

27.06.2025 | 21:58 Uhr

**Abendsegen | rbb 88.8**

Ein Beitrag von

**Paul Geiß**

## Melancholie und Traurigkeit

Die junge Mutter fühlt sich am Abend müde und einfach fertig. Kinder, Familie, Arbeit, das schlaucht. Düsternis und Melancholie, wieder einmal. Es gibt sie, diese Tage.

Was kann sie machen bei solchen Anwandlungen? Weinen oder Lachen? fragt Mariela Sartorius in ihrem Buch „Die hohe Kunst der Melancholie“.

Weinen? Gönnt man sich ungern.

Oder Lachen? Zum Lachen sagt sie: „Lachen baut Spannungen ab, Wut, Scham, Frust, Trauer.“

Eine kleine Beobachtung erzählt sie dann doch, die junge Mutter.

Am Morgen hat sie mit bekommen, wie ein Junge vor dem Kindergarten seine Mutter provoziert hat. Er hat laut gesagt: „Ich geh am liebsten bei Rot über die Straße.“-„Was?“ rief die Mutter, „Kind, was soll das?“ Da lachte der Dreikäsehoch altklug und sagte: „Aber Mutti, das weiß ich doch.“ Drollig, altklug, aber weise. Ein pfiffiges Kerlchen.

Ihr fiel die Szene wieder ein und sie konnte - einfach herzlich lachen. Stimmungsumschwung. Weg war die Trauer. A Dieu, Melancholie! Adieu heißt „Gott befohlen!“

Ich wünsche Ihnen für diese Nacht trotz mancher Traurigkeit Gottes lachenden, freundlichen Segen.

*Mariela Sartorius, Die hohe Kunst der Melancholie, Gütersloh, München, 2011, S. 111*