4 Nonblondes: What's up

„Und ich bete,
oh Gott, bete ich?
Ich bete jeden Tag
für Veränderung."

Ich weiß nicht, wie es euch geht, aber mir gehen die Hinweise, sich gründlich die Hände zu waschen, mächtig auf den Geist. Vor allem der Tipp, zweimal „Happy Birthday" zu singen, um wirklich lange und gründlich genug die Hände unter das Wasser zu halten. Innerlich wurde ich dabei immer schneller und klang (innerlich) wahrscheinlich wie ein aufgeregtes Quitsche-Entchen.

Meine Lösung: ich bete jetzt das Vaterunser. Zeitlich dauert es so lange wie zweimal „Happy Birthday". Und es ist nicht so sinnentleert. In dieser Zeit kann es gut tun zu beten. Auch beim Händewaschen.

Übrigens: wer öfter mal eine Abwechslung braucht: der Hey, hey-Refrain dieses Liedes passt zeitlich auch.

So sollt ihr beten: Unser Vater im Himmel, geheiligt werde dein Name, dein Reich komme, dein Wille geschehe wie im Himmel, so auf der Erde. Gib uns heute das Brot, das wir brauchen! Und erlass uns unsere Schulden, wie auch wir sie unseren Schuldnern erlassen haben! Und führe uns nicht in Versuchung, sondern rette uns vor dem Bösen! (Mt 6,9-13)