



# Sommerpause

*„Er sah die Ruhe, dass sie gut ist“*

(1. Mose 49, 15)

Es ist Sommer und Urlaubszeit. Wir haben Pause von der Arbeit. Aber haben wir auch Ruhe?

Oft stürzen wir uns in andere Aktivitäten. Einfach mal nichts tun ist für viele kaum möglich.

Aber lassen Sie es einfach mal zu. Das Gar-Nichts-Tun, die Leere. Es muss nicht immer alles ausgefüllt sein, haben Sie Mut zur Lücke. Gönnen Sie sich, Ihrem Körper und Geist eine Pause.

In einem Lied heißt es "summertime and the living is easy" / "Sommerzeit und das Leben ist leicht".

## Impulse

- Nehmen Sie sich unverplante Zeit und hängen Sie einfach nur Ihren Gedanken nach.
- Summertime von Norah Jones: [Link](#)

Diese Spur wurde Ihnen gelegt von Nikola Beth

Bild: Rudolf Ortner @ [pixelio.de](https://pixelio.de)

Einen gesegneten Tag wünschen Ihnen Ihre Spurenleger

Nikola Beth, Hans-Jörg Fritz-Knötzele, Ulrike Hofmann, Heinz Lenhart, Elisabeth Prügger-Schnizer, Eva Reuter und Dr. Hans Jürgen Steubing

Kirche & Co. – ein Laden der Kirchen für die Menschen in der Stadt  
(Kirche in der City von Darmstadt e.V.) Rheinstraße 31, 64283 Darmstadt

KIRCHE & CO.

Kirche & Co. – ein Laden der Kirchen für die Menschen in der Stadt  
(Kirche in der City von Darmstadt e.V.) Rheinstraße 31, 64283 Darmstadt