

Einige Telefonbotschaften von Pfarrerin Brigitte Straßner/ Juni 2007

Bei Jesus Lasten abladen

Nach dem Pfingstfest hat die so genannte „festlose Zeit“ begonnen. Bis zum Erntedankfest im Herbst gibt es keine größeren Höhepunkte mehr. Es gibt aber nicht nur die großen Feste, wie Weihnachten und Ostern, Geburtstage und Jubiläen, sondern auch kleine Höhepunkte: die bestandene Prüfung, auf die wir anstoßen, der Abschied vom Arbeitsleben, die Heimkehr nach einem längeren Krankenhausaufenthalt. Jemand aus dem Bekanntenkreis hat einen Studien- oder Arbeitsplatz gefunden, eine Neuanschaffung wird begossen... einen Grund zu feiern gibt es öfter als wir denken.

Auch der Sonntag ist ein kleiner Festtag: die Alltagspflichten ablegen, ausschlafen, sich Zeit füreinander nehmen: Zeit zum Frühstück, zu einem längeren Spaziergang oder zu einem Besuch.

Festtag - die Seele kann aufatmen.

Jesus war bekannt dafür, dass er gerne Feste gefeiert hat.

Seine Gegner nannten ihn einen Fresser und Weinsäufer.

Feste waren für Jesus Höhepunkte. Er dachte dabei vor allem an jene, die in ihrem Leben nichts zu lachen, nichts zu feiern hatten: an Mühselige und Beladene! „Komm, leg deine Last ab. Ich will mit dir feiern. Bei mir kannst Du abladen, was dich bedrückt.“

Ich stelle mir vor, Jesus steht in der Tür und empfängt seine Gäste. Ganz unterschiedlich sind sie. Eine, die immer alles recht machen will, steht da. Jesus sagt zu ihr: „Schön, dass du da bist. Du bist willkommen. Hier draußen kannst du ablegen, was du bei uns nicht brauchst: dein Ansehen, deine Qualitäten, deine Verdienste. Lass alles liegen. Wir fangen nichts damit an, wir wollen nur dich.“

Ein anderer hat wieder mal versagt, ist gescheitert am Leben, er möchte anders sein, anders leben und schafft es nicht. „Komm herein. Lege ab was dich bedrückt. Deine Angst, deine Mühsal, deine Gemeinheiten, alle Tricks und Ausreden. Feiere mit uns. An diesem Tisch bist du willkommen. Gott möchte dich dabei haben.“

Und noch ein Dritter kommt. Er bringt seine eigene Verpflegung mit, weil er meint, er bekomme hier nicht genug. Jesus sagt zu ihm: „Wir haben hier reichlich. Du brauchst nichts mitzubringen. Hier setz dich und greif zu.“

Jesus entlastet: den Gerechten von seiner Gerechtigkeit, den Ungerechten von seinem Unrecht, die Ängstliche von ihrem Sicherheitsbedürfnis. Zu seinem Lebensfest sind wir alle eingeladen.

Wenn der Glaube zur Last wird

Kürzlich unterhielten wir uns in einer Gesprächsrunde mit Psychisch erkrankten Menschen. „Was kann ich noch glauben? Hilft der Glaube, mit meiner Krankheit umzugehen“, fragte jemand ängstlich und zweifelnd.

„Für mich“, meint ein junger Mann, „sind die zehn Gebote das wichtigste im Christentum. Wenn wir uns in der Welt mehr daran hielten, dann würde es besser in ihr aussehen: die Politiker wären ehrlicher, die Wirtschaftsbosse würden nicht in erster Linie ihren Profit sehen und keinen unmenschlichen Druck ausüben auf die, die arbeiten. Dass man sich behauptet, indem man sich gegenseitig aussticht und fertig macht, würde aufhören. Der Glaube als moralisches Geländer, das helfen soll, die krankmachenden Strukturen, abzuwehren und das Unrecht in dieser Welt einzudämmen.“

„Ich habe meine Stelle verloren, weil ich zu lange ausgefallen bin“, wirft eine Frau ein, die an einer schweren Depression leidet. „Es wurde mir einfach alles zu viel: immer mehr Arbeit in immer kürzerer Zeit. Früher habe ich so viel Kraft aus dem Gebet erhalten, jetzt bin ich so schwach, dass ich nicht einmal mehr beten kann.“

Der Glaube als Anspruch, mein Leben auf festen Grund zu stellen. Was aber, wenn mein Glaube gerade in der Krise zusammenbricht?

Wir erwarten vom Glauben: Lebensorientierung, dass er eine Kraftquelle sei und sicheres Fundament biete. Und wir klagen uns an, wenn unser Glaube versagt.

Jesus stellte nicht in erster Linie Ansprüche an die Menschen, auch keine Glaubensansprüche. Über die Unmoralischen urteilte er nicht, sie seien böse oder verkommen, sondern sah sie als Verlorene. Ihm ging es nicht darum, zu bestrafen, sondern zu suchen. Er entlastete die Menschen von den Forderungen, unter denen sie litten und Ansprüchen, die sie an sich selber stellten.

Jesus kam als Arzt für Kranke. Wie ein Hirte suchte er die, die sich verloren fühlten und die das Leben aus der Spur geworfen hatte: „Dein Leben kann gelingen. Gott hat mich gesandt, seine Liebe den Armen zuzuwenden, Gefangenen die Freiheit zu geben und Blinden das Licht, Misshandelte zu erlösen und die Zeit anzukündigen, in der Gott Heil gibt.“

Mit seiner heilenden Zuwendung weckt er in uns Menschen wieder das Vertrauen ins Leben.

Barmherzig sein

Kennen sie Menschen, bei denen es ihnen schwer fällt, sie anzunehmen? Mir jedenfalls fallen einige ein.

Es gibt Menschen, die mir keine Achtung und keine Wertschätzung entgegenbringen. Sie haben mich kritisiert oder gar angegriffen, wegen meiner Art zu leben oder zu glauben.

Da sind andere, die haben mich enttäuscht, weil sie sich nicht um mich gekümmert haben, als es mir schlecht ging und ich dringend Hilfe gebraucht hätte.

Mir fallen Menschen ein, die einfach ganz anders sind als ich; sie haben andere Werte, eine andere Lebensauffassung. Mit ihnen fällt es mir schwer zusammen zu arbeiten und womöglich zusammen zu leben.

Menschen anzunehmen, die anders sind, die nicht verlässlich sind, mir keinen Freiraum lassen – das fällt schwer.

Da gibt es noch einen ganz anderen Menschen, bei dem es mir oft nicht leicht fällt, ihn anzunehmen, wie er ist, mit seinen Launen und Schwächen. Diesen Menschen kennen sie sicher auch. Ich meine uns selber!

Wie oft ärgere ich mich über mich und sage: Wie konntest du nur! Warum warst du nur so ungeduldig, so schnell in deinem Urteil? Warum hast du dies oder jenes vernachlässigt, dich nicht mehr darum gekümmert.

Vieles, was ich falsch mache, verzeihe ich mir nicht so einfach. Mit mir selber bin ich oft am strengsten und unbarmherzigsten.

Geht es ihnen auch so?

„Darum seid barmherzig, weil auch euer Vater im Himmel barmherzig ist“, sagte Jesus einmal. Ob er damit auch die Barmherzigkeit sich selber gegenüber meinte? Ich glaube schon, denn sich selber annehmen zu können und andere Menschen anzunehmen hängt eng miteinander zusammen.

Wer mit sich selber unbarmherzig ist, tut sich schwer, mit anderen barmherzig zu sein. Es tut gut zu hören: Gott hat einen langen Atem mit uns Menschen, auch mit mir. Das hilft mir anders auf mich zu schauen und auf meine Mitmenschen.

Ich wünsche ihnen heute diesen barmherzigen Blick im Umgang mit sich selber und mit anderen.

„Ändere dich nicht!“

Sich nicht wohl zu fühlen in seiner Haut, aber gleichzeitig nicht aus seiner Haut können. Kennen sie dieses Gefühl? Anders sein zu wollen, aber nicht können, immer wieder in die gleichen Verhaltensweisen, in die gleichen Lebensmuster zu fallen.

Menschliches Leben ändert sich nicht nach Programm und sei das Programm noch so gut. Wir haben viele Programme im Kopf, Programme für uns selber, für unsere Mitmenschen, Konzepte um die gesamte Welt zu verändern. Eigentlich wissen wir, was uns gut tut, was uns heilt, wie gelingendes Leben und Zusammenleben sein sollte, aber finden oft keinen Weg dahin.

In dieser Spannung erlebe ich insbesondere kranke Menschen. Dieses Gefühl, nicht aus seiner Haut zu können, kann manchmal unerträglich sein. Das Fatale ist, je mehr sich angeschlagene, kranke Menschen den Druck zur Veränderung machen, desto schlechter geht es ihnen.

Unter Druck verändern wir Menschen uns nicht, zumindest hält die Veränderung nicht lange vor. Wie aber dann?

Dazu fällt mir eine Geschichte ein:

„Jahrelang war ich seelisch krank. Ich war ängstlich, depressiv und selbstsüchtig. Und jeder sagte mir immer wieder, ich solle mich ändern. Und jeder sagte mir immer wieder, wie krank ich sei. Sie waren mir zuwider, aber ich pflichtete ihnen doch bei. Ich wollte mich ändern, aber ich brachte es nicht fertig, so sehr ich mich auch bemühte. Was mich am meisten schmerzte, war, dass mein bester Freund mir auch immer wieder sagte, wie neurotisch ich sei. Auch er wiederholte ständig, ich sollte mich ändern. Und auch ihm pflichtete ich bei. Dabei fühlte ich mich so machtlos und gefangen. Dann sagte mein Freund mir eines Tages: ‚Ändere dich nicht. Bleibe, wie du bist. Es ist wirklich nicht wichtig, ob du dich änderst oder nicht. Ich liebe dich so, wie du bist. So ist es nun einmal.‘ Diese Worte klangen wie Musik in meinen Ohren: ‚Ändere dich nicht, ändere dich nicht... ich liebe dich!‘ Ich entspannte mich, und ich wurde lebendig. Und Wunder über Wunder, ich änderte mich! Jetzt weiß ich, dass ich mich nicht wirklich ändern konnte, bis ich jemand fand, der mich liebte, ob ich mich nun änderte oder nicht.“

Diese Geschichte stammt von Anthony de Mello (Anthony de Mello, Was weiß der Frosch vom Ozean, Herder 2002, Seite 62). Und er fügt hinzu: Könnte es sein, dass Gott uns auf diese Weise liebt.

Nichts geht über persönliche Begegnungen

Gestern begann der Evangelische Kirchentag in Köln. Kirchentage sind Begegnungstage. Immer wenn ich am Kirchentag teilgenommen habe, dann bin ich mit neuem Schwung und neuen Impulsen zurückgekehrt. Ich habe es genossen, für eine Zeit lang aus meinem Alltag herauszugehen und mich mit anderen über meinen Glauben auszutauschen und Anregungen für mein Leben in und außerhalb der Kirche zu bekommen.

Solche Auszeiten tun mir gut, bis heute. Zu sehen und zu erleben, was andere Menschen aus ihrem Leben und aus ihrem Glauben machen, hat mich selber angespornt. Manches, zu dem ich vorher nicht den Mut hatte, ist daraus erwachsen. Lebendige kreative Gottesdienste, Themen, mit denen ich mich weiter beschäftigte, Menschen, die meine Mitstreiter geworden sind. Begegnung mit Menschen aus anderen Ländern und anderen Glaubensprägungen waren mir besonders wertvoll, z. B. hautnah etwas über die Situation der Kirchen in Lateinamerika zu erfahren oder palästinensischen Christen zu begegnen. Danach habe ich Berichte darüber mit anderen Augen gelesen, weil ich konkrete Menschen vor Augen hatte, deren Schicksal mir nicht mehr gleichgültig war. Persönliche Begegnungen sind unersetzbar. Etwas über Arbeitslosigkeit in der Zeitung zu lesen oder Menschen kennen zu lernen, die ihre Arbeit verloren haben, ist ein großer Unterschied.

In vielen Städten gibt es Treffpunkte für Psychisch kranke Menschen, für solche, die ihre Arbeit verloren haben, für Asylsuchende. Ich freue mich, wenn ich samstags beim Einkaufen auf dem Markt mit dem Zeitungsverkäufer von Trottwar ein kurzes Gespräch führen kann und ihm eine Zeitung abkaufe.

Menschliche Begegnungen sind durch nichts zu ersetzen. Um sie zu erleben, muss ich auch nicht unbedingt zu Großereignissen aufbrechen. Jesus war ein Mensch der Begegnung, er wandte sich den unterschiedlichsten Menschen zu, sprach mit ihnen, hörte zu, tröstete und heilte. Christliche Gemeinschaft vollzieht sich für mich dort, wo sich die Menschen aufhalten, wo sie leben, wo sie arbeiten und wo sie sich treffen.

Ich wünsche ihnen in diesen Tagen Offenheit für solche Begegnungen.

Verstehen

Manchmal können wir die Not der Menschen, die uns um Hilfe bitten, nicht einfach beseitigen. Der Tod eines Menschen kann nicht rückgängig gemacht werden, so sehnlich sich das auch jemand wünscht. Das Alter mit seinen Gebrechen kann ich nicht abwenden, auch wenn die moderne Medizin uns das manchmal vorgaukelt. Vor Krankheiten kann ich mich nicht absolut schützen, auch wenn ich mich bemühe, achtsam mit mir und meiner Gesundheit umzugehen.

Hilfe erfahren wir nicht unbedingt, indem Schicksalsschläge verhindert werden, sondern indem Menschen uns ihre heilsame Nähe spüren lassen.

Gibt es solche Menschen, bei denen Sie sich aufgehoben und verstanden fühlen?

Verstehen hat mit „stehen“, mit „Stehvermögen“, mit „Standfestigkeit“ zu tun. Indem ich einen Menschen verstehe, gebe ich ihm wieder einen festen Stand.

Verstehen hat für mich ganz verschiedene Aspekte:

Im Verstehen stellt sich jemand zu mir. Seine Nähe hilft mir, zu dem zu stehen, was mir gerade widerfährt. Seine Kraft gibt mir Mut, zu mir zu stehen. Ich erwarte nicht in erster Linie Ratschläge oder die Lösung meiner Probleme, sondern es tut gut, dass ich spüre, jemand hört mir zu, kann sich hineinversetzen in meine Lage, und nachfühlen, was ich brauche und was mir fehlt.

Ein anderer Aspekt des Verstehens ist: Jemand steht für mich ein. Einen Fürsprecher zu haben ist dann wichtig, wenn ich nicht selbst für mich sprechen kann. Ein Fürsprecher hat den Mut und die Kraft, stellvertretend für mich zu reden oder zu handeln. Er leiht mit vorübergehend seine Stimme, seine Kraft - das entlastet.

Verstehen kann auch einfach heißen: Jemand steht etwas mit mir durch, hilft mir aushalten, was ich alleine kaum aushalten kann. Im Krankenhaus höre ich oft den Satz: „Das kann ich kaum aushalten!“ Oder auch: „Ich kann mich nicht mehr aushalten!“ Man möchte einfach davonrennen, vor sich, vor der Krankheit, vor Menschen, mit denen man lebt.

Mir bleibt als Seelsorgerin oft nur das eine: da zu bleiben, auszuhalten und mein Gegenüber spüren zu lassen, dass Gott mit uns aushält. „Gott, du erforschst mich und kennst mich. Du verstehst meine Gedanken von Ferne. Von allen Seiten umgibst du mich und hältst deine Hand über mir. Wohin soll ich fliehen vor deinem Angesicht. Du bist doch da, deine rechte Hand hält mich.“

Geh aus, mein Herz

Eines der schönsten Sommerlieder, die ich kenne, ist das Lied „Geh aus mein Herz und suche Freud in dieser lieben Sommerzeit ... Schau an der schönen Gärten Zier und siehe wie sie mir und dir sich ausgeschmücket haben.“ Obwohl dieses Lied von Paul Gerhardt schon 350 Jahre alt ist, ist es noch genauso aktuell wie damals.

Geh aus, mein Herz!

Das ist eine Aufforderung an sich selber. „Bleib nicht bei dir, geh aus dir heraus. Lenke deinen Blick nicht nur auf dich, vor allem dann, wenn es in dir eher dunkel aussieht und schwer anfühlt.“

Aus sich heraus zu gehen, das fällt nicht immer leicht, gerade wenn es uns nicht gut geht und wir uns am liebsten verkriechen möchten, niemanden sehen, niemanden hören wollen. Gerade dann ruft dieses Lied uns zu: Geh heraus und schau, was es zu sehen gibt. Es lenkt den Blick in eine andere Richtung: zu den Gärten mit ihren bunten Blumen, dem satten Grün der Bäume und Sträucher.

In den weiteren Versen werden nicht nur die Blumen, sondern auch die Tiere des Waldes besungen: die Lerche, Taube, Nachtigall, der Storch, die Schwalbe, der Hirsch, das Reh. Für die Tier- und Pflanzenwelt, die hier angesprochen ist gilt, dass es keine Nutzpflanzen und Nutztiere sind. Man kann sie nicht irgendwie gewinnbringend verwerten. Nein, sie sind zur reinen Freude da, zum Anschauen, nicht um zu ernten. Man hat den Eindruck, die Pflanzen und Tiere geben mit ihrem Dasein täglich eine Extra-Vorstellung für uns Menschen, einfach so umsonst, ohne dass irgendjemand etwas dafür arbeiten oder bezahlen muss. Und sie freuen sich zudem selber an ihrem eigenen Dasein.

Wir brauchen im Leben Dinge, die ohne eine Zweckbestimmung sind. Ja, eigentlich wird unser Leben durch diese Dinge erst schön und lebenswert.

Stellen sie sich vor, es gäbe keine Blumen, keine Vögel, kein Gras, keine Ziersträucher, nur Nutzpflanzen und Verwertbares. Unsere Welt wäre um einiges trostloser. Gottes Natur schenkt uns Dinge, die aus sich heraus eine Bedeutung haben und die deshalb unserer Seele und unserem Herzen gut tun. Denn unser Leib braucht nicht nur Nahrung und Sauerstoff, sondern lebt auch von der Schönheit, von der Freude, die das Leben erst lebenswert machen. Viele schönen Dinge im Leben sind umsonst: die Farben, die Wärme der Sonne, das Zwitschern der Vögel, der Duft der Blumen. Und vieles mehr. Deshalb, mein Herz, geh aus dir heraus, lerne zu genießen!