



Pausen und Unterbrechungen

Auf einer Postkarte, die ich einmal geschenkt bekam, sieht man einen Buddha sitzen und darunter stehen die Worte:

„Nichts bringt uns auf unserem Weg besser voran als eine Pause!“

Jesus lädt uns ein:

„Kommt alle zu mir, die ihr euch plagt und schwere Lasten zu tragen habt. Ich werde euch Ruhe verschaffen.“ (Matthäusevangelium 11. Kapitel).

Matthäus gebraucht dann das Wort „*anapauso*“:

aufhören lassen, unterbrechen, Ruhe verschaffen, erquicken.

Harrison Owen hat in der Organisationsentwicklung den hohen Wert von Pausen entdeckt und daraus die *open space* - Technik entwickelt.

Der wichtigste Teil von Konferenzen sind oft die Kaffeepausen, stellt er fest.

Ignatius von Loyola legte 1539 bei den Beratungen mit seinen ersten Gefährten auch Pausen fest, denen er einen hohen geistlichen Wert zusprach.

Sie sind also in bester Gesellschaft, wenn Sie sich selbst und bei Ihren Überlegungen in geistlichen Prozessen beim Pastoralen Weg immer wieder Pausen einlegen und für gute sinnvolle Unterbrechungen sorgen.

Jesus lädt uns ein, uns Pausen zu gönnen.

Nehmen wir die Einladung an.