

Kirche in 1Live | 19.11.2025 floatend Uhr | Maike Siebold

Reset-Button

Dein Akku hat noch drei Prozent, aber du scrollst weiter.
Klingt nach einem Softwareproblem, ist aber ein Menschenproblem.

Heute ist Buß- und Bettag. – Der Reset-Button für die Seele. – Denn der Buß- und Bettag, ist gedacht fürs Runterfahren, Neustarten und einen Systemcheck fürs eigene Leben durchzuführen. Statt weiter zu funktionieren, durch Feeds und Termine zu jagen oder in den nächsten Shitstorm zu geraten, geht es heute mal um was anderes: auf Pause drücken und Nachdenken: Was läuft gut in meinem Leben und was nicht? Mit "Buße" sind keine alten Rituale gemeint. Es geht darum, ehrlich mit sich selbst und den anderen zu sein. Zu überlegen: Was will ich an dem, was in meinem Leben nicht rund läuft, ändern?

Der erste Buß- und Bettag wurde übrigens schon 1532 gefeiert. Als Reaktion auf eine Krisenzeit. Er löste einen Trend aus, der heute fast vergessen ist: 1878 gab's in Deutschland 47 solcher Tage, an denen die Menschen mal drüber nachdenken sollten, was alles so schief in ihrem Leben läuft. Alles schon ganz schön lange her. Und trotzdem passt die Idee eines Buß- und Bettages heute besser denn je – finde ich. In einer Welt, die schnell ist und knallevoll mit Eindrücken, in der du ständig liefern musst, ist dieser alte Tag ziemlich revolutionär: ein offizieller Reminder, abzuschalten und langsamer zu machen. Zeit für ehrliche Gedanken, sich selbst und anderen gegenüber.

Sprecher: Jan Primke

Redaktion: Landespfarrerin Julia-Rebecca Riedel