



Katholische Kirche
im WDR

Katholisches Rundfunkreferat beim WDR
Wallrafplatz 7
50667 Köln
Tel. 0221 / 91 29 781
Fax 0221 / 27 84 74 06
www.kirche-im-wdr.de
E-Mail: info@katholisches-rundfunkreferat.de

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

Kirche in 1Live | 22.04.2015 floatend Uhr | Katrin Achterfeld

Mal was Neues?!

40 Tage Fastenzeit - ich weiß, die sind längst vorbei. Aber ich will Euch trotzdem kurz erzählen, was diese Zeit in diesem Jahr für mich bedeutet hat. 40 Tage - das hieß für mich diesmal: 40 mal etwas absolut Neues tun. Jeden Tag was Neues auf's neue. Warum?

OK, ich denke Ihr kennt das: Sobald eine Aufgabe auf mich zu kommt, die ich noch nie gemacht habe, dann überkommt mich schon ein mulmiges Gefühl. Ich weiß ja nie, was mich erwartet. Wird es gut laufen oder nicht? Wird es im schlimmsten Fall sogar eine Katastrophe? Vor manchen Dingen habe ich so einen Bammel, dass ich sie entweder ewig vor mir her schiebe oder tausend Auswege und Ausreden finde, warum ich das jetzt gerade NICHT tun kann. Das wollte ich ändern.

Also fragte ich am ersten Tag einen Fremden nach der Uhrzeit. In der zweiten Woche traute ich mich schon im Fahrstuhl Small Talk mit einer unbekannten Dame zu machen. Mit ein bisschen Übung und Überwindung ging es plötzlich leichter als gedacht. Und wie positiv doch die Reaktionen waren, wenn man seinem Gesprächspartner ein paar freundliche Worte schenkt.

Aber ich wollte nicht nur die Angst vor bestimmten Dingen verlieren, sondern auch generell offen für neue Dinge werden. Also probierte ich Afrikanisches Essen, las ein Buch über Körpersprache und lernte an einem Abend Tango tanzen.

Es war nicht immer einfach JEDEN Tag etwas zu finden, was ich tatsächlich zuvor noch nie getan hatte. Aber es mussten ja nicht immer irgendwelche bahnbrechenden Dinge sein. Wenn mir gar nichts einfallen wollte, ging ich zum Italiener und aß eine Sorte Eis, die ich noch nicht kannte.

Was ich aus den 40 Tagen mitnehme? Aufregung, Spaß und eine gehörige Portion Mut (für weitere Aufgaben) - und bei weitem nicht so viel Angst, wie ich befürchtet hatte.

Katrin Achterfeldt, Düsseldorf

Copyright Vorschaubild: CCO Public Domain Pixabay