EVANGELISCHES RUNDFUNKREFERAT NRW / KIRCHE IM WDR

Ev. Rundfunkreferat NRW / Kirche im WDR - Hans-Böckler-Str. 7 - 40476 Düsseldorf
TELEFON: 0211-41 55 81-0 - buero@rundfunkreferat-nrw.de - www.kirche-im-wdr.de

Die Text-Rechte liegen bei den Autoren und beim Ev. Rundfunkreferat NRW. Verwendung nur zum privaten Gebrauch!

Kirche in 1Live | 17.09.2026 floatend Uhr | Jan Primke

Vor sich hinschauen

"Und dann muss man ja auch noch Zeit haben, einfach dazusitzen und vor sich hin zu schauen.“ Dieses schöne Zitat von Astrid Lindgren hat vermutlich die meisten von uns durch den Sommer begleitet. Ich saß oft in den Sommerferien einfach da und habe vor mich hingeschaut. Ihre Worte sind übrigens nicht aus einem Pippi-Langstrumpf-Buch, sondern aus ihrem privaten Tagebuch. Sie wollte sich daran erinnern, dass nicht jede Minute des Lebens verplant sein muss.

Es geht nicht um Zeitverschwendung oder Abhängen, sondern um "Gutes für die Seele“. Denn die Seele braucht Zeit, das Erlebte und Erledigte zu verarbeiten. Mir tut das gut. Im Sommer habe ich oft an den stressigen Jahresstart gedacht, an die vielen Projekte und mich gefreut, zwischendurch einfach durchatmen zu können. Im Alltag fällt mir das unfassbar schwer. Viel zu viel geht mir durch den Kopf, zu viel liegt auf der To-do-Liste. Aber ich spüre die Sehnsucht, dass mich Astrid Lindgrens Worte weiter begleiten.

Die Bibel beschreibt diese Sehnsucht so: Was nützt es einem Menschen, wenn er durch wahnsinnig viel Arbeit die ganze Welt gewinnt, sich selbst darüber aber verliert? Also: mehr hinsetzen und einfach so vor sich hinschauen. Ein Appell, den Moment zu genießen und zur Ruhe zu kommen.

Sprecher: Jan Primke

Redaktion: Landespfarrerin Julia-Rebecca Riedel