

# Ein Lächeln und Freude

„Lächeln ist ein Akt der Demut, es zeigt, dass ich mich selbst und meine Lebensweise annehmen kann und in tiefem Frieden lebe.“

06.06.2015

„Ein Verkünder des Evangeliums kann nicht ständig ein Gesicht wie bei einer Beerdigung haben.“ (Evangelii Gaudium, Nr. 10)  
Papst Franziskus provokante Worte sind mehr als erheiternd, denn dass Christen kein trauriges

Erscheinungsbild abgeben sollen, ist nicht neu. Schon Nietzsche sagte: „Bessere Lieder müssten sie mir singen, dass ich an ihren Erlöser glauben lerne. Erlöster müssten mir seine Jünger aussehen.“ Doch wie kann man lächeln, wenn Sorgen, Arbeit, kleine Rückschläge oder großes Leiden im Leben so oft vorkommen?

Das erste Lächeln ist das Wichtigste: „Möge der Herr dir zulächeln“ sagt die Heilige Schrift und weiter: „Die Freude am Herrn ist deine Stärke.“

Das erste Lächeln ist das Lächeln Gottes. Auf der Freude des Schöpfers, mit der Er jedes seiner Geschöpfe betrachtet, ruht unsere Freude und unser Frieden.

Doch ist es nicht respektlos, wenn wir uns Gott, den Herrn des ganzen Universums, lächelnd vorstellen?

„Gottes Liebe zu uns wächst, je mehr wir Ihn zum Lachen bringen“, sagt eine Figur in einer der Erzählungen von Ray Bradbury. Ein anderer erwidert: „Ich habe mir Gott noch nie humorvoll vorgestellt.“ Die Antwort kommt prompt: „Also wirklich, der Schöpfer des Schnabeltieres, des Kamels, des Straußes und des Menschen sollte keinen Humor haben? Das glaubst du ja selbst nicht!“

Das zweite Lächeln ist jenes, mit dem ich mich selbst betrachte. Ohne dabei meine menschliche Beschränktheit auszublenden, die nicht unbedingt ein Fehler sein muss und die auch nicht überbewertet werden soll. Mein Schöpfer liebt mich so wie ich bin. Hätte er mich anders gewollt, hätte er mich anders erschaffen.

„Ich glaube, dass es sehr wichtig ist, die frohen Seiten des Lebens zu sehen, und nicht alles tragisch zu

nehmen" – sagte Papst Benedikt XVI. „Ich würde sogar sagen, dass das für meinen Dienst unabdingbar ist. Ein Dichter schrieb einmal, dass Engel deswegen fliegen können, weil sie sich selbst nicht allzu ernst nehmen. Vielleicht könnten wir auch ein wenig fliegen, wenn wir nicht glauben würden, dass wir so wahnsinnig wichtig sind!"

Lächeln ist ein Ausdruck von Demut; es bedeutet, dass ich mich selbst und meine Lebensweise annehme und in tiefem Frieden lebe. Ohne mich allzu ernst zu nehmen, denn wie G.K. Chesterton sagt: „Der Ernst gehört nicht zu den Tugenden. Dass er ein Laster ist, wäre ein ketzerischer Gedanke, aber einer, der sehr viel mehr einleuchtet. Ernst sein ist ein natürlicher Hang, ein Abrutschen in die Gewohnheit, sich selbst ernst zu nehmen, da uns das am leichtesten fällt. Ein guter Leitartikel in der *Times* ist leichter zu schreiben als ein

guter Witz im *Punch*. Denn gesetzt sind die Menschen von Natur aus; Lachen hingegen erfordert einen Sprung. Es ist leicht, schwer zu sein. Es ist schwer, leicht zu sein. Satans Fall folgte der Schwerkraft." (aus G.K. Chesterton: Orthodoxie)

Das dritte Lächeln ist die Folge der beiden vorher genannten. Es ist das Lächeln, mit dem ich anderen Menschen begegne, besonders jenen, mit denen ich lebe und arbeite. Den Menschen Zuneigung schenken, ohne möglichen Fehlern oder Reibereien allzu viel Aufmerksamkeit zu widmen.

Als Mutter Teresa von Kalkutta den Friedensnobelpreis entgegennahm, überraschte sie ihre Zuhörer mit einem strahlenden Lächeln und einem Vorschlag: „Lächelt einander zu, schenkt einander Zeit in euren Familien!"

Am Aussehen und Gesichtsausdruck, an der Kleidung und am Gang erkennt man eines Menschen Herz, heißt es im Buch Jesus Sirach (vgl. 19, 29-30). Ein Lächeln kann in der Tat das Zeichen sein, an dem man einen Christ erkennt.

Carlo di Marchi, Vikar des Opus Dei für Mittel- und Süditalien.

---

pdf | automatisch generiertes  
Dokument von [https://opusdei.org/de-at/  
article/ein-lacheln-und-freude/](https://opusdei.org/de-at/article/ein-lacheln-und-freude/)  
(05.04.2026)