

Die Radiopredigten

Auf DRS 2 und DRS Musikwelle gehört, zur Ergänzung notiert. Es gilt das gesprochene Wort

Meinrad Schicker, freikirchlich

28. Oktober 2009

Tränen säen

Psalm 126,5-6

Liebe Hörerin, lieber Hörer

Ich sehe noch sein Gesicht vor mir, wie er mir nach dem Gottesdienst mit überraschend fester Stimme mitteilt, dass die Ärzte bei ihm Krebs festgestellt haben. Eine Operation sei nicht mehr möglich. Gemeinsam suchten wir dann Kraft und Hoffnung im segnenden Gebet. Schon wenige Monate später starb er. Zusammen mit seiner Frau hatte er gehofft, noch viele Jahre nach der endlich erreichten Pensionierung gemeinsam geniessen zu können – gemeinsam mit ihren Kindern und Enkelkindern.

Wenn ein lieber Mensch überraschend aus unserer Mitte gerissen wird, dann brechen Lebensträume in sich zusammen – und können uns orientierungslos im Nebel des Unverständlichen zurücklassen. Wenn plötzlich ein Unfall oder eine Krankheit in unser Leben einbricht und sich von einem Moment auf den anderen alles verändert, wenn der eine Ehepartner den anderen betrügt und eine Ehe zerbricht, dann kann sich der Boden unter uns öffnen und wir verlieren jeden Halt.

Wir leben mit all unseren Versicherungen, unserem immer noch sehr guten Sozialsystem und dem offensichtlichen Wohlstand im tiefsten doch in einer unsicheren Welt: Jeden Moment kann durch einen Verlust unser Leben auf den Kopf gestellt werden. Als Seelsorger begleite ich immer wieder Menschen in solchen Zeiten und ermutige sie, sich der Trauer und dem Schmerz, der Enttäuschung und manchmal auch der Frustration zu stellen. Ich sage nicht, wie sie ihre Trauer ausdrücken sollen. Ich ermutige sie aber, dass sie ihrer Trauer und ihrem Schmerz Ausdruck geben. Auch wenn der

Umgang des Einzelnen mit dem Schweren sehr unterschiedlich ist, so gibt uns die Bibel doch ein paar Hinweise, wie wir ganz persönlich und gemeinsam solche Verlusterfahrungen auf hilfreiche Art bewältigen können.

Ich lese aus Psalm 126, Verse 5 und 6: Die mit Tränen säen, werden mit Jubel ernten. Sie gehen hin unter Tränen und tragen den Samen zur Aussaat. Sie kommen wieder mit Jubel und bringen ihre Garben ein. Der Psalm 126 ist ein Lied, das eine gemeinsame traumatische Verlusterfahrung zum Hintergrund hat. 587 v. Christus wurde Jerusalem von feindlichen Armeen erobert, in Brand gesteckt, der Tempel als Zentrum des geistlichen Lebens der Juden zerstört - und grosse Teile der Bevölkerung in die Gefangenschaft verschleppt. Erst einige Jahrzehnte später wendet sich langsam das Geschick: Die Kinder und Enkel der Verschleppten dürfen wieder zurück nach Jerusalem, bauen langsam den Tempel und die Stadt wieder auf. «Als der Herr das Los der Gefangenschaft Zions wendete, da waren wir alle wie Träumende», heisst es in unserem Psalm. Und dann eben dieser hoffnungsvolle Zuspruch: Die mit Tränen säen, werden mit Jubel ernten. Sie gehen hin unter Tränen und tragen den Samen zur Aussaat. Sie kommen wieder mit Jubel und bringen ihre Garben ein.

In diesem Psalm kommt uns die Hoffnung und Überzeugung entgegen, dass unsere Trauer nicht das letzte Wort haben wird. Vielmehr sind unsere Tränen gewissermassen Samen für neues, blühendes Leben. Wer Tränen sät, wird Leben ernten!

In der Bibel finden wir immer wieder die Verheissung ausgesprochen, dass die Trauernden getröstet werden. Ich formuliere diesen Zuspruch noch etwas provozierender: Nur wer trauert, nur wer Trauer wirklich zulässt – kann und wird getröstet werden. Wer die Trauer abkürzt, überspielt oder ganz verdrängt, darf nicht überrascht sein, wenn er ungetröstet, vielleicht sogar verbittert und frustriert durchs Leben geht.

Ich wage zu behaupten, dass nur jemand Lebensglück und -freude erleben kann, wenn er auch die schmerzliche Seite des Lebens zulässt. Wer sich dem Schmerz und Leid nicht stellt, wer seine Ängste verdrängt und sich den Vorwurf an Gott verbietet – darf nicht überrascht sein, wenn auch die Dankbarkeit über das Licht am Ende des Tunnels und die Erleichterung über den wiedergefundenen inneren Frieden ihm fremd bleiben. Wer die Tränen unterdrückt, wird die Lebensfreude auch nicht feiern und teilen können.

Die Bibel will uns nicht zur Emotionslosigkeit anleiten. Das Ziel Gottes für uns Menschen ist auch nicht eine philosophisch begründete Wunschlosig-

keit, die uns gegen jede Enttäuschung und Trauer impft. Im Gegenteil: Wer keine Träume, Hoffnungen und Visionen hat, ist aus der Sicht der Bibel eigentlich schon tot, auch wenn er jeden Morgen aufsteht und am Abend ins Bett geht. Nein! Der von Gottes Geist erfüllte Menschen verdrängt seine Emotionen nicht: Er «gestaltet» seine Trauer mit Gott und Menschen; er gibt seinem Inneren eine äussere Gestalt! Das Schmerzliche wie auch das Schöne darf und soll gelebt werden!

Nicht jeder drückt seinen Schmerz gleich aus. Die kulturellen und individuellen Unterschiede sind riesig. So gibt es aus meiner Sicht keine allgemein verbindliche Anleitung, wie Verluste «abgearbeitet» werden können. Trotzdem können uns biblische Texte zur Orientierungshilfe für unseren persönlichen Umgang mit dem Leid werden.

Ich nehme zwei Szenen aus der Bibel. Da liegt das neugeborene Kind des berühmten Königs David und der Bathseba im Sterben. «David flehte Gott an, es am Leben zu lassen. Er rührte kein Essen an und legte sich nachts zum Schlafen auf den nackten Boden» (2. Samuel 12,16). Ganz in der Tradition der damaligen Zeit verzichtet er auf Essen, salbt sich nicht, legt Trauerkleider an – und gibt so seinem Schmerz, seiner Selbstanklage und Bitte um Heilung Ausdruck. Überhaupt fällt bei David auf, dass er immer wieder sein Innerstes zeigt. Wir können in der Bibel nachlesen, wie David traurig, betroffen oder auch wütend ist; gleichzeitig jubelt und tanzt er mit Leidenschaft vor Gott und feiert das Leben. David lebt; er lebt die Tiefen und Höhen!

Wie ehrlich die Bibel die Dramatik des Lebens schildert und nichts beschönigt, wird am nächsten Beispiel aus dem Familienleben von David deutlich. Tamar, eine Tochter Davids, macht eine ganz schwierige Erfahrung: Sie wird von ihrem eigenen Halbbruder brutal vergewaltigt. Den Schmerz über diese Erfahrung kann und will sie nicht in ihrem Inneren einsperren: «Tamar aber streute sich Asche auf das Haupt und zerriss das Ärmelkleid, das sie anhatte, sie legte ihre Hand auf den Kopf und ging schreiend weg» (2. Samuel 13,19).

Ihr eigener Bruder erkennt sofort, was passiert ist, sagt ihr aber nur: «Sprich nicht darüber, meine Schwester, er ist ja dein (Halb-)Bruder. Nimm dir die Sache nicht so zu Herzen!» Auch David, der natürlich erfährt, was passiert ist, unternimmt nichts. Tamar's Schmerz über diese Gewalttat, ihr Wunsch nach Gerechtigkeit und natürlich ihre Trauer über den Verlust ihrer körperlichen und seelischen Unversehrtheit werden von der engsten Umgebung nicht ernst genommen, sondern unter den Teppich gekehrt. «Sprich nicht

darüber!» «Nimm dir die Sache nicht so zu Herzen!» - Von Tamar heisst es dann nur noch: «Von da an lebte Tamar einsam im Haus ihres Bruders Absalom.»

Aber nicht nur das Leben von Tamar nimmt Schaden. Die unterdrückte Wut im Herzen des so kühl wirkenden Bruders wird zu Hass. Später kommt es zu Gewalt und Totschlag: Die ganze Familie Davids wird durch Brudermord und blutige Machtkämpfe erschüttert. Am Ende muss David vor seinem eigenen Sohn flüchten und um sein Leben bangen. Die Saat ungeweinter Tränen geht blutig auf.

Ungeweinte, aber auch ungeteilte Tränen führen nicht nur zu Bitterkeit und Einsamkeit; wenn Trauer und Wut nicht Raum erhalten, können sie zu zerstörerischem Hass werden und einzelne Leben, ja ganze Sippen ins Verderben stürzen. Es ist eine interessante Beobachtung, dass die Bibel voller Lieder und Gebete ist, in denen Menschen ihre Trauer, ihre Anklage und ihr Unverständnis über das Leid und die Ungerechtigkeit in dieser Welt mit Gott besprechen. Vor Gott kann geschrien und geklagt, aber auch angeklagt werden. Vor Gott soll und darf die innerste Not ausgebreitet werden. So wird verhindert, dass aus Trauer Bitterkeit wird; so kann sich Wut nicht in zerstörerischen Hass verwandeln.

Wer nur nach innen schreit, kann gewissermassen innerlich taub werden, so dass die Stimme Gottes und die Anteilnahme der Menschen nicht mehr sein Herz erreichen können. Wo wir der Trauer keine konstruktive Gestalt geben, wird sie uns zum Gespenst und raubt uns so den Schlaf - und oft auch das Leben!

Einen wichtigen Aspekt will ich hier noch betonen: Trauer, Klage und Anklage gehören in die Gemeinschaft. Wir sollen nicht alleine trauern; das Beispiel von Tamar zeigt, was geschieht, wenn Trauer nicht geteilt wird. Die Bibel ist voller Aufforderungen, mit der Trauer zu Gott zu kommen und sie mit Menschen zu teilen: Freud und Leid gehören in die Gemeinschaft mit Gott und Menschen.

Aber eigentlich will ich heute nicht Mut zum Trauern machen, sondern aufrufen, einfach das ganze Leben zu wagen. Wir stellen uns der Trauer und dem Schmerz, weil Verluste zum Leben gehören; aber ebenso wollen wir die Freunde und den Jubel feiern, wenn Leben gelingt! So wie wir einander in der Trauer nicht alleine lassen, so soll dann auch der Jubel gemeinsam gefeiert werden. Die Höhen und Tiefen des Lebens gehören in die Gemeinschaft – mit Gott und Menschen.

Die mit Tränen säen, werden mit Jubel ernten. Sie gehen hin unter Tränen und tragen den Samen zur Aussaat. Sie kommen wieder mit Jubel und bringen ihre Garben ein.

Ich wage zu behaupten, dass Tränen gewissermassen wie ein Same sind, der in die dunkle Erde gesät wird. Wie lange es dauert, bis der Same sich aus der Dunkelheit ans Licht hinaufarbeitet, kann niemand sagen. Aber der Same ist dazu bestimmt, neues Leben zu ermöglichen. So steht auch unsere Trauer im Dienst des Lebens. So ist jede Träne schon gewissermassen ein Same zukünftiger Freude. So wie am Ende jeder Nacht die Sonne aufgeht, so wird auch jede Trauer mal enden.

Ja, die Erinnerungen an schlimme und schmerzliche Verlusterfahrungen können immer noch schmerzen. Aber die Trauer wird nicht das letzte Wort haben. Manchmal brauchen wir mit uns selbst und mit anderen etwas Geduld. Aber am Ende werden das Leben über den Tod, die Lebensfreude über die Trauer und der Friede über die Bitterkeit siegen. Vorausgesetzt, wir stellen uns persönlich der Trauer und dem Schmerz – und geben der Klage vor Gott und Menschen Ausdruck. Es ist eine der ganz tiefen biblischen Überzeugungen, dass der Mensch mit seiner Trauer, Anklage und allfälligen Selbstanklage nicht alleingelassen werden soll: Gott will uns gerade auch in diesen Zeit nahe sein, und wir Menschen sollen einander auch in den dunklen Tagen zur Seite stehen.

Wagen wir das Leben – das ganze Leben mit all seinen Tiefen und Höhen!
So wünsche ich uns allen einen schönen Sonntag!

*Meinrad Schicker
Begegnungszentrum Grabengut, 3600 Thun
meinrad.schicker@radiopredigt.ch*

Auf DRS 2 und auf DRS Musikwelle um 9.30 Uhr (kath.) und um 9.45 Uhr (ref.)