



03.01.2019 um 07:30 Uhr

Ein Beitrag von Eva Reuter, Katholische Pastoralreferentin, Betriebsseelsorge im Bistum Mainz / Regionalstelle Rheinhessen

## Warum bin ich so fröhlich?

Warum bin ich so fröhlich?

*„Ich leb und weiß nit wie lang,  
ich stirb und weiß nit wann,  
ich far und weiß nit wahin,  
mich wundert das ich [so] frölich bin.“*

So lautet ein mittelalterliches Gedicht, das verschiedenen Autoren zugeschrieben wird. Aber egal, wer es nun wirklich geschrieben hat, es passt zum Jahresbeginn. Wir wissen weder, wie lange wir leben, noch was das Jahr uns alles bringen wird an schönen oder vielleicht auch traurigen oder schwierigen Erlebnissen und Erfahrungen.

Trotzdem finde ich, dass es sich lohnt, fröhlich zu sein. Wer lacht, lebt länger, das hat die Forschung schon lange festgestellt, und Sorgen machen Falten. Also bin ich fröhlich und guter Dinge. – Okay, das funktioniert auch bei mir nicht immer, aber ich habe manchmal das Gefühl: Die Einstellung vieler Menschen ist erstmal negativ. Sie sind genervt, frustriert, resigniert oder einfach nur „schlecht drauf“.

Das bringt aber nichts – außer schlechte Laune und Falten. Also raffte ich mich immer mal wieder bewusst auf, Dinge positiv zu sehen. Ich lächle wildfremde Leute an und freue mich, wenn sie zurücklächeln. Ich fange mit der Frau vor mir im Laden

ein Schwätzchen über das Wetter an – aber eben nicht „Oh wie schrecklich kalt und grau das wieder ist!“ sondern „Ich liebe es, bei dem Wetter auf dem Sofa zu sitzen und zu lesen!“ Statt mich über die unpünktliche Kollegin zu ärgern, koche ich einen Kaffee und lass mir vom Urlaub einer anderen Kollegin erzählen. Ändert nichts an der Verspätung, aber an meiner Laune!

Es gibt einen Comedian, Ole Lehmann, der hat sein Bühnenprogramm „Homo fröhlich“ genannt. „Homo fröhlich“ bedeutet übersetzt „Mensch, von Freude erfüllt, unbeschwert, froh, vergnügt, lustig, ausgelassen, Freude bereitend“. In seinem Programm macht Ole Lehmann sich Gedanken über Fragen wie: „Warum haben so viele Menschen ihre unbeschwerte Art verloren? Warum gibt es so wenig fröhlich Rap-Texte?“ - Gut, für einen Kabarettisten gehört es vielleicht zum Job, fröhlich zu sein. Aber eigentlich ja auch für Christen, denke ich! Für mich als Christin gilt das Gedicht vom Anfang nämlich nicht ganz: Die Zeile „Ich fahr, weiß nit wohin“ gilt für mich nicht! - Ich weiß zwar auch nicht, wann ich sterbe, aber ich glaube fest daran: Ich bin dann bei Gott. Und das ist doch wirklich ein Grund zur Freude.

Ich glaube, dass Gott mich nicht verlässt – egal was das Leben für mich bereithält. Das hat Jesus versprochen. Er sagt: *Seid gewiss: Ich bin bei euch alle Tage bis zum Ende der Welt.* (Matthäus 28,20b). Das lässt mich auch in schwierigen Situationen hoffen.

Ein anderer Dichter, Johann Georg Neumark, hat diese Gedanken in einem Kirchenlied zusammengefasst, und Johann Sebastian Bach hat sie wunderbar vertont. Sie stehen in vielen Gesangbüchern (GL 424, EG 369). Dort heißt es:

*Was helfen uns die schweren Sorgen,  
was hilft uns unser Weh und Ach?  
Was hilft es, dass wir alle Morgen  
beseufzen unser Ungemach?  
Wir machen unser Kreuz und Leid  
nur größer durch die Traurigkeit.*

*Sing, bet und geh auf Gottes Wegen,  
verricht das Deine nur getreu  
und trau des Himmels reichem Segen,  
so wird er bei dir werden neu;  
denn welcher seine Zuversicht  
auf Gott setzt, den verlässt er nicht.*

Singen macht übrigens auch fröhlich! Und so gehe ich als fröhlicher Mensch in

diesen Tag und in das neue Jahr!

Fröhlich sein als Grundhaltung von Kabarettisten und Christen.