

## **Bischof Dr. Markus Dröge**

B.Z. - Kolumne

Entschleunigung

26. Juli 2018

Höher – schneller – weiter! Das scheint das Motto unserer Zeit. Aber wie lange gilt es noch? Viele 20- bis Mitte 30-Jährige wünschen sich einen langsameren Lebensstil. Sie starten in den Beruf, gründen Familien. Das Leben verdichtet sich in diesen Jahren. Interessant an den Ergebnissen der Studie, die dies herausgefunden hat: Nicht mehr das große Auto oder der Hausbau sind Sehnsuchtsziele, sondern erfüllte Lebenszeit. Schon Jesus hat gesagt: „Ich bin gekommen, damit sie das Leben haben und volle Genüge“ (Johannes 10.10). Dazu brauchen wir einen freien Kopf für neue Ideen und Gedanken. Es tut gut, zur Ruhe zu kommen. Dann spüren wir, was uns wirklich wichtig ist im Leben. Denn nur wer sich Zeit zum Innehalten nimmt, begreift, was das eigene Leben wirklich reich macht und wie man es weiter gestalten will.

Wir sind in den Sommerferien. Freie, geschenkte Zeit, genau das, worum es geht. Wir können sie mit Freunden und Familie teilen. Wir können auf Reisen gehen. Oder einfach in der direkten Umgebung, in den Berliner Wäldern oder den wunderschönen Landschaften von Brandenburg oder der Lausitz herumlaufen und entspannen.

Wandern oder spazieren gehen ist übrigens eine alte Form der Meditation. Vielleicht ist das Pilgern deshalb auch bei vielen Menschen so beliebt. Mehr als zehn Pilgerwege sind in Brandenburg derzeit ausgeschildert, auch der bekannte Weg nach Santiago de Compostela gehört dazu. Er führt von Frankfurt an der Oder über Bernau und Bad Wilsnack bis in den Norden Spaniens. Vielleicht haben Sie ja jetzt gerade Zeit und Lust, mit Ihren Lieben, oder auch einfach mal allein, ein Stück dieser Wege zu gehen. Aber wie auch immer Sie die Ferienzeit gestalten: Es ist die Zeit um dem nachzuspüren, was Ihr Leben reich macht. Zeit, um es in vollen Zügen zu genießen.