



19.09.2018 um 02:00 Uhr

Ein Beitrag von Martin Vorländer, Evangelischer Pfarrer und Rundfunkbeauftragter für den hr, Frankfurt

## "Ist es wirklich so schlimm?"

„Ich bin nicht der Immer-gut-gelaunt-Typ“, beschreibt sich eine Kollegin. „Mich freuen können, das fällt mir nicht so leicht.“ Sie erzählt: „Aber manchmal, wenn ich selber merke, wie grimmig ich durch den Alltag laufe, muss ich an eine Begegnung vor Jahren denken.“ Sie war in Hetze zwischen zwei Terminen. Für den zweiten musste sie schicker angezogen sein. Also schnell nach Hause, sich umziehen. Ein Knopf am Blazer reißt ab. Auch das noch! Eine andere Kleiderkombination muss her und das Ganze unter Zeitdruck. Auf der Straße hat sie anscheinend ein richtig finsternes Gesicht gemacht. Denn da stellt sich ein Mann vor sie hin und fragt: „Ist es wirklich so schlimm?“

Erst war sie genervt, dass der sie auch noch aufhält. Aber dann hat sie gelacht. Sie sagt: „Heute erinnere ich mich manchmal daran und sortiere mich: Es ist vielleicht gerade ein bisschen viel, stressig, anstrengend, nervig. Das hat alles seine Berechtigung. Aber ist es wirklich so schlimm? Dann muss ich lächeln und es ist nicht mehr so schlimm. Das rückt die Dinge wieder an ihren rechten Platz. Die Sachen, die ich machen muss, stehen dann nicht mehr so übergroß vor mir.“

„Macht euch nicht ständig Sorgen!“, hat Jesus in der Bergpredigt gesagt. Und dann einen Satz gesprochen, der berühmt geworden ist: „Seht die Vögel unter dem Himmel an: Sie säen nicht, sie ernten nicht, sie sammeln nicht in die Scheunen; und euer himmlischer Vater ernährt sie doch.“ Damit redet Jesus die Probleme nicht klein. Es gibt triftige Gründe, warum ein Mensch sich Sorgen macht und nicht ständig fröhlich durch die Gegend laufen kann. Aber Jesus stärkt das Vertrauen: Gott sorgt für dich. Lass dich nicht von deinen Sorgen auffressen! Du bekommst die Kraft, die du

brauchst, um deinen Alltag zu bestehen. Gönn es dir, dich frei zu fühlen wie ein Vogel unter dem Himmel!