



WIE VIEL IST GENUG
FÜR UNSERE ERDE?



BEWUSSTerLEBEN

GUTES SO NAH!



Foto: Tine Limmer

„Zeit für Ruhe, Zeit für Stille, Atem holen und nicht hetzen, Schweigen nicht verletzen, lässt uns in die Stille hören“, heißt es in einem Lied von Ludger Edelkötter. Die Winterzeit und zugleich auch die Fastenzeit sind Beispiele für Zeit für Ruhe oder Zeit für Stille.

Sie zeigen uns immer wieder, dass zur stressigen und intensiven Zeit auch die Zeit zum Auftanken und Ausruhen gehören muss. Viel zu oft übersehen wir die schönen Dinge des Lebens und gehen davon aus, dass sie so selbstverständlich sind und keiner großen Betrachtung bedürfen.

Unsere wunderbare Landschaft und Natur lebt uns eine Zeit der Ruhe und der Erholung vor. Die Energie, z. B. in den Bäumen, wird gespart und entfaltet sich im Frühling mit vielen Knospen neu. Die Freude auf das Kommende steigt.

Lassen wir uns von dieser Einfachheit und Klarheit der Natur beeindrucken. Da wir dort wohnen, wo andere Urlaub machen

kann die Entspannung auch bereits vor der Haustüre beginnen. Treten wir ins Freie und genießen die kalte, frische Luft. Wie oft beachten wir die natürliche Vielfalt, die uns die ländlichen Regionen bieten? Die grünen Wiesen im Sommer, die Wolken auf Ihrer Reise, die Ruhe und Kraft in einem Wald, den wunderschönen Sternenhimmel in einer klaren Nacht? Hören wir schon die ersten Frühlingsboten pfeifen und zwitschern? Falls nicht, lassen wir uns einfach hiervon begeistern:

<https://www.youtube.com/watch?v=fH0h3Vv64nc>

In dieser Woche möchten wir euch einladen, sich mit den selbstverständlichen Dingen des täglichen Lebens zu beschäftigen, genau hinzuschauen und sich von der Einfachheit neu faszinieren zu lassen.

Euer AK LÖVE