EVANGELISCHES RUNDFUNKREFERAT NRW / KIRCHE IM WDR

Ev. Rundfunkreferat NRW / Kirche im WDR - Hans-Böckler-Str. 7 - 40476 Düsseldorf
TELEFON: 0211-41 55 81-0 - buero@rundfunkreferat-nrw.de - www.kirche-im-wdr.de

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

Kirche in 1Live | 13.04.2026 floatend Uhr | Julia-Rebecca Riedel

Gute Laune tragen

Post aus dem Kloster. Ein Freund hat mir geschrieben. Auf einem zu einem Brief gefalteten Kalenderblatt – innen liebe Worte, außen der Spruch: "Gute Laune kann man doch immer tragen.“
"Gute Laune kann man doch immer tragen.“ Stimmt, denke ich. Es ist eine Haltungsfrage. Wenn es mir nicht gut geht, dann stelle ich mich manchmal in Superheldinnenposition hin: aufrecht, Gesicht Richtung Himmel, einatmen, ausatmen, weitermachen. Manchmal klappt’s: Laune top. Manchmal aber auch nicht.
Mein Freund schreibt: "Ich hoffe, du bist glücklich.“ Ein grauer Tag? Plötzlich nicht mehr so grau. Weil da jemand ist, der an mich denkt. Ein Blick auf die Nachricht reicht und auf einmal fühlt sich alles leichter an.

Das Kalenderblatt hängt jetzt über meinem Schreibtisch. Superheldinnenposition jetzt mit Blick auf: "Gute Laune kann man doch immer tragen.“ Und was soll ich sagen, es funktioniert. Manchmal ist Glück nicht kompliziert. Ein Brief. Ein Satz. Ein Blick, der ins Herz trifft. "Ein freundlicher Blick erfreut das Herz.“, heißt es in der Bibel. (Sprüche 15,30) Dieses Glück steckt in Menschen, die uns sehen, die uns nah sind, auch wenn sie weit weg sind.

Sprecherin: Lisa Kielbassa

Redaktion: Landespfarrerin Julia-Rebecca Riedel