



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 2020

Lockerungsübung

Lockerung.
Den Sportler macht sie geschmeidig.
Im Knast bringt sie mehr Freiheit.
Beim Backen lässt sie den Teig aufgehen.
Auf dem Acker lässt sie den Boden atmen.

Und bei Corona?
Weniger Kontaktbeschränkung.
Dennoch ein mulmiges Gefühl.
Das Leben ist
noch nicht wieder gelöst,
noch nicht wieder frei,
noch nicht wieder bekömmlich,
noch nicht bereit zum befreiten Aufatmen.
Bis wir wieder innerlich wirklich locker sind,
wird Zeit vergehen.
Vielleicht viel Zeit.

Doch der Tag kommt,
an dem ich sagen werde:
*Herr, du hast mein Klagen in Tanzen verwandelt,
mein Trauergewand hast du gelöst
und mich umgürtet mit Freude. (Psalm 30,12)*

Bis dahin
lockere ich mein Leben
mit Vorfreude und Gottvertrauen.
Und vielleicht tanze ich schon mal ein wenig ...

Sabine Menge