

28.01.2021 um 17:45 Uhr

hr3 MOMENT MAL



Ein Beitrag von

Steffen Jahn,

Katholischer Referent für Weltkirche im Bischöflichen Generalvikariat Fulda

Highlights schaffen!

Moderator/in: Wie geht's Ihnen den gerade so im Lockdown? Der Alltag mit der Pandemie ist irgendwie trist geworden. Die Tage ziehen so vor sich hin und es gibt zurzeit wenig Neues und Aufregendes. Im Gegenteil: Die Kultureinrichtungen sind weiterhin geschlossen und Veranstaltungen abgesagt. Steffen Jahn von der katholischen Kirche, du willst bei dir jetzt aber was an der Langeweile ändern und machst dir ab sofort dein eigenes Programm?

Ja, unbedingt. Zumindest habe ich mir jetzt was vorgenommen. Irgendwie plätschern die Tage so vor sich hin und gefühlt war Weihnachten das letzte Highlight. Mit Gottesdienst, Geschenken, leckerem Essen und Zeit für die Familie...

Das ist jetzt schon wieder fünf Wochen her und seitdem sitze ich täglich stundenlang vorm Computer im Homeoffice, mit drei Kindern im Homeschooling - und wenn ich nachmittags fertig bin, ist es auch schon wieder dunkel draußen.

Aber nun hast du für dich etwas gefunden, um deinen Alltag etwas aufzuhellen?

Sozusagen! Denn ich schaffe mir meine Highlights jetzt selbst. Ich nehme mir jetzt für jeden Tag was Kleines, aber Besonderes vor. Zum Beispiel ein längeres Telefonat mit alten Freunden, Frühstück im Bett, mal wieder einen alten Filmklassiker schauen oder abends noch was Leckeres beim Italiener bestellen. Das sind zwar nur kleine Sachen, aber auf die kann ich mich dann den ganzen Tag freuen.

Na, zumindest klingt das nach etwas Hoffnung und Freude in der tristen Zeit.

Und genau diese Hoffnung brauche ich jetzt. Die finde ich bei mir übrigens auch im Glauben. Da

habe ich zum Beispiel neulich einen Vers in einem Kirchenlied entdeckt, der ist vom Propheten Jesaja – da heißt es: "Meine Hoffnung und meine Freude, meine Stärke, mein Licht!" Die Zusage, dass Gott mich stärkt und mir Freude und Licht in mein Leben bringt, das macht mir Mut! Und das ist auch schon wieder ein kleines Highlight in meinem Alltag!