen fühlen und in die Weite sehen. In solchen Augenblicken kann ich den Alltag hinter mir lassen. Ganz bei mir selbst sein, Freude am Augenblick haben und damit viel Kraft tanken.

Wir alle brauchen solche Augenblicke. Sr. Aurelia Spendel schreibt einmal: „Pausenlos ist atemlos. Wenn ich die Füße ausstrecke – geht meine Seele ihren Weg.“ Wie oft bin ich davon weit entfernt. Nichtstun macht mich unruhig, da ich die Stille nicht auskosten kann.

Im Buch der Sprüche heißt es:

Wer seine Tätigkeit einschränkt, erlangt Weisheit
(Sir 38, 25)

Der heilige Bernhard von Clairvaux schreibt an seinen früheren Mitbruder, Papst Eugen III.: „Denk also daran: Gönn dich dir selbst. Ich sage nicht: Tu das immer, ich sage nicht: Tu das oft, aber ich sage: Tu das immer wieder einmal. Sei wie für alle anderen auch für dich selbst da.“

Nur dann kann Gott zu mir sprechen und ich ihn hören.

Sr. Lucia Schäckel OSU

Bild:

Strandkorb-Teak-Classic-15 (<http://www.strandkorb-sonnenpartner.de>)