12.09.2025 um 00:01 Uhr
hr1 ZUSPRUCH

Ein Beitrag von
Norbert Mecke,
Propst, Kassel

Endlich Freitag

Wie ein echter Geschäftsmann baut sich der Sachbearbeiter vor den Kolleginnen und Kollegen auf: „Leute, wir haben in dieser Woche das wichtigste Ziel unseres Business-Plans erreicht: Es ist Freitag!“. Alles lacht. Freitagsstimmung eben.

Jeder im Großraumbüro weiß: Er macht er keinen Hehl draus, was sein Tag ist. Eben heute. Endlich Freitag – die Arbeitswoche fast geschafft und das Wochenende komplett voraus: frei! Das fühlt sich gut an. „Freitag nach Eins, macht jeder Seins…“

Abschalten tut gut

In Schweden spricht man von "Fredagsmys": Freitagsgemütlichkeit. Bei manchen ist es dort Tradition, den Abend bei der Familien oder Freunden zu verbringen: entspannt mit Spielen, Snacks und Süßigkeiten.

Nicht mehr so in die Pflicht genommen zu sein oder funktionieren zu müssen, ist ein echt gutes Gefühl. Manchmal haut das nicht auf Knopfdruck mit einem Freitag hin. Die einen haben andere Arbeitsrhythmen, anderen geht ständig weiter nach, was noch alles getan werden müsste und wer alles etwas von einem will: selbst am Wochenende. Abschalten-Können ist eine Kunst für sich. Freunde, Spieleabend, Sport oder etwas Leckeres sind da eine gute Hilfe.

Gott schenkt Freiheit

Mir hilft zusätzlich eine Grundüberzeugung, die bei mir mitläuft: „Zur Freiheit hat uns Gott befreit!“

© 2025 · Kirche im hr

(Galater 5, 1) Das ist ein O-Ton der Bibel. Freiheit beginnt nicht erst, wenn ich alles geschafft habe und entsprechend geschafft bin. Frei-Sein ist nicht das Ergebnis abgearbeiteter To-Do-Listen. Ich bin´s mittendrin, weil Gott mir losgelöst von meiner Leistung Leben schenkt und gönnt. Und das sogar, wo ich im Blick auf seinen Business-Plan, dem, was er sich alles von mir so wünschen würde, oft eine Enttäuschung bin. Sein Motto ist: „Du bist und bleibst frei, weil Du´s mir einfach wert bist!“.

In diesem Sinn: „Thank god, it´s friday!“ – „Gott sei Dank: Freitag!“. Heute und überhaupt.

Oder mit einem weiteren beliebten Wochenendspruch aus dem Großraumbüro: „Meine Damen und Herren, bewahren Sie die Ruhe: Es ist genug Freitag für alle da!“

© 2025 · Kirche im hr