

15.12.2023 um 17:45 Uhr

hr4 ÜBRIGENS



Ein Beitrag von

Dr. Barbara Brüning,

Katholische Journalistin, Autorin und Systemische Familienberaterin, Frankfurt

Zum Spiegel werden

Vor ein paar Tagen ist mir eine merkwürdige Geschichte passiert. Ich war zusammen mit meinem Sohn auf dem Weg zum Einkaufen im Supermarkt. Vor der Tür hat er einen Freund getroffen und wollte sich noch etwas unterhalten. So hat er mich schon mal vorgeschickt. Ich habe also erst mal Obst und Gemüse in den Wagen gelegt. Ich wollte aber nicht ohne ihn weiter gehen. Und so habe ich dagestanden und auf die Eingangstür geschaut und gewartet. Ich wollte sehen, wann er kommt.

Sie hat mich mit freudigem Lächeln angestrahlt

Dann war da eine Frau, die zwischen mir und der Tür gestand hat. Ich kannte sie nicht. Aber sie hat mich mit einem freudigen Lächeln angestrahlt. Erst habe ich mich umgesehen. Ich habe gedacht: Vielleicht meint sie jemanden, der hinter mir steht. Aber nein, da war niemand. Also habe ich sie auch angelächelt und dann weiter über sie hinweg zur Tür gesehen.

Da musste ich einfach zurück lächeln

Dann kam mein Sohn und wir sind weitergezogen. Später habe ich dann die Frau noch einmal in einer der Regalreihen gesehen, und da ist sie auf mich zugekommen. Sie hat gesagt: „Sie haben mich so strahlend angelächelt vorhin, da musste ich einfach zurück lächeln. Ich glaube, ich werde den ganzen Tag heute gute Laune haben deshalb.“ Und dann ist sie weiter gegangen. Ich habe nämlich gar nicht gewusst, was ich dazu sagen sollte.

Eigentlich hatte ich gar nicht sie gemeint

Ich war etwas erstaunt. Eigentlich hatte ich mit meinem Blick erst mal ja gar nicht sie gemeint. Es war der Anblick meines Sohnes durch die Supermarkttür, der mich unbewusst hat lächeln lassen. Das hat sie aufgefangen und mir zurückgegeben. Etwas richtig Schönes ist dadurch entstanden. Ihr Tag steht im Zeichen dieses Lächelns.

Noch weitere Menschen mit einem Lächeln anstecken

Ich denke mir: wie wenig doch notwendig ist, um einem Menschen den Tag zu verschönern. Und ich habe mir vorgenommen, einfach mehr zu lächeln. Es wird schon den oder die Richtige treffen. Ich merke: Ein Lächeln kann Menschen öffnen. Es stellt eine Verbindung her. Vielleicht wird die Frau auf ihrem Weg nach Hause auch noch andere Menschen anlächeln. Und noch weitere Menschen damit anstecken.