

Endlich Ferien!

Viele Menschen freuen sich schon sehr auf die Urlaubswochen dieses Sommers. Raus aus dem Alltag - abschalten von der Arbeit - neue Kräfte sammeln.

Das Wort „Ferien“ kommt vom lateinischen Wort „feriae“, womit damals Feiertage und Feste gemeint waren. Es hat mit dem „fanum“ zu tun, also mit dem Heiligen. Ferien sind eine heilige Zeit, nichts „pro-fanes“.

Unser Leben besteht aus Spannung und Entspannung. Auch der Sport. Je mehr Kräfte verzehrt werden, desto mehr Ruhezeit braucht es, damit der Körper seine Energiespeicher richtig füllt und verfügbar macht.

Der Mensch ist keine Maschine, die ununterbrochen laufen kann. Leider ist das eine Gefahr unserer technologisierten Zeit, zu meinen, auch der Mensch könne immer auf Achse sein, 24 Stunden am Tag „online“, ununterbrochen funktionieren.

Nein, der Mensch hat ein Recht und eine Pflicht zu „heiligem Nichtstun“. Urlaubspausen, Faulenzen, Abspannen: das sind unbewusst aktive Zeiten für Regeneration und neues Wachstum. Darüber hinaus ist der Urlaub eine gute Gelegenheit, andere, im Alltag zu kurz kommende Bereiche zu beleben: Familie, Kultur, Natur, neue Sportarten, und alles in dem Maß, wie es mir gut tut und gerecht wird. So ist der Urlaub ein Segen.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen und allen Ihren Angehörigen frohe Sommerferien!

Monsignore Martin Cambensy, Sportpfarrer