Denk.Anstoß

Spirituelle Impulse der KAB im Bistum Essen

EDITORIAL

Liebe Frauen und Männer, liebe Freunde der KAB im Bistum Essen!

Als ich zum Ende des ersten Lockdowns im Frühjahr 2020 begann, fast jede Woche einen spirituellen Impuls online zu stellen, war ich überrascht, wie viele Rückmeldungen es darauf gab. In Zeiten der eingeschränkten Sozialkontakte waren auch auf einmal die Senioren zunehmend im Internet und auf unserer Homepage unterwegs. Das motivierte mich, und ich blieb auch während der entspannteren Sommermonate dabei, regelmäßig an Jahreszeit und Kirchenjahr orientiert, meine oft persönlichen Gedanken in einem Impuls vorzustellen. Es waren auch immer gelebter Glaube und religiöse Erfahrungen dabei.

Auf die wiederholten Anfragen, ob diese Impulse auch weiterverwendet und eingesetzt werden dürfen, habe ich nicht nur mit einem erfreuten „Ja, aber gerne“ geantwortet, es entstand daraus auch in Zusammenarbeit mit meiner damaligen Kollegin Katja Benner die Idee, diese Impulse zusammengefasst, den Mitgliedern vor Ort zur Verfügung zu stellen. Diese Zusammenfassung finden Sie nun in der vorliegenden Beilage zu unserer Mitgliederzeitung DenkGerecht.

Ich hoffe, dass bald wieder Treffen vor Ort möglich sind, bei denen die Impulse eingesetzt werden können. Selbstverständlich dürfen Sie auch die Fotos nutzen, ich kann sie bei Bedarf als Datei zur Verfügung stellen.

In diesem Sinne eine gesegnete vorösterliche Zeit, verbunden mit der Hoffnung, dass wir bald einander wieder persönlich begegnen.

Barbara Reene-Spillmann
Bildungsreferentin

IMPRESSUM

Denk.*Anstoß* Beilage zur Zeitung der KAB im Bistum Essen | Herausgeber: Diözesanverband der KAB im Bistum Essen, An St. Ignatius 8, 45128 Essen, Tel: 0201-878910, Fax: 0201-8789122, info@kab-essen.de, www.kab-essen.de | Bezug im Mitgliedsbeitrag enthalten | Redaktion: Andreas Schellhase (verantwortl.), Michaela Perz, Dr. Boris Spernol, Ulrich Wilmes | Realisation, Verlag und Vertrieb: RW Media UG (haftungsbeschränkt), Ludgeristraße 1, 45897 Gelsenkirchen, Telefon 0209-40520193, denkgerecht@rw-media.eu | Fotos: KAB | Druck: Jürgen Schneider Buch-und Offsetdruckerei GmbH, Am Luftschacht 6, 45886 Gelsenkirchen

Lasst uns aufblühen ...

Der sogenannte „Wonnemonat“ entfaltet in den letzten Tagen seine volle Pracht. Es grünt und blüht, wohin man schaut ... Und dazu fast immer ein blauer Himmel und ganz viel Sonne: Die Schöpfung Gottes in ihrem schönsten Gesicht. Das tut gut, gerade in diesen oft dunklen Zeiten, die immer noch geprägt sind von Ängsten, Einsamkeit, Distanz und Zweifeln.

Und doch spüren wir gerade im Moment zaghafte Hoffnung, denn Einschränkungen werden gelockert, es entfaltet sich behutsam wieder ein Miteinander, etwas Nähe, etwas Freiheit. Das lässt auch uns wie die Natur aufblühen.

Aufblühen steht für Neubeginn, ein Prozess, der manchmal Zeit braucht, wie die Blüte, die sich langsam von einer kleinen Spitze zur Knospe hin entwickelt, bis sie schließlich ihre volle Pracht entfaltet. Wir können von den Blumen lernen: „Wende dein Gesicht der Sonne zu, dann fallen die Schatten hinter dich ... So sagt ein afrikanisches Sprichwort. So bitten wir den Gott des Lebens darum, dass wir den schlechten und oft apokalyptischen Nachrichten Freude und Vertrauen entgegensetzen und dadurch der Hoffnung Raum geben. Lasst uns das mutig und ausdauernd verkünden und so zu „Frohbotschaftern“ werden. Dabei möge uns SEIN Segen begleiten.

„So oft die Sonne aufersteht,
erneuert sich mein Hoffen,
und bleibet, bis sie untergeht,
wie eine Blume offen“
Gottfried Keller

Maria – offen für Gottes Wort

Seit 30 Jahren gehört für mich zum Monat Mai die Begleitung der Seniorenwallfahrt nach Kevelaer. Und selbst als junge, eher kritische Frau, beeindruckte es mich, wenn in der vollen Basilika das Eingangslied „Gegrüßet seist du Königin…“ angestimmt wurde.

Auch diese traditionelle Wallfahrt fällt in diesem Jahr der Corona-Krise zum Opfer, obwohl sich sicher viele gerade in den schweren letzten Wochen gerne zur „Trösterin der Betrübten“ aufgemacht hätten. Aber diese Veranstaltungsform ist gegenwärtig nicht zu verantworten. Meine Biografie mit Maria ist eine sehr wechselhafte: Auf den Maialtar meiner Kindheit folgte eine eher kritische Phase, konnte ich mit der „sonnenumglänzeten“ hinnehmenden Frau so gar nichts mehr anfangen.

Doch Maria hat für mich heute aktuellere Botschaften denn je.

- Sie ist die einfache „Frau aus dem Volke von Gott ausersehen“, wie wir in einem Marienlied singen. An sie erging der Ruf Gottes, nicht an eine reiche oder wichtige Frau. So heißt es in Lk 1,48: „Auf die Niedrigkeit seiner Magd hat er geschaut…“ – Gott auf der Seite der kleinen Leute.
- Maria war offen für Gottes Wort. „Siehe ich bin die Magd des Herrn, mir geschehe nach deinem Wort“. Es geht nicht um ein demütiges Hinnehmen, sondern um ein absolutes Gottvertrauen.
- In diesem Vertrauen geht Maria den Weg mit Jesus, auch wenn es immer wieder Situationen gibt, die sie nicht versteht. Und Maria geht den Weg bis zum Schluss, sie hält aus, steht auch dann noch am Kreuz, als andere schon weggelaufen sind (Joh. 19,25 -27).

Die erste Strophe eines modernen Marienliedes drückt all das sehr schön aus:

Ohr, das den Ruf vernahm,
Mund, durch den Antwort kam,
Frau, sei uns Menschen nah, hilf Maria.
Schwester, die voll Hoffnung war,
Mutter, die den Herrn gebar.
Frau, sei uns Menschen nah, hilf Maria.

Singen kann man dieses Lied nach der Melodie „Lied, das die Welt umkreist.“ Das von Maria vorgelebte Gottvertrauen wünsche ich uns allen in diesen Zeiten, die so manches in Frage stellen.

Der „gute Teil“ (Lk 10,38 -42)

Als man die Popsängerin Nena 2010 vor ihrem 50. Geburtstag fragte, wie sie sich fühle, antwortete sie: „Ich bin nicht depressiv oder erschrocken, ich bin einfach nur verblüfft, schon fünfzig zu sein.“

Nena ist mein Jahrgang … Ich teilte damals dieses Gefühl, und nun sind wir beide sechzig geworden, und ich bin wieder verblüfft, aber auch ein bisschen nachdenklicher als vor zehn Jahren. Und ich bin an einen Ort gefahren, mit dem mich viel Leben verbindet, ans Zwillbrocker Venn, irgendwo im Nirgendwo an der niederländischen Grenze und habe zwei Tage „Fahrradexerzitien“ gemacht und nachgedacht über die Vor- und Nachteile des Älterwerdens, über das, was mir wichtig war und ist.

Das Älterwerden bringt nicht nur Vorteile, ich spüre körperliche Grenzen, über die ich vor 20 Jahren gelacht habe. Ich brauche deutlich länger, um neue Dinge zu verstehen … Und dann sind sie schon fast wieder alt.

Aber Älterwerden macht mich auch gelassener, ich muss nicht ständig mit durchgetakteten Tagen und vollen Terminkalendern kokettieren, ich darf zugeben, dass ich Zeit habe. Ich muss nicht versuchen, mit aufgeblähten Begriffen etwas vorzutäuschen, von dem ich in Wirklichkeit keine Ahnung habe. Ich muss nicht permanent mir und anderen beweisen, wie wichtig ich bin. Nein, ich weiß, was ich kann, stehe aber auch zu meinen Defiziten. Und ich weiß, dass gute Stunden die sind, in denen ich Zeit habe in der Natur zu sein, mal träge im Garten oder auf der Couch zu sitzen, mit den Menschen zusammen zu sein, die ich gerne habe. Das wurde mir gerade in den letzten Wochen durch die coronaverordnete Entschleunigung bewusst. Ich merke, dass ich im Laufe der letzten Jahre mich immer etwas mehr von Martha Richtung Maria bewegt habe.

Und ich nehme mir vor, mein neues Lebensjahrzehnt mal dieser Bibelstelle zu widmen, **Lk 10,38 – 42.** Sie lehrt mich, dass wenige Dinge nötig sind, um erfüllt zu sein. Wenn es mir gelingt, das auch zu leben, beginnt vielleicht damit wirklich „ein guter Teil“, wie es im Lukasevangelium heißt. Lesen Sie/lest diese Bibelstelle, verbunden mit der Frage: Was ist der „gute Teil“ in meinem Leben? Was ist wirklich wichtig?

Dreifaltigkeit

Drei sind einer zuviel.“ So lautet eine bekannte Redewendung, unpaar, nennt man es. Wir erinnern uns an Konflikte aus Kindertagen, wenn eine Freundin, ein Freund „über“ war. Und nun feiern wir nach Pfingsten wieder den Dreifaltigkeitssonntag, und mal Hand aufs Herz: Was können wir damit anfangen, ist er nicht auch für glaubensstarke Menschen irgendwie „unfassbar“? Und steht er nicht im Gegensatz zum christlichen Monotheismus?

Vor einem Jahr hörte ich am Dreifaltigkeitssonntag eine Predigt, die mir auch noch mal eine neue Perspektive auf dieses komplexe Thema eröffnete. Trinität, Dreifaltigkeit meint die Wesenseinheit Gottes in drei Personen. Schauen wir uns diese drei „Personen“ doch mal genauer an … Dazu ein kleiner Exkurs in die Biografie Gottes mit uns Menschen: In der Geschichte vom brennenden Dornbusch im Buch Exodus (3,13) fragt Moses Gott nach seinem Namen, und er antwortet: „Ich bin, der ich bin!“ Das sollte als Auskunft reichen, Gott wollte sich nicht fassen lassen, aber gerade das weckte Fragen und Fantasien. So machten sich die Israeliten passende Gottesbilder: Der strenge Gott und Richter, der König, das goldene Kalb. All diese Bilder zeichneten einen distanzierten und erhabenen Gott.

Quasi als Gegenentwurf kam Gott durch seinen Sohn in die Welt, als einer, der es mit den Ausgegrenzten hielt, Kleine groß machte und auf Sünder zuging. Seine Kleidung und sein Lebensstil passten nicht ins Weltbild der Gelehrten und der damaligen Machthaber und führten zu seiner scheinbar absoluten Ohnmacht, dem Tod am Kreuz. Gott war aber auch in Jesus nicht „totzukriegen“, er sandte nach Jesu Auferstehung den Geist, suchte sich also einen neuen Ort in den Menschen. Mehr Nähe geht nicht. So heißt es in einer klassischen Rockballade der amerikanischen Band Bon Jovi: „I wanna be just as close as the Holy Ghost is …“ (Ich möchte dir so nahe sein wie der Heilige Geist es ist). In mir und mit mir, geht Gott mit uns durch die Lebenszeit. Mir fällt da spontan der Text von Margaret Fishback ein, die bekannte Parabel von den Spuren im Sand mit der Zusage Gottes gerade in schweren Zeiten den Menschen ganz nahe zu sein.

„Dreifaltigkeit“ ist nicht einer zuviel, sondern Synonym für die unbedingte Nähe Gottes, der einfach nur sein will, in seiner ganzen Vielfältigkeit, immer wieder neu, immer wieder überraschend und immer wieder anders. Lassen wir uns darauf ein, lassen wir es zu! Geben wir es auf, Gott festzulegen und einzugrenzen!

Das höchste Sakrament

Meine ersten Erinnerungen an Fronleichnamsprozessionen setzten sehr früh ein: Für den Urlaub 1963 im Bayerischen Wald wurde mein „Engelchen"-Kleid eingepackt, hellblau Organdy, und dazu gab es vor Ort ein Kränzchen aus Vergissmeinnicht. In Zwiesel zogen wir singend und betend durch beflaggte Straßen, blühende Wiesen und hielten an geschmückten Altären. Dem blauen Organdykleid folgte ein weißes, bestickt mit rosa Blüten. Und ich spielte wochenlang „Fronleichnam", kniete zuhause vor einer kleinen Fußbank, zog durch die Wohnküche, das aufgeschlagene Sursum Corda (Gebetbuch des Erzbistums Paderborn) und sang auswendig: „Deinem Heiland, deinem Lehrer …". Zweifelsfrei gehörte das Fronleichnamsfest zu meinen kindlichen Höhepunkten im Kirchenjahr.

Viele Jahre später trug ich als Kommunionhelferin selbst die Monstranz durch die Straßen meines Heimatortes, mittlerweile eine erwachsene Frau von vierzig Jahren, auf andere Art und Weise davon sehr berührt. Und es berührt mich auch, dass es in diesem Jahr keine Prozession gibt, hatte sich doch gerade eine sehr junge Tradition entwickelt, dass zwei Gemeinden unserer Pfarrei gemeinsam ziehen, ein Jahr durch die Kornfelder Burgaltendorfs, das andere Jahr mit Blick auf das Ruhrtal in Überruhr.

Was berührt an Fronleichnam? In meinem Impuls zum Dreifaltigkeitssonntag habe ich über die unbedingte Nähe Gottes zu den Menschen geschrieben. Auch das Fronleichnamsfest symbolisiert diese Nähe, Jesus ist mir dauerhaft nahe im Sakrament der Eucharistie, in der leiblichen Gegenwart. Das, was Jesus beim letzten Abendmahl einsetzt (vgl. Mt 26,17 ff; Mk 14,12 ff; Lk 22,14 ff), das, was wir jeden Sonntag in der Kirche miteinander feiern, ist mehr als eine Mahlgemeinschaft. Es ist die Überzeugung eines nahen und liebenden Gottes.

Und diesen Glauben, diese Überzeugung tragen wir Fronleichnam nach außen. Fronleichnam heißt auch, in Bewegung zu bleiben, fortzuschreiten, im besten Sinne des Wortes, das „Weite zu suchen". Wir verlassen die geschlossenen Kirchenräume und treten in die Welt hinaus. Und anders, als im katholischen Milieu des Bayerischen Waldes 1963 treffen da heute manchmal Welten aufeinander. Da ist Straßenschmuck mittlerweile die Ausnahme, da warten Menschen auf dem Weg in die Freizeit irritiert, wenn die Prozession über die Straße geleitet wird, begleitet von Gesängen „lobsinget ohne End dem höchsten Sakrament."

Gerne wurde gerade in geschichtlichen Zusammenhängen das Wort „Demonstration" benutzt. Mir ist das Wort „Bekenntnis" lieber, ein Bekenntnis zur liebenden Gegenwart Gottes. Und so darf Fronleichnam auch ein berührendes, ein emotionales Fest sein, denn „unser Glaub ersetze alles, was der Sinn nicht fassen kann („Christen singt mit frohem Herzen").

Nein, Fronleichnam 2020 werden wir nicht durch die Stadtteile und Felder ziehen, betend und singend „Kommt her ihr Kreaturen all …". Aber wir können uns in den Kirchen vor dem ausgesetzten Allerheiligsten die liebende Nähe Gottes bewusst machen, uns davon berühren lassen und uns sicher sein „Sein wandernd Volk will leiten, der Herr in dieser Zeit".

Foto: Achim Pohl | Bistum Essen

Das Jahr steht auf der Höhe

Mittsommer und Mitternachtssonne sagt man in Schweden, Hochsommer und die längsten Tage hier auch bei uns. Dazu gehört Licht, ein Empfinden von Leichtigkeit, Vogelgezwitscher, blühende und reifende Schöpfung. Wenn ich mit dem Fahrrad oder zu Fuß unterwegs bin, durch Kornfelder fahre oder durch den Sommerwald laufe, summe oder singe ich oft leise vor mich hin:

Das Jahr steht auf der Höhe
die große Waage ruht.
Nun schenk uns deine Nähe
und mach die Mitte gut.
Herr zwischen Blühn und Reifen
und Ende und Beginn
lass uns dein Wort ergreifen
und wachsen auf dich hin.

Die Nähe Gottes spüren, das begleitet uns durch die letzten Wochen, Gottes Atem als mein Lebensatem, die Nähe durch den in mir wohnenden Geist, die liebende Nähe in der Eucharistie. Und nun die Bitte um die Nähe Gottes in diesem Kirchenlied, das, obwohl erst 1978 geschrieben, zugegebenermaßen etwas aus einer anderen Zeit zu stammen scheint: Die Zeit der Hagel- und Bittprozessionen, die Zeiten, in denen der Zusammenhang zwischen Ernte und Ernährung auch für uns noch spürbar war. Die Mitte des Jahres, die Zeit des Wachsens und Rei-

fens war entscheidend für den weiteren Verlauf und für den Abschluss, für die Ernte: Eine gute Mitte sicherte einen guten Abschluss.

Für diese ruhende Mitte steht die Waage als Symbol: Es gibt zwischen dem Auf und Ab nur einen kurzen Punkt des Gleichgewichtes, der nie lange anhält, nie von Dauer ist. Auch wir wissen: Absolutes Wohlbefinden hält nicht dauerhaft an. Das drückt der Beginn der zweiten Strophe aus: „Kaum ist der Tag am längsten, wächst wiederum die Nacht …“ Schöpfung und Leben bedeutet Wachsen und Bewegung und damit verbunden auch immer Abschied und Loslassen „Das Jahr lehrt Abschied nehmen, schon jetzt zur halben Zeit …“ So beginnt die dritte Strophe. Christliches Leben heißt Wachsamkeit und Veränderung, bedeutet das Gegenteil von „sich einrichten“.

Die Bibel ist, von der Abrahamgeschichte angefangen, voll dieser Botschaften, den Aufrufen auch loszulassen. In einem meiner Lieblingsgedichte „Stufen“ beschreibt der Dichter Hermann Hesse das unter anderen mit folgenden Worten: „Wir sollten heiter Raum für Raum durchschreiten, an keinem wie an einer Heimat hängen … nur wer bereit zu Aufbruch ist und Reise, mag lahmender Gewöhnung sich entraffen.“

So genießen wir den Hochsommer, Gottes Nähe in seiner Schöpfung, sammeln Licht und Freude, wohlwissend, dass zum Jahr auch karge und dunkle Zeiten gehören. Und wer mag, kann bei der Betrachtung des Fotos gerne das Lied mitsingen … (GL 465).

Lerne zu lassen

Nix wie weg, Aufbruch … Hinaus in die Natur, in den Urlaub, frei sein vom Alltag, Leichtigkeit spüren, Unbeschwertheit, den ganzen Ballast abwerfen, der mich gefangen hält und belastet. Das ist uns in diesem Jahr, in dem uns Corona bedroht und der Lockdown einengte, besonders bewusst. Und trotz dieser Sehnsucht: Vollständiges Ablösen fällt uns schwer, gerne nehmen wir etwas von dem Ballast mit, denn er gibt mir Sicherheit, Schutz, feste Strukturen … WLAN und Smartphone beruhigen, auch wenn ich dadurch mit dem Alltag verbunden bleibe.

Das ersehnte Freisein birgt Gefahren, Unsicherheiten, Unvorhergesehenes, auf das ich vielleicht nicht angemessen reagieren kann. Neues bedeutet Unbekanntes … Ich weiß nicht, was mich wirklich erwartet. Aber: Ohne den Ballast abzuwerfen, kann ich nicht wirklich frei werden. Ich muss mich komplett lösen, wie ein Sprichwort es zusammenfasst: „Wenn du das neue Ufer erreichen willst, musst du das alte loslassen." Was übersetzt so viel heißt wie: „Willst du dich wirklich erholen, vergiss den Alltag."

Jesus fordert von seinen Jüngern die bedingungslose Nachfolge: „Niemand, der die Hand an den Pflug gelegt hat und zurückblickt, taugt für das Reich Gottes" (LK 9,62). Diese auf den ersten Blick brutal wirkende Forderung heißt übersetzt: „Werde frei für die neue Botschaft, ohne den Ballast des Alltags". Oder, wie es der Schweizer Theologe Walter Ludin formuliert: „Um erlöst zu werden, müssen wir uns von vielem lösen."

Viele, die mich persönlich kennen, wissen, dass ich seit 35 Jahren begeisterte Camperin bin, 15 Jahre war ich mit dem Zelt unterwegs, jenseits der vierzig mit dem Wohnwagen. Dieses reduzierte Leben heißt für mich frei werden vom Ballast des Alltags. Oder wie ich es immer formuliere: Beim Camping merkt man, was man alles nicht braucht.

Ich kehre dann nicht schwerelos zurück, aber ein wenig leichter. Wie und wo auch immer Sie in diesem Jahr Ihren Urlaub verbringen, halten Sie es mit Buddha: „Lerne loszulassen, das ist der Schlüssel zum Glück". Und Sie werden frei für neue und frohe Botschaften.

In diesem Sinne wünsche ich allen Reisenden und Urlaubern, dass sie ein kleines wenig „erlöst" zurückkehren.

Von der Leichtigkeit

Sommer macht leicht … nicht nur, dass wir leichte Kleidung tragen, ein heller Sommermorgen mit Vogelgezwitscher lässt uns leichter in den Tag starten als ein stiller dunkler Herbst- oder Wintertag. Da ist die Sonne, da sind die Blumen und die Vögel und da sind die – Schmetterlinge.

Wenn ich im Garten bin, kann ich ihnen stundenlang zusehen, fasziniert von Flattern, Schweben, Gaukeln und Gleiten. Und ich bin bei genauer Beobachtung fasziniert, wie der Schmetterling Stacheln und Dornen ignoriert und zielstrebig auf die Blüte zuschwebt, und ich spüre, dass ich selbst gelöst und beschwingt werde. Er lockt in mir die Leichtigkeit.

„Als Gott am 7. Schöpfungstag sein Werk betrachtete, stellte er einen Mangel fest: Der Schöpfung mangelte es an Leichtigkeit, an Lust am Spiel. Und während er darüber nachdachte, nahmen seine Gedanken und Vorstellungen die Gestalt von Flügeln und Membranen an … Und er schuf die Schmetterlinge, leichte, farbenprächtige, sich tummelnde Wesen … Als aber die Menschen die beschwingten Geschöpfe sahen, rieben sie sich verzückt und verwundert die Augen. Und Sonne und Erde hüpften vor Freude.“

So drückt es eine mir unbekannte Verfasserin aus, und weiter:

„Seht die Schmetterlinge über den Blüten, keine rauben sie aus,
sie nippen nur leicht.
Seht die Schmetterlinge unter den Blumen, keine reißen sie ab,
sie tummeln sich bunt wie sie.
Seht die Schmetterlinge in den Lüften, mit nichts verderben sie sie,
sie machen sie hell und beschwingt.
Seht die Schmetterlinge im Flug,
sie drohen niemals mit Lärm,
sie erzeugen ein sanftes Geräusch.
Seht die Schmetterlinge auf den Blättern, keinem sind sie zu schwer,
sie feiern die Leichtigkeit.
Seht die Schmetterlinge auf den Wegen, sie wirbeln keinerlei Staub auf,
sie bilden kostbaren Schmuck.
Seht die Schmetterlinge in der Schöpfung, sie scheinen mit ihr zu spielen, gehen nie gewaltsam mit ihr um,
sie ermuntern sie vielmehr,
heiter und zart.“

Uns täte es gut, jeden Tag ein bisschen „Schmetterling zu sein“: Wir nutzen, aber wir nutzen nicht aus. Wir genießen, aber wir zerstören nicht. Wir stürzen uns nicht auf das Negative, sondern sind Mutmacher. Wir begegnen dem anderen nicht aggressiv, sondern gehen behutsam miteinander um. Wir belasten uns und andere nicht, sondern feiern die Lebensfreude … im Vertrauen auf Gott und werden so „Frohbotschafter“ im Alltag.

Unterwegs sein

Der Weg ist das Ziel“ – so sagen wir. Damit meinen wir, dass der Weg, unabhängig vom angestrebten Ziel einen Wert an sich darstellt. Unterwegs sein fordert uns, wir müssen uns immer wieder Herausforderungen stellen und uns anpassen: Wir haben die Chance, uns zu verändern und zu entwickeln. Wenn wir zu einer Wanderung, zu einer Radtour oder Autofahrt aufbrechen, sind wir meistens erwartungsfroh und voller Spannung, etwas Neues zu sehen und zu entdecken. Da sind die Waldwege, die Wege durch blühende Frühlingswiesen, die Pfade hoch über dem Meer, die zum Gehen locken, unsere Sinne vielfältig ansprechen und uns Entspannung und Wohlbefinden verschaffen.

Da sind aber auch die unübersichtlichen Wege, von denen wir nicht wissen, ob sie weiterführen. Das kann spannend sein, sich die Frage zu stellen, ob und wie es nach der nächsten Biegung weitergeht, es macht uns aber auch unsicher. Und da sind die Wege, die im Nichts enden oder so beschwerlich werden, dass wir uns zur Umkehr entscheiden. Unterwegs sein bedeutet auch, mal in eine Sackgasse zu geraten und zu wenden. Und da sind die Wege, die uns anders herausfordern, die Autobahn mit endlosen Staus oder Etappen, die uns durch laute und langweilige Regionen führen.

Wir können einen Weg planen bis ins kleinste Detail, erleben aber auch, dass Planungen durchkreuzt werden, wir Umwege gehen müssen oder vielleicht unser Ziel gar nicht erreichen. Die Coronakrise hat uns viele geplante Wege nicht zu Ende gehen lassen und deutlich gemacht, wie wir in unserer Gesellschaft an gerade Wegstrecken gewöhnt sind. Unterwegs sein lässt uns viel Schönes erleben, und trotzdem bedarf es der Pausen: Wir müssen Erlebtes verarbeiten und Kraft tanken für die nächste Etappe.

Innehalten, eine Pause einzulegen, fällt in unserer hektischen und lauten Zeit aber immer schwerer, es geht nicht darum, das Unterwegssein als Gewinn zu betrachten, sondern nur möglichst schnell ans Ziel zu kommen oder möglichst viel in möglichst kurzer Zeit zu erleben. Da geht der Blick für manches schöne Detail am Wegesrand verloren. Das Alte und das Neue Testament sind in großen Teilen Weggeschichten. Im Alten Testament begleitet Gott sein Volk Israel auf den verschlungenen Wegen, nicht nur durch Wüste, und überrascht es immer wieder mit unerwarteten Stärkungen (2 Mos 16,14,ff).

Die Geschichte Jesu im Neuen Testament ist eine Geschichte vom Unterwegssein, am Wegesrand ereignen sich Wunder, erzählt er in Gleichnissen, geht er auf Schwache und Kranke zu. Und er geht den Weg bis zum Ende … Aber: Jesus gönnt sich immer wieder eine Pause, einen Rückzug, gerade im Lukasevangelium finden wir viele solcher Szenen, die berühmteste ist wohl die vom Berge Tabor (Lk 9,18,f). Und Jesus sendet die Jünger und Jüngerinnen, sie sollen unterwegs sein in seinem Namen, verbunden mit der wunderbaren Zusage von Mt 28,20: „Siehe ich bin bei euch alle Tage bis zum Ende der Welt.“ Machen wir uns in diesem Gottvertrauen auf den Weg, mal schneller, mal langsamer, mal bequem, mal beschwerlich, jedenfalls aber mit Zeit für Pausen und mit dem Blick für das Schöne am Wegesrand und … vielleicht auch mal mit einem Gebet auf den Lippen

Bewahre uns Gott,
behüte uns Gott,
sei mit uns auf unsern Wegen,
Sei Quelle und Brot
in Wüstennot,
sei um uns mit deinem Segen

Bewahre uns Gott,
behüte uns Gott,
sei mit uns durch deinen Segen.
Dein Heiliger Geist,
der Leben verheißt,
sei um uns auf unseren Wegen.

Liebe deinen Nächsten – wie dich selbst

Du kannst nur deinen Nächsten lieben und etwas Gutes für ihn tun, wenn du Ja zu dir selbst sagst und Möglichkeiten findest, aus der Quelle in dir Kraft zu schöpfen. Dabei brauchst du nicht zu befürchten, mehr an dich selbst als an die anderen zu denken.

Doch wisse: Du kannst nur abgeben und für andere da sein, wenn du zuvor etwas in Fülle empfangen hast. Das Überströmende gibt dir von selbst den Auftrag, aus dir herauszugehen und weiterzuschenken."
Aus der Regel des Basilius von Caesarea
(Basilius der Große 330-379)

Tu dir selbst gut, dann kannst du gut zu anderen sein" so übersetzen wir heute vielleicht die Worte des Heiligen Basilius, im Bewusstsein, dass ein achtsamer Umgang mit mir selbst mich erst zu einem achtsamen Umgang mit anderen befähigt. Wir wissen sehr genau, dass wir, wenn wir erschöpft und gestresst sind, oft ungerecht und aggressiv auf unsere Mitmenschen reagieren. Entspannt und ausgeglichen gehen wir deutlich gelassener mit den kleinen und großen Macken der anderen um.

Auch das biblische Gebot „Liebe deinen Nächsten wie dich selbst" (Mk 12,31) nimmt diese „Eigenliebe" in den Blick, die Voraussetzung zur Annahme des anderen ist. Lange Zeit wurde dieses Gebot genau anders interpretiert, nämlich als Aufruf zur Aufopferung für andere auf Kosten seiner selbst. Das Muster hat sich in vielen Kulturen und Religionen erhalten und Eigenliebe verächtlich als Selbstverwirklichung und Egoismus bezeichnet. Bis weit in unsere Zeit wurden gerade Frauen sehr kritisch unter diesem Blickwinkel betrachtet. Sehr gut erinnere ich mich an die Worte des Oberarztes im Marienhospital in Borken, als mein Vater 2009 von dort schwerstpflegebedürftig entlassen wurde: „... und vergessen Sie die Eigenliebe nicht bei aller Sorge um Ihren Vater." Wie schwer es war, diesen Vorsatz zu leben, habe ich in der Tochterrolle in den darauffolgenden Jahren immer wieder erfahren. Doch dabei habe ich auch gelernt, die Balance zwischen Fürsorge und Selbstsorge neu zu definieren, (fast) unabhängig von der Meinung meines Umfeldes.

Eigenliebe aber ist mehr als nur ein achtsamer Umgang mit sich selbst, sie ist auch Selbstannahme: Ich stehe zu meiner Herkunft, zu meinen Eigenschaften und Äußerlichkeiten, aber auch zu meinen Fehlern und Schwächen, eben zu meiner ganzen bunten Vielfalt, die mich ausmacht. Diese Form der Eigenliebe bewirkt Selbstwertgefühl, daraus resultierend Selbstvertrauen, etwas schaffen und erreichen zu können. Das verhindert Angst, Konkurrenzdenken und Eifersucht. Menschen, die sich selbst etwas wert sind, können andere auf Augenhöhe heranlassen, ohne sich ständig bedroht zu fühlen. Sie können mit Kritik umgehen und sich an den Erfolgen anderer freuen. Egal, in welcher Lebenssituation Sie sich befinden: Seien Sie sich immer wieder mal Ihrer Fähigkeiten bewusst, schmunzeln Sie auch ruhig hin und wieder über Ihre Schwächen und gönnen Sie sich jeden Tag eine kleine Auszeit, in der Sie das machen, was Ihnen guttut. Halten Sie es mit Oscar Wilde:

Eigenliebe ist der Beginn einer lebenslangen Romanze

… damit er ihn bebaue und behüte

Wir haben einen großen Garten. Dazu gehört der „Vorgarten“, ein Bauerngarten mit vielen Blumen, und dazu gehört auch der Nutzgarten mit Obstbäumen und zahlreichen Gemüsesorten. Aktuell werden im Moment Bohnen, Gurken, Möhren, Tomaten, Mangold und Pflaumen geerntet, Spitzkohl, Erbsen und Maistielmus sind bereits eingefroren, ein Teil der Pflaumen eingekocht.

Das klingt ein wenig nach vergangener Idylle und löst bei vielen Menschen, denen ich davon erzähle, Sehnsüchte aus, denn sie erinnern sich an die Gartenerlebnisse ihrer Kindheit, gehörte doch die eigene „Scholle“ gerade im Ruhrgebiet zur Wohn- und Lebensqualität. Aber damit verbunden sind auch oft Erinnerungen an Ferientage, die nicht zur freien Verfügung standen, sondern an denen Kirschen entkernt, Erbsen „gedöppt“ und Bohnen „geschnibbelt“ wurden. Und das stimmt: Ein Garten bedeutet Arbeit. Da ist in den letzten heißen Sommern die stetige Bewässerung, da ist der Kampf gegen das Unkraut und eben die Ernte und Verarbeitung.

Im jahwistischen Schöpfungsbericht setzt Gott den Menschen in den Garten Eden, damit er „ihn bebaue und behüte“ (1 Mos 2,15). Der Mensch ist quasi Verwalter und Gärtner. Auf den ersten Blick gefällt mir dieses Bild besser als die Formulierung des priesterschriftlichen Schöpfungsberichtes „Machet sie euch untertan und herrscht über die Fische des Meeres, die Vögel des Himmels …“ (1 Mos 1,28). Wäre es nicht wunderbar, wenn wir mit der Schöpfung umgingen wie mit unserem eigenen Garten? Wir ernten, aber wir rauben nicht aus … Wir geben ihr, was notwendig ist … Wir bebauen sie so, dass sie auch zukünftig Erträge bringen kann … Wir pflegen sie, unterlassen das, was schadet …

Frühere Generationen spürten die Auswirkungen von schlechtem Ertrag und Missernten direkt, sie konnten nicht im Supermarkt etwas dazukaufen, das am anderen Ende der Welt oft unter niedrigsten Sozialstandards und ohne Rücksicht auf Ökologie angebaut wird. Die „Fridays for Future-Bewegung“ gibt Anlass zur Hoffnung, dass in der jungen Generation da wieder ein Bewusstsein wächst. Der Psalm 8 preist Gott als Schöpfer und den Menschen als Krönung seiner Werke. „Du hast ihn wenig niedriger gemacht als Gott, mit Ehre und Herrlichkeit hast du ihn gekrönt“. Dieses an den priesterschriftlichen Schöpfungsbericht angelehnte Bild ist aber kein Freibrief „Hofstaat“ zu halten, sondern ein Aufruf, für das Verantwortung zu übernehmen, was Gott uns anvertraut hat: Im gekrönten König der Schöpfung muss also ebenso ein wenig „Gärtner“ stecken. Der behutsame und achtsame Umgang mit seinen Werken ist gemäß Psalm 8 auch eine Form von Gotteslob.

Und dass Gott sehr bewusst Menschen als Verwalter in seinen Garten Eden setzte, bestätigt diese kleine Geschichte, die am Ende noch mal zum Schmunzeln einlädt: *Ein Pfarrer traf einen Mann, der im Garten vor seinem Haus arbeitete. Sie kamen ins Gespräch, und der Pfarrer sagte voller Anerkennung: „Da haben Sie sich mit Fleiß und Gottes Hilfe aber einen schönen Garten angelegt!“ „Das kann man wohl sagen, Herr Pfarrer“, antwortete der Hausbesitzer, „aber Sie hätten einmal sehen sollen, wie das Grundstück aussah, als der liebe Gott hier noch alleine gearbeitet hat!“*

Du starke Frau aus dem Volke – Eindrücke von den Fraueneinkehrtagen …

Wer erinnert sich nicht an den Mai-Altar seiner Kindheit? Und an die Marienlieder, die in den Wallfahrtsorten mit Inbrunst gesungen werden „Wunderschön prächtige“? Doch Maria ist mehr als die „Sonnenumglänzete“ und Himmelskönigin.

Wir haben uns bei den Fraueneinkehrtagen im Haus Marienberge der „starken Frau aus dem Volke“ aus unterschiedlichen Blickwinkeln genähert. Die Bibel erzählt von dem einfachen Mädchen, das offen ist für Gottes Wort und somit Trägerin einer universalen Heilgeschichte wird. Sie bleibt dabei, auch wenn sie nicht immer alles versteht, geht die Wege mit bis zum Ende.

Ein Blick in die Geschichte zeigt: Maria wurde auch passend gemacht zur aktuellen gesellschaftlichen und kirchlichen Ordnung. Und immer stehen das bestehende Gottes- und Marienbild im Zusammenhang. Die Reformation kritisierte das mittelalterliche Marienbild, den Marienkult, der nach Luthers Ansicht den Glauben an Gott überlagert. Mittlerweile finden auch die evangelischen Mitchristen Zugänge zu Maria, zumal der Marienkult bei der jüngeren katholischen Generation hinterfragt wird.

Und da ist das Magnificat, jenes Loblied Mariens, das neben dem Lob auf den Schöpfergott und dessen Heilszusagen, auch revolutionäres Gedankengut hat: „Er stürzt die Mächtigen vom Thron und erhöht die Niedrigen“. Auf dieser Grundlage des Magnificats entstand in Polen Anfang der achtziger Jahre die Demokratische Arbeiterbewegung, der Beginn der Umbrüche in Osteuropa. Auch die Befreiungstheologie bezog sich mit ihren revolutionären Ansätzen auf das Magnificat.

Und heute? Die Reformbewegung in der katholischen Kirche, die Geschlechtergerechtigkeit und Demokratisierung fordert, bedient sich mit ihrem Motto Maria 2.0 ebenfalls der Gottesmutter. Damit ist Maria auch gerade für die Frauen unserer Zeit in eine neue Vorbildfunktion gerückt. Wir geben nicht auf, bleiben dran, fühlen uns dem Magnificat verpflichtet und lassen uns nicht entmutigen von amtskirchlichen Instruktionen. Gottes Botschaft ist keine Botschaft von Hierarchien und Macht, sondern durch Maria eine Botschaft der Heilsgeschichte für alle Menschen. In dieser Heilsgeschichte, das verdeutlicht Maria, weist Gott die bedeutenden Plätze den scheinbar unbedeutenden zu …

Mit Gott im Gespräch bleiben …

Beten Sie, und, wenn ja, wann beten Sie? Vielleicht so, wie wir in der Kindheit erzogen wurden, morgens und abends zu festgesetzten Zeiten, vor und nach den Mahlzeiten und natürlich in der Kirche? Das tägliche Beten war klar strukturiert: Man stellte sich morgens unter den Schutz Gottes, man gab den Tag abends zurück in Gottes Hände, und man dankte für die Güter des täglichen Lebens.

Wie beten Sie? Nutzen Sie noch die Vorgaben, die ausformulierten Gebetstexte, zum Beispiel „Müde bin ich, geh zur Ruh…"? Oder formulieren Sie Ihre Anliegen frei, wenn sie aktuell sind oder gerade ein Zeitfenster für ein Gebet ist? Und wo beten Sie? Natürlich in der Kirche … Vielleicht im alltäglichen Umfeld, aber da an festen Plätzen? In modernen Wohnungen sind „Andachtsecken" mit einem Kreuz oder Marienfiguren selten geworden. Doch es gibt dafür andere Orte, an denen man eine besondere Nähe zu Gott spürt. Für mich ist beispielsweise ein Gebet am geöffneten Fenster mit Blick auf den erwachenden Morgen am Feld ein guter Tageseinstieg. Vielleicht haben Sie auch eine Lieblingsecke in Ihrer Kirche oder gar irgendwo eine Kirche, die Sie zum Gebet aufsuchen. Oft sind es nicht die pompösen Bauwerke, sondern es ist die Kapelle im Wald, die in der Stille Gottesnähe vermittelt. So habe ich es vor einigen Jahren empfunden, als ich im brandenburgischen Alt-Placht das „Kirchlein im Grünen" entdeckte.

Ich glaube, dass Beten selbst bei gläubigen Christen seltener geworden ist. Daran hindert das schnelle Essen zwischendurch, das Fernsehen als Einschlafmittel, die Eile, ins Büro zu kommen. Auch die klassischen kirchlichen Gebetsangebote finden deutlich weniger Resonanz, das ist bei den traditionellen Mai- und Rosenkranzandachten spürbar. Aber ich erlebe genauso oft, dass selbst Menschen mit Distanz zur Kirche und auch zum Glauben in Situationen persönlicher Bedrängnis eine Kerze anzünden und ein Gebetsanliegen formulieren.

Und was ist, wenn unsere Bitten nicht erhört werden? Wie gehen wir damit um, wenn Gott als „Erfüllungsgehilfe" versagt? Versagt dann auch unser Glaube? Das Evangelium des letzten Sonntages (Mt 15,21 -28) kann dabei einige Denkanstöße liefern. Darin trifft Jesus auf die kanaanäische Frau, die ihn inständig bittet, ihre vom Dämon besessene Tochter zu heilen. Jesus, der sich eigentlich zurückziehen will, reagiert nicht auf sie. Und auch die Jünger wollen mit ihr nichts zu tun haben, mit heutigen Worten gesprochen: Sie nervt! Jesus weist sie zum zweiten Mal ab.

Doch die Frau lässt nicht locker: Sie fällt vor Jesus nieder und fleht ihn zum dritten Mal an. Und Jesus erbarmt sich ihrer. Mit der Begründung „Frau, dein Glaube ist groß" heilt er ihre Tochter. Eine Botschaft dieses Evangeliums kann sein, dass letztendlich Beharrlichkeit beim Beten zum Ziel führt. Für mich ist es aber mehr! Es ist der Aufruf an mich, mit Gott im Gespräch zu bleiben, im Austausch, oder modern ausgedrückt, mit ihm „online" zu sein. Dazu gehört Bitten und Danken, aber auch mal Unverständnis, Hadern und Verzweifeln. Ich bin mir sicher: Gott hält das aus!

Ein Schiff, das sich Gemeinde nennt …

Können Sie sich noch daran erinnern, wann Sie das vom Ursprung her evangelische Lied zum ersten Mal gesungen haben? Trotz seiner aus heutiger Sicht „zackigen“ Melodie stand es in den sechziger Jahren für ein neues Kirchenbild und verkörperte das schon mit seinem Rhythmus, seiner Dynamik und Bewegung. Gemeinde war für die Katholiken nach dem II. Vatikanischen Konzil das Volk Gottes unterwegs und löste den Begriff „Pfarre“ ab, der eher für Verwaltung und Hierarchie stand.

Ich bin eine nachkonziliare Christin. Gemeinde war und ist für mich der Ort, an dem mein Glauben durch andere Menschen, durch soziale Beziehungen geerdet wird. Kirche und Gemeinde gehörten für mich untrennbar zusammen. In meinem eher „dörflichen“ Umfeld des Essener Südens gab und gibt es auch immer noch eine große Schnittmenge zwischen der kommunalen Gemeinde und der Kirchengemeinde. Die Menschen, die sonntags mit mir gemeinsam Eucharistie feiern, treffe ich beim Einkaufen und auf der Straße. Diese Erfahrung teilten aber auch Frauen und Männer in den städtisch geprägten Gemeinden des Bistums, dort, wo in der Nachkriegszeit Kirchen in Werkssiedlungen gebaut wurden.

Nun spüren wir gerade in den letzten 10 Jahren, dass uns diese unmittelbaren Glaubensorte „genommen“ werden. Kirchenschließungen führen nicht nur zu weiteren Wegen (da jammern wir im Bistum Essen auf hohem Niveau), sondern die Großpfarreien sind anonymer und bei allen guten Absichten und hohem Engagement der Menschen, die sich am PEP beteiligt haben, sehen sich die Frauen und Männer der Gemeinden, deren Kirchen geschlossen werden, als Verlierer. Gehen, um im Bild des Schiffes zu bleiben, deshalb immer mehr von Bord? Das Bild des Schiffes begegnet uns auch in der Bibel regelmäßig und zwar meistens im Kontext mit Anspannung und Angst, zum Beispiel in Mt 8,23 -27. Und auch im zitierten Lied ist keine Rede von einer entspannenden Kreuzfahrt, vom Wellness-Urlaub, es beschreibt die ganze Bandbreite der Gefühle, zu der eben auch Angst, Not und Gefahr gehören. Das Wichtigste aber, so die Botschaft des Liedes, ist es in Bewegung zu bleiben, nicht im Hafen festzuliegen, sich bequem einzurichten und vom alten Glanz zu träumen.

Und: Für den guten Kurs des Schiffes ist eine Mannschaft verantwortlich, nicht ein einzelner Kapitän oder Steuermann(frau)!!! Wir alle bestimmen über den guten Kurs des Schiffes, also über die Zukunft unserer Kirche vor Ort. Doch ist das unsere Stimmungslage? Fühlen wir uns nicht bei allen Mitwirkungsmöglichkeiten oft resigniert und machtlos? Die Botschaft des Liedes ist eine andere: Es ist der Aufruf solidarisch mitzumachen und mitzugestalten, auch wenn das nicht immer leicht ist.

Ich gebe gerne zu, dass auch mich oft Resignation überfällt. Ich muss mir dann klarmachen, dass ich mit meiner Person und meinem Sendungsauftrag für die Gemeinde und für diese Kirche stehe. Und ich stelle Ihnen und mir folgende Fragen:

- Wie weit ist mein Horizont, bin ich nur auf meinem eigenen Schiff unterwegs, oder gibt es ein Meer (Mehr), auf das ich neugierig bin?
- Was macht mein Schiff, meine Gemeinde aus, „nur“ Gebäude oder festgesetzte Gottesdienstzeiten? Welche anderen Charismen haben wir, die uns ausmachen?
- Geben wir dem Steuermann eine viel zu bedeutende Rolle?
- Wie bewegungsfreudig sind wir wirklich in unserem scheinbar sicheren Hafen?
- Vertrauen wir letztendlich wie die Jünger in Mt 8,25 auf Gottes Nähe?

Auch ich finde nicht auf alle Fragen eine klare Antwort, aber ich weiß, dass ich an Bord bleiben will und das Schiff nicht nur anderen überlassen möchte. In dem Bewusstsein dürfen Sie beten oder auch gerne singen:

Ein Schiff, das sich Gemeinde nennt,
fährt durch das Meer der Zeit
Das Ziel, das ihm die Richtung
weist, heißt Gottes Ewigkeit
Das Schiff, es fährt, vom Sturm
bedroht, durch Angst,
Not und Gefahr
Verzweiflung, Hoffnung, Kampf
und Sieg, so fährt es Jahr um Jahr
Und immer wieder fragt man sich:
Wird denn das Schiff bestehn?
Erreicht es denn das große Ziel?
Wird es nicht untergehn?

Den vollständigen Liedtext finden Sie in der guten alten „Mundorgel“. Schließen möchte ich mit dem Liedrefrain und der Bitte um Gottes Beistand „Bleibe bei uns, Herr…“

Wo zwei oder drei in meinem Namen versammelt sind – Gedanken zur Gemeinschaft

Wo zwei oder drei in meinem Namen versammelt sind, da bin ich mitten unter ihnen …“ Gerne singen wir diesen Kanon in Gruppen und Gemeinschaften, bei Treffen, vor den Mahlzeiten und in Gottesdiensten.

Wie wichtig uns Gemeinschaft ist, das spürten wir in den Zeiten des Kontaktverbotes, und das spüren wir immer noch, wenn wir geselliges Beisammensein vermissen. Digitale Angebote können das nicht wirklich ersetzen, und dem Slogan „Nähe durch Distanz“ konnte ich nur sehr bedingt zustimmen. Menschliches Miteinander, gemeinsam Freuden und auch Probleme zu teilen, ist ein elementarer Bestandteil unseres Lebens. Und da ist ja auch Jesu Zusage, in jeder noch so kleinen Gemeinschaft gegenwärtig zu sein.

Allerdings gibt es keine Gemeinschaft ohne Konflikte. Die Idylle der Apostelgeschichte „Seht, wie sie einander lieben“ (Apg 4,32 ff) trifft auf eine Realität, in der Menschen unterschiedlichen Charakters und Interessen miteinander auskommen sollen. Und da gibt es aus meiner Sicht zwei wichtige Parameter, an denen wir uns orientieren können.

Wir bleiben miteinander im Gespräch!

Gerne reden wir übereinander oder schweigen Konflikte tot. In Mt 18,15-20 gibt es eine klare Aufforderung Jesu, dem anderen mitzuteilen, was einen stört: „Wenn dein Bruder gegen dich sündigt, dann gehe und weise ihn unter vier Augen zurecht.“ Was uns heute beim ersten Hören als Einmischung oder autoritär erscheint, heißt übersetzt: „Wenn dich am Verhalten des anderen etwas stört, sage es ihm.“ Nur so erfährt er davon. Beziehungen zerbrechen, weil nicht miteinander geredet und Signale nicht gedeutet wurden. Das soll unter vier Augen passieren, damit der andere nicht bloßgestellt wird. Vielleicht brauchen wir aber bei Konflikten auch mal Außenstehende, Moderatoren, die bei verhärteten Fronten die Situation sachlicher betrachten und ausgleichen können. Mt 18,16 beschreibt das so: „Hört er aber nicht auf dich, so nimm ein oder zwei mit dir …“ Gemeinschaft ohne Gespräch funktioniert dauerhaft nicht!

Wir achten einander!

Im anderen das Ebenbild Gottes zu sehen, der genauso geliebt und angenommen wird wie ich selbst, dieser Anspruch leitet sich aus der Schöpfungsgeschichte ab. Aber auch da ist die gelebte Realität, dass wir in Familie, Freundes- und Kollegenkreis, in Gruppen und Gemeinschaften auf Menschen treffen, die anders „ticken“, die genau wie ich ihre Eigenheiten haben und ausleben. Und das ist grundsätzlich gut so, denn nur so entsteht lebendige Gemeinschaft, sie lebt von der Vielfalt und Andersartigkeit. Meine Schwächen und Defizite sind die Stärken und Talente des anderen und umgekehrt. Wir brauchen die impulsiven und die nachdenklichen, wir brauchen die konservativen und die innovativen Geister. Sie sind nicht besser oder schlechter, wir bereichern einander. Ein guter Freund drückte es zu Beginn unserer Beziehung wie folgt aus: „Obwohl wir aus ganz anderen Lebenszusammenhängen kommen, haben wir unsere Andersartigkeit nie als Abgrenzung, sondern immer als Bereicherung erfahren.“

Hermann Hesse formulierte es so: „Es ist nicht unsere Aufgabe einander näherzukommen, so wenig wie Sonne und Mond zueinander kommen oder Meer und Land. Unser Ziel ist einander zu erkennen, und einer in dem anderen das zu erkennen, was er ist: des anderen Gegenstück oder Ergänzung.“ Ich bin mir sicher, dass Jesus in einer solchen Gemeinschaft mittendrin ist!

Vom Recht auf Rückzug

Was meinen Sie? Hätte Jesus ein Smartphone besessen? Ich habe mir die Frage natürlich auch selbst gestellt und nach einigen Minuten des Nachdenkens bin ich zu dem Ergebnis gekommen: Ja, das hätte er. Jesus war es schon wichtig, ansprechbar für Menschen zu sein, ihnen einen Zugang zu verschaffen, wenn sie sich in persönlichen Notlagen befanden. Aber stellen Sie sich mal folgende Szene am See Genezareth vor: Derweil Jesus noch damit beschäftigt ist, die Fünftausend zu speisen, ruft ihn der Hauptmann von Kafarnaum an und bittet ihn, seinen Knecht zu heilen, aus dem Hause des Petrus kommt eine WhatsApp, dass dessen Schwiegermutter lebensbedrohlich erkrankt ist und Jairus hat zwischenzeitlich auf die Mailbox gesprochen, weil seine zwölfjährige Tochter im Sterben liegt. Außerdem weiß Jesus, dass er seine jüngsten Heilungserfolge noch auf Facebook posten muss, denn das erwarten seine Anhänger von ihm. Ich glaube, in einer solchen Situation hätte er den Flugmodus aktiviert, wäre offline gegangen. Oder wie es in Markus 1,35 ff ausgedrückt wird: „In aller Frühe, als es noch dunkel war, ging er an einen einsamen Ort, um dort zu beten." Nach den Heilungen und Wundern des Vortages, nach dem Drängen der Menschen, zieht sich Jesus zurück und reagiert auch nicht auf die Bitten seiner Jünger. Aber, so geht die Geschichte weiter, nach dem Rückzug und Gebet zieht er weiter, um zu verkündigen und zu heilen.

In der Stille und im Rückzug Kraft zu tanken, um dann wieder zu wirken, dieses Motiv begleitet uns im Neuen Testament sehr oft. Vor seinem öffentlichen Auftreten zieht sich Jesus vierzig Tage in die Wüste zurück, um sich an diesem kargen Ort durch nichts ablenken zu lassen. Immer wieder finden wir auch während seines Wirkens in Galiläa den Wechsel zwischen Heilungsszenen und dem Rückzug, ja manchmal sogar der Flucht an einen einsamen Ort. Und zu Beginn der Leidensgeschichte, der Passion, betet Jesus alleine im Garten Gethsemane, um Kraft zu tanken für die schweren Stunden, die vor ihm liegen.

Jesus war für die Menschen da, aber kein dauerhafter Multitasking-Typ. Sein Leben und Wirken bestand aus dem Wechsel von Kontemplation und Aktion, von Ruhe und Tun. Das machte ihn stark.

Wir kokettieren heute gerne mit der Fähigkeit zum Multitasking, auch wenn uns so manche Burnout-Biografie deutlich vor Augen führt, dass das nicht dauerhaft funktioniert. Pausenlos viele Dinge gleichzeitig zu erledigen, führt nicht nur zur Erschöpfung, sondern bedeutet auch oft, dass so manche Aufgabe nicht gründlich und gut erledigt wird. Konzentration auf weniger und Phasen des Nichtstuns sind lebensnotwendig, gerade in Zeiten, in denen man auch im Feierabend, am Wochenende und im Urlaub „mal eben" auf das Smartphone gucken kann, ob vielleicht doch eine wichtige Mail gekommen ist, ob ich nicht doch einen interessanten Anruf verpasst habe. Wir brauchen Phasen des Nichtstuns, in denen wir nicht angeschrieben oder angerufen werden, um Kraft für uns und unsere Aufgaben zu tanken.

„Ora et labora!" Dieses jahrhundertealte Motto der Benediktiner macht deutlich: Der Mensch braucht mehr als Arbeit. Wir sollten dem Beispiel Jesu folgen: Im Beruf, in der Familie und in anderen sozialen Bezügen müssen wir uns unseren Aufgaben stellen, aber wir haben auch das Recht auf geregelte Auszeiten, dieses Wechselspiel ist Fundament fürs Christsein, für Nächstenliebe, für Caritas. Ich habe das Recht abzuschalten, und die Voraussetzung dafür ist heute oft das „Ausschalten".

Ich werde das in den kommenden zwei Wochen tun und keinen Impuls online stellen. Ich werde die Natur genießen, mit Augen und Ohren aufnehmen, in den Tag hineinleben ohne zeitlich getaktet zu sein und „auftanken". Und wenn Sie nur die Möglichkeit einer kleinen Auszeit haben, sprechen Sie folgendes Gebet:

Manchmal für
einen Augenblick
halte ich an, mitten
im Trubel des Tages,
schließe meine Augen
und meine Ohren
und bin für einen
Augenblick glücklich:
Ich bin nicht allein,
du bist da, mein Gott
mittendrin
(Christa Weiss)

Marathon statt Kurzstrecke – oder was befähigt uns zum Durchhalten?

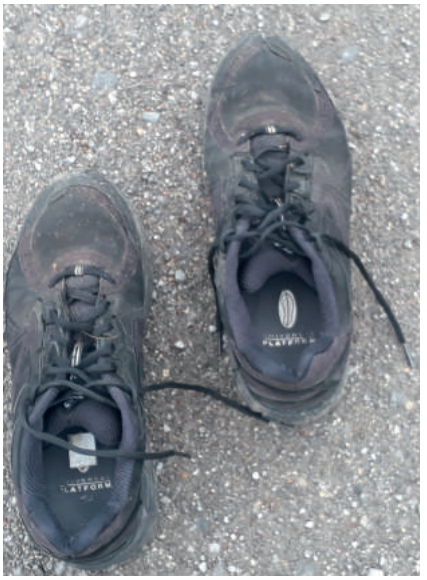
Augen zu und durch“ sagen wir, wenn wir etwas Schweres vor uns haben, von dem wir glauben oder wissen, dass es uns Unannehmlichkeiten beschert, diese Unannehmlichkeiten zeitlich aber sehr begrenzt sind. Ich gebe alles, gehe vielleicht auch an die Reserven und erreiche so mein Ziel.

„Augen zu und durch“ so dachten wir auch im Frühling zur Zeit des absoluten Lockdowns. Wir verzichten auf das meiste, was unser Leben so lebenswert macht, auf soziale und emotionale Kontakte, auf Freizeitgestaltung und sogar auf das Grundrecht unserer Bewegungsfreiheit. „Alles wird gut- wir bleiben zuhause“ so stand auf den Schildern mit dem Regenbogen, jenes Symbol, das für Gottes dauerhaften Bund mit den Menschen steht. Konnten wir das wirklich glauben? Medizinische und naturwissenschaftliche Erkenntnisse sprachen dagegen.

Und gerade in den letzten Tagen spüren wir, dass nicht alles „gut“ geworden ist, nach einer Atem- und Verschnaufpause im Sommer, prägt das Virus nun wieder unseren Alltag mit oftmals apokalyptischen Nachrichten, mit Beschränkungen und leider auch mit populistischen Schuldzuweisungen. Wir begreifen: Corona fordert von uns keine Kurzstrecke, sondern einen Marathon. Unabhängig von unseren sportlichen Fähigkeiten wissen wir, dass ein Marathon mit seinen gut 40 Kilometern anderes abverlangt als eine Kurzstrecke. Man kann über eine solche Distanz nicht dauerhaft alles geben, man muss mit seinen Kräften haushalten, man muss motiviert bleiben und braucht auch zwischendurch eine Stärkung. Im Umgang mit diesem neuartigen Virus können wir also nicht permanent im Ausnahmezustand sein, uns von Angst und Panik beherrschen lassen, das macht physisch und psychisch krank. Vielmehr müssen wir es als eine mittelfristige Normalität hinnehmen, mit diesem Virus zu leben. Dazu gehören bestimmte Regeln der Vorsicht und Achtung, ein Marathon ist eben auch kein Spaziergang.

Wir sind es gewohnt, dass wir uns im Sport gegenseitig Mut machen und uns anfeuern, wie es so schön heißt. Genau diese Solidarität vermisse ich in der gegenwärtigen Diskussion. Da werden Urlauber gegen Daheimgebliebene ausgespielt, Junge gegen Alte, Migranten gegen „Deutsche“, Gesunde gegen Risikogruppen. Verfolge ich die Nachrichten im Radio, in der Zeitung und in den sozialen Medien, so spüre ich, im Gegensatz zum Frühjahr, eine Welle der Entsolidarisierung und Schuldzuweisung an den jeweils anderen. Solidarität kann auch bedeuten, gegebenenfalls den anderen auf bestehende Regeln hinzuweisen, niemals aber, seitens politisch Verantwortlicher, Möglichkeiten zu schaffen, Verfehlungen anzuzeigen (und das noch anonym).

Um diesen Marathon durchzuhalten, muss ich mich immer wieder neu motivieren, meine Verantwortung wahrzunehmen. Aber ich brauche als Stärkung auch meine Mitmenschen, die sich dieser Eigenverantwortung bewusst sind und nicht nur auf andere zeigen. Ich brauche Verantwortliche in Politik und Gesellschaft, die jenseits von Profilierung das Gemeinwohl im Sinn behalten, die aber auch gerne mal zugeben dürfen, dass sie ratlos sind. Ich brauche eine Kirche, die als Korrektiv auftritt mit eigenen Positionen und Ideen und bestärkend wirkt.



Und ich brauche meinen Glauben, die Gewissheit, dass mich jemand auf meiner langen Laufstrecke begleitet, wie es im Alten Testament David zu Salomo sagt:

Der Herr, mein Gott,
wird dir beistehen.
Er verlässt dich nicht
und wird dir helfen,
bis der Bau des Tempels
abgeschlossen ist
(1. Chronik 28,20)

Wir erleben im Moment einen Einschnitt, den es im Deutschland seit der Nachkriegszeit so noch nicht gegeben hat. Betroffen sind davon alle auf unterschiedliche Art und Weise: Wir, die Älteren, haben das Risiko eines schweren Krankheitsverlaufs. Die junge Generation wird neben den gegenwärtigen Defiziten im Bildungs- und Betreuungssystem ganz bestimmt noch Jahrzehnte für die Corona-Kredite zahlen. Ich wünsche uns allen, dass wir trotzdem täglich neu spüren. Ich kann durchhalten, weil ich gehalten bin.

Das Glück des Augenblicks …

Und du denkst, dein Herz schwappt dir über. Fühlst dich von Sentiment überschwemmt. Es sind die einzigartigen tausendstel Momente, das ist das, was man Sekundenglück nennt."

Kennen Sie diese Momente, die Grönemeyer in seinem Musikstück von 2018 beschreibt? Jene Augenblicke, die man festhalten möchte, von denen es in Goethes „Faust" heißt „Verweile doch, du bist so schön …"?

Ich kann mich an einen solchen Moment in diesem Frühjahr erinnern … Es war ein strahlender Märzsonntag, wir waren zu Beginn des Lockdowns, die Medien zeigten Schreckensbilder aus Italien, am Abend sollte es eine Konferenz der Bundeskanzlerin mit den Ministerpräsidenten geben. „Ausgangssperre" hieß das für mich persönliche Schreckenswort, das über allem schwebte. So fuhren wir in die „Hammer Mark" zwischen Essen-Kupferdreh und Werden und beschlossen, unsere Bewegungsfreiheit noch mal zu genießen. Ich habe einen Moment ganz intensiv in Erinnerung: Ich saß in der Frühlingssonne auf einem Baumstamm an einem Bach, betrachtete das erste zarte Grün, hörte ein beeindruckendes Vogelkonzert und konnte alles andere ausblenden, ich nahm jede Sekunde auf.

Das Glück des Augenblicks ist im Moment wichtiger denn je. Mittelfristige oder gar langfristige Planungen und die damit verbundene Vorfreude gibt es nicht, sie hängen von steigenden Infektionszahlen und damit verbundenen politischen Entscheidungen ab. Dabei leben wir ja von dieser Vorfreude, etwas Schönes vor uns zu haben, gerade, wenn der Tag oder Alltag mal nicht so rund laufen.

Aber vielleicht kann darin auch eine Chance bestehen, mich intensiver auf die Gegenwart zu konzentrieren, ohne die Zukunft detailliert zu planen, das Glück des Augenblicks zu genießen, ohne die Erwartung an das „Noch mehr, noch besser". Das Glück des Augenblicks muss nicht immer aus den ganz großen Ereignissen bestehen, es kann auch darin bestehen, Alltäglichkeiten bewusster wahrzunehmen. Ohne die drohende Ausgangssperre wäre der sonnige Spaziergang im Frühlingswald eine angenehme Selbstverständlichkeit gewesen, und vielleicht hätte ich dabei schon vom nächsten Urlaub geträumt.

Auch jenseits von Ausnahmezuständen kann es uns gelingen, diese Glücksmomente intensiver wahrzunehmen. Eine Übung besteht darin, den Tag zu reflektieren und bewusst zunächst mal an die guten Ereignisse zu denken. So beschreibt es der kurze Text eines unbekannten Verfassers:

„Glück" sagte der alte Mann leise, "Glück hatte ich schon in meinem Leben. Und irgendwann habe ich angefangen, mich jeden Tag dafür zu bedanken. Vielleicht war das der Tag, an dem ich anfing, so richtig glücklich zu sein."… Auch das Alte Testament fordert uns zum Glücklichsein auf. So heißt es im Buch der Prediger:

Freu dich, wenn du einen
Glückstag hast.
Und wenn du einen
Unglückstag hast,
dann denke daran:
Gott schickt dir beide,
und du weißt nicht,
was als Nächstes kommt.
Prediger 7,14

In diesem Sinne nehmen wir unser persönliches „Sekundenglück" in der nächsten Zeit bewusst wahr, lassen wir das Herz kurz „überschwappen" – und vergessen wir nicht „Danke" zu sagen.

Der Sabbat ist für den Menschen da – Von Regeln und Formalitäten

Sie kennen die Geschichte aus dem Markus Evangelium: Die Jünger rupfen an einem Sabbat im Beisein von Jesus Ähren aus, und sie, aber auch Jesus selbst, werden dafür von den Pharisäern gerügt, denn dieses Verhalten verstößt gegen die strengen Regeln des jüdischen Glaubens. Und Jesus antwortet ihnen darauf: „Der Sabbat ist um des Menschen Willen gemacht und nicht der Mensch um des Sabbat Willen."

Übersetzt heißt das: Regel und Gesetze sollen den Menschen dienen und nicht umgekehrt ... (gerne nachzulesen unter Mk 2,27ff). „Ach, wäre das schön" denke ich, wenn ich das Regelwerk von Institutionen, Dienstleistern, aber auch das der Kirchen sehe. Ist nicht eher das Gegenteil von dem, was Jesus fordert, der Fall? Nach meinem Empfinden (vielleicht ist das meinen sechzig Lebensjahren geschuldet) verbringen wir immer mehr Zeit mit Formalitäten und Aufstellen von Regeln, und damit meine ich ganz bestimmt nicht die gegenwärtigen Gesetze zur Pandemiebekämpfung. Was steckt dahinter? Natürlich braucht menschliches Zusammenleben Regeln und Normen, es bedarf der Verfasstheiten.

Aber wir können nicht jede Eventualität mit einer Verfahrensanweisung absichern. Und passen diese Regeln wirklich auf die Menschen, für die sie angeblich gemacht sind? Ganz häufig halten sie der Realität von Kunden, Mitgliedern oder auch Gläubigen gar nicht stand. Sicher wurden und werden immer Regeln aufgestellt, die nur dazu dienen, die eigene Macht abzusichern. Mir erscheint es aber auch zunehmend als ein Rückzug, als die Möglichkeit, sich hinter einer Regel und einem Formalismus zu verstecken, bevor ich eigenverantwortlich eine Entscheidung treffen und auch dazu stehen muss.

Fehlt uns da das notwendige Selbstbewusstsein? Gesellschaft und Gemeinschaft funktionieren immer in einem Spannungsfeld zwischen Verfasstheiten und Eigenverantwortung, das spüren wir in der gegenwärtigen Diskussion, wenn es um freiheitliche Grundrechte geht, besonders.

Ich möchte für uns Christen diesen Fokus um eine dritte Dimension erweitern, nämlich der Gegenwart Gottes in unserem Leben. So wird daraus ein Dreieck, in dem ich mich mit meinem Handeln bewege: Als eigenverantwortlicher Mensch im Rahmen von Normen, geleitet von der liebenden Nähe Gottes. Jesus hat Regeln und Gesetze hinterfragt, sie gegebenenfalls auch ausgesetzt, um Gottes Liebe spürbar werden zu lassen. Lasst uns ähnlich selbstbewusst sein, um so im Alltag ein kleines Stück Gottesnähe zu vermitteln: Als Mensch Menschen begegnen mit persönlicher Zuwendung und gerne mal zu einer Ausnahme bereit. Ich bin mir sicher, dass dann die Zusage des babylonischen Talmuds gilt: „Der Mensch wird des Weges geführt, den er wählt"

Wo bist du Gott? Über Gottesvertrauen in Krisensituationen

Ich habe meinen Glauben verloren“, so begründen Menschen oft die entstandene Distanz zur Kirche, aber auch zum Glauben selbst. Dabei führen sie gerne globale oder lokale Katastrophen an, unter denen unschuldige Menschen leiden, gemeint sind aber auch häufig persönliche Schicksalsschläge wie schwere Krankheiten, Tod oder menschliche Verletzungen.

Und dann gibt es aber ebenso die Menschen, deren Gottvertrauen gerade in schweren Lebenskrisen unerschütterlich ist, ja manchmal sogar wächst, die zurückfinden zur Gottesnähe und zum Gebet. „Not lehrt beten“ heißt es in einem Sprichwort. Die Beziehung der Menschen zu Gott ist immer unter Spannung, wirft Fragen auf, klagt an oder ist voller Dankbarkeit. Schon das Volk Israel bei seiner Wanderung durch die Wüste erlebt dieses Wechselbad der Gefühle, je nach Situation murrt und verzweifelt es oder lobt Gott. Die Psalmen beschreiben die unterschiedlichen Stimmungslagen in einer oft drastischen Sprache, wie beispielsweise Psalm 22, der mit der anklagenden Fragestellung beginnt: „Mein Gott, mein Gott, warum hast du mich verlassen?“ In Psalm 31 beispielsweise spürt der Beter trotz seiner verzweifelten Lage Gottesnähe und spricht: „Ich aber Herr, hoffe auf dich…“

Mein Gottvertrauen in Krisensituationen hat auch immer etwas mit meinem Gottesbild zu tun. Das Bild vom strafenden und belohnenden Gott ist immer noch tief verankert und führt zu Zweifeln, wenn Schicksalsschläge und Katastrophen „unschuldige“ Menschen treffen. Oder Gott ist mein „Erfüllungsgehilfe“, und wenn meine Lebensplanung durch negative Erlebnisse durchkreuzt wird, hat Gott versagt und macht sich an mir schuldig. So oder so steckt dahinter immer mein Bemühen, Gott zu fassen und zu verstehen. Dieses vergebliche Bemühen beschreibt der Theologe Karl Rahner in folgendem Satz: „Glauben heißt: Die Unbegreiflichkeit Gottes ein Leben lang auszuhalten“. Aushalten meint nicht ein permanentes Verstehen, sondern zum Aushalten gehören auch Phasen der Distanz und des Zweifels. Ich darf in Grenzsituationen meines Lebens mit Gott hadern, aber Aushalten und Hadern bedeuten die Gegenwart Gottes nicht in Frage zu stellen. Vor allem aber hat dieser Gott uns Menschen als sein Gegenüber geschaffen, und was das in dem Zusammenhang bedeuten kann, beschreibt der folgende Text eines mir unbekannten Verfassers:

Mitten in einer großen Stadt saß ein kleines Mädchen am Straßenrand, das in seinem dünnen Kleid arm und auch unterernährt aussah. Rechts und links eilten die Menschen vorbei. Alle taten so, als ob sie das Mädchen nicht sähen. Zornig fragte ich Gott: „Wie kannst du das nur zulassen? Warum tust du nichts dagegen, du scheinbarer Allmächtiger?“ Gott schwieg und antwortete mir nicht. In der Nacht, als ich längst wieder zu Hause war, antwortete er plötzlich: „Ich habe etwas dagegen getan. Schließlich habe ich dich geschaffen …“

Auf meine Eingangsfrage „Wo bist du Gott in all dem Elend?“ hier der Versuch einer Antwort: „Überall da, wo Menschen mich zulassen und menschliche Begegnungen zu Gottesbegegnungen werden …“ Manchmal dauert die Suche etwas länger …

Innehalten im Advent

Und wenn die Menschheit schubst und rennt, dann ist es ganz bestimmt Advent“ so heißt es in einem rheinischen Singspiel. Und so ist auch unsere Wahrnehmung, wenn wir die letzten Wochen vor Weihnachten unterwegs sind in überfüllten Geschäften, in Staus auf vollen Straßen und von einer „Weihnachtsfeier“ zur nächsten eilen: Gereiztheit und Aggression statt Ruhe und Besinnung.

Seit 10 Jahren verbringe ich die erste Adventswoche mit einer KAB-Gruppe in Günne am Möhnesee. Nein, in diesem Jahr coronabedingt leider nicht, und sie wird mir fehlen!!! Die Gruppe wuchs von 8 Personen im Jahr 2010 auf manchmal 25 an. Lud ich Frauen und Männer dazu ein, so war der erste Reflex oft ablehnend, denn im Advent ist jeder Tag verplant, keine Zeit für Auszeiten. Dann aber spürten Teilnehmer und Teilnehmerinnen, wie gut dieses Innehalten tut, sich herauszuziehen aus dem Trubel und sich fünf Tage auf Advent und Weihnachten einzustimmen, mit Spiritualität, mit Gesprächen, mit Spaziergängen.

In diesem Jahr ist alles anders! Keine Weihnachtsfeiern, keine Weihnachtsmärkte, keine Treffen und auch die eigentlichen Festtage werden wahrscheinlich im eher kleinen Kreis begangen.

Kann das eine Chance sein? Vielleicht tut uns nach diesem finsteren Jahr ein Innehalten besonders gut. Wir müssen das, was mit unserer Gesellschaft, mit uns, im letzten Jahr passiert ist, „sacken“ lassen, verarbeiten. In diesem Jahr können wir uns dabei von zwei adventlichen Botschaften besonders leiten lassen:

Advent ist die Zeit der Erwartung

Warten bedeutet Spannung, oft Vorfreude, immer aber Geduld und Langmut. Darin müssen wir uns neu üben in einer Zeit der schnellen Lösungen, in der Neues sofort wieder alt ist, in der „Alles aber sofort“ gilt, in der im Advent schon oft Weihnachten vorweggenommen wird.

In einer dunklen Zeit hoffen die Menschen auf das Licht Gottes

Das Kind in der Krippe kommt nicht in eine heile und idyllische Welt, sondern als Hoffnungsträger in eine Welt voller Ängste und Zerrissenheit. Beides brauchen wir in dieser Zeit mehr als in den letzten Jahren: Geduld und Hoffnung, und beides spiegelt für mich die abgebildete Karte wider: Von der Krippe vor der Stadt Bethlehem geht ein heller Strahl aus, ein Licht, das fast blendet. Zwei Menschen sind auf dem Weg, nicht eilig, nicht hastig, sondern mit entschlossenem und festem Schritt. In diesem Sinne lasst uns aufbrechen Richtung Weihnachten mit Geduld und Zuversicht, mit entschlossenem Schritt, aber bitte nicht mit einem Endspurt! Vielleicht hilft der folgende Meditationstext dabei, den Advent zu nutzen zum Innehalten:

Innehalten ist mehr als mal eben eine Pause zu machen und dabei schon zu überlegen: Wie mache ich weiter? Innehalten heißt, sich Zeit zu nehmen: Zeit um nachzudenken, Zeit um sich zu erinnern, Zeit um dankbar zu sein, Zeit sich die Frage zu stellen: Was ist mir wirklich wichtig, und wo ist eigentlich mein Standort, wo ist meine Perspektive? Innehalten fällt manchmal schwer, oft wollen wir es gar nicht, wenn alles „rundläuft“ im Leben, stört es uns; es bremst uns ab. Aber es gibt immer wieder Ereignisse, die uns zum Innehalten auffordern, besondere Tage, aber auch Krankheiten, Unvorhergesehenes... Wirkliches Innehalten schenkt Kraft nicht nur zum Weitermachen, sondern auch zum neuen Aufbruch. Um diese Kraft und um den adventlichen Segen Gottes dazu bitten wir.

Vom Licht in dunkler Zeit

Das Volk, das im Dunkeln lebt, sieht ein helles Licht, über denen, die im Land der Finsternis wohnen, geht ein Licht auf.“ Diese Worte des Propheten Jesaja (9,1-6), die immer wieder als „Mutmacher“ eingesetzt werden und zu den Lesungstexten der Adventszeit gehören, entstanden in einer Zeit der Hoffnungslosigkeit, als die Assyrer den Norden Israels erobert und Samaria zerstört hatten. Und das Volk Israel hielt an diesen Prophetenworten fest, auch unter der Herrschaft der Perser und im Exil in Babylon, eine immer währende Hoffnung, die nicht kleinzukriegen war.

Lichter und Kerzen gehören zu den adventlichen Symbolen, und es werden immer mehr, beleuchtete Rentierschlitten im Vorgarten, angestrahlte Häuser, bunt flackernde Sterne in Zimmerfenstern, der größte Weihnachtsbaum auf einem Weihnachtsmarkt … Nein, der Advent ist nicht mehr dunkel, er ist genauso hell wie Weihnachten. Wir können Dunkelheit schlecht aushalten, die dunklen Monate sind verpönt und wir setzen ihnen Lichter entgegen. Licht wärmt, erleuchtete Fenster wirken heimelig, vermitteln Geborgenheit. In den skandinavischen Ländern mit den langen dunklen Winternächten hängt in fast jedem Fenster eine Lampe.

Das Licht braucht die Dunkelheit, um wahrgenommen zu werden. Spüren wir das nicht gerade in den letzten Monaten, wieviel bewusster wir Selbstverständlichkeiten wahrnehmen, die früher nicht der Rede wert waren? In Zeiten der Kontaktbeschränkungen bekommt das Treffen mit Freunden und Familie auf einmal eine ganz andere Bedeutung, und bei drohenden Ausgangssperren wird der Gang an die frische Luft zu etwas Besonderem. Wenn unsere Freiheitsrechte eingeschränkt werden, spüren wir, wie wertvoll sie sind.

Politiker und einige Virologen versprechen uns einen langen und harten Winter. Das mag sein, aber ich kann und will mich nicht ihrer Meinung anschließen, die kein „Licht am Ende des Tunnels“ sieht. Wenn ich meinen christlichen Glauben ernst nehme, dann bleibe ich wie das Volk Israel durch Exil und Gefangenschaft hindurch zuversichtlich. Es ist der berühmte Hoffnungs„schimmer“, der durch alles hindurchscheint. Vielleicht können wir den Advent 2020 so beschreiben:

Die Nacht ist dunkel,
doch der Himmel
hat Risse bekommen.
Zuerst sah man sie
Über dem Stall von Bethlehem
Danach umarmten
sie die ganze Welt
(Cornelia Elke Schray)

Und niemand hindert uns daran, selber zu Lichtblick für andere zu werden. Edith Stein hat es so formuliert: „Ihr sollt sein wie ein Fenster, durch das Gottes Güte in die Welt leuchten kann.“ In diesem Sinne wünsche ich ein Weihnachtsfest, dass Hoffnung aufstrahlen und uns selber zu Hoffnungsträgern werden lässt.

Von Zuversicht in schwierigen Zeiten

Ich gebe gerne zu: Auch mir fällt es schwer, mit Mut und Zuversicht ins Neue Jahr zu starten. Die Medien bringen fast ausschließlich Schreckensmeldungen über neue hohe Todeszahlen in der Pandemie, der Lockdown mit all seinen Konsequenzen wird nicht nur verlängert, sondern sogar noch verschärft, die Grundrechte weiter eingeschränkt, die Kirchen schließen ihre Tore für gemeinschaftliche Liturgie. Vieles, was unserem Alltag Lebensqualität verliehen hat, ist nicht möglich. Und mir stellen sich schon oft bange Fragen: Welche Gesellschaft, welche Wirtschaft, welches Sozialsystem wird es nach Corona noch geben?

Was muten wir der jungen Generation zu mit den Schulden, die im Moment aufgenommen werden, um die größte Katastrophe zu verhindern? Und über welche Zeiträume reden wir überhaupt?

„Der Pessimist hadert mit seinem Schicksal, der Optimist gestaltet es“ so sagt ein Sprichwort, oder mit anderen Worten „Aus jeder Situation das Beste machen“. Wir alle wissen aus Erfahrung, dass Resignation und Hadern lähmen. Das Gefühl, irgendetwas beeinflussen zu können, setzt hingegen Energien frei.

Gestaltungsmöglichkeiten bleiben uns auch im Moment in dieser sehr beklemmenden Situation. Ich vermisse meine Begegnungen, dafür lebe ich die auf wenige Freunde reduzierten sozialen Kontakte intensiver als im normalen Alltag. Ein Teil meiner Lebensqualität lag darin begründet, dass kein Tag so ablief wie der andere, dafür sorgten Beruf, Ehrenamt und private Kontakte. Gegenwärtig versuche ich meiner sehr geregelten Tagesstruktur etwas abzugewinnen und stelle fest, dass sie jenseits von sechzig Lebensjahren auch beruhigende und entschleunigende Facetten hat. Innerhalb dieser Tagesstruktur finde ich Zeit für Spaziergänge. Bewegung in der Natur, wirkt selbst bei trüber Witterung auf mich stimmungsaufhellend. Und jenseits von Kirchenbesuch, privaten Treffen und beruflichen Termin finden wir sonntags auch auf einmal wieder Zeit für Tageswanderungen im nahen Bergischen Land.

Vielleicht sollten wir uns angewöhnen über dieses „halb volle“ Glas zu sprechen, statt nur über Inzidenzwerte, Mortalitätsraten und andere Corona-Themen. Natürlich wollen Ängste und Sorgen miteinander geteilt werden, es darf nur nicht zum Tunnelblick führen. Das möchte ich auch den Medien zurufen: Ja, es gibt einen politischen Auftrag zur Information, aber nur Fotos und Berichte über die genannten Themen, führen nicht nur dazu, dass die Menschen abstumpfen, „dichtmachen“, sie werden auch der Realität in unserer Welt nicht gerecht. Mich hat die Äußerung eines Deutschen, der seit vielen Jahren in Schweden lebt, sehr beeindruckt, und ich versuche ihn zu zitieren: „Als ich im Spätsommer nach drei Wochen Aufenthalt in meinem Heimatland wieder in Schweden ankam, habe ich erst einmal durchgeatmet. Ja, auch hier gibt es Corona und die damit verbundenen Einschränkungen, wenn auch nicht in so einem strengen Maß wie in Deutschland. Aber es ist ein Thema unter vielen anderen, die dritte und nicht die erste Nachricht im Radio. Wenn wir mit Freunden zusammentreffen, spielt es meistens überhaupt keine Rolle.“

Daran, den Alltag auch mit positiven Themen zu besetzen, können wir alle arbeiten. So wünsche ich uns neben Gesundheit auch Gelassenheit, Zuversicht, Alltagsfreude und Optimismus für das Neue Jahr. Dazu gehört Gottvertrauen mehr denn je. Bei uns war es guter Brauch in der Jahresabschlussfeier das Lied „Von guten Mächten wunderbar geborgen“ zu singen. Sehr bewusst setze ich die zweite vor die erste Strophe. Beten Sie mit oder singen Sie leise vor sich hin:

Noch will das alte
unsre Herzen quälen,
noch drückt unser böser Tag
schwere Last,
ach, Herr gib unsren
aufgeschreckten Seelen,
das Heil, für das du
uns geschaffen hast.

Von guten Mächten
treu und still umgeben,
behütet und getröstet wunderbar,
so will ich diese Tage
mit euch leben,
und mit euch gehen
in ein Neues Jahr.

Seid barmherzig

In jedem Jahr wählt die ökumenische Arbeitsgemeinschaft für Bibellesen eine sogenannte Jahresslosung aus, eine Bibelstelle, die eine zentrale und einprägsame Aussage beinhaltet und auch eine aktuelle Botschaft in die Zeit schickt.

„Seid barmherzig, wie euer Vater barmherzig ist." (Lk 6,36) so lautet die Jahreslosung für das Jahr 2021, ein Zitat aus der Feldrede, die, obwohl sie deutliche Parallelen zur Bergpredigt aufweist, nicht so bekannt ist wie das berühmte „Grundsatzprogramm" der christlichen Ethik bei Matthäus. Was meint eigentlich „barmherzig"? Zur Wortgeschichte gibt es unterschiedliche Theorien, die aber grundsätzlich alle eine Zuwendung zu Bedürftigen beschreiben.

Wir kennen diesen Begriff aus den unterschiedlichen Erzählungen der Bibel im Alten und Neuen Testament. Da ist der barmherzige Samariter, der barmherzige Vater, der sich seines zurückgekehrten Sohnes annimmt. Lukas 6,36 beschreibt die Barmherzigkeit grundsätzlich als eine göttliche Eigenschaft, die aber den Menschen auch in die Pflicht nimmt. Gerade in der zurückliegenden weihnachtlichen Zeit wird regelmäßig an unsere Barmherzigkeit appelliert, Briefe mit Spendenaufrufen flattern ins Haus, und auch die großen christlichen Kirchen mit ihren Hilfswerken starten solche Aktionen um das Weihnachtsfest, wohl wissend, dass gerade in dieser Zeit die Menschen sensibel sind für die Not der anderen: Das bedürftige Kind in der Krippe öffnet unsere Herzen.

Nun ist vergleichsweise einfach, im Advent und zu Weihnachten, bedürftigen Menschen zu helfen, ohne eine Gegenleistung zu erwarten. Es ist einfach, wenn sie anonym sind oder ich sogar persönliche Zuneigung für sie empfinde. Spannend wird es dann, wenn diejenigen mich zuvor selbst verletzt haben. Wie verhalte ich mich dem gegenüber, der mich gedemütigt hat und dennoch meine Unterstützung braucht? Barmherzigkeit ist ein Liebesdienst ohne zu erwartende Gegenleistung, aber noch mehr als das: Sie ist der Gegenpol zum System der Vergeltung. Wir kennen die berühmten Beispiele aus der Bergpredigt bei Matthäus 5,39 oder aus der Feldrede bei Lukas 6,29: "Wenn dich jemand auf die rechte Wange schlägt, halte ihm auch die linke hin" Wenn ich barmherzig bin, reagiere ich auf Hass mit Liebe und auf Gewalt mit Gewaltlosigkeit und beende so die Spirale des Bösen.

Jesus hat das vorgelebt, nicht nur in der eigenen Passion, er ist barmherzig gegenüber Sündern und Ausgegrenzten und mahnt immer wieder an, es genauso zu tun. Barmherzigkeit meint nicht verzeihen oder gar vergessen. Es bedeutet, mich auch jemanden zuzuwenden, obwohl er etwas getan hat, dessen Folgen ich noch spüre, ihn aufzurichten, obwohl er mich vielleicht niedergestreckt hat. Ich „trete nicht nach", ich bin stark genug, den Kreislauf des Bösen zu durchbrechen. Im Alten Testament beschreibt Psalm 103 die Wechselbeziehung zwischen göttlicher und menschlicher Barmherzigkeit: Gott ist in „Vorleistung getreten" und hat den Menschen auf vielfältige Art und Weise Barmherzigkeit erfahren lassen. Er hat aber auch den Menschen mit diesem Wesensmerkmal „gekrönt", so dass er in der Verantwortung ist, das Erfahrene weiterzugeben.

Lobe den Herrn, meine Seele,
und was in mir ist,
seinen heiligen Namen!
Lobe den Herrn, meine Seele,
und vergiss nicht,
was er dir Gutes getan hat:
der dir all deine Sünden
vergibt und heilet alle
deine Gebrechen,
der dein Leben
vom Verderben erlöst,
der dich krönet mit Gnade
und Barmherzigkeit

Über die Stille ...

Für mich gibt es eine Szene, die das Sinnbild für absolute Stille verkörpert: Im winterlichen Mittelschweden, in der Provinz Dalarna, machen wir während einer Skiwanderung eine Pause in Nornässäter, einer „Alm“ fünf Kilometer vom Ort Nornäs entfernt. Wir stehen auf der sonnigen Terrasse, und es ist so still, dass wir hören, wenn etwas getauter Schnee durch die Kiefern rieselt, für uns Menschen in den lauten Ballungsräumen eine unglaubliche Vorstellung. Da sind natürlich fünf Kilometer Waldeinsamkeit um uns herum, und da ist der Schnee, der alles abdämpft.

Jetzt ist der Winter hier angekommen, ich genieße ein bisschen “Schweden“, und selbst bei uns am Rande des dichtbesiedelten Ruhrgebietes macht er leise, dämpft Geräusche und entschleunigt. Mich entspannt das auch in der gegenwärtig angespannten Zeit ungemein. Ich empfinde das nicht nur als eine Erholung für die Ohren, sondern für die ganze Seele. In der Stille tanke ich Kraft für die Herausforderungen der turbulenten Welt. „Christliches Leben“ so sagte mir während meines Studiums die missionsärztliche Schwester Michaela Bank, „ist ein Wechsel zwischen Kontemplation und Aktion“. Auch Jesus suchte immer wieder die Ruhe und die Stille, bevor er sich den neuen Herausforderungen stellte, Menschen heilte, Dämonen austrieb. Im Evangelium des letzten Sonntags heißt es bei Mk 1,35 „In aller Frühe, als es noch dunkel war, stand er auf und ging an einen einsamen Ort, um zu beten.“ Nach der Heilung der Schwiegermutter des Petrus, nach Dämonenaustreibungen, nach dem Drängen der Menschen muss Jesus Kraft tanken in der Stille. Danach bricht er gestärkt auf, so heißt es weiter „und er zog durch ganz Galiläa, verkündete in ihren Synagogen und trieb Dämonen aus“ (Mk 1,39)

Während unserer Pilgerreise 2017 empfand ich es als Erholung und Sammlung, wenn wir im Burgund nach einem Tag, gefüllt mit Besichtigungen und Stadtführungen, uns zum Abendgebet in einer der Trappisten-Klöster trafen. Bei den Karmelitinnen in Mazille oder auch bei den Zisterziensern in Citeaux tauchte ich ein in die Stille des Ortes und konnte so das Erlebte „sacken“ lassen.

Die Suche nach der Stille zieht sich von den Ursprüngen des Mönchtums bis in die heutige Zeit hinein wie ein roter Faden durch dessen Philosophie. Sowohl Pachomius in der Wüste bei Theben wie auch die Franziskaner in den Großstädten hatten oder haben ein Ideal: In der Stille kann man Gott erspüren, sich auf ihn einlassen, mit ihm sprechen. Nicht nur in einsamen Regionen, auch in den Ballungsräumen sind Klöster eine Oase der Stille, sie werden dadurch zu Kraftquellen, um aufzutanken und sich neuen Herausforderungen stellen zu können. Diese Gedanken fasste Mutter Theresa im folgenden kleinen Text zusammen

> *„Die Frucht der Stille ist das Gebet. Die Frucht des Gebetes ist der Glaube. Die Frucht des Glaubens +ist die Liebe. Die Frucht der Liebe ist das Dienen. Die Frucht des* Dienens ist der Friede.“

Mit diesen Gedanken genießen Sie die winterliche Stille, vielleicht hören Sie den Schnee rieseln...

Ab in die Wüste – über die Chance das Wesentliche zu finden

In meiner Freizeit gehe ich gerne wandern! Bewegung an der frischen Luft, vielfältige Sinneseindrücke in der Natur sind für mich eine Kraftquelle. Auch in anstrengenden Zeiten habe ich dabei das Gefühl den „Kopf freizubekommen“. Dazu gehört die spontane kleine Wanderung ins nahe Ruhrtal ebenso wie eine Sonntagswanderung im nahen Bergischen Land. Ich habe Wanderurlaub gemacht in Norwegen, in England, an der bretonischen Küste, in den Alpen und im portugiesischen Dourotal, ich war mit den Skiern unterwegs im mittelschwedischen Dalarna. Und im Herbst 2019 bin ich in Palästina durch den Wadi Qelt gewandert, einem Tal in der Judäischen Wüste im Westjordanland. Diese Erfahrung war nun so eine ganz andere.... Normalerweise nehme ich bei meinen Wanderungen die vielfältigen visuellen Reize auf: Das Meer, den Wald, die Blumen und den Raureif auf den Bäumen. Auch wenn der Wadi Qelt einer der wenigen Wüstenflüsse ist, die das ganze Jahr Wasser führen, so waren die visuellen Reize eher gering: braune Felsen, graues Geröll, etwas Grün direkt am Wadi, mehr Farben gab es nicht. Diese eintönige Landschaft verschafft wenig Ablenkung und führte dazu, dass ich meinen Gedanken nachhing, über das „was die Welt im Innersten zusammenhält“ um Goethe Faust zu zitieren, mit anderen Worten Konzentration auf das Wesentliche.

„Und sogleich trieb der Geist ihn in die Wüste ...“ So heißt es in Mk 1,12. Vor seinem Wirken in Galiläa zieht sich Jesus 40 Tage zurück in die Wüste, konzentriert sich dort auf das Wesentliche. Wüstengeschichten finden wir im Alten und Neuen Testament immer wieder, wie schon für das Volk Israel auf seiner Wanderung ins versprochene „Gelobte Land“ ist sie auch für Jesus der Begegnungsort mit Gott. Die Ursprünge der christlichen Mönchsbewegung liegen in der koptischen Wüste, hier wollten sie sich, durch nichts abgelenkt, Gott voll zuwenden.

Es gibt keinen menschlichen Lebensweg, keine Biografie, ohne „Wüstenetappen“. Das sind Lebensphasen, die uns herausfordern, die wir schnell hinter uns bringen wollen, um wieder das „Gelobte Land“ zu erreichen, dort wo alles gut ist.

Aber lenken nicht gerade die Wüstenwege des Lebens unseren Blick auf das Wesentliche? Verändern wir nicht gerade durch Begegnung mit Krankheit, Tod, Trennung oder anderen Schicksalsschlägen unseren Blickwinkel? Da wird mir auf einmal bewusst, was wirklich wichtig ist in meinem Leben, da reflektiere ich über meinen Standort, da wird deutlich, ob ich mit meinem Leben in Einklang stehe oder einfach immer nur verdrängt habe. In den Wüstenetappen unseres Lebens zeigt sich, ob wir das Schicksal gestalten oder hadern. Sie machen mich auch sensibler für die Schwächen anderer und für deren Scheitern. Und wenn ich im „Gelobten Land“, in den besseren Zeiten angekommen bin, habe ich mich verändert. Die Fastenzeit in diesem Jahr ist eingebettet in eine schon lang andauernde Phase des sehr reduzierten Lebens, wir „fasten“ seit einigen Monaten, in dem vieles, was Lebensqualität ausmacht, nicht möglich ist. Aber vielleicht können wir die Zeit nutzen, um uns klar zu werden über unseren Standort:

- Was möchte ich aus dieser Zeit mitnehmen, beibehalten?
- Was aus meinem “alten“ Leben kann ich beiseite lassen?
- Was hat mich die Zeit über mich selbst gelehrt?

Ich bin mir sicher, dass unser „Gelobtes Land“ im Jahr 2022 anders aussehen wird als im Jahr 2019 aussah Gott hat den Menschen nie Wüstenerfahrungen erspart, aber er ist mit ihnen gegangen und hat sich immer wieder gezeigt. Das Gebet von Christa Spilling Nöker nach Psalm 23 fasst diese Gedanken zusammen:

Auch in dunklen Zeiten
und in schmerzhaften
Erfahrungen
Möge Gott dir beistehen
und dir immer wieder Mut
und neue Hoffnungen
schenken.
in Situationen der Angst
möge er in dir die Kräfte
wecken,
die dir helfen, all dem,
was du als bedrohlich erlebst,
standhalten zu können.

Durchkreuzt – wenn mein Leben aus den Fugen gerät

Wer plant nicht gerne im Voraus etwas, auf das er sich freuen kann? „Vorfreude ist die schönste Freude“ sagt der Volksmund. Wir planen Urlaube und Begegnungen. Wir haben Träume, wie unser Leben verlaufen soll, privat und beruflich, mit Familie, mit Karriere, wir freuen uns auf die Zeit nach der Arbeit, auf den Ruhestand. Wir gehen davon aus, dass sich unsere Träume und Pläne erfüllen. Und hadern gerade im letzten Jahr damit, dass konkrete Planungen von Inzidenzwerten abhängen … Ja, der Mensch soll planen und träumen, aber …?

Bei diesen Gedanken schiebt sich mir seit gut 10 Jahren immer wieder eine Szene vor mein geistiges Auge. An einem wunderschönen Wintermorgen bin ich beruflich unterwegs und genieße mit einem Freund und Kollegen vor der Konferenz einen kleinen Schneespaziergang. Wir unterhalten uns über die noch ferne Rente, tauschen uns über darüber aus, welche Möglichkeiten der Zusatzversorgungen es gibt. Beide sind wir guten Mutes und zuversichtlich, dass auch nach der Arbeit auf uns eine gute Lebensphase wartet. Sieben Stunden später ist mein Freund tot … unfassbar. Seine eigene Lebensplanung und die seiner Familie werden innerhalb von Sekunden null und nichtig.

Auch die Jünger Jesu hatte große Pläne mit ihrem „Meister“. Er stand für eine neue Zeit, für ungeahnte Möglichkeiten, er vollbrachte Wunder, befreite sie, in dem er Regeln und Gesetze auf den Kopf stellte. Jesus bedeutete für sie eine sichere und gute Zukunft. Zwar hatte er sein Leiden und Sterben immer wieder angekündigt (Mt17,12), aber das lag außerhalb ihrer Vorstellungskraft, mit heutigen Worten würden wir sagen: Sie nahmen das nicht ernst. Und nun sehen sie ihn, gefoltert, gequält, gescheitert und sterbend: Ihre Pläne wurden im wahrsten Sinne des Wortes „durchkreuzt“. Sie sehen im Scheitern keinen Neubeginn, geraten in Angst, Ausweglosigkeit und Depression, wie die nachösterlichen Geschichten es beschreiben. Symbolisch für diese Stimmungslage steht der bekannte Gang nach Emmaus (Lk 24,13-29).

Wie gehe ich damit um, wenn meine Pläne durchkreuzt werden? „Die Krise als Chance“ sagt sich so leicht in der Theorie, in der Praxis falle ich erst einmal in ein Loch, und das darf ich auch. Der „Hiob“ in mir muss eventuell erst geweckt werden, vielleicht steckt auch nur etwas davon in mir. Vielleicht hilft es uns, einfach zu akzeptieren, dass wir unser Schicksal zwar gestalten, aber nicht alles in unseren Händen liegt, dass wir im besten Sinne des Wortes Verantwortung abgeben können. Die Chance liegt darin zu erkennen, nicht alles beherrschen zu müssen, sondern hinnehmen zu dürfen. Wir spüren in der gegenwärtigen Pandemiesituation, wie schwer uns das fällt.

Jesus selbst heuchelt am Kreuz keine Zuversicht, spricht nicht sich selbst und anderen billige Trostworte zu. Nein, er sagt nicht „Alles wird gut“, sondern er stößt einen lauten Schrei der Verzweiflung aus „Mein Gott, mein Gott, warum hast du mich verlassen?“ (Mt 27,16) Aber er bleibt in Kontakt mit Gott, leugnet nicht dessen Existenz. Und so klingt im Gebet von Martin Gutl durch alle Verzweiflung auch Zuversicht:

Seht, welch ein Gott!
Da oben hängt Er -
und unter ihm die Pharisäer
und Schriftgelehrten.
…
Der da oben wird bald schreien
„Mein Gott, mein Gott,
warum hast du mich verlassen?
Du!“
Seit diesem Schrei
des Gottessohnes
ist das „Warum“
zum Gebet geworden.
Seitdem hat der Schrei
„Warum?“
seinen Platz bei Gott gefunden

Du Gott des Ostermorgens, in deinem Licht leuchtet auf

Im Gebrochenen schon Unzerbrechliches

Gebrochen, krank, verzweifelt sein konfrontiert mit Krankheit, Verletzungen, Tod und Zerstörung, das begegnet uns jeden Tag, in Medienberichten im Moment durch Corona-Todeszahlen und Inzidenzwerte ... Manchmal aber trifft es uns ganz eng und persönlich, und wir sehen keine Perspektive mehr, nehmen nicht wahr, dass es etwas Höheres gibt, eine unzerstörbare Hoffnung, nicht greifbar, nicht fassbar, etwas, was nicht „kaputtgeht", etwas Unzerbrechliches.

Im Erniedrigten schon Erhöhtes

Jesus am Kreuz, ein Symbol der Erniedrigung, der Schmach, er wird verspottet und verlacht. Darin steckt auch unsere Alltagserfahrung, nicht ernst genommen, belächelt zu werden. Nach Trennungen und Abbruch von Beziehungen stellt sich das Gefühl ein, für andere Menschen, die man gern hat, wertlos zu sein. Jesus am Kreuz, der Erniedrigte und Verspottete, teilt diese Erfahrung mit uns, denn er wird von Vertrauten und Freunden im Stich gelassen. Aber er der Erniedrigte, wird erhöht, „Der Sieger auf Golgatha", wie wir singen, ist die Erfüllung der Verheißung,

Im Verwundeten schon Geheiltes

Wunden verursachen Schmerzen. Wir kennen Verletzungen durch Taten, aber auch durch Worte anderer, und auch wir verletzen selbst. Verletzte Gefühle sind wie ein körperlicher Schmerz, der zerreißen kann. „Die Zeit heilt alle Wunden", sagen wir, wohlwissend, dass schwere Wunden Narben hinterlassen Jesus selbst wird als Heiland bezeichnet, seine Wunderheilungen nehmen im Neuen Testament einen breiten Raum ein. Dann stirbt er selbst schwer verwundet am Kreuz. Aber genau da setzt die Osterbotschaft ein: Kein Mensch kann so verletzt werden, als dass Gott ihn nicht „heil machen" kann.

Im Stückwerk schon Vollkommenheit

Wir Menschen sind nie ganz vollkommen, wir sind immer unvollständig mit Mängeln, Fehlern und Schwächen. Wir sind zerrissen, zwischen Ansprüchen, Wünschen und Realität, aber es bleibt die Sehnsucht nach dem Ganzen, nach der Vollkommenheit. Was scheinbar unvollkommene Puzzleteile sind, fügt Gott zusammen als Ganzes, Vollkommenes und Fertiges.

Im Kraftlosen schon Kraft

Wir kennen den Zustand, ausgepowert zu sein, lustlos, müde ohne Saft und Kraft, wir können uns zu nichts aufraffen, sind antriebsschwach. Es ist das Gefühl, den Anforderungen nicht mehr gerecht zu werden, wir fühlen uns wie gelähmt, unfähig auch nur zur kleinsten Bewegung: „Ich bin viel zu träge, um aufzugeben", so beschreibt Herbert Grönemeyer es in seinem 2002 erschienen Lied „Der Weg". Jesus, selbst schwach und kraftlos am Kreuz, besiegt die Schwäche und den Tod mit seiner Auferstehung. Sollten wir Christen deshalb nicht immer eine „Grundkraft" spüren, die uns trägt, auch in Grenzsituationen des Lebens? Glaube, so wissen wir, macht stark, versetzt die sprichwörtlichen Berge.

Im Verworfenen schon Annahme

Immer wieder verwerfen Menschen Menschen, „Ich will mit dem nichts mehr zu tun haben", „der gehört ausgemustert", so formulieren wir es, grenzen aus nach oft willkürlichen Maßstäben. Wir zeigen anderen, dass sie in unseren Augen nichts wert sind, regelmäßig verurteilen wir. Jesus hat nie verworfen, er hat auch nicht geworfen, keine Steine auf die Ehebrecherin, er nimmt alle an. Selbst der Verbrecher am Kreuz neben Jesus erfährt als Verworfener auf eindrucksvolle Weise die Annahme „Noch heute wirst du mit mir im Paradiese sein", sagt Jesus ihm zu, eine fast symbolische Szene der christlichen Osterbotschaft,

Im Sterben schon Auferstehen

Der scheinbare Gegensatz ist keiner, das sagte jede Zeile für sich aus, aber gibt es einen krasseren Gegensatz als Tod und Leben? Beides gehört aber zusammen, ja mehr noch: Aus dem einen wächst bereits das andere. Wir kennen das aus der Natur: Der kahle Ast, von dem im Herbst das letzte Blatt gefallen ist, trägt bereits den Knospenansatz für neues Leben im Frühling. Nach der Osterbotschaft gibt es keinen absoluten Tod ohne Auferstehung, aber auch keine Auferstehung ohne das Sterben. In der Schwäche lebt schon die Stärke, aber in der Stärke auch noch die Schwäche. In dem Bewusstsein ist vielleicht gerade in diesem Jahr ein leiser, hoffnungsvoller Osterjubel angemessener als donnerndes, lautes „Halleluja" Du, Gott des Ostermorgens leuchte, leuchte

Ostermorgengott

Du, Gott des Ostermorgens,
in deinem Licht
leuchtet auf...

Im Gebrochenen
Schon Unzerbrechliches

Im Erniedrigten
Schon Erhöhtes

Im Verwundeten
Schon Geheiltes

Im Stückwerk
Schon Vollkommenheit

Im Kraftlosen
Schon Kraft

Im Verworfenen
Schon Annahme

Im Sterben
Schon Auferstehen

Du Gott des Ostermorgens
Leuchte, leuchte...

Heike Helfrich-Brucksch