

Adventsimpuls 2. Dezember 2020

„Kopf hoch!“

„Seht auf und erhebt eure Häupter!“ - Vielleicht kennen Sie das? Es geht Ihnen nicht gut. Sie haben Sorgen. Oder sind traurig. Die Stimmung ist schlecht. Sie sind resigniert, einfach am Boden. Und dann kommt da jemand, klopft Ihnen wohlmeinend auf die Schulter und sagt: „Kopf hoch! Das wird schon wieder!“ Mich macht so etwas wütend. Ich habe da das Gefühl, nicht ernst genommen zu werden. Das ist kein Trost, das ist Vertröstung, die mir nicht hilft. Ich weiß, das ist gut gemeint. Oft wird das auch aus einer gewissen Hilflosigkeit heraus gesagt. Weil man nicht so recht weiß, wie man mit dem anderen umgehen soll. Manchmal will man sich auch einfach nicht mit dem anderen und seinen Problemen beschäftigen. Das nimmt mit. Das kostet Zeit. Das zieht einen vielleicht auch selbst runter.

„Seht auf und erhebt eure Häupter!“ Der Aufruf ist im Lukasevangelium an Menschen gerichtet, die in durchaus schwierigen Zeiten lebten. In einem Land, das von einer fremden Macht besetzt war. Wo Rom die Welt regierte und seiner Ordnung unterwarf, den Menschen Tribute abforderte, seine Soldaten patrollieren ließ. Es gab viel Armut und Ungerechtigkeit. „Kopf hoch!“ Wie haben sie diesen Aufruf wohl gehört?

Wir haben jetzt auch schwierige Zeiten. Davon sind wir in unterschiedlicher Weise betroffen. Es gibt diejenigen, die gut abgesichert sind und einigermaßen unbeschadet hindurch kommen dürften. Es gibt die, die eine gute gesundheitliche Konstitution haben und zumindest größere Chancen haben, auch gesund zu bleiben, wenn sie sich an die gebotenen Maßnahmen halten. Es gibt diejenigen, die sich in den Beschränkungen zu helfen wissen – etwa über die Fähigkeit verfügen, auf digitale Medien auszuweichen und sie zu nutzen, um miteinander in Verbindung zu bleiben oder auch den Anschluss zu behalten – zum Beispiel in der Schule. Es gibt diejenigen, die jetzt eine ruhigere Zeit haben und denen es vielleicht auch gut tut, ein Stück runterschalten zu können – gerade auch dieser Zeit, die sonst doch recht hektisch verläuft. - Aber es gibt auch andere. Und die möchte ich heute Abend mal in den Blick nehmen und an sie denken. Da sind diejenigen, die um ihre Existenz fürchten, weil ihre Geschäfte und Betriebe geschlossen bleiben müssen. Da sind diejenigen, die jemanden im Familien- oder Freundeskreis haben, der an Corona erkrankt ist – oder auch an einer anderen Krankheit leidet. Da sind diejenigen, die Vorerkrankungen haben, zu den sogenannten Risikogruppen

gehören. Da sind diejenigen, die wenig Kontakte haben und die jetzt darunter leiden, dass sie Gruppen, zu denen sie gehören, nicht besuchen können, wo sie vielleicht einmal in der Woche mit anderen zusammen kommen. Da sind diejenigen, die mit dem Digitalen nicht zurecht kommen oder auch nicht über die Mittel verfügen, sich entsprechend auszurüsten und dann an so manchen Stellen, zum Beispiel bei der Bildung, das Nachsehen haben. Da sind diejenigen, denen die Stille und jetzt auch die Dunkelheit schwer zu schaffen macht, die mit Depressionen und Ängsten zu kämpfen haben. „Kopf hoch?“ Was tut da gut, wenn es einem so geht? Sicher das Gefühl, dass man mit seinen Ängsten, Sorgen und Frage ernst genommen wird. Die Erfahrung, dass das nicht weggewischt und klein geredet wird, sondern erst einmal wahrgenommen. Vielleicht gar nicht so sehr gut gemeinte Ratschläge und aufmunternde Parolen, sondern eher Redenlassen, Zuhören. Kleine Gesten – ein Gruß, ein Gespräch, ein Brief, ein Nachfragen „Kann ich etwas für dich tun? Was brauchst du?“. Spüren, nicht allein zu sein, nicht sich selbst überlassen. Das bringt etwas Licht ins Dunkel. Das schenkt ein Stück Kraft, Trost, Hoffnung.

Die Vier Kerzen – Das Licht der Hoffnung

Vier Kerzen brannten am Adventskranz. Es war ganz still. So still, dass man hörte, wie die Kerzen zu reden begannen.

Die erste Kerze seufzte und sagte: "Ich heiße Frieden. Mein Licht leuchtet, aber die Menschen halten keinen Frieden, sie wollen mich nicht." Ihr Licht wurde immer kleiner und verlosch schließlich ganz.

Die zweite Kerze flackerte und sagte: "Ich heiße Glauben. Aber ich bin überflüssig. Die Menschen wollen von Gott nichts wissen. Es hat keinen Sinn mehr, dass ich brenne." Ein Luftzug wehte durch den Raum und die zweite Kerze war aus.

Leise und sehr traurig meldete sich nun die dritte Kerze zu Wort: "Ich heiße Liebe. Ich habe keine Kraft mehr zu brennen. Die Menschen stellen mich an die Seite. Sie sehen nur sich selbst und nicht die anderen, die sie lieb haben sollen." Und mit einem letzten Aufflackern war auch dieses Licht ausgelöscht.

Da kam ein Kind in das Zimmer. Es schaute die Kerzen an und sagte: "Aber, aber ihr sollt doch brennen und nicht aus sein!" Und fast fing es das Weinen an. Da meldete sich auch die vierte Kerze zu Wort.

Sie sagte: "Hab keine Angst! Solange ich brenne, können wir auch die anderen Kerzen wieder anzünden. Ich heiße Hoffnung!"

Mit einem Streichholz nahm das Kind das Licht dieser Kerze und zündete die anderen Kerzen wieder an!

Autor unbekannt