

Predigt über Rö 5, 1-5

21.2.2016 Reminiscere, Christuskirche Stuttgart

Hand aufs Herz, liebe Gemeinde: Eigentlich geht es uns gut. Die allermeisten können nicht klagen. Wir leben in einem der wohlhabendsten Länder der Welt, in einer der wohlhabendsten Städte Deutschlands, in einer der wohlhabendsten Wohngebiete dieser wohlhabenden Stadt. Wir leben seit 70 Jahren in Frieden. Die Arbeitslosigkeit ist auf Rekord-Niedrigstand. Kein Kind bei uns muss mehr an Diphtherie sterben oder an Mumps, schon gar nicht am Hunger, keine Frau mehr am Kindbettfieber. Die meisten Krankheiten kann man wenigstens lindern. Natürlich, noch ist nicht alles gut, der Wohlstand sehr ungleich verteilt, noch immer nicht alle Krankheiten besiegt. Und viel Unglück gibt es, weil Menschen sich gegenseitig das Leben zur Hölle machen. Aber trotzdem: Verglichen mit den Generationen vor uns in unserem Land, verglichen mit den Menschen in anderen Ländern, geht es uns unverdient gut.

Manchmal schaue ich mich um in meinem Leben und denke: Was für eine Gnade!

Ich nehme an, genau das wollte der Apostel Paulus den Christen in Rom deutlich machen. In Zeiten, die viel unsicherer waren als unsere, es gab große Armut, man starb an Tuberkulose und den Pocken, das Durchschnittsalter war so irgendwo Mitte 30. In Rom waren die Christen von ersten Verfolgungen bedroht. Trotzdem schreibt Paulus ihnen in seinem Römerbrief: Eigentlich geht uns Christen doch gut. Und wir haben Hoffnung, dass es noch besser wird. Hoffnung auf die kommende Herrlichkeit Gottes.

Ich lese vom Predigttext, zuerst einmal die ersten beiden Verse:

Rö 5, 1+2

### **Wir haben Shalom. Es geht uns gut.**

Wir haben Frieden, sagt er den Christen in Rom. Frieden. Shalom. Das ist der umfassende Zustand von Glück und Wohlergehen, den Paulus der Jude, als Geschenk empfunden hat. Wir haben das Jesus Christus zu verdanken, schreibt er. Er hat es uns möglich gemacht, im Shalom zu leben. Was für eine Gnade.

Ja, Paulus schreibt sogar: Wir stehen in der Gnade. Wie in einem geschützten Raum stehen wir in der Gnade Gottes und es geht uns gut. Paulus hat das für die christlichen Gemeinden ganz real gemeint. Inmitten der gewalttätigen Welt leben wir nach neuen Maßstäben, in einer Welt des Friedens. Und wenn ich Paulus recht verstehe, dann meint er: das kann in unseren Gemeinden wirklich erlebt und erfahren werden. Die Christen haben sich um Ausgleich der sozialen Gegensätze bemüht, arm und reich, upper class oder prekäre Verhältnisse, das spielte in der Gemeinde keine große Rolle. Gastfreundschaft wurde groß geschrieben, man sorgte nach Kräften für die Armen und Konflikte versuchte man friedlich zu lösen. Christen stehen einander bei auch das zu ertragen, was einem allein zu schwer ist. Die Liebe ist die größte unter den christlichen Tugenden, hatte Paulus eingeschärft. Er ging davon aus, dass in den christlichen Gemeinden Gottes schöne neue Welt schon spürbar werden konnte. Trotz Kindersterblichkeit und Armut und Bedrohung durch Christenverfolger.

### **Einwand: Es gibt Grund zur Sorge. Kaum Grund zur Hoffnung**

Aber, liebe Frau Panzer, denken Sie jetzt vielleicht, da hat Paulus sich doch was vorgemacht. Sich und erst recht den Gemeinden, denen er seine Briefe schreibt. Er kann doch nicht einfach so tun, als ob es das andere nicht gäbe: Mütter, denen damals jedes Jahr ein Kind gestorben ist, Väter, die in den Verliesen der Staatsgewalt verschwanden, Gefängnis und Tod, nur weil man Christ war, ein paar wenige Superreiche und Mächtige in der Stadt und alle anderen waren rechtlos und Sklaven? Das konnte Paulus doch damals so wenig übersehen wie wir heute unsere Situation: Krieg und Gewalt im Nahen Osten, das reichste Prozent der Weltbevölkerung – das sind ungefähr 70.000 Menschen – besitzen mehr als die übrigen 99 Prozent (also fast 7 Milliarden) zusammen. Millionen Menschen auf der Flucht, viele davon bei uns im Land, die Probleme, die das bringt, muss ich nicht aufzählen. Die Menschen auch in unserer Stadt machen sich Sorgen und haben Angst vor der Zukunft – wahrscheinlich nicht anders als die Menschen in Rom zur Zeit des Paulus. Und der schreibt: Eigentlich geht es uns doch gut! Und wir haben Hoffnung. Aber nichts von Sorgen und Angst.

### **Paulus kennt einen Weg aus der Angst**

Stimmt aber gar nicht. Paulus kennt die Angst und die Sorgen. Er schreibt auch von Not. Von Leid. „Trübsal“ übersetzt Luther. Paulus weiß, wie einem das zu schaffen machen kann. Paulus kennt die Einwände gegen sein: Eigentlich geht es uns doch gut. Die Einwände gegen die Hoffnung, die einem Kraft gibt: einmal wird Gottes Herrlichkeit über uns aufgehen. Wie soll einer an so einer Hoffnung festhalten, wenn es allen Grund gibt, sich Sorgen zu machen?

Paulus kennt diese Einwände, Und er zeigt einen Weg, wie man aus Trübsal zu Hoffnung und zu neuer Kraft kommt. Die fällt ja nicht einfach vom Himmel. Paulus macht klar: Das ist richtig Arbeit!

Ich lese ihnen vom Predigttext die  
Verse 3 bis 5

### **Was hilft aus der „Trübsal“**

Trübsal lehrt durchzuhalten. Trübsal lehrt Geduld, übersetzt Luther. Aber Paulus meint mehr, als passives Dulden, bis es vorbei ist. Nicht mal eine Grippe muss man einfach bloß aushalten und abwarten. Sogar da kann man manches tun, dass es erträglicher wird, dass es nicht verschleppt wird und immer schlimmer, dass man schneller wieder auf die Beine kommt und vor allem: dass es einen nicht gleich wieder erwischt. Also nicht aufgeben: Ich habe ja immer so ein Pech, jetzt habe ich mich schon wieder erkältet. Sondern inhalieren und Tee trinken, wenn es sein muss Bettruhe oder Obst und frische Luft und Bewegung. Dann geht es einem bald wieder gut und oft sogar besser als vorher. Und das gilt erst recht für die großen und existentiellen Krisen. Manche werden aus der Bahn geworfen, geben auf, werden depressiv, entwickeln posttraumatische Belastungsstörungen. Und andere verarbeiten dieselbe Notlage relativ problemlos. Manche Menschen scheinen an existentiellen Krisen sogar zu wachsen und innere Stärke zu gewinnen. Natürlich kann ich jetzt nur die prominenten

Beispiele nennen - aber wahrscheinlich kennen Sie auch Menschen in ihrem persönlichen Umfeld, für die das gilt.

Prominent ist Nelson Mandela, der nach 27 Jahren Haft Präsident in Südafrika geworden ist und das Apartheitsregime überwunden hat. Oder Malala Yousafzai, der die Taliban in den Kopf geschossen haben und sie setzt unbeirrt ihren Kampf für Mädchenbildung fort. Manchmal frage ich mich: Wo nehmen solche Menschen bloß diese Geduld her, diese Standhaftigkeit, die sie durchhalten und weitermachen lässt?

### **Resilienz**

Resilienz nennt man neuerdings diese Kraft. Resilienz erspart einem nicht, dass etwas passiert, dass ein Unglück geschieht, dass es einen sogar selber trifft. Aber Resilienz hilft einem, die Trauer, die Sorge, die Angst, die mit solchem Unglück einhergehen, besser zu bewältigen. Resilienz hilft also nicht gegen die Probleme der Welt. Aber Resilienz hilft durchhalten.

Und wie gewinnt man Resilienz? Gesundheitspsychologen sagen: Beziehungen helfen. Menschen, die am besten schon in früher Kindheit erfahren, dass wenigstens ein Mensch für sie da war, an sie geglaubt und ihnen geholfen hat. Solche Menschen haben gute Aussichten, resilient zu werden. Das können Freunde sein, die Familie. Aber natürlich auch die Gemeinde, zu der man gehört. Dass andere mir zuhören, zu mir halten, für mich beten – das macht resilient. „Man kann nie tiefer fallen als in Gottes Hand“ – dieses Vertrauen hat einer bekannten Protestantin Kraft gegeben, ihre Krise durchzuhalten und wieder auf die Beine zu kommen statt sich beleidigt, verletzt oder beschämt zurück zu ziehen.

Und da, denke ich, da können wir Christen einander helfen. Gerade wenn es uns unverdient gut geht, können wir anderen helfen, durchzuhalten, denen es nicht gut geht. Einander helfen durchzuhalten – wahrscheinlich ist das ein ganz wichtiger Teil von diesem Shalom, von dem Paulus spricht. Shalom heißt ja unter den Bedingungen unserer Welt nicht, dass alles gut ist. Shalom heißt viel eher, dass wir einander helfen können, durchzuhalten. Damit Menschen sagen können: Das schaffe ich! Und auf ihre Kraft vertrauen können, anstatt zu sagen: Das schaffe ich sowieso nicht. Wer so anfängt – der kann es am Ende wirklich nicht schaffen, fürchte ich. Paulus schreibt: dazu hat Gott uns seinen Geist geschenkt – damit wir durchhalten und es schaffen!

Was mir besonders aufgefallen ist: Paulus schreibt: Wir sind froh, auch über die Betrübnisse. Wie das? Sollte man nicht alles tun, die Schwierigkeiten des Lebens zu vermeiden? Ich jedenfalls versuche meistens, den Schwierigkeiten irgendwie aus dem Weg zu gehen. Mir scheint: Paulus weiß, dass die Durchhaltekraft, die Resilienz nur da wächst, wo ich mich dem Stress stelle und der Betrübnis. Wenn ich weglaufe, wenn ich die Augen verschließe, wenn ich mich einschließe, damit mir nur nichts passiert – dann können die Widerstandskräfte nicht wachsen. Wie bei der Grippe.

Durchhalten also, nicht mutlos aufgeben. Ich glaube: Dazu können wir einander helfen. Dazu brauchen wir Christen einander. Nicht dazu, einander in unseren Ängsten zu bestärken. (Übrigens auch dazu, dem anderen zu sagen: Hör auf. So geht es nicht. Du machst dich kaputt. Wir müssen nach einem anderen Weg suchen. Auch das ist wichtig, dass einem das jemand sagt. Damit

man sich nicht überfordert. Viel zu oft allerdings sage ich mir das selber: Gib auf – hat doch keinen Zweck. Da, fürchte ich, überwältigt mich dann einfach meine Mutlosigkeit. Und am Ende bin ich frustriert, weil ich wieder mal nicht geschafft habe, was ich mir vorgenommen hatte)

### **Durchhalten macht ein gutes Gefühl**

Denn, schreibt Paulus, das ist ja das Nächste. Wer durchgehalten hat, der kriegt ein gutes Gefühl. Dieses Gefühl: Ich hab es geschafft. Wir haben es hingekriegt. Ich hab durchgehalten. Durchhalten schafft Bewährung. Beim Fasten kann man das beobachten. Im Radio wurde ein Moderator gefragt, ob das nicht eine furchtbar schwere Zeit ist, wenn er sich jetzt vorgenommen hat, 7 Wochen auf sein Feierabendbier zu verzichten. Nein, hat er gesagt, überhaupt nicht, im Gegenteil: Es ist ein tolles Gefühl, wenn man da an etwas arbeitet und jeder Tag gibt einem mehr das Bewusstsein: Ich schaff's. Ich kann's! Und die Ärzte bestätigen das: Fasten wirkt grundsätzlich gegen depressive Phasen und es sind grundsätzlich mehr Glücks- als Stresshormone im Körper unterwegs. Wenn man durchhält und sich bewährt, das ist ein tolles Gefühl. Auch in den großen Krisen, die einen treffen können: Da reden Menschen nicht länger davon, dass sie passiv und hilflos Opfer geworden sind. Opfer einer Krankheit, eines Krieges, Opfer eines Verbrechens. Sondern sie begreifen sich als Überlebende. Ich habe überlebt. Ich bin stark. Ich habe es geschafft. Ich habe durchgehalten.

Manchmal denke ich, genau das ist es, was den einen Aussätzigen, der zu Jesus zurück gekommen ist, von den 9 anderen unterscheidet. Die bleiben Opfer. Die haben Angst, dass ihnen bei nächster Gelegenheit wieder etwas passiert. Der eine hat die Krise überlebt. Das ist anders. Er fühlt sich jetzt stark. Er kann hoffen. Wenn es wieder einmal schwierig wird: Er weiß – Gott wird mir beistehen. Jesus sagt: Diesem einen hat sein Glaube geholfen. Paulus sagt, ein bisschen abstrakter: Bewährung bringt Hoffnung.

### **Bewährung bringt Hoffnung**

Hoffnung auf Gott. Hoffnung, die nicht darauf angewiesen ist, dass alles so bleibt, wie es ist. Weil es uns jetzt ja gut geht. Und wir uns sorgen, dass es anders werden könnte. Hoffnung, die aus der Bewährung kommt, die vertraut auf Gott. Die weiß: Es werden Krisen kommen. Aber Gott wird mit uns gehen. Er wird seine Liebe auf uns ausgießen und sein Heiliger Geist wird uns beflügeln. So werden wir uns bewähren, auch in kommenden Krisen. Und müssen die Hoffnung nicht aufgeben.

Dazu schenke Gott uns seinen Geist.

Amen.

