



Urlaubszeit

Description

Meditation

[Leuchtturm - Foto: Pia Biehl](#)

Foto: Pia Biehl

Aus-Zeit

Zeit, den Alltag auszuschalten

Die Gedanken

um das tägliche Einerlei

um die Arbeit

die Sorgen

Aus-Zeit

Zeit zum Ausspannen

von der Hektik

von den Verpflichtungen

von dem, was mich täglich einspannt

Frei- Zeit

für den Blick aufs Meer

das Schreien der Men

den Sand zwischen den Zehen

den Wind im Haar

Frei- Zeit
für den Kopf
die Seele
zum Frei werden
zum Baumeln

Frei werden
für neue Gedanken
für neue Ideen
für neue Wege
für neue Entdeckungen

Den Akku aufladen
Kraft tanken
Farben sammeln
den Wind einfangen
den Gedanken neuen Raum geben
Zeit genießen

Alles einpacken in eine Schatzkiste
bewahren
behalten
davon zehren
in der Zeit bis zur nächsten Aus-Zeit

[Pia Biehl](#)