



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

Kirche in WDR 4 | 16.02.2024 08:55 Uhr | Franz Meurer

## Tu einem Griesgram einen Gefallen

Vorgestern war Aschermittwoch, Karneval ist vorbei, die Fastenzeit hat begonnen. Dazu passt erstaunlich gut der Gedenktag heute, der da heißt: Tu einem Griesgram einen Gefallen.

Ein Griesgram ist ein mürrischer Mensch, eigentlich immer schlecht gelaunt. Ein Misanthrop, also ein Menschenhasser.

Jetzt in der Fastenzeit denke ich dabei zuerst nicht an andere, sondern an mich selbst. Wie bin ich denn drauf? Lasse ich meine Laune oft andere spüren?

Fastenzeit meint ja dreierlei: Verzichten, Abgeben, Beten.

Verzichten bedeutet nicht nur auf Alkohol für 40 Tage zu verzichten; das machen übrigens immer mehr Menschen. Es meint vor allem, runter-zufahren, sich nicht als Nabel der Welt zu betrachten, also: möglichst den Griesgram wegzuputzen.

Abgeben passt direkt zum Motto von heute: Tu einem Griesgram einen Gefallen. Also schenk ihm etwas, ein Lächeln, ein gutes Wort, ein offenes Ohr. Oder erfüll ihm einen Wunsch, oder lade ihn ein auf einen Kaffee.

Beten meint nicht, ein Vater unser zu sprechen, sondern nachdenklich zu sein. Etwa darüber nachzudenken, was den Griesgram denn so mürrisch macht. Also seine Traurigkeit zu entdecken.

Dabei hilft ein Blick in die Bibel. Im Matthäus-Evangelium gilt diese Regel für die Fastenzeit: "Wenn ihr fastet, dann seid nicht misstrauisch. Euer Gesicht möge leuchten, euer Geist sei heiter und froh" (Mt. 6, 16-18).

Das überwindet den Griesgram in mir selbst und mag ansteckend sein für andere Misstrauische.

Was kann man denn praktisch tun, neben gute Stimmung zu verbreiten? Da hilft ein Blick auf einen anderen speziellen Gedenktag, der da heißt: Erzähl-einen-Witz-Tag.

Für mich ist das nicht einfach, denn ich kenne nur einen einzigen Witz auswendig. Für den risus paschalis, den ich in 40 Tagen zu Ostern im Gottesdienst erzählen muss, habe ich mir daher eine Sammlung von Witzen angelegt, in der ich dann einen raussuche. Hier der Witz, den ich kenne: Zwei Zahnstocher gehen spazieren, Kommt ein Igel vorbei. Sagt der eine zum andern: Ich wusste gar nicht, dass hier ein Bus fährt. Hoffentlich reicht das, um den Griesgram zum Lachen zu bringen.

Von Herzen wünsche ich Ihnen eine frohe Fastenzeit!