

Hessischer Rundfunk: "Zuspruch, HR2-Kultur"
Gabriele Heppe-Knoche, Pfarrerin
Kassel

02.09.2013

Urlaub zu Hause ?!

Die Sommerferien sind nun endgültig vorbei. Der Alltag ist eingeleert. Bei Sitzungen und auf den Fluren trifft man die Kollegen wieder. Na, aus dem Urlaub zurück? – Wo waren Sie denn in diesem Jahr? eine Standardfrage nach der Ferienzeit. Leider konnte ich diesmal zu diesem Thema nicht viel beitragen. Ich bin nämlich zuhause geblieben.

Nach einem anstrengenden Frühjahr hatte ich einfach keine Energie, mir ein Ziel zu überlegen, Unterkünfte zu suchen oder gar über Flüge nachzudenken. Deshalb habe ich es einfach gelassen. Habe drei Wochen Urlaub eingereicht und mich kein bisschen vorbereitet. Am letzten Arbeitstag habe ich mich von der Kollegin verabschiedet, bin in mein Auto gestiegen und damit fing mein Urlaub an.

Am ersten Tag habe ich drei dicke Bücher gekauft. Zum Buchladen bin ich zu Fuß gegangen. Jeweils eine halbe Stunde hin und eine halbe Stunde zurück. Das hatte ich schon lange nicht mehr getan. Sonst muss es ja immer schnell gehen. Jetzt war es umgekehrt. Es durfte alles langsam gehen.

Am zweiten Tag habe ich nur gelesen. Das war großartig. Mal wieder einzutauchen in ein spannendes Buch. Und so ähnlich ging es weiter. Ich habe Zeit mit meinen Kindern verbracht, habe Freunde getroffen, meinen Garten und die Umgebung genossen.

Für mich war das eine schöne Erfahrung. Mein Zuhause als das zu erleben, was es ja auch sein soll. Ein Ort der Geborgenheit, an dem ich mich erholen kann, an dem ich nach der Arbeit zur Ruhe finde. Ein Ort, an dem ich meine Familie erlebe. Ein Ort, an dem ich Kraft schöpfe. Viele sagen, das geht zuhause nicht, weil da kein Abstand ist zum Alltäglichen. Weil zuhause die Arbeit immer vor den Füßen liegt.

Ich glaube, das hat etwas mit unserer inneren Einstellung zu tun. Es fällt schwer, Dinge einfach liegen zu lassen. Wir sind oft so in unseren Aktivitäten gefangen, dass wir nicht mehr aufhören können zu arbeiten, zu planen, zu tun. „Was hülfte es dem Menschen, wenn er die ganze Welt gewönne und nähme doch Schaden an seiner Seele?“ Dieses Wort Jesu kommt

Hessischer Rundfunk: "Zuspruch, HR2-Kultur"
Gabriele Heppe-Knoche, Pfarrerin
Kassel

02.09.2013

mir immer dann in den Sinn, wenn ich das Gefühl habe, ich verliere mich in all den Aufgaben, die Tag für Tag zu tun sind. Schaden an der Seele, das kann ganz schnell gehen. Es ist erschreckend, wie oft ich das Wort „Burnout“ in den letzten Jahren gehört habe.

Deshalb ist es wichtig, dass es einen Ort gibt, der uns aufnimmt und auffängt, wenn einmal alles zu viel wird. An dem wir unsere Seele baumeln lassen können. An dem wir zuhause sind.