

Kunst · Theater · Literatur



Gute Erholungen

„Spiele, bei denen man einen Preis als Anerkennung
für die Gewandtheit und Geschicklichkeit
des Körpers oder Geistes gewinnt,
Ball- und Laufspiele,
Schach und andere,
sind an sich gute und erlaubte Erholungen;
man muss sich nur vor Übertreibungen hüten,
sowohl in der Zeit, die man ihnen widmet,
als auch im festgesetzten Preis.
Zu viel Zeit dafür verwenden ist keine Erholung mehr,
sondern eine Anstrengung; man entspannt Geist und Körper nicht,
sondern ermüdet sie...
Vor allem hüte dich, dein Herz an diese Dinge zu hängen!

Sich ins Freie begeben,
spazieren gehen,
sich fröhlich und heiter unterhalten,
auf der Gitarre oder einem anderen Instrument spielen,
singen und jagen,
das alles sind anständige Erholungen
und es bedarf nur des gesunden Menschenverstandes,
um dabei vernünftig zu bleiben und jedem Ding
seine Zeit,
seinen Ort,
sein Maß
und seine Bedeutung zu lassen.“

Franz von Sales (1609)
„Philothea“, Franz-Sales-Verlag, S. 244

gefunden von Klaus Glas