



Auszeit

Description

Meditation

Liegestuhl im Urlaubsgarten

Jetzt stehe ich hier am Urlaubsort
und fühle mich frei!
frei von Terminen, Telefon, Zeitdruck.
Ich kann richtig durchatmen und
genieße die Stille des idyllischen Tales.

Wie sagt man so schön?
Endlich kann ich mich wieder selbst finden!

Aber ich stelle fest, dass es gar nicht so einfach ist,
mich selbst den ganzen Tag auszuhalten,
ohne Ablenkung.
Es dauert ganz schön lange, bis ich mich
selbst gefunden habe!

Aber dann kommt auch endlich die Erholung
und jeden Moment meiner freien Zeit
nehme ich ganz bewusst wahr und freue mich!

freue mich über die geschenkte Zeit!
Ein Geschenk Gottes!
Von Gott geschenkte Zeit!

Martina Hack

Category

1. Allgemein

Tags

1. Meditation