

Das bin doch nicht ich, denke ich. So kenne ich mich nicht, so mag ich mich nicht. „Nein“, sagt da meine Freundin, und sie ist eine, die sich gut auskennt, „du hast kein Burnout. So wie ich es sehe, ist es Winterruhe!“

*Überwintern. Wenn das Leben inne hält* – sie erzählt von einem Buch, das sie erst neulich gelesen hat.

Im Unterschied zu einem Gefühl des Ausgebranntseins ist Winterruhe eher mit einem Pausieren, einem Schlummern zu vergleichen. Körper und Geist fahren herunter, ruhen aus, zehren von den gesammelten Vorräten und leben auf Sparflamme. Um dann, irgendwann, kraftvoll wieder zu erwachen – weil Frühling wird.

Ich denke über das neue Wort ‚Winterruhe‘ nach. Irgendwie ist es mir sympathisch. Irgendwie fühlt es sich richtig an. Doch was tun bei Winterruhe? Schließlich kann keiner den Frühling erzwingen, der kommt schon von selbst. Also bleibt mir wohl nichts anderes übrig als zu warten? Priml, das kann ich ja so gut...

Gut, dass ich eine geistliche Begleitung habe, die mit mir auf dem Weg ist. Gemeinsam mit ihr darf ich Aushalten, Abwarten neu lernen. „Darf das sein?“, fragt sie mich immer wieder. „Darf das sein, dass das so ist, dass es sich gerade leer anfühlt, dass kein Feuerwerk an Ideen da ist, dass nichts sprudelt. Darf das sein?“ Hm, weiß ich selbst nicht so genau, jedenfalls scheint es, als hätte ich keine andere Wahl.

Dann begegne ich also der Winterruhe in mir. Auch Geburtswehen bin ich schon einmal begegnet – da hatte ich auch keine Wahl außer erleiden, ertragen oder sie zu begrüßen, in der Annahme, dass sie auch ihr Gutes haben (was sie schließlich auch hatten).

Wenige Wochen vor Ostern ist es so weit. Ich spüre, wie ich wieder lebendig werde. Es ist wieder Kraft und Freude da, Lust auf draußen sein und arbeiten, Geduld und Kraft für Familie. Ich kann wieder Entscheidungen treffen und mich mit mir wohl fühlen. Ich fühle mich neu lebendig. Viele Monate hat das Überwintern gedauert. Das Aushalten und Hoffen auf inneren Frühling war nicht einfach und doch ist Frühling geworden! Es ist ein besonders Ostergeschenk in diesem Jahr und lässt mich Auferstehung oder diesmal besser gesagt Auferweckung noch einmal neu erfahren.

Ein Blick zurück: Den Karsamstag, den Tag zwischen Karfreitag und Ostersonntag, den Tag zwischen dem Sterben und der Auferstehung Jesu, stelle ich mir immer am schlimmsten vor für die, die damals mit Jesus unterwegs waren. Die Verhaftung und Hinrichtung am Kreuz ließ viele sicher in eine Art Schockstarre verfallen, doch folgte darauf vermutlich ein Gefühl von Nichts, von Dunkelheit, Hoffnungs- und Orientierungslosigkeit. Was nun? Wie das aushalten, wofür leben, wie nun weitermachen? Ein Tag völlig im Dazwischen – aber ohne es zu wissen! Denn, dass Ostern wurde, wusste ja keiner und wagte vermutlich auch niemand zu denken oder zu hoffen. Karfreitag und Karsamstag sind erst im Rückblick und im Vertrauen auf Ostern auszuhalten und zu durchleben.

Ihnen allen wünsche ich heute und immer wieder eine hoffnungsvolle und österliche innere Lebendigkeit!

Steffi Hoffmann

Schulseelsorge an der Bischöflichen Maria-Montessori-Grundschule in Bautzen