

**24. Mai 2019**

### **Die kostbare Zeit nutzen**

Meine Kinder, einige von euch sind immer noch mit sich selbst am kämpfen, wie sie denn ihre kostbare Zeit optimal nutzen können. Nun, zunächst einmal sollte unterschieden werden, ob es sich um Freizeit handelt oder nicht. Die sogenannte Freizeit oder auch freie Zeit genannt, ist für die freie Verfügung ursprünglich gedacht. In heutigen Zeiten bleibt aber von der freien Zeit sehr oft nur sehr wenig übrig, so dass einige von euch gezwungenermaßen dann bis in die Nacht hinein aufbleiben, um das zu erfüllen, was sie sich vorgenommen haben. Es nimmt teilweise sehr ungewöhnliche Züge an, dass Menschen Angst davor haben, in Ruhe ein Buch zu lesen, weil man ihnen eingeredet hat, dass das kostbare Zeitverschwendung sei. Meine Kinder, ihr lebt in Zeiten, in denen alles nicht schnell genug gehen kann und gerade deshalb möchte Ich euch zur bewußten Verlangsamung in eurer freien Zeit ermuntern. Gerade diese Zeit, die ihr für euch verbringen könnt, ist Balsam für eure Seele, wenn ihr es denn zulasst. Ein gutes Buch gelesen, inspirierende Musik gehört, interessante Gespräche geführt oder einfach in die Stille gegangen - das sind Beispiele, die ihr in eurer freien Zeit bewusst tätigen könnt. Natürlich könnt ihr diese Zeit auch mit eurem Partner verbringen oder den Kindern, den Haustieren etc. Versucht einfach etwas zu tun, was euch Freude macht und hilft, einen Ausgleich zum oftmals stressigen Alltag zu finden. Amen.