19.11.2026 um 00:01 Uhr
hr4 ÜBRIGENS



Ein Beitrag von
Jana Koch-Zeißig,
Ev. Pfarrerin in Fulda

Ohrwürmer

Neulich beim Kochen erwischt es mich wieder:
Ein Lied hat sich in meinem Kopf festgesetzt.
Immer wieder die gleiche Melodie.
Immer wieder die gleiche Zeile.
Und ich kann sie nicht abschütteln.

Warum gerade dieses Lied?

Ohrwürmer sind oft lästig.
Ich frage mich: „Warum gerade jetzt? Warum lässt du mich nicht in Ruhe?“
Dann versuche ich mich abzulenken.
Singe laut mit – häufig hilft das nur bedingt. Der Ohrwurm bleibt.

Wenn Melodien Erinnerungen wecken

Aber irgendwie hat es auch was Schönes.
Dieses Lied, das ich irgendwo aufgeschnappt habe – im Supermarkt, im Radio, vielleicht sogar beim Vorbeigehen auf der Straße – hat sich einfach in meinem Kopf eingenistet.
Es verbindet sich mit anderen Momenten in meinem Kopf: ein sonniger Nachmittag, ein kurzer Spaziergang, ein Lachen.

Welche Ohrwürmer tragen wir im Alltag mit uns?

© 2026 · Kirche im hr

Der Ohrwurm erinnert mich: Auch unser Alltag ist voller kleiner, unbewusster Begleiter.
Da tauchen Gedanken auf, Sorgen, Erinnerungen, die ich am liebsten abschütteln würde – und doch lassen sie mich nicht so leicht los.
Sie begleiten mich. Manchmal nervend. Manchmal leise. Aber manchmal bringen sie mich sogar zum Lachen.
Ohrwürmer des Lebens sozusagen.

Glaube als Lebensmelodie

Auch die Sache mit Gott auch ist wie eine Art Ohrwurm.
Ein Gedanke, aufgeschnappt und eingenistet in Kopf und Herz.
Ein Gefühl, das einen nicht mehr loslässt.
Glaube als Begleitung.
Eine frohe Botschaft als Lebensmelodie.

Was bleibt, wenn die Musik verstummt?

Beim richtigen Ohrwurm kommt irgendwann der Moment, da ist er plötzlich weg. Dann ist wieder Ruhe im Kopf.
Gott aber bleibt, auch wenn sich die Lebensmelodie ändert.

Er hat sich uns ins Herz geschrieben.

© 2026 · Kirche im hr