

Was zaubert dir ein Lächeln ins Gesicht?

Diese Frage passt nicht nur zur Advents- und Weihnachtszeit, sondern ist im Grunde eine «Ganzjahres-Frage». Aber wir haben sie kürzlich im Advent in der Kirche St. Peter und Paul auf einem Plakat gestellt, und zwar über einer leer stehenden Krippe, in der ein Spiegel angebracht war und Smilys zum Beschriften bereit lagen. Ein paar Dutzend Antworten sind eingegangen.

Bevor wir hier einige dieser anonym verfassten Textbeiträge sichten, sei der tiefere Hintergrund dieser Fragestellung ein wenig beleuchtet. Eigentlich haben wir nach persönlichen «Quellen der Freude» gesucht, aber in einer möglichst konkreten Form, nahe an den Alltagserfahrungen. Die Aktualität unserer Nachforschungen ergibt sich aus der Pandemie-Situation. Manche Wege, uns Glück und Freude zu erschliessen, sind uns derzeit gleichsam «verbaut». Nun können wir uns «Defizit-orientiert» darauf fixieren, was gegenwärtig unerreichbar geworden ist. Ich bin beispielsweise passivierter Kino-Gänger und kann momentan diesem Hobby nicht frönen. Ich reise sehr gern. Auch diesbezüglich bin ich seit Monaten arg eingeschränkt. Bin ich deswegen völlig unglücklich? Nicht unbedingt, finde



ich. Es tut mir und uns allen, glaube ich, gut, auf das zu schauen und bewusst das wahrzunehmen, was uns innerhalb der Corona-bedingten Begrenzungen an Handlungsspielraum gegeben ist und diesen zu nutzen. «Ressourcen-orientiert» heisst diese Vorgehensweise. Ein Treffen, das ich vor Jahren miterlebt habe, stand unter dem Leitwort: «In den Ketten tanzen lernen.» Darum geht es! Es könnte doch Mut machen, uns

gegenseitig teilhaben zu lassen an dem, was uns jetzt – vielleicht gerade «trotzdem» – gut tut. Mir kommt in den Sinn, wie Angehörige von einem schwerkranken Verwandten erzählten, dessen Lebensqualität auf ein absolutes Minimum gesunken war, der aber noch gern Mozart hörte – wenigstens und zum Glück das!

Diese Überlegungen mögen helfen, die in der leeren Krippe gesammelten Ideen nicht einfach als oberflächliche Motive fürs Fröhlich-Sein zu verstehen, sondern als echte Anregungen, der inneren Freude auch zu den gegenwärtigen Bedingungen auf die Spur zu kommen. Hier also eine Reihe solcher Impulse:

- Begegnung mit einem lieben Menschen, es Witzli in der Zeitung
- Ein spielendes Kind, ein verliebtes Paar – beides finde ich wunderbar!
- Zwei alte Menschen, die Hand in Hand unterwegs sind!
- Grossen Frust gehabt, bei Jesaja gelesen, dass mich Gott an meiner rechten Hand nimmt und mir hilft! Tatsächlich durfte ich das noch heute erfahren.
- Ein Tier im Wald
- Musik – Sonne auf dem Gesicht

- Die Freundlichkeit der Nachbarn
- Jeden Morgen, wenn ich noch halb verschlafen in den Spiegel schaue, lächle ich mir zu zum Beginn des Tages!
- Ich will dankbar sein für das, was ich habe – es gibt so viele Menschen, denen es viel schlechter geht!
- Frieden!
- Wenn mein Mann und meine Kinder frech und fröhlich sind!
- Das Meer
- Wenn ich spiele
- Wenn ich singe
- Wenn ich ein Geschenk bekomme
- Wenn ich in die Kirche gehe
- Netflix und Pizza
- gutes Essen mit Freunden
- Pilze sammeln
- Das mache ich: Ich lächle alle an, was die Menschen schätzen

Hugo Gehring



Hugo Gehring ist Pfarrer in der katholischen Pfarrei St. Peter und Paul.