

## Mittendrin Sonntag

„Gib deiner Seele einen Sonntag und dem Sonntag deine Seele“. Diese Aufforderung gab uns der Kapuzinerbruder in seiner Predigt mit. Dem zugrunde liegt das Sabbat-Gebot, wie es im Deuteronomium steht. Und einmal mehr staune ich über die Weisheit und hohe sozialrechtliche Bedeutung, die dieses Gebot damals hatte – und heute noch haben sollte. Nicht nur die angesprochenen Juden, „auch dein Knecht und deine Magd, dein Vieh und der Fremde in deinem Tor sollen Sabbatruhe haben“ – die Frauen waren hoffentlich, wenn auch nicht erwähnt, mitgemeint. Merke: Auch niemanden für dich arbeiten lassen....

Mir geht ein altes Lied durch den Sinn. Vor mehr als 50 Jahren in der Pfadi jeweils als Abschluss gesungen: „über tunkli Tächer, Gasse uus und ii, lüüet ali Glogge scho de Sunntig ii. Schtill wird's uf de Schtrasse, d Schtatt chunnt bald zur Rue: Liislig tuet e Wuche iiri müede Auge zue. Laas es Sunntig werde jetzt i Huus und Herz, ....“ (da weiss ich nicht mehr weiter. Für Hilfe danke ich!)

Tempi Passat! Wenn ich an die Geschäftigkeit am Wochenende denke, ans Nachtleben, dann sollte es wohl nie eine Pause geben?

Ich bin eine Verfechterin des allgemeinen Arbeitsverbots an Sonntagen, damit Aktivitäten für alle geplant werden können. Doch schon beim kurzen Nachdenken geht mir meine Logik nicht auf: So sollten nur Spitäler und Pflegeheime arbeiten müssen und, klar, die Notfalldienste aller Art, auch die Sanitäre. Nur, wo ist oder wo ziehe ich die Grenze? Sonntags auswärts essen? ÖV? Bergbahnen? Tja, welch heikles Thema! Erholung, wo? Vor dem Fernseher/Bildschirm doch lieber auch nicht. Wann endet die Anspruchsmentalität: Alles jetzt und sofort?

Selber arbeitete ich ja auch am Sonntag, weil ich am Samstag Dinge auswärts erledigte und Einkäufe tätigte, dafür am Sonntag solch schöne Ruhe hatte zum Korrigieren oder Vorbereiten. Zählt Gartenarbeit als Hobby?

„*Einen* Sonntag oder *den* Sonntag“? Wie frei bin ich, mir irgendeine Zeit zum Sonntag zu erklären? Mir, ginge ja noch, aber andern? Als Arbeitgeberin oder Kundin zu verlangen, dass am Sonntag für mich gearbeitet werde? Eine Massage zur Erholung? Eine – Sitzung im Verein, weil ja keiner und keine zur Arbeit muss? Wirklich?

Der Seele *einen* Sonntag geben: Das tue ich in diesen Tagen, da ich Ferien mache und im Berner Oberland wunderschöne Blumen bestaune am Wegrand – noch sind die Wiesen nicht gemäht. Beim Wandern, erst recht im steilen Aufstieg, verflüchtigen sich die Gedanken und der Ärger über das Unerledigte und Misslungene. Nur hier und jetzt zählt. Das Staunen über die Schöpfung nimmt mich ein. Lobgesang: Geh aus, mein Herz, und suche Freud. Gebe ich damit meine Seele dem Sonntag? Ich spüre, wie ich innerlich weit werde, ruhig, leiser, wie ich leichtere Schritte tue, mich strecke und aufrichte. Der körperlichen Erschöpfung folgen die innere Erlabung und Stärkung.

Sonntag feiern wir Christen als Erinnerung an die Auferstehung und als den ersten Tag der Woche: Anfangen aus der Ruhe, aus der Gewissheit des Neubeginns heraus.

Corinne Rohner, 6. Juni 2024