

NDR 2 Moment mal

Montag bis Freitag 18:15 Uhr, Samstag und Sonntag 9:15 Uhr



Strandpastorin Katharina Gralla aus Timmendorfer Strand

Freitag, 12. August 2022

Du hast freie Zeit. Einen Abend, einen Tag, ein Wochenende. Was tust du da?

Vielleicht: nicht mehr denken, dass du etwas tun musst. Sondern nur etwas tun, weil du willst und wann du willst und wie lange du willst. Das wäre Freiheit. Dich nicht schuldig zu fühlen beim Nichtstun. Den Tag vorübergehen lassen, nur ausspannen, die Augen schließen, die Sonne auf der Haut spüren und den Wind.

Vielleicht hörst du auf zu reden und zu planen und beschränkst dich aufs Atmen. Vielleicht merkst du dann, dass du bist, einfach bist, wie du bist, da bist und dass etwas um dich herum ist. Vielleicht ist das Gott, der um dich herum und in dir ist. Vielleicht bist du bereit, dich und deine Zeit Gott zu überlassen. Einfach so. Das wäre Freiheit.