

27.03.2019 um 17:45 Uhr

hr4 ÜBRIGENS



Ein Beitrag von

Rolf Müller,

Pastoralreferent Pfarrei Mariä Himmelfahrt, Frankfurt

Der "Fasten-Ohrwurm"

Fast jeden Tag habe ich einen, und ich bekomme ihn nur ganz schwer wieder los: Einen Ohrwurm. Ich bin da auch besonders anfällig. Meistens ist es die Musik, die ich kurz vor dem Rausgehen aus der Wohnung oder aus dem Auto gehört habe. Es ist auch ganz egal, ob das meine Lieblingsmusik oder nur irgendeine Werbemelodie war – das Lied ist fest in meinem Ohr und lässt mich nicht mehr los; da singe oder pfeife ich den ganzen Tag vor mich hin. Das kann dann stundenlang so gehen! Manchmal fragen mich dann meine Kollegen: „Was singst du denn da den ganzen Tag?“

Ich kann darüber eigentlich nur staunen. Wie leicht das geht! Da setzt sich was ganz unbewusst in meinem Kopf fest und begleitet mich den lieben langen Tag. Ich denke mir: Wie schön wäre es, wenn das bei anderen Dingen auch so wäre, nicht nur bei der Musik. Beispiele dafür fallen mir genügend ein. Da wären meine Vorsätze für die Fastenzeit. Es wäre doch gut, wenn diese Vorsätze so etwas wie ein Ohrwurm in mir wären! Wie eine Melodie, die mich nicht mehr los lässt. „*Fahr nicht zuviel Auto, geh auch mal zu Fuß*“ – das wäre ein toller „Fasten – Ohrwurm“ für mich. Vielleicht würde ich dann diesen Vorsatz nicht immer so schnell vergessen! Oder: „*Nimm dir die Zeit, auch heute eine halbe Stunde in dem guten Buch zu lesen, das du dir für diese Zeit vorgenommen hast.*“ Und: „*Sei freundlich zu allen Menschen, die du heute triffst.*“ Da gibt es wirklich viele „Fasten – Ohrwürmer“, die ich mir da vorstellen könnte.

Leider klappt es mit diesen „*Fasten - Ohrwürmern*“ nicht so leicht wie mit einem echten Ohrwurm. Aber ich will einen Trick ausprobieren. Ich hänge mir einen Zettel mit meinen Fastenvorsätzen an die Wohnungstür. Sie sollen das letzte sein, das ich vor dem Rausgehen lese. Vielleicht klappt das dann ja genauso wie bei der Musik – und ich bekomme einen guten „*Fasten - Ohrwurm*“, der mich den ganzen Tag begleitet!