

Das Geschenk der Gelassenheit

Zeit ist etwas Phänomenales. Der Tag hat 24 Stunden. Messbare Minuten, die als Zeitraum aber sehr unterschiedlich empfunden werden. Manchen ist der Tag zu **kurz** aufgrund ihres *Arbeitspensums*, anderen dauert er zu **lange**. Sie empfinden **gähnende Leere und Langeweile**. Wie sich die Zeit vertreiben?

Die „Zeit vertreiben“, das hört sich für mich irgendwie komisch an...

Kann ich die Zeit *vertreiben oder fortjagen*, steht das in meiner MACHT? Wenn ich darüber nachdenke, komme ich zu dem Schluss, dass ich in gewisser Hinsicht doch **HerrIN** über **meine Zeit** bin.

Unsere Lebenszeit ist natürlich Gegebenheiten, Verpflichtungen und Alltagsgeschäften unterworfen. Dennoch habe ich die Freiheit meine Zeit neben all den Vorgaben mit Bedacht und Sorgfalt auszugestalten.

Doch wie behutsam gehe ich mit dieser mir geschenkten freien Zeit um?
Ist diese freie Zeit Belastung? Erholung?

Den Begriff Auszeit kennen wir alle. **Heraustreten** aus dem Alltag, **Innehalten**, zu sich selbst finden, **Ruhe** und **Kraft** schöpfen.

Uns Christen sind **Ruhezeiten** und **Erholungszeiten** geschenkt, denken wir an die Sonn- und Feiertage oder an die weihnachtliche und die österliche Fastenzeit..... **Sie sind für mich wertvolle Unterbrechungen, um Zeit bewusst wahrzunehmen und ihr eine neue Qualität zukommen zu lassen.**

Die Fastenzeit also als Chance, um Gewohnheiten zu entfliehen, neue Perspektiven zu entwickeln, den Blick für wesentliches zu schärfen?

Dann heißt Fastenzeit nicht nur auf etwas zu **verzichten**, sondern meinen **Glauben und mein Handeln** zu überdenken **und neu auszurichten**....

WAS HAT GOTT MIR GESCHENKT? WER BIN ICH DURCH IHN?
WOHIN LENKT ER MEINEN SCHRITT?

*Starten wir unsere **Entdeckungsreise**... so vieles gibt es zu finden und bei all den Entdeckungen stellen sich zwei Empfindungen ein:
Gelassenheit und Ruhe!*