

12.01.2022 um 17:45 Uhr

hr4 ÜBRIGENS



Ein Beitrag von

Judith Vonderau,

Autorin bei "Kirche im hr", Bad Orb

Alltags-Booster

Wenn ich das Wort "Booster" höre, denke ich an Corona-Auffrischungsimpfungen. So dürfte es den meisten Menschen hierzulande gehen. "Sich boostern lassen" ist zum feststehenden Ausdruck geworden. Dabei gab es das Wort schon lange vor den Corona-Impfungen. "Booster" bedeutet "Verstärker". Und das trifft es ganz gut, denn durch die erneute Impfung soll der Schutz verstärkt werden.

Booster gibt es auch in anderen Lebensbereichen. Zum Beispiel hat mein Herd auch eine Booster-Funktion. Neben der höchsten Stufe gibt es noch diese Einstellung: Die ist praktisch, wenn es besonders schnell gehen soll. Wenn ich alle Energie brauche, damit die Nudeln möglichst schnell kochen.

Booster gibt es aber auch im übertragenen Sinn und sie können individuell verschieden sein. Für den einen ist der Kaffee am Morgen ein Booster. Damit wird er erst richtig wach und kann in den Tag starten. Andere lassen sich von ihren Freunden boostern: Da ist ein gutes Gespräch mit jemandem, der mich versteht, eine Kraftquelle, die meine Energie und Lebensfreude verstärkt.

Die Impfung gegen Corona muss regelmäßig aufgefrischt werden, damit sie kraftvoll genug bleibt. Mit den Boostern mit Alltag ist es ähnlich. Auch sie brauche ich regelmäßig, wenn sie ihre volle Wirkung entfalten sollen. Den Kaffee trinke ich nicht

nur alle paar Wochen, sondern jeden Morgen. Und mit meinen Freunden bin ich nicht nur ab und zu in Kontakt, sondern regelmäßig und vor allem oft.

Die Dinge, die Gutes in meinem Leben verstärken, kann ich gut gebrauchen. Was in Ihrem Leben möchten Sie verstärken? Wo möchten Sie sich boostern lassen?