

## **Das „Trotzdem“ leben**

Gelingt es, zu genießen und mit Bedrohungen zu leben?

Es ist schon absurd: Wir machen Urlaub und schalten die Nachrichten ab. Wir versuchen zu entspannen, aber der Krieg im Osten geht weiter. Wir erleben im Bekanntenkreis die Coronakrankheit und gehen unsrer Arbeit nach. Bedrohlich ist der Wassermangel für Mensch, Tier und Pflanzen. Feuer in den Wäldern. Vielleicht Überschwemmungen. Unterschwellig kommen Ängste aus. Was erwartet uns im Herbst und Winter? Wird es noch Gas zum Heizen geben? Werden die Energiekosten bezahlbar sein? Erwarten wir wieder eine Welle der Pandemie? Wieder Beschränkungen? Wieder die Diskussion ums Impfen? Permanent werden wir von bedrohlichen Nachrichten zugedeckt. Mehr oder weniger verdrängen wir die Ängste. Und doch sind sie da. Die Seele leidet. Und dann haben wir es auch satt, immer wieder das alles zu diskutieren. Die Gesellschaft ist müde geworden unter der Last der Bedrohungen.

Wie soll ich da aus diesen Bedrückungen herauskommen? Abschalten geht nicht ganz. Alles ignorieren, macht auch blind. Schuldige suchen, lenkt nur von der eigenen Belastung ab. Voll noch einmal „Gas“ geben und feiern, was das Zeug hält, klingt nach Verzweiflung. Vielleicht ist es auch ein Moment der Befreiung? Wir stecken fest. Fest im Gefängnis unsrer Zeit.

Es gehört schon eine große Portion Zuversicht dazu, gelassen nach vorn zu blicken. Es geht darum, die Situation auszuhalten. Ich habe die Erfahrung gemacht, dass ich das Problem, was ich aus eigenen Kräften nicht lösen kann, Gott hinhalten kann. Gott, zeige mir die Lösung! Das ist noch nicht die Auflösung. Es ist nur eine Entlastung. Und die tut gut. Manchmal hat es lange gedauert, bis Gott die Wege zeigte, die begehbar sind. Aber sie kommen. So viel Zuversicht darf sein. Gottvertrauen starrt nicht auf die Lasten. Da wird man Gott nur anklagen. Im Gottvertrauen weiß ich mich geborgen, auch wenn ich durch dunkle Täler gehen muss. Der Psalm 23 sagt: „Und ob ich schon wanderte im finstern Tal, fürchte ich kein Unglück; denn du bist bei mir, dein Stecken und Stab trösten mich.“ Bis zur Lösung der festgefahrenen Situationen geht darum, das Notwendige zu tun (soweit es möglich ist, die Not wenden) und Gott um Hilfe zu bitten. Aushalten, also Halt suchen. Am besten in der Familie oder bei Freunden. Und dann lass ich die Zuversicht einziehen. Sie tut der Seele gut. Ich schaue nicht auf das Bedrohliche, sonst wächst es.

Ich wende mich dem Angenehmen zu, setze aber nicht die rosarote Brille auf. Ich brauche Bodenhaftung in der Realität. Und dann wieder den Ausgleich der Entspannung. Warum werden jetzt viele aggressiv? Beschimpfungen helfen nicht weiter. Aber sich so sehr bedrücken lassen, dass Depressionen entstehen, kann auch nicht der Ausweg sein. Es ist wie das Wandern im Gebirge (des Lebens): Ich gehe den Weg trotzdem weiter. Nicht trotzig. Das finstere Tal wird bald hinter mir liegen. Ich teile meine Kräfte ein. Sonst verausgabe ich mich. Ich werde ankommen, dort, wo die Sonne scheint. Gottvertrauen trägt dich und mich weiter.

Christoph Kästner, Ev. Pfarrer in Großpostwitz