

## ***Vorfreude (der Christen, Mitarbeiter, Wähler) (Daily Dueck 306, Dezember 2017)***

Gunter Dueck, [www.omnisophie.com](http://www.omnisophie.com)

„Vorfreude ist die größte Freude!“, da sind sich viele Psychologen und natürlich auch der Volksmund sicher. Vorfreude ist die erwartungsfrohe Stimmung, die uns das, wofür wir uns vorfreuen, tatkräftig erstreben lässt. Christus adveniat! Vier Wochen Vorfreude!

Wenn Sie dem eigenen Gefühl nicht trauen und lieber auf eine seriöse Neurostimme hören – dann nehmen Sie zur Kenntnis: Wenn wir etwas freudig erwarten, schießt uns Dopamin ein. Dieser Stoff aktiviert dazu, der Vorfreude mit Tatendrang zu folgen. Es geht bei dem Dopamin NICHT um die Lust am Ende, wenn das Ziel erreicht ist! Das könnte dann ein Endorphinrausch sein. Dopamin macht nur für das Ziel der Sehnsucht aktiv.

Viele shoppen und shoppen, freuen sich über die Beute und ziehen die Klamotten dann nicht an. Viele jagen und jagen, schießen dabei viele Böcke und sind vielleicht sogar Vegetarier. Der Weg ist das Ziel, sagen so viele; beim Jagen und Shoppen ist das zumindest sehr oft so. Manche brauchen eine Sehnsucht, hecheln einem gewünschten Traumpartner hinterher, trainieren für eine Olympiade, interessieren sich brennend für ein Wissenschaftsfeld oder für die Feinheiten verschiedener Whisky-Finishes – es ist Vorfreude unter Dopamin. Das Ergebnis bedeutet vergleichsweise nichts.

Ich habe nach meiner Promotion und meiner Habilitation jeweils längere Leerphasen gehabt – keine Ziele mehr, die Vorfreude garantiert hätten. Es war wie Erschöpfung, es ist aber eigentlich Vorfreudelosigkeit, das erlebe ich nach jedem letzten Punkt hinter einem neuen Buch.

Viele werdende Mütter vorfreuen sich irre („Baby adveniat“) und bekommen eine Kindsbettdepression, wenn es nun so daliegt, etwas verschrumpelt und schwach gelbsüchtig... Wird es durchschlafen und der erwartete wundervolle Mensch werden? Das Ergebnis ist natürlich auch wunderschön – irgendwie – aber es ist kein Vergleich mit der Vorfreude. Die kommt dann aber meist gleich wieder zurück: „Ich ziehe das Baby auf, es entwickelt sich, schau nur...“

Startups bieten Vorfreude! Neue Technologien winken oder neue Ideen, wie die Welt zu verbessern wäre. Da kribbelt die Vorfreude in uns – los, wir tun was! Viele Künstler träumen von Ruhm und vom Oscar, aber wenn sie ihn bekommen, dann sind sie noch einen Tag freudealkoholstofftrunken – und jetzt? Man sagt, dass es so wundervoll wäre, den Weg bis ganz nach oben zu schaffen, dass es aber unvergleichlich viel mehr gefühlte Energieleistung verlangen würde, oben zu bleiben. Nach oben kommen ist Vorfreude, oben bleiben eher Pflicht verknüpft mit der Angst des Abstiegs.

Die Christen/Juden erwarteten den Retter Jahrhunderte hindurch. Die Vorfreude hielt „tausend Jahre“, aber dann kam er wirklich und wollte, dass wir uns anständig benähmen... Viele Liebende lieben sich getrennt stärker, wenn sie allabendlich telefonieren oder chatten. Viele Ehepaare streiten sich gleich nach der Hochzeit am stärksten. Ich meine: Die Vorfreude ist echter als das Echte.

Die Vorfreude hat viele Erscheinungsformen und Bezeichnungen: Vision, Traum, Hoffnung, Interesse, Leidenschaft, Wissenwollen, Sehnsucht. Vorfreude macht stark!

Wenn Vorfreude so stark macht – warum geben wir uns ihr nicht hin? Warum haben wir eher Vorangst, also das Gefühl, dass wir den Erwartungen nicht genügen werden? Warum gehen wir nicht den vorfreudigen Weg des Lebens? Warum entwickeln wir uns nicht lebenslang, warum müssen wir aus Politikern auswählen, die uns per Versprechungen die Vorfreude nur vorlügen? Welche Vorfreude bieten Chefs, die jedes Jahr zehn Prozent wachsen wollen, egal wie?

Man redet uns unsinnig ein, nur ein gutes Ergebnis könne freuen. Das glauben wir dann und sind immer nur Einzelmomente im Leben glücklich, wenn überhaupt. Hilfe – alles Zweckerziehung!

Das Leben sei immerwährend Vorfreude.