Seelen-Kleidung

Was trägst du heute?
Unterscheidet es sich von der gestrigen Kleidung?
Hattest du eine Sonntagsgewandt an?
Gibt es das Sonntagskleid überhaupt noch?

Momentan gibt es viele Tage für Alltagskleidung,
vielleicht sogar für Jogginghose und ausgeleiertes T-Shirt.
Es sieht uns ja immerhin niemand.

Kleider machen aber Leute, heißt es im Volksmund.
Welche Kleidung trägst du gerade?
Welche Kleidung trägt deine Seele?
Gemütliche Jogginghose
für Entspannung oder alles-vollkommen-egal,
enge Jeans, die jedes Röllchen versteckt,
um gut auszusehen oder alles Ungute versteckt.
das schicke Kleid,
dass dich zur Geltung bringt oder Aufmerksamkeit erregt,
oder einfach das Lieblingsoutfit, das deine Seele erfreut?

Und das braucht es jetzt mehr denn je:
unserer Seele Gutes zu tun,
ihr das zu geben,
um sich wohlzufühlen.

Aber was tut mir gut?
Was kann ich für mich tun,
dass es mir gut geht,
dass meine Seele gerne in meinem Körper wohnt?

Ausgewogene Essen, alleinige Spazieren gehen im Wald,
Sessel im Garten, Workout,
Körperpflege, gute Gedanken,
Lesestoff, der schon so lange wartet ...

Gott ist es egal, wie ich aussehe,
aber mir ist es nicht egal.
Ich bin es mir wert,
mir Gutes zu tun.

Dazu lade ich euch diese Woche ein, tut dir jeden Tag etwas Gutes und bleib gesund!