



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 | 21.06.2022 floatend Uhr | Daniela Kornek

Schlafmütze

Ich bin eine überzeugte Schlafmütze. Ich liiiieebee es, zu schlafen oder mal so ein kleines Nickerchen zu machen. Schon ganz früher hab' ich in jedes Schulfreund'innenbuch reingeschrieben: "Mein Lieblingsort: Bett." Ey, wenn ich so könnte, wie ich wollte, dann würde ich andauernd zwischendurch mal kurz einpennen. Und wenn ich mal so richtig fancy sein will, dann gehe ich erst abends baden und dann lege ich mich in mein frisch bezogenes Bett. Das ist für mich Heaven on Earth, Leute! Wenn ich schlafe, bin ich komplett relaxt und erholt. Und je älter ich werde, desto klarer wird mir: Das ist echt nicht selbstverständlich, so ein guter Schlaf. Ganz viele Leute wälzen sich nachts mit ihren Problemen hin und her. Oder die haben ein kleines Baby zu Hause, mit dem die Nächte ziemlich unruhig sind. Und wenn ich dann noch an die Menschen denke, denen es gerade wirklich richtig schlecht geht, die im Krieg sind oder auf der Flucht: Da ist gar nix mehr mit erholsamem Schlaf. Und da merke ich: Was habe ich für ein Glück, dass ich so eine Schlafmütze sein kann. In der Bibel steht im Buch der Sprichwörter auch ein Satz, der beschreibt das Schlafen. Und genau das würde ich echt allen Leuten wünschen: "Gehst du zur Ruhe, so schreckt dich nichts auf. Legst du dich nieder, erquickt dich dein Schlaf."

Ela Kornek, Münster