

Wird diese Nachricht nicht richtig dargestellt, klicken Sie bitte [hier](#).



vom 15. März 2025 für die 12. Woche

**Das Quiz • Andere Zeiten erleben • Eine Frage, liebe Leser:innen
• Der andere Ort • Leserinnenbild • Gedicht der Woche**

Liebe Leserin, lieber Leser,

der ersehnte Sonntag war endlich da. Und ich hatte tatsächlich **gar nichts** vor! Keine Termine, keine Mails, keine Verpflichtungen. Nur ich. Wie sehr hatte ich mich darauf gefreut! Doch dann saß ich da, rührte in meinem Kaffee, sah dem Dampf zu und wusste nicht, was ich mit mir anfangen sollte. Ich räumte hier was weg, sortierte da was um, fing Dinge an und ließ sie wieder liegen. Eigentlich wollte ich doch einfach mal in den Tag hineinleben! Stattdessen tigerte ich rastlos durch die Wohnung, als würde ich nach etwas suchen.

Langeweile ist ein Luxusproblem. Das ist mir natürlich bewusst. Es gibt wahrlich Schlimmeres, als Zeit für sich zu haben. Und doch wurmt es mich, wenn ich Langeweile empfinde, ich werde innerlich nervös und unzufrieden. Als Kind hat sie mir nichts ausgemacht. Im Gegenteil, ich habe mich einfach hingeleiten lassen. Zuerst wusste ich nicht, was ich tun sollte, aber dann ergab sich immer etwas. Eine Idee, ein Spiel, eine wilde Bastelei, die am Ende das ganze Kinderzimmer in ein Chaos verwandelte. Und plötzlich war der Tag vorbei, und ich hatte keine Sekunde das Gefühl, meine Zeit verschwendet zu haben.

Heute ist das anders: Oft sehne ich mich nach freier Zeit und wenn sie dann da ist, weiß ich nicht, wie ich sie füllen soll. Vielleicht ist das normal. Vielleicht dauert es einfach eine Weile, bis ich in dieser

Gelassenheit »ankomme«. Und vielleicht darf ich mir auch das zugestehen: dass es okay ist, wenn es nicht sofort gelingt.

Irgendwann raffte ich mich an diesem freien Sonntag dann doch auf: Jacke an und raus vor die Tür. Der frische Wind kroch mir in den Kragen. Nach ein paar Schritten fühlte ich die Sonnenstrahlen warm auf meinem Gesicht. Nach all den grauen Wochen endlich ein Hauch von Frühling. Ich atmete tief ein und spürte, wie sich etwas in mir löste.

Ich wünsche Ihnen eine Woche mit Muße und frischen Ideen!

Ihre
Nele Beste
Volontärin
Andere Zeiten e.V.



LESERINNENBILD DER WOCHE

»Beim Morgenlauf in Hamburg«

DANK AN SANDRA KRECHEL

IM GESPRÄCH

Eine Frage, liebe Leser:innen ...

Am 20. März ist Weltglückstag! Seit 2013 gibt es diesen Tag, der von der Vollversammlung der Vereinten Nationen ins Leben gerufen wurde, um darauf aufmerksam zu machen, dass Glück und Wohlbefinden für Menschen oft etwas ganz anderes sind als materieller Wohlstand.

Wir haben Leserinnen und Leser gefragt: Was bedeutet für dich Glück?



DAS QUIZ

Warum wird in der Fastenzeit traditionell auf das »Halleluja« im Gottesdienst verzichtet?

- A. Weil es ein Freudenruf ist, der erst an Ostern wieder erklingen soll.
- B. Weil in der Fastenzeit stattdessen die Psalmen im Mittelpunkt des Gottesdienstes stehen.
- C. Weil das »Halleluja« als zu eng mit der Weihnachtszeit verbunden

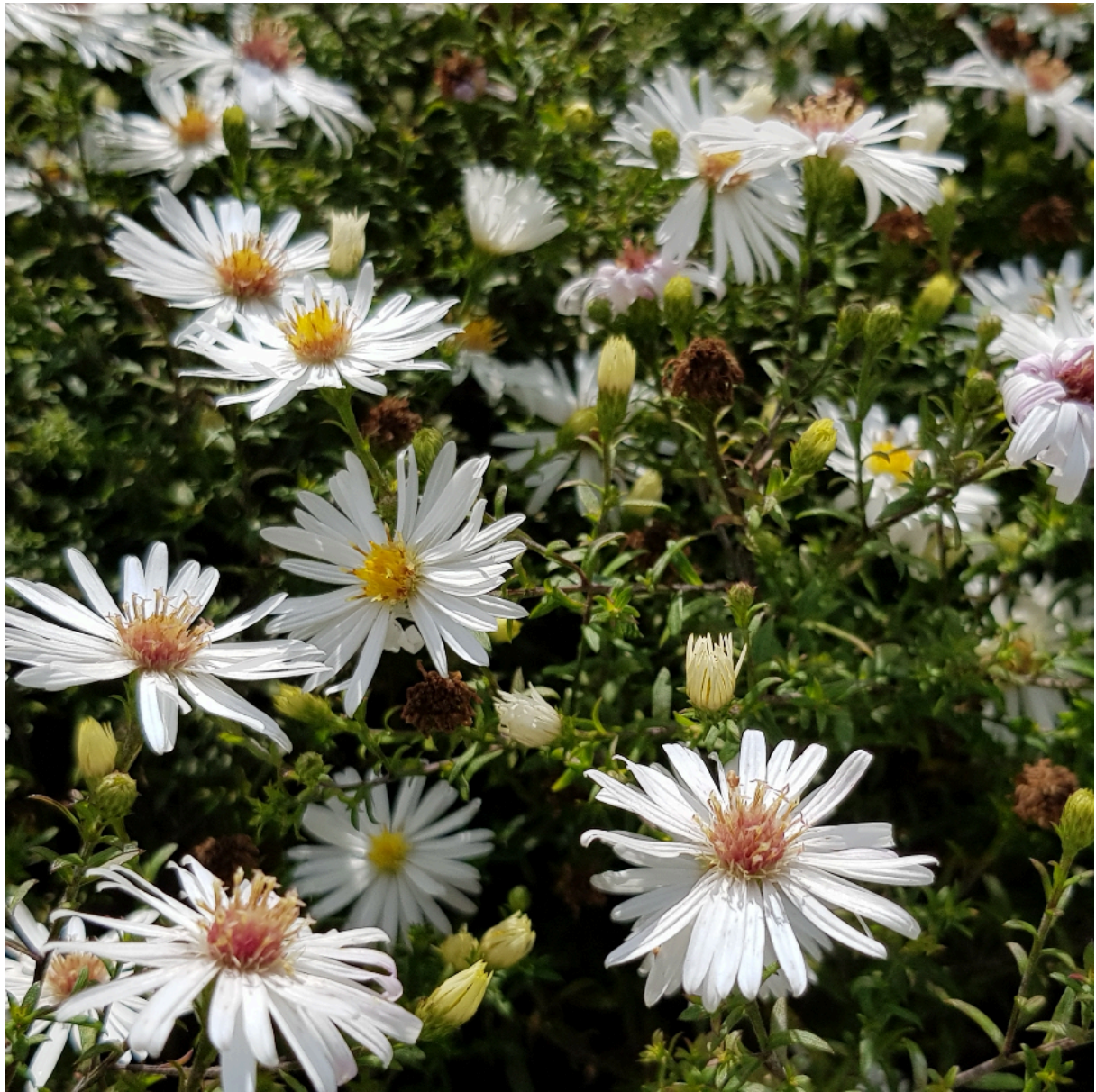
gilt.

(Für die Auflösung ganz nach unten scrollen)



ANDERE ZEITEN ERLEBEN

Während Sie sich von unserem [Fasten-Wegweiser wandeln 2025](#) durch die Fastenzeit begleiten lassen, arbeiten wir schon an der nächsten *wandeln*-Ausgabe für 2026! Gemeinsam diskutieren wir seit dieser Woche, welche Texte im nächsten Fasten-Wegweiser abgedruckt werden sollen, welche Sonntagsreihe sich eignet und wer die Illustrationen zeichnen soll. Übrigens: Zehn der schönsten Illustrationen aus den bisher erschienenen *wandeln*-Ausgaben können Sie mit ein paar persönlichen Zeilen an Ihre Lieben verschicken. Dafür gibt es unser Briefkartenset. Sie können es [hier bestellen](#).



DER ANDERE ORT

BOTANISCHER GARTEN TÜBINGEN

VON MICHAELA

»Eine blumige Ruhe-Oase!«

Für mich ein wunderbarer Ort, um die Vielfalt der Natur zu genießen.

Weitere Glücksorte, Kraftquellen und Trostplätze finden Sie in unserer App Andere Orte, die Sie kostenfrei in den entsprechenden Stores herunterladen können.



DAS GEDICHT DER WOCHE

Ein Wunsch

Ein Häuschen wünscht ich mir, versteckt und klein,
auf dessen Sims sein Lied der Vogel singt,
an dessen reb'umspinnen Fensterkreuz
der letzte Ton der lauten Welt verklingt.

Darin für mich und für die Meinen Raum,
vom Straßelärm der Städte meilenweit
und einen Garten pflanzt ich um mein Haus,
darinnen Blatt und Blüt und Frucht gedeiht.

Ein Apfelbaum, der goldne Früchte trägt,
ein Laubgezelt am schwülen Sonnentag,
ein Rosenhag, von dessen Duft berauscht,
ich einsam sinnen, träumen, dichten mag!

Und einen Blick in Gottes schöne Welt,
ins ährenreiche wogende Gefild,
das, sanft geschwellt vom Hauch des Abendwinds,
vom goldnen Erntesegeu überquillt.

Und so viel von dem Gute dieser Welt
gib mir, o Herr, daß ich dem armen Mann,
der an die Pforte meines Hauses klopft,
ein Stückchen Brot als Imbiß bieten kann!

Dann fließe hin, du meines Lebens Tag,
kein breiter Strom, der stolz zum Meere wallt,
– ein tiefer Bergsee nur, aus dessen Flut
des Himmels lichte Klarheit widerstrahlt.

Clara Müller-Jahnke

In unserem Quiz ist Antwort A richtig. In der Fastenzeit wird auf das
»Halleluja« verzichtet – aber nicht, weil das Lob Gottes weniger wichtig

wäre. Im Gegenteil: Nach 40 Tagen klingt das Loblied an Ostern umso kraftvoller.

Wir hoffen, unser Newsletter **die andere zeit** hat Ihnen gefallen. Falls Sie Ideen, Fotos oder Beiträge für einen der nächsten Newsletter beisteuern möchten, freuen wir uns darüber unter newsletter@anderezeiten.de.

Herzlich

Ihr

Andere Zeiten-Team

© Andere Zeiten e.V. 2025

Fischers Allee 18, 22763 Hamburg

Telefon: 040 / 47 11 27 27

newsletter@anderezeiten.de

Kennen Sie schon unseren monatlich erscheinenden *anders handeln*-Newsletter? Morgen erscheint die neue Ausgabe. Wir fragen uns: »Wer will denn jetzt noch verzichten?« Sie können ihn [hier](#) abonnieren.

www.anderezeiten.de

www.andereorte.de

www.andershandeln.de

Verantwortlich: Iris Macke

Telefonisch erreichen Sie uns:

montags bis donnerstags von 9 bis 17 Uhr (außer mittwochs zwischen 11.45 und 13.15 Uhr) und freitags von 9 bis 15 Uhr.

Diesen Newsletter weiterempfehlen

Diesen Newsletter abonnieren

[Newsletter abbestellen](#)

[Datenschutzerklärung](#)

Wenn Sie diese E-Mail (an: seifert@anderezeiten.de) nicht mehr empfangen möchten, können Sie diese [hier](#) kostenlos abbestellen.