

Fünf Minuten Auszeit

Manchmal möchte man wegschauen. Zu viel, was im Laufe eines Tages auf einem einströmt. Medienberichte über Ungerechtigkeiten auf der Welt, Kriege, Krankheiten, Umweltkatastrophen, Privates. Oft fühlen wir uns hilflos. Unser Einfluss ist gering. Manchmal möchte man einfach für ein paar Sekunden die Augen schließen und sich herausziehen aus der überladenen Realität, bevor man wieder die Kraft findet hinzuschauen, sich mit all den Themen auseinanderzusetzen, die tagtäglich auf uns einströmen.

Eine kurze Pause, ein Blick nach innen, damit die Welt wieder ein Stück erträglicher wird.

Karin Jung, Juni 2021