

Vom 01. März 2014

Verena M. Kitz
Frankfurt

09/2014

Gelassenheit oder: Darf es mal ein bisschen leichter sein?

So bunt und fröhlich wie auf dem Bild hier hinter mir sieht es morgen wahrscheinlich auch in Frankfurt aus. Und an vielen anderen Orten: Die Fastnachtsumzüge gehen an den Start! Ich persönlich freu mich an Fastnacht immer am meisten, auch wenn das für manche vielleicht sexistisch klingt, auf das Männerballett! Wenn die Tänzer im Baströckchen oder Tütü mit tod-ernstem Gesicht ganz lässig zeigen: Man muss nicht alles so tierisch ernst nehmen! Und sich selber schon gar nicht!

Gleichzeitig frage ich mich, gerade in Zeiten wie diesen: Darf man überhaupt einfach mal so fröhlich sein? Wo es so vielen Menschen schlecht geht auf der Welt? Ich hab ja noch die anderen Bilder im Kopf: Vom brennenden Maidan-Platz in oder vom Krieg in Syrien! Oder denke an Leute bei uns: Wie viele sorgen sich um einen pflegebedürftigen Eltern teil. Oder haben Stress mit dem Sohn, der Tag und Nacht am Computer hängt. Darf man da trotzdem lachen und mal an etwas ganz anderes denken?

Ich glaube, man darf es! Vielleicht ist es sogar fast lebens-notwendig: Das, was mir Sorgen macht, mal ganz be-

weist loszulassen. Abstand zu gewinnen, und damit etwas mehr Gelassenheit.

Humor, finde ich, ist dabei eine tolle Hilfe: Einfach mal ein bisschen Blödsinn machen - deswegen feiern ja viele so gern Fastnacht: Eine Kollegin aus Mainz hat mir erzählt, wie sie mit allen aus dem Büro losgezogen sind: Zur Straßenfastnacht, verkleidet als Vater Abraham mit den Schlümpfen! Alle sind ernsthafte Theologen, jeder hat auch privat sein Päckchen zu tragen. Aber, hat sie gesagt, es war einfach toll, mal ein paar Stunden an etwas ganz anderes zu denken!

Fastnacht liegt nicht jedem, und natürlich gibt es da auch Entgleisungen. Aber ich kann ja auch auf andere Art ein bisschen Abstand gewinnen von dem, was mich sonst so mit Beschlag belegt. Ich denke an eine alte Dame im Pflegeheim, sie war Krankenschwester. Jetzt ist sie blind und selber pflegebedürftig. Sie hat sich gewünscht, dass jemand sie besucht und ihr vorliest: Einmal die Woche kommt jetzt eine junge Frau und liest ihr vor: Von Schiller bis Heinz Ehrhardt. Und die beiden haben viel zusammen.

Klar, das ändert nicht grundsätzlich etwas an ihrem Leben. Auch Fastnacht feiern macht ja nicht frei von allen Sorgen. Aber so ein Kontrastprogramm, das schenkt ein bisschen Abstand vom Alltag. Und der gibt mehr Gelassenheit, weil ich entdecken kann: Ich kann auch noch lachen, ein bisschen leichter da sein Ich bin mehr als meine Sorgen oder meine Schmerzen und Einschränkungen. Und kann so meine Würde spüren! Die kann mir nämlich nichts und niemand nehmen! Und dadurch vielleicht sogar ahnen: Egal, was ist: Im letzten bin ich in Gott geborgen. Und mit dieser Gelassenheit kann ich dann ein bisschen leichter in meinen Alltag gehen.

Die Gelassenheit, die wünsche ich Ihnen auch! Vielleicht gehen Sie ja auf einen Fastnachtzug oder haben eine andere Idee, wie Sie ein bisschen Abstand von Ihrem Alltag gewinnen. Ich freu mich jedenfalls auf's Männerballett. Die zeigen mir mit unwiderstehlichem Charme, wie das geht: Mit der heiteren Gelassenheit!

