

## **Ganz bei Trost**

Die Gnade unseres Herrn Jesus Christus und die Liebe Gottes und die Gemeinschaft des Heiligen Geistes sei mit euch allen! Amen.

Liebe Gemeinde! Liebe Hörerinnen und Hörer!

Dreißig Jahre Krieg. Vom elften bis zum einundvierzigsten Lebensjahr. Mit vierzehn Vollwaise. Später: Vier seiner Kinder muss er zu Grabe tragen. Nur ein Sohn überlebt.

Ein Leben im Ausnahmezustand, gezeichnet von Krieg, Krankheit und Tod. Und dieser Mensch stellt sich hin und singt ein Sommerlied: »Geh aus, mein Herz, und suche Freud in dieser lieben Sommerzeit!« Ist der noch ganz bei Trost? Nicht ganz. Aber er sucht Trost.

Der Mann heißt Paul Gerhardt. Er lebte im 17. Jahrhundert und hat wenig gute und viel böse Zeit erlebt. Und doch hat er diesen großen Sommergesang gedichtet: »Geh aus, mein Herz, und suche Freud!«

Wahrscheinlich ist es so: Gerade die Menschen, die durch die tiefsten Täler gegangen sind und in die dunkelsten Abgründe geblickt haben, wissen, was tröstet und neuen Halt im Leben gibt.

Sie können besonders viel weitergeben von ihren Gedanken und Gefühlen. Von ihrer Erfahrung, wie sie Trost gefunden haben, obwohl alles trostlos war.

»Geh aus, mein Herz!«, dichtet Paul Gerhardt. Es ist wie ein Gespräch mit sich selbst. Er sagt zu seinem Herzen: Bleib nicht länger auf dir sitzen! Sonst erstickst du in der Enge von Trauer und Angst.

Geh raus! Suche Freude! So eine Aufmunterung haben die Jünger Jesu an Pfingsten gebraucht. Sie sitzen fest. Sie trauen sich nicht mehr raus aus ihrem Haus. Jesus Christus, der Gekreuzigte war auferstanden. Mit ihm erlebten die Jünger Gott ganz nahe. Aber nun war er in den Himmel aufgefahren. Schon wieder Abschied.

Die Jünger sind erneut auf sich selbst geworfen. Alles, was das Leben leuchten lässt, ist weit weg. Trostlos. Geh aus, mein Herz, und suche Freud! Das ist leichter gesagt als getan. Wenn man am liebsten im Keller verschwinden und nicht hochkommen will, wenn einem das Herz bleischwer ist und die Gedanken finster, woher soll da die Kraft kommen, um Freude zu suchen?

Und trotzdem: »Geh aus, mein Herz, und suche Freud in dieser lieben Sommerzeit!« Paul Gerhardt schickt sein Herz in die Weite. Allein bei sich selbst findet er keinen Trost. Man kann sich nicht selbst trösten. Sich die Tränen abwischen, das geht noch. Aber sich in den Arm nehmen? Eher nicht.

Also schaut Paul Gerhardt dorthin, wo er Trost und neue Freude finden kann: auf die Gärten, die jetzt blühen, auf Bäume, Narzissen und Tulpen.

Paul Gerhardt erzählt in seinem Sommerlied davon, was auch die Jünger von Jesus an Pfingsten erlebt haben: Der Trost findet dich. Gottes Geist des Lebens kommt wie vom Himmel herab. Und auf einmal, wo alles grau und tot erschien, kannst du die Welt mit neuen Augen sehen: in all ihren Farben, in all ihrer Schönheit.

Singen wir das Lied »Geh aus, mein Herz, und suche Freud!«. Es steht im Gesangbuch unter der Nummer 503. Wir singen die erste, die zweite und die achte Strophe.

»Geh aus, mein Herz, und suche Freud!« Das Lied richtet den Blick auf die blühenden Blumen im Garten, auf das satte Grün der Wiesen und Bäume, auf das Vogelgezwitscher und die vielfältige große und kleine Tierwelt.

Es ist pure Freude an der Natur. Und es ist noch mehr. Die Naturbetrachtungen des Liedes wirken eigentlich gar nicht fromm. Und doch verbirgt sich hinter jeder Strophe eine Beschreibung, wie Gottes heiliger Geist in der Welt wirkt. Der Sommer ist nicht nur Sommer, sondern reich an Gottes Gaben. Die Gärten blühen nicht einfach nur vor sich hin. Sie haben sich für dich und mich so ausgeschmückt.

Das Lied ist wie eine Einladung: Schaut her! Da ringsum uns herum in der Natur – so ist unser Gott! Und das tut er alles für uns, für dich und mich. Sein Heiliger Geist weckt uns alle Sinne, damit wir sehen können: Überall in der Welt begegnet uns Gott. In seiner Schöpfung findet alles seinen Platz. Auch du und ich. Die Natur wird zum Sinnbild für das Leben, das Gott uns schenkt. Zu diesem Leben gehören das Werden und Vergehen, das Jubilieren, aber auch das Nachlassen der Kräfte und das Abschiednehmen. Dazu gehört der Tod, aber seit Jesus Christus auch: Wir werden auferstehen zu neuem Leben.

Eine Frau in der Mitte ihres Lebens ist an Krebs erkrankt. Sie wurde operiert, bestrahlt und hat Chemotherapie überstanden. Nun ist sie wieder zuhause und tastet sich zurück ins Leben. Sie ist noch schwach, schafft es gerade mal raus auf den Balkon.

Ihr Blick fällt auf eine Pflanze im Blumentopf. Die Pflanze hatte es bei ihr schwer. In der Zeit der Krankheit hatte sie keinen Sinn dafür, sich um sie zu kümmern. Und trotzdem: Die Pflanze trägt Blüten. »Sie blüht«, denkt die Frau. »Und ich werde auch leben.«

Die Pflanze blüht – trotzdem. Trost und Trotz gehören zusammen. Trost trotzt dem, was das Leben niederhält. Ein Trost, der über den Schmerz hinweggeht, ist keiner. »Das wird schon wieder!« oder »In der Krise liegt die Chance« – solche Durchhalte-Parolen helfen wenig.

Manches wird nicht wieder. In der Krise liegt nicht nur die Chance, sondern auch die Gefahr zu scheitern.

Jesus Christus hat seinen Jüngern versprochen: Gott sendet euch den Heiligen Geist, den Tröster. Der wird euch an meine Worte erinnern: »Meinen Frieden gebe ich euch. Nicht gebe ich euch, wie die Welt gibt.«

Der Tröster-Geist ist einer, der sich nicht mit dieser Welt abfindet. Trost im Geist von Jesus Christus hilft, die Kreuze zu tragen, die uns auferlegt sind. Trost im Geist von Jesus Christus spricht in uns: Trotzdem! Trotzdem kannst du festhalten an der Hoffnung, dass du leben und blühen darfst.

Singen wir von dem Lied »Geh aus, mein Herz« die Strophen 13 und 14, im Gesangbuch unter der Nummer 503.

»Verleihe, dass zu deinem Ruhm ich deines Gartens schöne Blum und Pflanze möge bleiben«, heißt es in der Liedstrophe, die wir gerade gesungen haben. Manche Mutter sagte – zumindest früher – zu ihrem Kind: »Du bist mir vielleicht eine Pflanze!«

Was für eine Pflanze in Gottes Garten sind wir? Wenn ich mich so umschaue und mir die Menschen in meinem Leben vor mein geistiges Auge führe, dann habe ich den Eindruck: Der Geist unseres Gottes ist einfallsreich!

Sicher: Jede und jeder von uns hat auch anstrengende Seiten. Aber vor allem sind wir alle höchstindividuell gesegnet mit Gottes Gaben. Auch mit der Gabe des Heiligen Geistes, einander beizustehen und zu trösten. Trösten – wie macht man das?

»Mach in mir deinem Geiste Raum«, haben wir gesungen. Trösten beginnt damit, dass ich Raum lasse. Raum für den anderen, der Trost braucht. Der beste Trost ist: Einer ist für mich da, schenkt mir seine Zeit und Aufmerksamkeit.

Heißt für mich, wenn ich tröste: Ich höre jemandem zu, ohne ihm meine Geschichten überzustülpen, ohne ihm Ratschläge zu geben. Zuhören ist die wichtigste Gabe des Tröstens.

Ich nehme Anteil und gebe dem anderen Raum in meinem Herzen. Dafür braucht es manchmal nicht viel: der Satz »Ich koch uns erst mal Kaffee«. Die kurze Nachricht: »Ich denke an dich« oder »ich bete für dich«.

Manchmal braucht es gar keine Worte: Die Hand, die die Hand des anderen hält oder behutsam auf seinem Arm liegt. Eine Umarmung, so wie Vater und Mutter ihr Kind trösten.

Das lässt spüren: Der andere ist bei mir. Wir gehören zu einer Trost-Gemeinschaft. So ist Kirche, wenn der Heilige Geist in ihr wirkt: eine Gemeinschaft von Menschen, die Anteil nehmen, die mit den Lachenden lachen und mit den Weinenden weinen.

Vielleicht gibt es Lösungen für das Problem, die wir gemeinsam finden können. Auf manchen schweren Schicksalsschlag gibt es keine Antwort. Auch dann kann ein anderer Mensch für mich da sein. Mir beistehen, dass ich mein Leid tragen und trotzdem leben kann.

»Mach in mir deinem Geiste Raum«, heißt es im Lied. Es hängt nicht allein von uns ab. Wir können dem Geist Gottes in uns Raum lassen. Wir dürfen auf seine himmlischen Einfälle hoffen. Trost übersteigt beide:

den, der tröstet, und den, der Trost braucht.

Trost stellt sich ein. Er fließt vom Himmel, so wie der Heilige Geist an Pfingsten die Jünger von Jesus erfasst und begeistert hat. Wir können uns offen halten für Gottes Geist in unserem Leben.

So hat Jesus Christus es versprochen: »Der Tröster, der Heilige Geist, den mein Vater senden wird in meinem Namen, der wird euch alles lehren und euch an alles erinnern, was ich euch gesagt habe. Den Frieden lasse ich euch, meinen Frieden gebe ich euch. Nicht gebe ich euch, wie die Welt gibt. Euer Herz erschrecke nicht und fürchte sich nicht.« So soll es sein. Amen.

Und der Friede Gottes, der höher ist als alle Vernunft, bewahre unsre Herzen und Sinne in Christus Jesus. Amen.