

„Seid nicht wie die, die keine Hoffnung haben“

Wege aus der Angst

Ulrich Laepple, Pfarrer und Referent bei der AMD in Berlin

(Vortrag in Schwerin am 24. Sept. 2005 bei einer Tagung mit Mitarbeitenden des Erziehungsvereins Neukirchen und des Paul-Gerhard-Werks zum Tagungsthema „Hoffen wir das Beste“)

Liebe Freunde,

„Seid nicht wie die, die keine Hoffnung haben“ (1. Thess. 4:13) - da liegt die Versuchung nahe, diejenigen zu beschreiben, die keine Hoffnung haben, die Atheisten und die, die sagen: Lasset uns essen und trinken, denn morgen sind wir tot, oder die, die bei einer nicht kirchlichen Beerdigung kein Wort der Hoffnung und kein Lied auf den Lippen haben. Dabei ist es ja wirklich trostlos und deprimierend, unter einem verschlossenen Himmel zu leben. Aber Hoffnung, wenn wir davon sprechen, ist ja ein großes Geschenk, ein kostbares und in unseren Händen auch sehr zerbrechliches. Es besteht kein Anlass, dass wir hochmütig auf andere herabschauen. Es wäre eher zu fragen: wie können wir Hoffnung stiften, wo keine ist.

I. Begründete Hoffnung

Ich möchte darum einsetzen bei einem Text, bei dem wir etwas über die Hoffnung lernen können, von einem Mann, dem wir heute schon begegnet sind. D. Bonhoeffer. (Er ist gar nicht mein Haus- und Hoftheologe. Aber es so geworden – und ist mir im Rückblick sehr bedenkenswert, dass wir, wenn es um unser Thema „Zwischen Angst und Hoffnung“ geht, von einem Menschen in der Zelle lernen können.)

Er schreibt am 25.7.1944 in einem Brief aus der Haft nach der Lektüre eines Buches von Dostojewski, übrigens kurz nach dem Attentat auf Hitler, von dessen Misslingen Bonhoeffer zu diesem Zeitpunkt wusste:

*„Mich beschäftigt noch die Behauptung..., dass kein Mensch ohne Hoffnung leben könne, und dass Menschen, die wirklich alle Hoffnung verloren haben, oft wild und böse werden. Es bleibt dabei offen, ob hier Hoffnung = Illusion ist. Gewiss ist auch die Bedeutung der Illusion für das Leben nicht zu unterschätzen; aber für den Christen kann es sich doch wohl nur darum handeln, **begründete** Hoffnung zu haben. Und wenn schon die Illusion im Leben der Menschen eine so große Macht hat, dass sie das Leben in Gang hält, wie groß ist dann erst die Macht, die eine absolut begründete Hoffnung für das Leben hat und wie unbesiegbar ist so ein Leben. **„Christus, unsere Hoffnung“ – diese Formel des Paulus ist die Kraft unseres Lebens.**“*

(Widerstand und Ergebung, Neuausgabe 1970, S. 404f)

Bonhoeffer denkt hier nach über den Zusammenhang von Hoffnung und Leben, den Zusammenhang von Hoffnung und Menschlichkeit, den Dostojewski behauptet hatte. Dabei ist Hoffnung zunächst nur als Stimmung und Haltung gegenüber der Zukunft in den Blick gefasst, als Zuversicht im Gegensatz zu Verzweiflung, Hoffnung als Energie der Seele, die sie zum Leben braucht.

1. Aber Bonhoeffer will über diese psychologische Betrachtung hinaus. Er fragt nach der *begründeten* Hoffnung. Christliche Hoffnung muss doch einen Grund haben, sonst ist sie Illusion wie so vieles. Das ist unsere erste Beobachtung dieses reichen Zitats: die Frage nach dem Grund der Hoffnung.

2. Dann sagt Bonhoeffer: Hoffnung sei eine Lebensfrage, ja eine Frage nach der Kraft *im* Leben, dem jetzigen, nicht eine Frage nur nach dem jenseitigen Leben, dem Leben nach dem Tod.
3. Und dann nennt er in größter Verdichtung der Sprache den Namen der Hoffnung:
„‘Christus, unsere Hoffnung‘ – diese Formel des Paulus ist die Kraft unseres Lebens.“

Damit hat er eine Spur gelegt, auf der wir eine Menge Entdeckungen machen können. Hoffnung in Verbindung mit diesem Namen – das also macht den christlichen Glauben aus. Das Christentum ist eine Hoffnungsreligion wie die ganze Bibel ein Hoffnungsbuch ist. Und so hat man Christen in der Urchristenheit auch wahrgenommen, als Menschen, die Hoffnung haben.

„Seid bereit, Rechenschaft abzulegen vor jedem, der euch nach dem Grund und Recht eurer Hoffnung fragt.“ (1.P.3,15) Es hätte hier auch „Glauben“ stehen können: „... der nach dem Grund und Recht eures Glaubens fragt“. Aber es steht „Hoffnung“ da. Offenbar haben die ersten Christen deutlich empfunden, dass es gerade die „Hoffnung“ ist, die sie von anderen unterscheidet.

Und so kommt es auch zur Formulierung, die unser Thema ist (1. Thess. 4,13): „Seid nicht wie die anderen, die keine Hoffnung haben“.

Jürgen Moltmann, der Autor der „Theologie der Hoffnung“ schrieb:

„Christusglaube ist ganz und gar – und nicht nur in der Adventszeit – zuversichtliche Hoffnung, Ausrichtung nach vorn und ein Leben in der gespannten Erwartung des Kommenden. Zukunft ist nicht nur etwas Nebensächliches am Christentum, sondern das Element seines Glaubens, der Ton, auf den alle seine Lieder gestimmt sind, die Farben der Morgenröte, in der alle seine Bilder gemalt werden. „Die Nacht ist vorgerückt, der Tag ist nahe herbei gekommen“ (Röm 13,12): Das ist das christliche Zeitgefühl. Denn Glaube ist dann Christusglaube, wenn er Osterglaube ist. Glauben heißt dann, in der Gegenwart des auferstandenen Christus zu leben und sich nach dem kommenden Reich, „wie im Himmel so auf Erden“ auszustrecken. Mit dieser Erwartung machen wir die alltäglichen Erfahrungen des Lebens: Wir warten und eilen, wir hoffen und dulden, wir lieben und leiden, wir beten und wachen, denn wir wissen: Wir werden erwartet, an jedem neuen Morgen, an jedem neuen Tag, und wenn wir sterben, wissen wir, dass Jesus am anderen Ufer steht und uns zum Fest des ewigen Lebens erwartet.“

Wenn wir nach dem Grund dieser wunderbaren Hoffnung fragen, müssen wir dort ansetzen, wo sie entsteht, welche Sprache sie hat, wie sie gelebt wird, wie sie sich bewährt, ob man ihr trauen kann. Davon erfahren wir in der Bibel.

Darum heißt unser 2. Abschnitt:

II. Meine kleine Lebensgeschichte und die große Geschichte Gottes

Ich nehme das Ziel des folgenden Abschnitts vorweg: Hoffnung entsteht dadurch, dass ich meine kleine Menschengeschichte einzeichnen darf in die große Geschichte Gottes.

1. Der französische Philosoph Jean-Francois Lyotard sagt in seinem Werk „Das postmoderne Wissen“ u.a.: „Die Kraft der großen Erzählungen ist vergangen.“ Und er meint mit den „großen Erzählungen“ Religionen, Ideologien, die eine die ganze Gesellschaft verbindende Geschichte so erzählen, dass die Einzelnen in dieser

Gesellschaft an dieser Geschichte Anteil haben. Die alten Griechen und die Römer lebten vom Mythos der Geschichte der Götter. Das Christliche Abendland hat die Geschichte von der Schöpfung, von Adam und Eva, Abraham bis Jesus Christus erzählt bis zum Ende. In dieser Geschichte hat man als Einzelner 2000 Jahre lang seine kleine Geschichte verstanden.

2. Wir brauchen eine große Geschichte, um unsere kleinen Geschichte zu verstehen. Wenn die große Geschichte nicht mehr da ist, verstehen wir auch unsere kleine nicht mehr. Wir brauchen die große Geschichte, um unsere kleine darin zu bergen, sonst sind wir allein mit uns selber und fragen vergeblich nach dem Sinn.
Diese Geschichte muss erzählt werden.

Das kann ich jetzt natürlich nicht tun. Aber ich wenigsten andeuten, was ich meine:

Da tritt uns gleich am Anfang ein ganz großes Wort entgegen: Die Gottebenbildlichkeit. „Er schuf den Menschen ihm zum Bilde, zum Bilde Gottes schuf er ihn!“ Was für ein Adel, was für eine Partnerschaft, fast in Augenhöhe mit Gott, wird hier dem Menschen zugesprochen. Und wir spüren: Gott ist unser Gegenüber. Er will unser Gott sein und wir sollen seine Menschen sein.

Da ist die Geschichte vom Auszug aus Ägypten. Wir lernen Gott so kennen, dass es ihm zu Herzen geht, wenn er Unrecht und Menschenverachtung sieht. Er führt heraus. Er macht sich bekannt am Dornbusch mit dem verhüllenden und doch auf vorwärtsweisenden Wort: „Ich werde sein, der ich sein werde.“ Vertraut euch mir an. Und sie tun das, und tun das auch wieder nicht. Mit diesem Hin und Her machen sie erfahren – in der Wüste, in der Rebellion, im Verzagen. Was für Krisen und was für ein Ringen durch die Jahrhunderte, zwischen Vertrauen und Misstrauen, Katastrophen und Rettungen, die Gefangenschaft eines ganzen Volkes in Babylon und eine überraschende Rückkehr – und der Faden der Hoffnung reißt nicht. Profeten, die leidenschaftlich zur Umkehr rufen, die in aussichtslosester Lage einen Hoffnungshorizont aufreißen, stehen im Kampf um dieses Volk – der Hoffnungsfaden wird zum Zerreißen gedehnt, aber er reißt nicht.

Aus diesem Ringen ragen Sätze heraus, in denen man sich bis heute bergen kann: „Das geknickte Rohr wird er nicht zerbrechen und den glimmenden Docht nicht auslösch.“ (Jes. 42,3). Oder: „Ich habe mich eine Zeit lang vor dir verborgen, aber mit ewiger Gnade will ich mich deiner erbarmen.“

Und diese ganze Geschichte wird in den Gebeten widergespiegelt, Gebeten, die wir Psalmen nennen. 150 Psalmen in der Bibel sind das betende Echo dieser Geschichte. Da ist alles drin, Krankheit und Gesundheit, Katastrophe und Rettung, Ernte und Segen, Liebe und Arbeit, Krieg und Frieden, leidenschaftliches Lob und leidenschaftliche Aggression. – und in allem eine Hoffnung, zart, ungestüm oder gewiss, eine Hoffnung, an die wir uns anschließen dürfen. Worte gegen die Angst, über Jahrhunderte lange vor uns gebetet, aber auch *von* uns und von uns mit unseren Kindern:

„Der Herr ist mein Hirte,
mir wird nichts mangeln,
Er weidet mich auf einer grünen Aue
und führet mich zum frischen Wasser.
Er erquickt meine Seele.
Er führt mich auf rechter Straße
um seines Namens willen.
Und ob ich schon wanderte im finsternen Tal,
fürchte ich kein Unglück,

denn du bist bei mir....“

Worte, gebetet an Kinderbetten und an Sterbebetten.

Die Menschen der Bibel sind Zeugen einer großen Hoffnungskraft und verleihen ihr eine Sprache, die nicht vergeht:

Ps. 62,6: „Bei Gott allein kommt meine Seele zur Ruhe, denn von ihm kommt meine Hoffnung.“ Hoffnung als Ruhe!

Ps. 27,14: „Hoffe auf den Herrn, und sei stark! Hab festen Mut, und hoffe auf den Herrn!“ Hier Hoffnung als Aufbruch.

Oder so: „Durch Stillesein und Hoffen würdet ihr stark sein!“ Was für ein Satz, was für eine Perspektive. Wer würde diese Worte nebeneinander stellen: Stille, hoffen und stark sein?

Und dann entsteht im Alten Testament die Frage: Wenn Gott treu ist, wenn er so ist, dass er seine Treue gegenüber dem vergänglichen und so leicht sich verirrenden Menschen durchhält - muss diese Treue nicht auch über den Tod hinaus reichen?

Ja, auch diese Gewissheit bricht durch – zum Beispiel in dem Satz: „Ob mir gleich Leib und Seele verschmachtet, so bist du doch, Gott, allzeit meines Herzens Trost und mein Teil.“ (Ps.73) Und: „Er beseitigt den Tod für immer. Gott, der Herr, wischt die Tränen ab von jedem Gesicht.“ (Jes.25,8)

Die Erwartung war geboren. Durch Jesus Christus ist sie eingelöst worden am Ostermorgen. Gott setzt sich durch, gegen alle Todesmächte und Kräfte und Gewalten. Können wir verstehen, warum das NT so oft vom „Sieg“ spricht?

Das Echo auf dieses Ereignis haben wir im Neuen Testament in vielen Stimmen. Eine heißt: „Gelobt sei Gott, der Vater unseres Herrn Jesus Christus, der uns nach seiner großen Barmherzigkeit wiedergeboren hat zu einer lebendigen Hoffnung durch die Auferstehung Jesu Christi von den Toten.“ (1. P.1,3)

„Wiedergeboren“ – weil das Leben neu beginnen darf. Die Sicht aufs Leben hat sich total gewandelt. Der Himmel ist offen. Ein neuer Geist zieht in mein Leben ein und legt mir neue Worte und neue Lieder auf die Lippen.

Und dann ist da noch etwas: Die Zeile, die wir im Vater-Unser beten: Dein Reich komme. Das ist die Sehnsucht, dass diese ganze Erde in das helle Licht der heilenden Liebe Gottes getaucht wird und er abwischen wird alle Tränen und der Tod wird nicht mehr sein. Darauf richtet sich in der Urchristenheit der Ruf „Maranatha“ – unser Herr komm. Die Hoffnung bleibt nicht beim Einzelnen stehen. Sie geht aufs Ganze.

In dieser großen Geschichte darf meine kleine Menschengeschichte vorkommen. In dieser großen Hoffnungsgeschichte wird meine kleine Menschengeschichte hoffnungsvoll. Diese große Hoffnungsgeschichte wird auf den Punkt gebracht in dem Namen Jesus Christus. Jetzt verstehen wir, warum Bonhoeffer sagen konnte: „Christus, unsere Hoffnung – das ist die Kraft unseres Lebens!“

Aber wie geht das praktisch? Wie kann das gehen, dass ich mein Leben einzeichne in diese große Geschichte? Welche Auswege aus der Angst werden sichtbar?

Ich nenne vier Richtungen. Ich formuliere sie als Aufforderung, als Ermutigung zu einem Aufbruch, einem Aufbruch der Hoffnung im eigenen Leben.

III. Wege aus der Angst

1. „Nimm sein Bild in dein Herz.“

Ein Gemälde von Rembrandt. Als ich es zum ersten Mal sah, war ich erschüttert. Es ist die Szene, wo der Verlorene Sohn nach Hause kommt und der Vater ihn mit einer innigen Liebe an- und aufnimmt. Und ich höre dabei den Satz aus dem Römerbrief: „Ihr habt nicht den Geist der Knechtschaft empfangen, so dass ihr euch wieder fürchten müsst, sondern einen Geist der Sohnschaft, der Kindschaft, in dem wir rufen: Abba, lieber Vater.“

Sehen Sie die Hände: dieser Vater hat zwei unterschiedliche Hände: eine mütterliche Hand und eine väterliche, die er um den Sohn legt.

Was immer Sie für einen Vater hatten: Dieser Vater wirbt um uns und freut sich auf uns. Er gängelt nicht, er macht nicht klein, macht nicht zu Knechten und Mägden. Wir dürfen in Freiheit und aufrechtem Gang seine Söhne und Töchter sein. Wir dürfen uns freuen, dass wir zu ihm gehören. Sein Ohr gehört uns. „Abba, lieber Vater“.

Darum: „Nimm sein Bild in dein Herz.“ Das ist der Ausweg aus der Angst.

2. „Suche die Stille“.

Vor vielen Jahren kam ich das erste Mal ins Haus der Stille in Rengsdorf im Westerwald. Und ich spürte schon beim Betreten eine Sehnsucht nach Stille, nach Schönheit, nach Schutzraum, nach dem Atem für meine Seele. Nach einer Begegnung mit Gott, die nicht nur über den Kopf, über anstrengende Gedanken geht.

In der Stille lerne ich das Loslassen, kann mich befreien von fixen Ideen.

In der Stille des Morgens und im Gebet entscheidet sich mein Tag.

In der Stille des Gebets entfaltet sich Hoffnung für mich, für die anderen, für die Welt.

Die Entdeckung des Sonntags als Freiheit, ein Segen! Das langsame Einüben eines rhythmischen Lebensstils zwischen Ruhe und Arbeit, Gespräch und Stille, Konzentration und dann auch Zerstreung. Dynamik aus der Stille.

„In Stille und Hoffen werdet ihr stark sein“, heißt es bei Jesaja.

3. „Die zweite Meile gehen“

Was meine ich? Jesus sagt: „Wenn jemand dich nötigt, eine Meile zu gehen, gehe mit ihm zwei!“

Um uns sind Menschen, die brauchen uns. Sie stecken in der Angst, sie stecken in der Not. Sie brauchen ein Ohr, auch ein Wort. Vor allem ein Ohr. Und den Schutzraum des Vertrauens.

Ich könnte Namen nennen von Menschen, die mit mir nicht nur eine, sondern zwei Meilen gegangen sind. Deren Geduld ich strapaziert habe, strapazieren durfte.

Schenkt einander ein Ohr. Bittet um das Ohr des anderen, wenn Ihr spürt, dass Ihr es braucht. Gewiss, alles muss auch hier ein verträgliches Maß haben. Keiner soll am anderen wie eine Klette hängen. Aber schenkt einander das Maß, das Ihr habt, Eure zwei Meilen. Jemandem das zu schenken – auch das ist ein Mittel gegen Angst. Der Mensch braucht den Mitmenschen.

4. „Singen gegen die Angst“

Dafür, dass sich in bedrohlicher Situation ein Raum zum Singen öffnen kann und Menschen zum Singen befreit werden, gibt es in der Bibel nicht wenige Beispiele: Jona im

Bauch des Fisches, Jesus beim letzten Abendmahl oder Paulus und Silas im Gefängnis. Aber man kann auch an die Psalmen denken, einen Psalm etwa wie Ps. 13, der durch viele Fragen des Warum? und Wie lange? geht und dann endet: „Ich will dem Herrn singen, dass er so wohl an mir tut“ (V. 5).

Wir haben in unserem Gesangbuch einen Liederschatz, der seinesgleichen sucht. Allein die Lieder Paul Gerhardts haben einen Tiefgang des Trostes und Zuspruchs, mit dem viele Menschen schwierige Situation durchstanden haben. Und es berührt, wenn es in dem Lied zur Jahreswende, auf eine zögerlich voranschreitenden Melodie, in der 13. Strophe heißt: „Hilf gnädig allen Kranken, gib fröhliche Gedanken den hochbetäubten Seelen, die sich mit Schwermut quälen“ (EG 58,13).

„Wenn du Angst bekommst, sing und bet dagegen an“, war der Rat einer Mutter für ihr heranwachsendes Kind. Und ein Freund, gerade aus dem Krankenhaus nach schwerer Krankheit entlassen, erzählt, dass er sich für jeden Morgen einen Choral verordnet habe und ihn laut sang, wenn die Umstände es erlaubten.

Es ist gut, wenn wir ein Gesangbuch griffbereit in unserer Wohnung haben.

Vier kleine seelsorgerliche Hilfen wollte ich zum Schluss geben. Probieren Sie sie aus. Sie wollen ins Leben, in die Angst hinein genommen werden.