

# Kirche im hr

---

27.07.2021 um 18:15 Uhr

hr3 MOMENT MAL



Ein Beitrag von  
Christina Ellermann,  
Pastoralreferentin an der Edith-Stein-Schule in Darmstadt

## Wenn Urlaub, dann Urlaub!

*Moderator/in: Wir haben Sommer, es sind Ferien in Hessen, und für viele geht´s in den wohlverdienten Urlaub. Doch für einige stellt sich die Frage: Sollen wir in den Urlaub fahren, wenn die Corona-Inzidenzen z.B. in einigen Urlaubsländern steigen? Oder sollen wir vielleicht doch lieber zuhause bleiben? Ich frage heute mal Christina Ellermann von der katholischen Kirche: Wie machst du das denn?*

Wir fahren dieses Jahr in die Nähe von Würzburg. Das ist gar nicht weit weg und mit der Entscheidung fühlen wir uns wohl. Am meisten freue ich mich auf die Zeit mit meiner Familie, schöne Ausflüge und als Mama kann ich mich dann auch mal an einen gedeckten Tisch setzen und leckeres Essen genießen. Aber auch daheim waren wir z.B. schon mit dem Rad unterwegs und am Mainflinger Badensee.

*Apropos erholen: Hast du als Kirchenfrau einen speziellen Tipp, wie wir uns so richtig entspannen können?*

Mir fällt da eine Heilige ein, Teresa von Avila, die hat mal gesagt: „*Wenn Fasten, dann Fasten, wenn Rebhuhn, dann Rebhuhn.*“ Für mich bedeutet das: Ich soll immer das mit ganzem Herzen machen, was gerade ansteht. Und wenn Urlaub ansteht: Dann soll ich den in vollen Zügen genießen, und das heißt für

mich: Ich schalte das Smartphone aus und checke keine Mails. Wenn ich im Urlaub ständig an die Arbeit denke, dann ist die Erholung ganz schnell futsch. Die heilige Teresa sagt mir: Wenn Erholung dran ist, dann erhol dich auch! Und ich merke: Das gilt überall, für den Urlaub anderswo genauso wie für den Urlaub zuhause. Wenn Urlaub, dann Urlaub.