



Katholische Kirche  
im WDR

Katholisches Rundfunkreferat beim WDR  
Wallrafplatz 7  
50667 Köln  
Tel. 0221 / 91 29 781  
Fax 0221 / 27 84 74 06  
[www.kirche-im-wdr.de](http://www.kirche-im-wdr.de)  
E-Mail: [info@katholisches-rundfunkreferat.de](mailto:info@katholisches-rundfunkreferat.de)

Die Text-Rechte liegen bei den Autoren und beim Katholischen Rundfunkreferat. Verwendung nur zum privaten Gebrauch!

Kirche in 1Live | 09.09.2025 floatend Uhr | Rosália Rodrigues

## Manche Sonnenstrahlen tragen Zöpfe

Manche Sonnenstrahlen tragen Zöpfe. Ich meine Frieda. Meine Nachbarin. Ein kleines Mädchen mit ganz großem Strahlen und langen hellen Zöpfen.

Manchmal sehen wir uns draußen – auf dem Bürgersteig, vorm Gartentor, irgendwo zwischen Alltag. Und zack: Mein Tag ist besser.

Unsere Gespräche? Nichts Großes. Mehr so: "Ich hab eine neue bunte Jacke!" oder "Ich krieg gleich ein Eis!" "Wir fahren morgen alle zelten."

Und trotzdem bleibt da was hängen. Weil Frieda so fröhlich ist. Das steckt mich an. Das braucht keine Worte. Frieda lacht, Frieda strahlt – und wie sie meine Hündin Glória begrüßt! Ich weiß nicht, wer von den beiden sich mehr freut.

Es ist jedes Mal ein kleines Fest, wenn die zwei sich sehen. Und ich steh daneben – mit all meinem Erwachsenen-Kram im Kopf – und merk mal wieder: Es geht auch anders.

Es muss nicht immer schwer und durchdacht sein. Manchmal reicht ein Kind, das dich angrinst, als wärst du der Sonnenschein persönlich.

Sogar in der Bibel steht:

"Ein fröhliches Herz macht das Gesicht heiter."

Und Frieda? Die kriegt das hin. Ohne Plan, ohne Absicht – einfach so.

Rosália Rodrigues, Münster