

Wort zur Woche

28.04.2018 von Pfrn. Susanne Michels



Singen hebt meine Laune. Es beschwingt mich. Ich glaube, singen macht glücklich.

Ich singe - unterwegs durch den Frühling. Ich singe, wenn ich morgens die Müdigkeit vertreiben will. Ich singe, wenn ich alleine im Dunkeln unterwegs bin. Das Singen vertreibt das mulmige Gefühl.

Und ich habe gelernt: Singen macht sogar gesund. Wer singt, atmet tiefer, mehr Sauerstoff kommt ins Blut. Die Durchblutung wird angeregt und die Abwehrkräfte werden gestärkt. Und Singen fördert den Abbau von Stresshormonen und sorgt dafür, dass Glückshormone ausgeschüttet werden. Singen macht also tatsächlich glücklich. Wunderbar, so ein Lied!

Ich singe, wenn ich unterwegs bin, egal ob im Auto, mit dem Fahrrad oder zu Fuß. Ich singe beim Tisch decken oder beim Wäsche aufhängen. Ich singe mit den Kindern in der Schule. Ich singe auch im Gottesdienst.

Ich habe gelesen: In Deutschland wird immer weniger gesungen. Ob das sein kann? Ob Sie auch zu denen gehören, die nicht singen, weil sie meinen, es nicht zu können? Wenn in Deutschland weniger gesungen wird, gibt es dann auch weniger glückliche Menschen? Vielleicht ist das so.

Wie gut, dass der kommende Sonntag uns zum Singen einlädt. In der evangelischen Kirche ist der 4. Sonntag nach Ostern der Sonntag „Kantate“. Sein Name kommt vom ersten Wort des Eingangspsalms: „Cantate domine canticum novum.“ - „Singt dem Herrn ein neues Lied.“ (Psalm 98).

„Singt!“, ermuntert uns dieser Sonntag. Singt in österlicher Freude! Singt aus Freude am Leben! Singt mit den zwitschernden Vögeln, singt mit den brummenden Hummeln, singt mit den blühenden Bäumen, singt mit dem Wind in den Zweigen! Singt und freut Euch darüber, dass Gott Euch eine Stimme zum Singen gegeben hat! Singt und spürt, ob euer ein Freudengesang oder ein Klagelied über eure Lippen will! Singt auch ein Danklied, denn wer dankt, wird aufmerksamer für das, für das wir dankbar sein könnten! Singt und atmet tief! Singt und erlebt, wie das Glück zu tanzen beginnt!

Trauen Sie sich! - Vielleicht erst einmal allein unter der Dusche. Oder Sie haben Lust, in einen Gottesdienst zu gehen – gerade um zu singen. Dann seien Sie herzlich willkommen. Einen gesegneten Sonntag Kantate wünsche ich Ihnen.

Einen Kommentar schreiben