

Kirche in 1Live | 08.02.2022 floatend Uhr | Annette Schmitz-Dowidat

Vor-lässe

Na, wie siehts aus mit euren guten Vorsätzen? So nach ein paar Wochen im Jahr 2022? Mehr Sport gemacht? Gesünder gegessen? Falls das ein unangenehmes Thema für Euch ist, habe ich einen Vorschlag: Anstatt gute Vorsätze habe ich mir in diesem Jahr ganz andere Ziele gesetzt: Die der Vor-lässe!

Ich habe mir überlegt, was ich einfach lassen werde in diesem Jahr. Das klingt gleich viel entspannter, und ich brauche mich nachher nicht mit dem quälen, was ich wieder mal nicht geschafft habe von den guten Vorsätzen.

Seit Januar lasse ich es direkt mal, den Wecker zu stellen. Also, zumindest am Samstag. Und ich beantworte auch nicht mehr zu jeder Tages- und Nachtzeit Mails. Ein gewisser Zeitrahmen reicht auch, finde ich. Außerdem schleppe ich keine schweren Wasserkisten mehr in meine Wohnung. Ich trinke stattdessen das Wasser, das in meiner Küche direkt aus der Leitung kommt.

Bei den Vorsätzen war ich spätestens Anfang Februar schon wieder raus. Bei meinen Vor-lassen merke ich im Februar so richtig, wie erholsam sich das alles anfühlt. Ach ja: Und egal, was ihr bisher getan oder gelassen habt – Lasst euch eins sagen und niemals ausreden: Ihr seid großartig! Von Januar bis Dezember. Und dann wieder von vorne.

Sprecherin: Lisa Kielbassa

Redaktion: Daniel Schneider