

Hessischer Rundfunk: "Zuspruch am Morgen, HR2"
Ute Heinemann, Kirchenrätin
Fulda

08.08.2012

Mir geht's gut!

„Hallo, na wie geht's?“ Die Stimme meiner Freundin klang leise, niedergeschlagen, traurig. „Mir geht's gut!“ antwortete ich spontan in der Hoffnung, sie gleich zu Beginn unseres Telefongesprächs auf eine andere Fährte zu setzen. Aber leicht genervt sagte sie: „Merkwürdig, dir geht's immer gut. Du hattest doch einen Bandscheibenvorfall und eine Fülle anderer Beschwerden. Warum sagst du trotzdem immer; ‚Mir geht's gut!‘“ „? Ich sage es aber nicht nur einfach so daher, ich sage: „Mir geht's gut!“ weil ich mich trotz vieler Aufgaben, die mir über den Kopf zu wachsen drohen, trotz Schmerzen im Rücken, trotz kleiner Alltagsorgen, trotz Eurokrise und anderer gesellschaftlicher Verwerfungen nicht in Hoffnungslosigkeit und Trübsinn fallen lasse.

Da gibt es auch Freude über viele Momente des kleinen Glücks. Ich bin dankbar, dass ich das Pensionsalter erreicht habe, dass ich von schweren Krankheiten verschont blieb. Ich bin froh, zu unseren erwachsenen Kindern gute Beziehungen zu haben. Ich bin glücklich über gesunde und muntere Enkelkinder, die ihre Zuneigung immer wieder von ganzem Herzen und großer Lebendigkeit zeigen. Ich erlebe das Altern mit meinem Mann. Gemeinsam freuen wir uns über die langen Ehejahre, in denen wir natürlich auch Höhen und Tiefen durchlebten. Ja, mir geht's gut!

Man sagt uns Deutschen nicht ganz ohne Grund nach, dass wir oft nur die schwierigen, die dunklen Seiten unseres Lebens sehen. Das Glas ist für uns nicht halb voll, sondern meist schon halb leer. Das gibt zu der Befürchtung Anlass, dass es bald ganz leer sein wird. In Gesprächen mit Freunden und Bekannten wird fast ohne Grenzen geklagt und gebärmelt, wie das in Kassel heißt. „Bärmeln“, sagt das Wörterbuch ist „Klagen ohne Grund!“ Ohne Pause wird über die eigene Gesundheit gebärmelt, über die Arbeitsbedingungen, die Kinder und Jugendlichen, die Gesellschaft und die ganze Welt, die sicher bald untergeht. Gibt es kein Mittel gegen diese Sicht des Lebens, die nur zu oft zu Depressionen und Verzweiflung führt?

Hessischer Rundfunk: "Zuspruch am Morgen, HR2"
Ute Heinemann, Kirchenrätin
Fulda

08.08.2012

„Mir geht’s gut!“ Ich stimme mit dem 103 Psalm ein: „Lobe den Herrn meine Seele und vergiss nicht, was er dir Gutes getan hat!“ Notieren Sie doch einmal für sich, was Sie jeden Tag Gutes erleben, was ihnen geschenkt wurde und Freude bereitete. Vielleicht gelingt es Ihnen so, eine neue Sicht des Lebens und der Welt zu gewinnen, und Sie können mit dem Psalmisten sagen und singen; „Lobe den Herrn meine Seele und vergiss nicht, was er dir Gutes getan hat!“