

27.12.2018 um 06:20 Uhr

hr1 ZUSPRUCH



Ein Beitrag von
Tanja Griesel,
Evangelische Pfarrerin, Fritzlar

Pyjama-Tage

Die Feiertage sind vorbei. Die Läden, Cafés und Restaurants haben wieder geöffnet. Auf den Straßen und in der Stadt ist viel los. Geschenke umtauschen, Gutscheine einlösen, Weihnachtsgeld ausgeben oder sich mit Freunden treffen - Gründe dafür, in die Stadt zu gehen, gibt es viele. Wenn ich mir die Menschen in den Einkaufspassagen und Fußgängerzonen vorstelle, wird mir ganz schwindelig.

Ich hingegen habe keine Pläne für die Tage zwischen den Jahren gemacht. Ich gönne mir einen ganz besonderen Luxus: Ich faulenze. Mein Nichtstun grenzt bereits an Langeweile. Aber das ist genau das, was mir gerade guttut. Selbst Psychologen raten dazu, hin und wieder nichts zu tun. „*Entschleunigen*“ nennen sie das dann. Meine Kinder sagen „*chillen*“ dazu, was soviel bedeutet wie: Wir bleiben den ganzen Tag im Schlafanzug.

Warum nicht zwischendurch mal einen Pyjama-Tag einlegen? Das ist gar nicht schwer. Einfach das Handy ausstellen. Kerzen anzünden. Mit einer schönen heißen Tasse Tee auf dem Sofa liegen. Dort lausche ich den Geräuschen der Stadt, die mir sehr weit weg erscheinen. Dann warte ich ab, was der Tag bringt. – So fühlt es sich also an, die Seele baumeln zu lassen. Das Wort Seele ist in der Sprache der Bibel identisch mit dem Wort für Leben. Es bezieht sich auf alles, was mich als Menschen ausmacht. Lobe den Herrn meine Seele, heißt

es in einem Psalm. Mit meinem Leben Gott loben und danken. In meinem Alltag kommt das oft zu kurz.

Am besten gelingt es mir, wenn ich zur Ruhe komme – *entschleunige* – und mir keine Termine oder Verpflichtungen im Nacken sitzen. So wie heute. Loben und danken... so viele Dinge, die mir in den Sinn kommen: Wie schön war es, in einer Kirche zu feiern, die aus allen Nähten platzte, wie schön war es, Geschenke zu machen und welche zu bekommen, wie schön war es, die Familie zu besuchen und gemeinsam zu essen. Festtagsstimmung, die in mir nachklingt.

Ich danke Gott für diesen Faulenzertag und die Ruhe, die er mir gebracht hat!
Für mich könnte es mehr Pyjama-Tage geben...