

Im Flow sein

Von Juliane Graf

21. Mai 2024



Letzten Samstag, da hatten wir nichts vor, meine Familie und ich. Keine Verabredungen, die eingehalten werden, keine dringenden Einkäufe, die erledigt werden wollten. Und so fragten wir uns: Was wollen wir denn heute machen? Doch egal, welche Vorschläge egal von wem kamen, so recht Lust hatte ich auf nichts, was da angepriesen wurde.

Kennst Du das, dass Du vor lauter Tun-Müssen manchmal gar nicht mehr weißt, was Dir eigentlich Freude macht? Was Du gerne tun willst? Wann hast Du das letzte Mal etwas gemacht, was Dir Spaß gemacht hat? Wann warst Du das letzte Mal so richtig im Flow?

Unseren (kleinen) Kindern gelingt das so mühelos. Sie versinken in ihrem Spiel, sind ganz vertieft in ihr Tun - und treiben uns Eltern damit manchmal Schweißperlen auf die Stirn. Schließlich haben wir doch noch To Do's auf unserer Liste...

Was wäre, wenn wir uns auch mal treiben lassen könnten? Uns erlauben würden, so ganz in etwas aufzugehen? Wenn wir alles um uns herum vergessen könnten und uns begeistern lassen würden von dem, was wir da tun? Und die Kraft spüren könnten, die daraus erwächst.

Pfingsten, das wir im Mai feiern, ist das fest der BeGEISTERung und der Kraft des Heiligen Geistes. Dass wir sie spüren und erfahren dürfen - das wünsch ich uns zu diesem Pfingstfest.