



## Gedanken zum Sonntag – 06. Februar 2022

Kinder können staunen, sich über die kleinsten Dinge freuen. Sie leben von dem Glück, dass sie geliebt und getragen sind. Sie betrachten das Leben als Spiel, strahlen Lebensfreude und Unbeschwertheit aus. Bei Erwachsenen ist das oft nicht mehr der Fall. Sie glauben, dass alles von ihnen abhängt. Sie neigen dazu das Leben schwer zu nehmen - nach dem Motto "Ich gehe vor die Hunde - gehst du mit?" - - "Nein, danke", sagt der Humor. Denn er macht das Leben rund und richtig. Wir brauchen ihn, wenn das Leben flüssig bleiben soll. Er ist der Humus des Lebens. Ohne Humor sind wir trocken und dürr, saft- und kraftlos. Krankheiten haben oft psychische Ursachen. Kränkungen schaden nicht nur der Seele, sondern auch dem Körper. Die alte Volksweisheit "Lachen ist die beste Medizin" ist wissenschaftlich bestätigt worden. Die Lachforschung sagt uns: Beim Lachen lockern sich nicht nur die Gesichtsmuskeln, sondern auch die Gedankenmuster. Die Sicht der Dinge verändert sich. Das Herz wird weit. Ich nehme mich und meine Meinung nicht mehr so wichtig. Vieles auf Erden gleicht einem Windhauch, ist keiner Aufregung wert. Nur das, was bleibt, ist von Bedeutung. Tierischer Ernst hingegen bringt Fixierungen, ist ein extremer Klebstoff. Er nimmt uns jeden Spielraum und verhindert so die Entschärfung und Lösung von Konflikten. Humor hingegen ist ein Elixier, wirkt wie ein Vitamin auf Körper und Geist. Die Fröhlichkeit ist der Schlüssel zum Herzen. Der heilige Johannes Bosco vertritt die Meinung, dass wir die Menschen schimpfen lassen sollen. Unsere Aufgabe ist es: "Fröhlich sein, Gutes tun und die Spatzen pfeifen lassen." Es kann natürlich vorkommen, dass wir den Humor verlieren, dass uns der Wein der Freude ausgeht. Es kann vorkommen, dass wir meinen, dass es sich zu leben nicht mehr lohnt. In der Welt haben wir Bedrängnis. Aber Jesus sagt im Johannesevangelium: "Seid getrost, ich habe die Welt überwunden!". Als Kardinal Roncalli, der spätere Johannes XXIII., mit 78 Jahren zum Papst gewählt wurde, fragte er sich oft: "Kann ich diese Aufgabe noch ausfüllen?" Und in einem Traum erhielt er die Antwort. "Giovanni, nimm dich nicht so wichtig". "Seitdem schlafe ich wieder", sagte er. Bei einer Audienz meinte einmal Papst Johannes XXIII: "Das Gefühl der Unzulänglichkeit verlässt mich nie. Das ist eine große Gnade". Warum? Weil keiner perfekt sein muss. Gottes Kraft ist in den Schwachen mächtig. Große Freunde des Humors waren auch die Heiligen Philipp Neri, Thomas Morus und Don Bosco. "Der Humor rückt den Augenblick an die richtige Stelle. Er lehrt uns die wahre Größenordnung und die gültige Perspektive. Er macht die Erde zu einem kleinen Stern, die Weltgeschichte zu einem Atemzug und uns selbst bescheiden" – so Erich Kästner. Die Fröhlichkeit ist das Abzeichen eines Christen: Christus hat uns die Nähe zu Gott und die nötige Distanz zur Vergänglichkeit gebracht. Daher können wir lachen und humorvoll sein.

*Markus John, Pastoralreferent*