

Impuls zum Start in die Woche

Nach diesem heißen und trockenen Sommer ist der Regen sehr willkommen, aber auch kühlere Temperaturen tun gut. So langsam kündigt sich der Herbst an und das Jahr geht in sein letztes Drittel – Zeit innezuhalten:

Was liegt hinter mir? Was erwarte ich von der kommenden Zeit?

Herbsttag von Rainer Maria Rilke

*Herr, es ist Zeit. Der Sommer war sehr groß.
Leg deinen Schatten auf die Sonnenuhren,
und auf den Fluren lass die Winde los.*

*Befiehl den letzten Früchten, voll zu sein;
gib ihnen noch zwei südlichere Tage,
dränge sie zur Vollendung hin, und jage
die letzte Süße in den schweren Wein.*

*Wer jetzt kein Haus hat, baut sich keines mehr.
Wer jetzt allein ist, wird es lange bleiben,
wird wachen, lesen, lange Briefe schreiben
und wird in den Alleen hin und her
unruhig wandern, wenn die Blätter treiben.*



© pixabay.com

„Herr, es ist Zeit“ diese Zeilen klingen nach. Wie achtsam bin ich, war ich in den letzten Monaten mit meiner Zeit?

Wofür – Für wen ist jetzt gerade „Zeit“?

Vielleicht ist in diesen Tagen Zeit für Achtsamkeit.

Ein Tag, an dem ich darauf achte, ganz bei einer Sache zu sein:

Glücklich sein

Ein Mönch wurde einmal gefragt, warum er trotz seiner vielen Beschäftigungen immer so glücklich sein könne. Er sagte:

*"Wenn ich stehe, dann stehe ich; wenn ich gehe, dann gehe ich,
wenn ich sitze, dann sitze ich; wenn ich esse, dann esse ich,
wenn ich liebe, dann liebe ich ..."*

Dann fielen ihm die Fragesteller ins Wort und sagten:

"Das tun wir auch, aber was machst Du darüber hinaus?"

Er sagte wiederum:

*"Wenn ich stehe, dann stehe ich; wenn ich gehe, dann gehe ich,
wenn ich ... "*

Wieder sagten die Leute: "Aber das tun wir doch auch!"

Er aber sagte zu ihnen: "Nein - wenn ihr sitzt, dann steht ihr schon,

wenn ihr steht, dann lauft ihr schon, wenn ihr lauft, dann seid ihr schon am Ziel."