

29.04.2019 um 05:20 Uhr

hr1 ZUSPRUCH



Ein Beitrag von
Norbert Mecke,
Dekan, Melsungen

Wenn das Glück ausgesaugt wird

Es gibt so Tage, da kommt's Dicke. Für manche gehört jeder Montag dazu. Wieder eine ganze Woche Arbeit vor der Brust. Obwohl: Mit dem Maifeiertag am Mittwoch ist „Land in Sicht“ – zumindest eine kleine Insel!

Manchmal ist das ja so: Da läuft morgens die Kaffeemaschine über, an der Arbeit läuft's nicht rund, auf der Heimfahrt läuft es gar nicht: Rushhour mit Stau, daheim werden die Nerven dank Teenie-Alarm unter Strom gesetzt - und wenn man abends allem mit einer Runde Joggen entfliehen will, regnet es obendrein Bindfäden.

Es gibt so Tage, da fühlt es sich an, als würde alles Glück aus einem abgesaugt. Wenn's Dicke kommt, wirft das Schatten über die Seele. Kein Blick mehr für Schönes. „Ist doch alles Mist!“

In den Erzählungen rund um den Zauberschüler Harry Potter hat J.K. Rowling dafür eine starke Ausdrucksform gefunden. Da gibt es „Dementoren“ – echte Glückfresser. Gespenstisch schweben sie heran. Es wird frostig kalt. Und dann saugen sie. Alles Gute und Farbenfrohe schwindet, wenn man von ihnen geküsst wird.

Was hilft? Die doppelte Antwort ist verblüffend und verzaubernd lebensstauglich:

Zum einen hilft Schokolade. Die macht bekanntlich glücklich. Also hinein damit, wenn Glücksfresser an einem knabbern. Leider entfaltet Schokolade in unserer Welt einen Nebenzauber in der Hüftgegend – und es kommt zeitversetzt wortwörtlich wieder dicke. Schokolade enthält keine Glückshormone. Sie wirkt aber wohl, weil wir Naschen mit schönen Erinnerungen verbinden, zum Beispiel aus der Kindheit.

Und da sind wir beim Zweiten, was dem Absaugen von Glück wehrt: starke Erinnerungen an erlebtes Glück. Bei Potter und Co. entfachen sie einen Schutzzauber, einen „Patronus“: stark und wehrhaft, wenn sich alles verfinstert.

Ich kenne diese Wirkung! In mir die Urlaubsbilder vom Strand. Erinnere das Geschenk, Vater zu

sein. Freue mich beim Rückblick auf das Wochenende, dass hinter mir liegt. Höre, wie Wertschätzung von Freunden zärtlich nachklingt. Vertraue, ein Gotteskind zu sein. Ein starker Schutz, wenn's Dicke kommt. Bei Harry Potter ein helles Licht, das alles Kalte in Schach hält und schließlich vertreibt. Ich wünsche Ihnen viele Glücksmomente und gute Erinnerung daran. Und: Hier und da ruhig ein Stück Schokolade!