

27.07.2022 um 05:20 Uhr

hr1 ZUSPRUCH



Ein Beitrag von

Ute Klewitz,

Pastoralreferentin, Mentorin für Lehramtsstudierende mit dem Fach Katholische Theologie an der Johannes Gutenberg-Universität in Mainz

Urlaub in einer Welt, die sich verändert

Sonne, Strand, Meer ... das war für mich Sommerurlaub. Ganz viele Urlaube habe ich am Mittelmeer verbracht. Dort habe ich Märkte besucht, in schönen Städtchen Cortado getrunken und bin stundenlang am Meer spazieren gegangen. Da konnte ich eine Pause machen und neuen Atem schöpfen.

Die Urlaubsgebiete kämpfen mit Hitze und Trockenheit

Aber die Welt verändert sich: Viele Urlaubsgebiete im Süden und Osten Europas kämpfen immer mehr mit Hitze und Trockenheit. Dann die Krisen und Kriege. Und nicht zuletzt die Debatte um das Fliegen: Sind Urlaubsflüge überhaupt noch sinnvoll? Es geht dabei auch um die Fragen nach der Verteilung und dem Verbrauch von Ressourcen.

Neue Orte entdecken und Atem schöpfen

Ich stelle mir die Frage: Was suche ich denn im Urlaub? Was tut mir gut? Und wo finde ich das? Für mich ist es wichtig, im Urlaub neue Orte zu entdecken. Das tue ich, in dem ich am Urlaubsort rumlaufe, mich umsehe, mich einfühle. Ich mache dazwischen immer wieder Pausen und schöpfe so neuen Atem.

Pausen zum Durchatmen

Dabei ist es für mich egal, ob ich diese Pause in einem Café in einer Stadt oder aber auf einer Wanderung in der Natur einlege. Innehalten an einem neuen Ort: Das ist für mich eine Pause.

Dabei kann ich durchatmen, mich frei machen vom Druck des Alltags.

Nur da sitzen und nichts tun

Pausieren, das ist für mich auch ein spiritueller Moment. Ich sitze einfach da, muss gar nichts tun und kann frei atmen.

Urlaub in der Nähe: Atem holen und ausruhen

Meine alten Muster, die weiten Reisen, oft Flugreisen, so habe ich in diesem Jahr entschieden, möchte ich ändern, gerade angesichts einer Welt, die sich ändert. Dieses Jahr habe ich mich für Urlaub in einem Nachbarland entschieden. Dort mache ich eine Pause, hole Atem und ruhe mich aus.