

„Da habe ich einfach mal gar nichts gemacht“



**Steffi Wiegleb über das Nichtstun
in hektischen Zeiten**

„Da habe ich einfach mal gar nichts gemacht.“ Diesen Satz hörte ich unlängst in einem Gespräch. Mein 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 Langeweile 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 zwingend sogar notwendig ist. In einer Zeit, die unglaublich hektisch und schnelllebig ist, unzählige Eindrücke auf jeden von uns einprä-

seln, 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 kein 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 Ru-

he finden. Das alles ist keine Erfindungen unserer Zeit. Schon im Alten Testament wird uns aufgetragen, den Feiertag zu heiligen. Es ist eines der zehn 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.

Steffi Wiegleb ist Pfarrerin im Pfarrbereich Kyffhäuserland und Superintendentin des Kirchenkreis.