



Sommerpause

Die Sommerpause steht kurz bevor, die Vorfreude auf die Urlaubsreise steigt immer mehr, die Sehnsucht nach Ruhe und Erholung rückt in den Vordergrund. Letzte Dinge im Beruf müssen erledigt werden, die Urlaubsvorbereitungen werden abgeschlossen - und los geht's. Zeit zum Abschalten, zum Ausruhen, zu sich selbst kommen - ob beim Wandern in der Heimat, bei einer teuren Auslandsreise, in den Bergen oder am Strand am Meer oder einfach nur auf Balkonien - einfach einmal Zeit für sich selbst, für die Familie, für Freunde. Uns Menschen tut dies gut.

Auch Jesus hat sich immer wieder zurückgezogen. Nach seiner Geisterfahrung bei der Taufe am Jordan zieht er sich in die Einsamkeit der Wüste zurück. (vgl. Mt 4,1-11) Nach der Heilung des Aussätzigen zieht er sich an einen einsamen Ort zurück, um zu beten. (Lk 5,16) Und nachdem die Jünger, die er ausgesandt hatte, zurückgekehrt waren, zieht er sich mit ihnen zurück, um mit ihnen alleine zu sein (Lk 9,1). Man überliest diese Hinweise schnell, doch auch Jesus zog sich in die Ruhe zurück, um zu beten oder um sich zu schützen. (vgl. Joh 11,54-57)

Der Urlaub ist auch eine gute Möglichkeit zum Rückzug, ob mit oder ohne Familie, ob mit Freunden oder ohne. Vielleicht gelingt es auch, das eigene Gebetsleben zu beachten. Dazu braucht es nicht unbedingt viel Aufwand. Das kann eine kurze Ruhepause in einer kühlen Kirche sein, die man zu Meditation vorhandener Bilder nutzt oder einfach nur die Ruhe wirken lässt. Das kann sein, indem wir in der Natur einmal bewusst Gottes schöne Schöpfung wahrnehmen, oder am Strand die Weite des Meeres betrachten und uns dabei vielleicht bewusst machen, dass Gott unsere Enge, die wir uns im Alltag manchmal auferlegen, sprengen möchte und uns auf die Weite führt. Das kann die Betrachtung eines Sternenhimmels sein. Es geht nicht darum große Gebete zu sprechen. Es reicht, bewusst zu leben, wenigstens im Urlaub, und nicht nur über vergangenes zu grübeln oder zukünftiges zu planen. Das kommt früh genug wieder! Die Dinge, die wir bewusst erlebt haben, sind oft die, die dann auch ein Schmunzeln auf unsere Lippen zaubern, wenn wir wieder im Alltagsstress sind.

(auszugsweise aus "Die Seele baumeln lassen - den Leib stärken" von Pfarrer Jephirin Monis)