

## Hingeschaut



Foto: imagebase: man Relaxing in sun

„Es gibt Leute, die rennen in der zweiten Halbzeit den Minuten nach, die sie vor der Pause verschlafen haben.“

*Sepp Herberger*

Die Halbzeitpause im Fußball, die Mittagspause am Arbeitsplatz, der Urlaub, das Bergfest. Pausen sind wichtig. Sie strukturieren, geben eine Auszeit und teilen große Aufgaben in kleinere, leichter zu bewältigende Einheiten. Die Pause ist ein Angebot Vergangenes zu bewerten und zu analysieren, Ziele neu zu formulieren und Kraft für die zweite Halbzeit zu tanken.

In der vergangenen Woche hat die zweite Hälfte der Fastenzeit begonnen. Eine offizielle Halbzeitpause gibt es beim Fasten zwar nicht, aber vielleicht schaffen wir uns in den kommenden Tagen trotzdem eine Auszeit. Eine Fastenhalbzeitpause sozusagen. Gönnen wir uns ein paar Minuten Ruhe und schauen mal, was so geht. Läuft das Fasten noch rund? Sind Motivation und Ausdauer noch im grünen Bereich? Oder gab es bereits die eine oder andere Situation, in der wir den lieben Gott einen guten Mann sein ließen und über die Stränge schlugen? Unsere Motivation? Vorübergehend nicht erreichbar!  
Egal!

Wir sollten die Pause genießen. Und unsere Erfolge. Uns Rückschläge verzeihen und einfach weitermachen. Oder wieder anfangen. Neu und motiviert.

Die zweite Hälfte hat gerade erst begonnen.

Mirko Kussin