

05.01.2026 um 17:45 Uhr

**hr4 ÜBRIGENS**



Ein Beitrag von

**Jochen Straub,**

Seelsorge für Menschen mit Behinderung im Bistum Limburg

## Ich liebe Montage!

Heute ist der erste Montag im neuen Jahr. Mir wird einmal mehr bewusst: Mir geht's mit den Montagen anders als vielen andren Menschen: Ich mag sie. Das Wochenende ist vorüber und es war wieder ein schönes Wochenende. Ich war mit meiner Frau im Gottesdienst und wir haben uns mit Freunden getroffen. Die schönen Dinge, die ich erlebt habe, wirken noch nach.

### Meistens mache ich das gerne

Nun geht die Woche wieder los. Ich schau in den Kalender, was mir in dieser Woche alles begegnen wird. Da sind schöne berufliche Dinge aufgeschrieben. Ich freue mich auf Begegnungen mit Menschen. Da ist zum Beispiel das Vorbereitungstreffen für eine Veranstaltung mit meinem Lieblings-Pfarrer. Ich habe eine Zeit reserviert für Telefongespräche. Unter anderem werde ich mit einer guten Kollegin aus der Schweiz telefonieren. Ich werde außerdem einen Brief schreiben und viele Mails beantworten. Meistens mache ich das gerne. Auch privat sind Dinge geplant, die mir Freude machen. An einem Abend gehen meine Frau und ich essen.

### Sie freuen sich nicht auf die neue Woche

Freilich: es gibt auch Menschen, denen es ganz anders geht. Sie mögen Montage nicht. Sie freuen sich nicht auf die neue Woche. Das Lied von den Boomtown Rats „I don't like Mondays“ bringt dieses Gefühl auf den Punkt: Ich mag keine Montage!

Ja: dieses Gefühl kenne ich auch. Oft hat es seinen guten Grund: Manchmal macht mir etwas Sorge, was in der Woche im Kalender steht, oder es sind viele Dinge zu tun. Trotzdem will ich mir

die Freude am Montag nicht nehmen lassen. Ich weiß: Das Jahr ist erst 5 Tage alt. Ich habe noch 360 Tage vor mir. Das sind noch 52 Montage. Das ist noch 52 mal die Chance, mit einer guten Hoffnung in die neue Woche zu starten. Und genau das tue ich heute.