

ABSTAND -

das Schlagwort vergangener Wochen und Monate
immer und immer wieder
vorgegeben
eingefordert
kontrolliert
um der Gesundheit willen

ABSTAND -

das Schlagwort
für die Tage meiner Erholung, meines Urlaubs

auf Abstand gehen

zum Berufsalltag
zum täglichen Einerlei
zu Verpflichtungen und Erwartungen

Abstand nehmen

Freiräume schaffen
Signale des Körpers ernstnehmen
der inneren Stimme folgen

sich auf Abstand halten

Abgrenzung signalisieren
NEIN-Sagen ohne schlechtes Gewissen
Balance zwischen Nähe und Distanz suchen

Abstand gewinnen

den Blickwinkel hinterfragen
über den Tellerrand hinaussehen
Prioritäten setzen
dem Wertvollen Raum geben

ABSTAND –

das Schlagwort
für die Tage meiner Erholung, meines Urlaubs –

die Seele nachkommen lassen
auf Abstand gehen zu meinem Alltag
auf Abstand gehen zu Gott
um beide neu zu entdecken –

mit Worten von Eva Jaeggi:

**„Tritt einen Schritt zurück
und du siehst mehr“**

ABSTAND
ABSTAND
ABSTAND

