

12.01.2025 um 06:15 Uhr

hr3 MOMENT MAL



Ein Beitrag von

Lena Giel,

Pastoralreferentin und Jugendseelsorgerin im katholischen Jugendbüro Südhessen

Ein Prosit der Gemütlichkeit

Moderator/in: Schule, Job: morgen geht der ganz normale Alltag für die Meisten wieder los. Wahrscheinlich für manche ein harter Einschnitt nach den schönen langen Weihnachtsferien: mit Besuchen bei Familie, Skiurlaube oder einfach nur eine entspannte Zeit ohne Alltagsstress. Lena Giel, von der katholischen Kirche, hast du Tipps für uns, wie dieser Übergang gut gelingen kann?

Autorin: Bei Übergang fällt mir was ein: Wir haben ja gerade erst einen Übergang gefeiert: Silvester. Und da gibt's einen Spruch, den ich gerne in den ersten Tagen im Januar wünsche: Prost Neujahr oder Prosit Neujahr. Prosit ist Latein und heißt so viel wie „zutraglich sein“. Ich wünsche damit also, dass das neue Jahr guttun soll.

Moderator/in: Jetzt ist ja leider im Alltag vieles festgelegt: Hausaufgaben in der Schule, Arbeitszeiten im Beruf. Wie finde ich da denn zu dem, was mir guttut?

Autorin: Da hilft vielleicht auch das Wörtchen „Prosit“. Es kommt auch noch in einem anderen Zusammenhang vor: In Festzelten oder bei Feiern wird mit erhobenen Gläsern gesungen: „Ein Prosit der Gemütlichkeit!“ Das dänische Hygge, ein Trend in den letzten Jahren, bedeutet übersetzt genau das: Gemütlichkeit. Und dazu fällt mir auch das Lied aus dem Dschungelbuch ein: Probier's mal mit Gemütlichkeit. Ich finde, in diesem Wort steckt einiges, was uns guttut: Zeit mit lieben Menschen, Zeit für mich, Zeit zum Feiern und fröhlich sein. Und mit Gemütlichkeit gelingt der Sprung in den Alltag auch bestimmt ein bisschen leichter.