

# kyffhäuser

## NACHRICHTEN

LICHTBLICK ZUM WOCHENENDE

## Da habe ich einfach mal gar nichts gemacht

Freitag, 24. Mai 2024, 08:52 Uhr

„Da habe ich einfach mal gar nichts gemacht“ - diesen Satz hörte Pastorin Steffi Wiegleb unlängst in einem Gespräch. Ihr Gegenüber entschuldigte sich beinahe dafür und erklärte, dass er sonst immer etwas zu tun hat...

„Gar nichts tun“ - Wie schön! Besonders die, die von einem Termin, von einer Aufgabe zu nächsten hetzen, wünschen sich das oft. Einfach mal nichts tun und die Füße hoch legen.

Früher hörte man wahrscheinlich öfter als heute den Satz: „Sitz nicht einfach so rum, tu endlich was!“ Nichtstun wurde gleichgesetzt mit Rumgammeln, Zeitvergeuden und Lange Weile haben. Manche haben das so verinnerlicht, dass sie ein schlechtes Gewissen bekommen, wenn sie nichts tun.

Heute weiß man, dass Nichtstun nicht nur erlaubt, sondern zwischendurch sogar notwendig ist. In einer Zeit, die unglaublich hektisch und schnelllebig ist, unzählige Eindrücke auf jeden von uns einprasseln, muss es Zeiten geben in denen meine Sinne und ich zur Ruhe kommen. Und das nicht mit Beruhigungsspielen. Es gab zwar diesen Monat viele lange Wochenenden und kurze Arbeitswochen. Aber vielleicht bietet sich gerade dieses Wochenende die Gelegenheit mal „die Seele baumeln zu lassen“, weil keine Fest auszurichten ist.

Nichts zu tun, bedeutet nicht zwangsläufig faul zu sein. Die Kunst besteht darin, ganz aktiv nichts zu tun. Vielleicht bei einem Spaziergang, vielleicht beim Radfahren von einem Ort zum anderen, vielleicht beim gemütlichen Kaffee im heimischen Garten oder auf dem Balkon. Einfach nichts tun und Ruhe finden.

Das alles ist keine Erfindungen unserer Zeit. Schon im Alten Testament wird uns aufgetragen, den Feiertag zu heiligen. Es ist eines der 10 Gebote und bezieht sich nicht nur auf den Sonntag, als eine wöchentliche Erinnerung an die Auferstehung des Herrn. Einfach mal nichts tun, und das genießen, was uns gegeben ist. Genießen, was uns andere durch ihre Arbeit ermöglichen. In diesem Sinne wünsche ich Ihnen ein gesegnetes, ruhiges und erholsames Wochenende.

**Pastorin Steffi Wiegleb**

*Autor: red*

Drucken ...

---

Alle Texte, Bilder und Grafiken dieser Web-Site unterliegen dem Urheberrechtsschutz.

© 2024 kyffhaeuser-nachrichten.de