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!

Sonntagskirche | 25.04.2021 08:55 Uhr | Siegfried Ochs

Ansteckende Freude (Jubilate)

Guten Morgen!
Freundlich sind sie dort alle in der Postfiliale. Aber die Frau hinter dem Schalter fällt deutlich aus dem Rahmen. Sie ist ein wahres Energiebündel, und die Freude scheint bei ihr in allen Poren zu stecken. Meistens hat sie einen lockeren, aufmunternden Spruch auf den Lippen und ihre Freude wirkt geradezu ansteckend. An so manchen trüben und verregneten Tagen ist ihre Fröhlichkeit wie ein heller Lichtstrahl in meinem grauen Einerlei und wirkt auf mich geradezu wie eine Vitaminspritze.
Freude wirkt eben ansteckend und Lachen ist zudem äußerst gesund. Es ist wissenschaftlich belegt, dass heitere Menschen eine weit niedrigere Herzinfarktgefahr haben als Pessimisten. Durch Lachen wird nämlich Stress abgebaut. Deshalb gehen fröhliche Menschen auch sorgenfreier durchs Leben.
Kinder können das am besten. Sie lachen rund 400 Mal am Tag. Erwachsene lachen nur 15 Mal am Tag – viel zu selten, sagen Experten.

Manchmal habe ich die Frau in der Postfiliale schon um ihre fröhliche und ausgelassene Leichtigkeit beneidet.
Denn mir ist nicht immer zum Lachen zumute. Spätestens bei den Nachrichten und den aktuellen Krisenmeldungen ist es oft auch mit der Freude vorbei. Und diese Pandemiezeit wirkt geradezu wie ein Freudenkiller.

Deshalb ist dieser Sonntag, der im Kirchenjahr den Namen "Jubilate“ trägt, so wichtig. Da geht es um die Freude, die sich an Ostern Bahn gebrochen hat. Jesus ist von den Toten auferstanden.

Nicht mehr der Tod hat das letzte Wort, sondern das Leben! Wenn ich mich Jesus Christus im Glauben anvertraue, beschenkt er mich mit neuem, ewigem Leben. Wie das geht? Ein Symbol dafür finde ich in der Natur: Aus den starren, kahlen Ästen der Bäume wachsen im Frühling Blüten. Das Grün der Bäume scheint zu explodieren. Überall neues Leben.
Das Leben setzt sich durch, so empfinde ich das. Und so ist das auch mit der Freude. Natürlich: Freude auf Knopfdruck, das geht nicht. So mal eben "Freude“ rufen und mit vollem Herzen in den Sonntag Jubilate einsteigen – das funktioniert nicht.

Auch der Sonntag Jubilate wird daran nichts ändern. Freude lässt sich eben nicht machen. Oder vielleicht doch…. Ich kann dem nachspüren, wofür ich dankbar bin und worüber ich

mich gefreut habe. Und ich kann diese positiven "Nachrichten“ schwarz auf weiß festhalten. Auf einem Zettel, den ich mir ins Portemonnaie lege; als Notiz, die ich mir hinter meinen Badezimmerspiegel klemme. Hauptsache, ich kann immer wieder draufgucken und sehen: Mein Leben wird immer wieder neu. Immer wieder leuchtet die Freude auf. Sie ist nicht kaputt zu kriegen, und sie wirkt nicht nur ansteckend, sondern sie fördert auch noch die Beziehungen, selbst auf Abstand.
Bleiben Sie zuversichtlich und trotz allem gelassen.

Redaktion: Landespfarrerin Petra Schulze