



aufwind

Inspirationen zum
Weitergehen und **Weitergeben**

Ein Projekt des Refugiums für Mitarbeitende in Caritas und Pastoral sowie der Caritas-Konferenzen im Bistum Limburg.
<http://aufwind-refugium.de>

© Refugium Hofheim 2021

Ein Plädoyer für die Muße

frei werden vom Leistungsdruck
frei werden vom Räderwerk der Zeit
frei werden von eigenen und fremden Erwartungen

kein Ziel vor Augen haben
kein Ergebnis ansteuern
keinen Zweck erfüllen

einfach aus dem Fenster schauen
einfach die Vögel beobachten
einfach eine Tasse Tee trinken

Einfach so?
ohne schlechtes Gewissen?

Also übe ich Muße,
leben im hier und jetzt.
Und nutze die Coronazeit als Chance.

In ihr muss ich mich nicht entschuldigen,
dass ich Zeit habe.
Es geht ja allen so.

Und so versuche ich
das Nichtstun umzudeuten,
es zur Muße werden zu lassen
und fröhlich im Augenblick zu bleiben.

Manchmal - fast nebenbei
macht der Kopf eine Pause
und ich atme auf.

Ludwig Reichert