

Gott tröste euch und gebe euch Kraft zu jedem guten Werk und Wort

Wir sagen schon mal, wenn kleinere Kinder weinen, dass sie Krokodilstränen vergießen oder „untröstlich“ geweint haben. Ohne diesen Schmerz klein reden zu wollen, müssen wir feststellen, dass nach verhältnismäßig kurzer Zeit die Sonne wieder lacht und die Kinder auch. So „untröstlich“ war es dann doch nicht, auch wenn nicht sofort das Kind aufgehört hat zu weinen. Jedenfalls war es dann keine untröstliche Situation, wenn die Kinder von den Eltern in den Arm genommen werden und Geborgenheit erfahren.

Was oder wer tröstet uns in einer Traurigkeit?

Wenn es sich nur um eine sog. „Verstimmung“ handelt, dann kann schon ein schöner Spaziergang bei Sonnenschein darüber hinweg helfen.

Wenn es um Krankheiten oder Sorgen handelt, dann hilft manchmal ein wenig der Vergleich mit denen, welchen es noch viel schlimmer geht. Jedoch ist das ein sehr schwacher Trost.

Denn die Tatsache, dass es anderen noch schlechter geht, kann zwar vor übermäßigem Selbstmitleid schützen, verhindert aber nicht, dass es uns tatsächlich schlecht geht – und wir Trost suchen.

Was wir dann vor allem brauchen, sind Menschen, die uns in guter Weise nahe sind. Die mehr durch ihr Da-sein als durch ihre Worte uns vermitteln: mit diesem Dunkel, das Du jetzt erfährst, bist Du nicht allein.

Darin bleiben wir uns gleich: ob wir Kinder sind oder Erwachsene. Unsere Seele braucht dann den Trost durch Geborgenheit.

„Mit wem du gelacht hast, wirst du vielleicht vergessen, mit wem du geweint hast, nie.“ sagt ein arabisches Sprichwort. Im Weinen und dem gemeinsamen Teilen des Traurigen entsteht eine Verbundenheit, welche wirklich tröstlich ist.

Es gibt Situationen, die nicht nur privaten Kummer betreffen, nicht nur individuelles Leid ausdrücken. Umweltkatastrophen riesigen Ausmaßes und weltweite Ungerechtigkeiten übersteigen persönliches Leid.

Ein ganzes Volk, ja das Volk Gottes selbst kann Trost nötig haben.

Eine Tröstung für das ganze deutsche Volk war vor 30 Jahren der Abbruch der trennenden Mauer, an der zudem auf den geschossen wurde, der einfach die Freiheit wollte.

Es gibt ja – weiß Gott – Situationen, welche uns traurig machen *müssen*.

Es wäre schlimm, wenn wir z.B. von Kindern erfahren, welche im Elend sind – und das würde uns gar nicht berühren. Mitleid allein wäre dann jedoch zu wenig.

Händel zitiert in seinem *Messias* den Propheten Jesaja in einem zu Herzen gehenden Stück: „Tröstet, tröstet mein Volk, spricht euer Gott.“

Gott hat die tiefe Absicht, dass sein Volk Trost erfährt!

Vor allem, wenn ein Mensch gestorben ist, den wir gern haben, ja lieben, dann kann keine Vertröstung helfen; dann kann nur der ganz große Trost, der alles umfasst – Leben und Sterben – dann kann nur *er* helfen.

Dieser große Trost, das sind nicht irgendwelche Worte, auch nicht gute Worte aus der Bibel. Worte allein würden zu kurz greifen. Der große Trost ist der Tröster selbst, ist Gott selbst.

Nicht von ungefähr kommt es, dass in früheren Zeiten die Herz-Jesu-Frömmigkeit eine starke Trost-Bedeutung gehabt hat. Auch wenn wir über die Art der Darstellung nicht streiten brauchen – so ist doch der Kern: Gott hat ein Herz für uns Menschen und unser Leid. Und das wird sichtbar und spürbar im Menschsein Jesu, der unsere Angst und unser Leid geteilt hat. Wir dürfen zu ihm kommen mit dem, was uns bedrückt.

Und so schreibt der Apostel Paulus an die Gemeinde in Thessaloniki:
„Gott tröste euch und gebe euch Kraft zu jedem guten Werk und Wort.“

Traurigkeit kann uns lähmen und handlungsunfähig machen. Vielleicht verbindet Paulus deshalb den Wunsch nach Trost durch Gott mit der Bitte um *„Kraft zu jedem guten Werk und Wort“*.

Wenn wir nicht sozusagen ertrinken in der Traurigkeit, sondern etwas Gutes tun können und gute Worte für jemanden haben trotz des eigenen Kummers – dann ist das vielleicht ein wichtiges Element, um aus der Trauer und aus dem Kummer heraus zu finden.

„Gott tröste euch und gebe euch Kraft zu jedem guten Werk und Wort.“

Vielleicht ist der entscheidende Schritt, dass wir unsere Trauer und Angst überhaupt zur Sprache bringen können und sie nicht stumm herunter schlucken. Oft ist ja Alkoholismus die Form, in welcher Kummer buchstäblich herunter geschluckt wird. Oder Süßigkeiten sollen das Bittere im Leben erträglicher machen.

In einem Gebet, das ich gefunden habe, hat jemand seine Not vor Gott gebracht:

Lieber Gott,

du weißt, wie ich mich heute fühle: mutlos, traurig, ängstlich und niedergeschlagen.

Ich bin erschöpft und habe keine Kraft mehr.

Ich bin unruhig, denn ich weiß nicht genau, was auf mich wartet.

Ich habe nur Fragen: Wie werden meine Befunde sein?

Was werde ich mit meiner Krankheit werden?

Wie sieht meine Zukunft aus? ...

Herr, du weißt, was es bedeutet, mit einer solchen Krankheit zu leben! ...

Ich lege mein Leben, meine Zukunft, meine Familie, meine Pläne, meine Krankheit und alles was mich belastet und unruhig macht, in deine Hand, vertraue auf deine Barmherzigkeit.

Lieber Gott, ich bitte dich, sei bei mir und verlasse mich nie.

Hilf mir, dass ich zur Ruhe komme.

Strecke deine Hand aus und rette mich,

dass ich im Meer der Angst und Verzweiflung nicht versinke.

Herr, schenke mir die Kraft zu hoffen und zu vertrauen. ...

Ich weiß, dass du immer bei mir bist und mich nie allein lässt.

Herr, ich danke dir, dass ich für dich so wertvoll bin.

Ich danke dir für deine Nähe, für deinen Trost und, dass du mich verstehst. Amen.

Im Lied von Dietrich Bonhoeffer, das er in schwerster Not geschrieben hat, („Von guten Mächten“, Str. 1+2), wollen wir uns jetzt gemeinsam an Gott wenden, dass er uns *tröste und Kraft gebe zu jedem guten Werk und Wort*. Amen.