

Achtsam leben – Die Welt und mich erspüren

Geh hinaus, in die Felder, die Natur und die Sonne, geh hinaus und versuche, das Glück in dir selbst zurückzufinden (Anne Frank)

Sommerglück

So fühle ich mich. Meine arbeitsfreie Zeit ist jedoch noch einige Wochen entfernt. Ich schaue aus dem Fenster meines Büros und beobachte die Wolken am Himmel. Was bedeutet Sommer für mich? Wirklich nur Urlaub Wegfahren, Abschalten vom Alltag? All dies ist in diesen Tagen schwerer geworden – die Leichtigkeit des Sommers....

Eigentlich ist Sommer eine der intensivsten Zeiten für mich: lange Tage, im Garten ist Hochsaison, die Kinder haben Schulferien und brauchen immer wieder neue Unterhaltung, um die vielen Wochen zu überbrücken. In diesem Jahr besondere Herausforderung.

So gesehen ist der Sommer eine recht anstrengende Zeit – und doch freue ich mich auf ihn: weil ich trotz Beruf – so viel Zeit wie sonst kaum während des Jahres mit meiner Familie verbringen kann. Und weil ich mich der Schöpfung in der Natur irgendwie besonders nahe fühle. Es ist ein bisschen so als würde Gottes Nähe förmlich spürbar werden in allem was mich umgibt. In jeder Kleinigkeit, in jeder Freundlichkeit.... können wir Gott spüren. Und das macht mich ziemlich glücklich. (-:

Herr, ich möchte dich spüren in allem, was mir im Leben begegnet. Lass mich dich erkennen in den verborgenen Windungen des Alltags und immer wieder von Neuem stauen und glauben.