

14.12.2020 um 17:45 Uhr

hr4 ÜBRIGENS



Ein Beitrag von

Rolf Müller,

Pastoralreferent Pfarrei Mariä Himmelfahrt, Frankfurt

Ein nettes Wort

Vor kurzem bin ich mal wieder früh morgens auf dem Weg zur Arbeit durch meinen Stadtteil in Frankfurt gelaufen. Mein Weg führt dabei direkt an einer Grundschule vorbei. Ströme von Kindern sind mir da entgegengekommen. Die meisten waren laut und fröhlich miteinander am Reden. Nur ein kleiner Junge nicht. Er ging ganz alleine, die Kapuze seiner Jacke hatte er tief ins Gesicht gezogen, sein Kopf hing nach unten. Er hat die anderen Kinder um ihn herum gar nicht beachtet. „Der ist traurig und hat gar keine Lust auf Schule“, hab ich mir gleich gedacht.

Tage, an denen alles zusammen kommt

Und sofort habe ich mich an meine eigene Schulzeit zurückerinnert. Da bin ich auch so manches Mal mit hängendem Kopf in die Schule gelaufen. Mal hatte ich Krach mit meinen Freunden, mal hatte ich Angst vor einer Mathearbeit oder ich hatte die Aufgaben nicht gemacht, mal war ich einfach nur müde und manchmal kam all das zusammen.

Ein kleiner Witz, ein Schulterklopfen vertreibt den Frust

Geholfen hat mir damals immer, wenn mich jemand in dieser Lage einfach so angesprochen hat: „Kommst du mit mir Fußballspielen?“ „Hey, das ist der Witz des Tages“, dazu noch ein nettes Schulterklopfen, und schon war mein Frust wie weggeblasen.

Ein Lächeln und ein nettes Wort bringt mich auf andere Gedanken

Ganz so leicht funktioniert das bei mir heute leider nicht mehr. Und trotzdem: Wenn es mir mal

nicht so gut geht, bin ich immer froh, wenn mir aufmerksame Menschen begegnen. Menschen, die einen wachen Blick für andere haben und mich ganz einfach ansprechen – das geht in Corona-Zeiten auch am Telefon. Das muss nicht die große Frage nach meinem Zustand oder dem Grund meiner traurigen Miene sein. Da genügt schon ein Lächeln oder ein nettes Wort, um mich auf andere Gedanken zu bringen.

Etwas mehr Aufmerksamkeit dem anderen gegenüber

Ich glaube, das geht vielen Menschen so. Ich will selbst auch lernen, ein aufmerksamer Mensch zu sein. Denn wer weiß: Vielleicht genügt ja auch schon ein kleines nettes Wort von mir, damit ein Anderer seinen Kopf nicht mehr ganz so tief hängen lässt.