

😊 *Keep Smiling!* 😊 *Keep Smiling!* 😊

Es ist der letzte Sonntagabend im Juni. Ich genieße den langen Abend im Hellen bei einem Glas Wein auf meiner Terrasse. Es ist still, nur die Vögel singen in den Bäumen um mich herum. Bald wird auch ihr Gezwitscher verstummen und es wird noch stiller - ein Moment wie geschaffen dafür, den Tag Revue passieren zu lassen und Gott zu danken für alles, was er mir heute wieder geschenkt hat. Meine Prayer-App Lektio 365 hilft mir dabei. Sie lädt mich ein, mit gezielten Fragen auf den Tag zurück zu blicken. Die, bei der ich heute hängen bleibe heißt:

*Wie und wo habe ich heute Gottes Freundlichkeit erfahren?*

Beim Nachdenken über diese Frage sehe ich die Menschen vor mir, denen ich heute begegnet bin: in der Kirche, auf der Straße, zuhause, im Restaurant, in der Nachbarschaft. Ich sehe ihre Gesichter und ich bin erstaunt, wie viele Menschen mich heute angelächelt haben – ohne Maske im Gesicht – offen und freundlich mir zugewandt. Es tut gut, am Abend dieses Tages noch einmal in diese Gesichter zu schauen und ich merke, wie ich dabei wie von selbst zurücklächle. Eine friedliche Stimmung stellt sich ein.

*Lächeln tut gut.*

Ich komme über das Lächeln ins Nachdenken. Lächeln müssen wir nicht lernen. Es ist eine Gabe, die uns von Geburt an mitgegeben ist, eine Fähigkeit, unserer Freude Ausdruck zu verleihen. Es eröffnet Kommunikation. Es signalisiert Offenheit gegenüber dem Fremden - und dem Freund Vertrauen. Es verbreitet eine positive Atmosphäre und es steckt an. Manchmal kann es sogar einen Gegner „entwaffnen“ und seine Feindseligkeit zerstreuen.

Wieviel Kraft steckt in dieser kleinen Bewegung unserer Mundwinkel! Lächeln hat die Macht etwas Positives im Anderen und in mir selbst zu bewirken. Angelächelt werden und selber lächeln macht gute Laune. Versuchen Sie es mal

und verschenken Sie ein Lächeln auf dem Spaziergang, in der Fußgängerzone, beim Warten in der Schlange an der Eisdielen oder im Testzentrum, im Biergarten, im Restaurant, an der Haustür, wenn der Postbote ein Paket bringt oder dann, wenn Sie sich eigentlich gerade wieder einmal über eine Kleinigkeit aufregen wollten...

Ein Lächeln kann zwar nicht die ganze Welt verändern, aber doch das Umfeld in dem wir leben – und uns selbst. Und nun bin ich plötzlich bei der Antwort auf die Frage meiner Prayer-App: Der Apostel Paulus bezeichnet die Freundlichkeit als eine Frucht des Geistes Gottes, der durch uns wirkt. In einem echten, von Herzen kommendem Lächeln leuchtet Gottes Freundlichkeit, so als ob er selbst mich anlächelt und mir sagt: Schön, dass du da bist!

*„Der kürzeste Weg zwischen zwei Menschen ist ein Lächeln“*

heißt es in einem chinesischen Sprichwort, und ich bin so froh, dass es jetzt im Sommer nicht mehr so oft hinter der Maske verschwindet.

Mit einem freundlichen Lächeln grüßt Sie

Ihre Monika Tenamberg



PS: Passend zum Thema fällt mir gerade der Kinderbuchklassiker von James Krüss wieder ein: „Timm Thaler – oder das verkaufte Lachen“. Vielleicht haben Sie in den Ferien Zeit und Lust darauf, es mal wieder mit ihren Kindern oder Enkelkindern zu lesen.