

Kirche in 1Live | 19.04.2014 floatend Uhr | Jan Primke

## Morgen ist eine neuer Tag

Ein langer Tag geht zu Ende. Spät abends sitze ich auf meinem Sofa und bin fix und fertig. Viel zu viel stand heute im Kalender. Nach der Arbeit direkt zum Treffen mit den alten Klassenkameraden. Eigentlich schön, aber viel zu viel. Thomas hat seinen Doktor gemacht und arbeitet in einem Krankenhaus in Essen, Bastian ist Coach für Persönlichkeitsentwicklung und Alex macht in Sachen Aktien.

Abschalten wäre jetzt gut. Einfach einen Deckel auf den Tag machen und ins Bett gehen. Aber die vielen Impulse lassen mich nicht runterkommen. Ich frage mich, wann die Nachrichten zu Ende sind, seit 15 Minuten läuft die Sendung – und ich bin noch ganz woanders.

Was hatte Bastian vorhin gesagt? Als Coach empfiehlt er den meisten Menschen, sich selbst mehr im Blick zu haben und mit der eigenen Energie gut zu haushalten. Man braucht einen Ruhepol im Alltag, ein paar Fixpunkte, die einem Sicherheit und Halt geben. Mir kommen Zweifel, ob das so neu ist in der Persönlichkeitsentwicklung.

Das wusste schon meine Mutter. Von Ihr habe ich gelernt, dass man nie allein ist, dass Gott für einen da ist und man ihn fragen kann, wenn man Hilfe braucht. Das war ihr Fixpunkt. Sie hat oft vor dem Schlafen noch ein kurzes Gebet gesprochen, manchmal nur einen Satz.

"Gott, ich bin fix und fertig. Bitte schenk mir einen erholsamen Schlaf..."

Die Nachrichten sind zu Ende, ich höre gerade noch den Moderator: "Und Morgen ist ein neuer Tag, Gute Nacht"

**Sprecher: Daniel Schneider**