

Kirchen-Geschichten



Foto: Lorri Lang – pixabay.com

Wenn man bei Menschen vom Gesichtsausdruck auf ihre Gemütslage und Befindlichkeit schließen würde, dann sähe das oft nicht sehr rosig aus: Viele kommen ziemlich mürrisch, hastig, nervös, „geschlaucht“ oder „mit Tunnelblick“ daher. Wer weiß schon, warum. Lebenszufriedenheit und -glück sehen anders aus. Da ist man über jeden froh, der zuversichtlich dreinblickt.

Kann man eine heitere Mimik lernen? Manchmal hilft schon ein Blick in den Spiegel weiter, um sich einzugestehen: Das kann doch nicht dein wahres Gesicht sein, so müde, so verbissen, so trist, wie du ausschaust! Sich zum „Glücklich-Gucken“ zwingen zu wollen, bringt aber auch nichts. Ohne die innere Haltung zu ändern, wird es wohl nur gekünstelt sein.

Wohlstand und materielle Absicherung tragen durch die Freiheit, die sie ermöglichen, zur Zufriedenheit bei. Wenn Gier, Neidgefühle, Verlustängste aufkommen, sind das allerdings Warnsignale. Soziale Beziehungen spielen eine große Rolle. Freundschaften mit Menschen „auf gleicher Wellenlänge“, in der Familie, im Beruf, im Verein, beeinflussen das Wohlbefinden positiv.

„Ich bin gekommen, damit Menschen das Leben in Fülle haben“, verspricht Jesus in der Bibel (Joh 10,10). Verschiedene Studien belegen, dass Glaube und Religiosität ein erfülltes Leben befördern. Es ist die Überzeugung: „Denen, die Gott lieben, gereichen alle Dinge zum Besten!“ (Röm 8,28). Gläubige kommen oft leichter mit schwierigen Situationen zurecht, leben im Gefühl einer Gott-Geborgenheit (nicht Selbstzufriedenheit!) und sind in soziale Systeme, z.B. Gemeinden, eingebunden. Ihnen ist die Gewissheit wichtig, nicht nur das Angenehme, sondern etwas Richtiges zu tun, z.B. bei einem missionarischen oder sozialen Einsatz. Das hört sich gut an und ist es auch. Glück auf!

Michael Schlüter