

09.12.2013 um 06:30 Uhr

hr2 ZUSPRUCH



Ein Beitrag von

Michael Tönges-Braungart,

Evangelischer Pfarrer, Bad Homburg

"Kopf hoch!"

„Kopf hoch!“ sagen wir manchmal, wenn wir jemand aufmuntern wollen, der den Kopf hängen lässt. „Kopf hoch, es wird schon wieder!“ Tröstende Worte sollen das sein. Und doch wirken sie oft eher hilflos. Was soll man schon sagen, wenn man einen Freund oder eine Freundin vor sich hat, die nicht mehr weiter wissen; die ganz tief traurig sind; die sich nur noch schwach fühlen und denen einfach alles zu viel ist.

„Kopf hoch!“ Wenn mir das jemand sagt, kann ich das gut hören, wenn es mir nicht wirklich schlecht geht, sondern wenn ich nur so einen „Durchhänger“ habe; wenn ich vielleicht sogar ein wenig dabei bin, mich selber zu bemitleiden. „Nun mach deine Sorgen mal nicht größer, als sie sind. Und mach dich selbst nicht kleiner, als du bist!“

Aber wenn's mir wirklich schlecht geht, wenn ich am Ende bin mit meinen Kräften, wenn ich den Kopf wirklich nicht mehr hoch bekomme, dann hilft das überhaupt nicht. „Seht auf und erhebet eure Häupter, weil sich eure Erlösung naht.“ (Lukas 21.18) Diese Worte von Jesus gehören in die Woche vor dem dritten Advent. Er sagt auch „Kopf hoch!“. Aber nicht: „Du schaffst das schon“, sondern: „Schau, was dir entgegenkommt!“ Oder besser: „Schau, wer dir entgegenkommt.“

Das ist ja der Kern der Adventsbotschaft. Gott kommt uns entgegen! Er kommt uns liebevoll entgegen. Er will bei uns sein. Wir sind nicht allein. Das hat Jesus ein für allemal gezeigt. Und das ist eine Erlösung. Eine Erlösung aus dem Zwang, mit allem selber und allein fertig zu werden und alles in den Griff zu bekommen. Eine Erlösung von der Vorstellung, es immer allen recht machen zu müssen, um mit meinem Leben bestehen zu können – vor mir selber, vor den anderen, vor Gott.

Kopf hoch! Hebt den Blick; schaut auf Gott, der euch entgegenkommt und euch befreit! Entdeckt ihn an eurer Seite, in eurer Mitte! Er ist neben dem, der sich mitten im Leben fühlt und so richtig obenauf ist. Bei der, die den Adventsrummel dieser Wochen genießt und den Trubel auf den Weihnachtsmärkten sucht. Bei denen, die geborgen sind bei Freunden oder in der Familie.

Er ist auch neben denen, die diesen Trubel fürchten; denen in diesem Lichterglanz umso mehr bewusst wird, wie düster es in ihnen aussieht. Bei den Menschen, die sich wünschen, dass diese Zeit mit ihrer Gefühlsseligkeit doch schnell vorübergeht. „Kopf hoch!“ Das bekommt einen ganz anderen Klang, wenn es kein Appell ist, mich zusammenzureißen. Sondern wenn es mich an Gottes Versprechen erinnert, bei mir zu sein.

Es ist gut, sich immer wieder daran zu erinnern. Und auch, dass jemandem zu sagen. Noch besser als mit Worten geht das oft das mit einem Händedruck oder einer Umarmung; mit Zeit zum Zuhören und Schweigen; mit kleinen, ganz alltäglichen Gesten und Taten; mit behutsamen Worten und mit dem Gebet füreinander.