

Ab in den Urlaub!

„So hatte ich mir den Urlaub aber nicht vorgestellt!“ So denken momentan viele, die ihren Urlaub auf Rhodos oder anderswo abbrechen mussten. Und vielleicht können Sie auch von einem Urlaub erzählen, in dem Sie diesen Satz gesagt oder gedacht haben. Oft haben wir ja ganz konkrete Vorstellungen von unserem Urlaub: Er soll uns entspannen oder inspirieren. Er soll ruhig sein oder gefüllt mit Aktivitäten. Er soll uns Zeit mit unseren Liebsten ermöglichen oder die Gelegenheit geben, neue Leute kennenzulernen.

Oft kommt es dann doch ein bisschen anders, als man sich alles vorgestellt hat. Die lange Reise war anstrengend oder die Eindrücke waren nicht so fantastisch wie erhofft oder man muss den Urlaub wegen Krankheit oder anderem abbrechen. So ist man manchmal nach dem Urlaub gar nicht so entspannt wie erwartet. An den äußeren Umständen unseres Urlaubs können wir selten etwas ändern. Aber wir können eine Entscheidung treffen, welchen Gefühlen und Stimmen wir in unserem Urlaub Raum geben.

„Wer Ohren hat zu hören, der höre!“ Mit diesen Worten forderte Jesus seine Zuhörer oft auf. Zuhören bedeutet in erster Linie Zulassen-Können. Und das beginnt mit dem Hören auf die eigene innere Stimme.

Wie wäre es wohl, wenn wir unsere Urlaubszeit nicht komplett verplanen, sondern Zeiten der Stille einräumen würden, völlig unabhängig davon, ob der Urlaub wie geplant verläuft oder nicht? Weniger ablenken, mehr hören: zum Beispiel das Handy weglegen, den Fernseher ausschalten und stattdessen in Ruhe einen einsamen Spaziergang machen. Wer mutig ist, probiert zehn Minuten Stille am Tag aus. Denn die innere Stimme ist oft leise und wird in der Geschäftigkeit unseres Alltags leicht übertönt. Der Urlaub kann eine Gelegenheit sein, dieser Stimme – und damit auch Gottes Stimme – Raum zu geben. Wer Ohren hat zu hören, der höre einmal genau hin: Welche Gedanken und Gefühle beschäftigen mich schon länger? Was gelingt zur Zeit richtig gut und was ärgert mich ständig? Bin ich eigentlich glücklich?

Der Urlaub kann eine riesengroße Ablenkung sein – er kann aber auch eine Chance dafür sein, auf das zu hören, was in unserem Alltag oft untergeht. Es lohnt sich, ehrlich zu hören und zuzulassen, was da alles bei uns an Gedanken und Gefühlen zum Vorschein kommt, denn nur dann kann sich auch unsere Seele im Urlaub erholen.

Ich wünsche Ihnen eine für Körper und Seele erholsame Urlaubszeit!

Pfarrerin Alexandra Popp

Evangelische Kirchengemeinde Pocking