

## Zweite Heimat Sommer

Als ich ein Kind war, waren die Sommerferien Inbegriff von grenzenloser Freiheit. Das Freibad wurde zur zweiten Heimat. Die Schultasche lag unglaublich lange einfach nur in der Ecke. Es war ein Leben ohne Ziel, ohne Plan. Wenn ich auf die Sommer der Kindheit zurückblicke, kommt mir Paul Gerhardts Liedzeile in den Sinn: Geh aus, mein Herz und suche Freud in dieser schönen Sommerzeit ... Geh aus, mein Herz. Die Weite, die in dieser Aufforderung liegt, versetzt mir heute einen Stich: Geh aus, mein Herz ... Lass dich nicht einengen vom Gedanken an später. Freu dich am Hier und Jetzt, an deines Gottes Gaben, wie Paul Gerhardt sagt. An der Schönheit des Sommers. An deiner Freiheit.

Heute plane ich im Sommer – wenn ich es mir leisten kann – eine Reise, und dann nehme ich exakt so viele Urlaubstage, wie diese Reise dauert. Am letzten Arbeitstag packe ich hektisch die Koffer der ganzen Familie. Dann brechen wir überstürzt auf. Oft mit einer Liste von Telefonaten und E-Mails in der Handtasche, die ich nicht mehr geschafft habe. Geh aus mein Herz, und suche Freud – Paul Gerhardts Liedzeile passt da nicht hin.

Und dann kommen die „schönsten Wochen des Jahres“. Wenn es gut geht, ist der Abreisestress bald vergessen und die Liste mit den unerledigten Sachen bleibt in der Handtasche. Aber nicht immer läuft es gut. 73 Prozent der Familien fühlen sich im Urlaub niedergeschlagen, die Scheidungs- und sogar die Selbstmordrate steigen nach der Ferienzeit an. Geh aus mein Herz, und suche Freud: Was machen wir falsch im Urlaub? An die unbeschwerten Kindheits-Sommer waren keinerlei Erwartungen geknüpft. Sie waren am besten, wenn möglichst wenig passierte. Der Familienurlaub ist vergleichsweise kurz, und meine Erwartungen sind umso größer: Endlich Zeit mit dem Partner, endlich Zeit, mit den Kindern etwas zu unternehmen, endlich Zeit, ein Buch zu lesen, Sport zu machen, abzunehmen, braun zu werden, viele Postkarten zu schreiben, etwas zu erleben... Kein Raum für Weite und Freiheit, auch wenn ich ganz weit weg fahre. Geh aus, mein Herz - mein Herz kann das am besten, wenn ich ihm keine Vorschriften mache. Erfreue dich an deines Gottes Gaben, mein Herz. Lass sie dir schenken. Versuche nicht krampfhaft, sie herbeizuzwingen. Vielleicht nimmst du im Urlaub eher zu als ab.

Vielleicht schreibst du keine einzige Postkarte. Vielleicht musst du entdecken, dass die Zeit vorbei ist, in der deine Kinder gerne mit dir am Strand Sandburgen bauen. Dann kannst du es auch nicht herbeizwingen. Aber warte auf die Gaben Gottes, die dir in den Schoß fallen. Auf die du gar nicht gewartet hast. Lass dein Herz frei, lass es gehen – und es wird beschenkt zu dir zurückkommen.