

Hingeschaut



Foto: Gisela Peter – pixelio.de

Verweilen und Hinschauen

Der Wecker klingelt.

Duschen. Umziehen. Schlüssel greifen und los!

Stress-Zeitdruck-Hast

Die Haustür fällt ins Schloss. Innehalten. Die Sonne scheint.

Ich strecke ihr mein Gesicht entgegen und spüre die Wärme auf meinen Wangen.

verweilen-HIN-**SCHAUEN**-genießen

Ein Blick auf die Uhr. Die Zeit drängt.

Den Bus noch bekommen.

Stress-Zeitdruck-Hast

Im Bus lässt mich ein Kinderlachen aufhorchen und ich muss unweigerlich grinsen.

verweilen-HIN-**HÖREN**-genießen

In der Uni angekommen. 90 Minuten Vorlesung.

Konzentration-Anstrengung-Müdigkeit

Pause.

Ich gehe in die Mensa und bestelle mir einen Salat.

verweilen-HIN-**SCHMECKEN**-genießen

Die Uni ist vorbei. Auf zur Arbeit.

Konzentration-Anstrengung-Erwartungen

Ende der Schicht.

Auf meinem Heimweg säumen Frühlingsblumen den Weg. Ich sauge die abendliche Frühlingsluft in mich ein.

verweilen-HIN-**RIECHEN**-genießen

Zuhause angekommen. Texte lesen für das Seminar am nächsten Tag.

Konzentration-Anstrengung-Müdigkeit

Geschafft.

Ich treffe eine Freundin und drücke sie zur Begrüßung ganz fest.

verweilen-HIN-**FÜHLEN**-genießen

Zu Bett gehen.

Danken für das Verweilen, das Hinschauen, das Hinhören, das Hinschmecken, das Hinriechen und das Hinfühlen.

Schlafen.

Sarah Glas, Mainz