

Wege aus dem Trübsinn

Heute Morgen möchte ich einfach zu denen von Ihnen sprechen, liebe Hörer, denen es jetzt nicht so gut geht. Gründe dafür gibt es ja viele. Dann ist es etwas düster im Leben, die Sonne will nicht richtig aufgehen, die Sinne wollen nicht recht erwachen. Es geht einem eben einfach nicht gut. Vielleicht hat jemand mehr Sorgen als sonst – um die Kinder oder die Enkel oder um gute Freunde. Vielleicht macht einem die Gesundheit des eigenen Körpers oder der Seele mehr zu schaffen als sonst. Es kann auch sein, dass die Welt Sorgen macht. Wie soll das alles noch weiter gehen mit dem Klima und mit dem Geld? Das alles kann belasten.

Zu den Belasteten möchte ich heute vor allem sprechen. Zu denen also, die mehr die Schwere des Lebens empfinden und wenig Grund sehen für Heiterkeit. „Euer Herz erschrecke nicht“, möchte ich Ihnen zunächst einmal ganz allgemein sagen. Aber ich möchte Ihnen auch kleine Geschichten erzählen von Menschen, bei denen es genauso war. Die besorgt oder nervös waren und dann doch einen kleinen Weg gefunden haben heraus aus der Düsternis, manchmal durch Lachen, manchmal durch Nachdenken. Und bei diesen kleinen Geschichten soll uns Musik begleiten, die einfach nur heiter ist und unbefangen wie eine Spieluhr; und die mit ihrer Heiterkeit vielleicht schon ein wenig beruhigt.

Musik

Wie kommt man eigentlich ein bisschen heraus aus der Düsternis? Wie schafft man einen kleinen Schritt, wenn man keinen richtigen Weg mehr sieht?

Davon erzählt die erste Geschichte. Sie handelt von Billy Wilder (1906 – 2002), einem Filmregisseur aus Österreich, der während der Nazidiktatur in Deutschland und Österreich nach Hollywood geht. Dort arbeitet er mit ganz vielen aus dem Filmgeschäft, am liebsten aber mit Marilyn Monroe, obwohl er mit ihr eine Menge Ärger hat. Die schöne Monroe ist nämlich ganz schön zickig. Oder besser

Hessischer Rundfunk: "Ev. Morgenfeier, HR2kultur"
Michael Becker, Pfarrer
Kassel

03.01.2010

gesagt: Sie ist sehr anstrengend. Sie kommt oft zu spät, sie kann ihren Text nicht, sie hat wenig Disziplin. Überall nervt sie die Menschen. Einmal fragt ein Mitarbeiter den Filmemacher Billy Wilder: Sagen Sie mal, Meister, wie lange wollen Sie sich das eigentlich alles noch bieten lassen, diese Nerverei der Diva Monroe? Da sagt Billy Wilder: Wissen Sie was? Ich habe eine Tante, ein ganz liebenswertes Geschöpf, wunderbare Frau. Unglaublich zuverlässig, immer fit, sie kann perfekt Texte lernen und aufsagen. Und jeden Morgen würde sie für uns aufstehen, Brote schmieren, Kaffee kochen, Kuchen backen und uns das alles ganz pünktlich vorbei bringen. Die perfekte Frau eben, sagt Billy Wilder. Nur, sagt er dann noch, eine kleine Frage bleibt eben doch: Möchten meine Zuschauer wirklich meine Tante im Kino sehen?

Musik

Eine wunderbare Geschichte; ich mag sie so gerne. Auch das Schiefe, auch das Krumme, auch die Ecken und Kanten haben ihr Recht. Nein, viel mehr noch: Auch was uns nicht passt, kann schön sein, wunderschön sogar. Es geht ja in der Geschichte um viel mehr als nur um die schöne Marilyn Monroe. Es geht ja um das Anstrengende und Zickige und Fehlerhafte. Natürlich nervt das oft. Aber manchmal ist es eben auch wunderschön, wenn nicht alles nur glatt und perfekt läuft, wenn eine Panne zum Lachen reizt und die Luft ein bisschen frischer macht, wenn ein Scherz eine Tür aufmacht, wo alles eng und stickig war. Das sollen wir uns gönnen, liebe Hörer, all das Krumme und Schiefe, all das Nervige und Törichte. Das ist nicht nur Unsinn. Das bringt manchmal zum Lachen und manchmal zum Nachdenken. Plötzlich sieht meine kleine dunkle Welt ein bisschen anders aus, heller vielleicht, freundlicher.

Das ist so wichtig. Wichtiger, als ich oft meine. Und darum will ich auch gleich noch erzählen, warum das so wichtig ist.

Musik

Hessischer Rundfunk: "Ev. Morgenfeier, HR2kultur"
Michael Becker, Pfarrer
Kassel

03.01.2010

In meiner zweiten Geschichte erzähle ich Ihnen jetzt vom dem berühmten Psychologen Viktor E. Frankl (1905 – 1997). Auch er ist Österreicher. Auch er wird ein Opfer der Nationalsozialisten, als die Österreich ans Deutsche Reich „anschießen“, wie sie das nennen. Da ist Viktor Frankl schon berühmt. Er hatte bis dahin eine Krankenstation. Auf der hat er Menschen betreut, deren Seelen ziemlich düster geworden waren. Mit ihnen hat er viel gesprochen über ihr Leben, ihre Sorgen, ihre Hoffnungen. Dann aber wird er als Jude in die Konzentrationslager Auschwitz und Dachau verschleppt. Seine Familie wird ermordet. Er bleibt alleine übrig und hat keinerlei Freude mehr am Leben. Ich wäre am liebsten nicht mehr am Leben gewesen, hat er später oft erzählt. Aber dann war da so eine Nacht, eine einzige Nacht. Ich wäre am allerliebsten eingeschlafen, erzählt er, und vielleicht niemals mehr aufgewacht. Ich war fertig. Mit dem Körper und der Seele fertig. Alles an mir war müde. Jetzt einfach nur schnell einschlafen und keine Sorgen mehr haben.

Aber dann, sagt er, - tja, was war das dann... Irgendetwas ließ mich ausgerechnet in dieser Nacht nicht schlafen, sagt er immer, wenn er seine Geschichte erzählt. Ich konnte nicht einschlafen, obwohl ich es wollte. Und das hatte einen besonderen Grund: Ich habe plötzlich nicht mehr nur meine Patienten, sondern mich selber fragen müssen. Und die Frage hieß: Kann ich nicht lebend noch viel sinnvollere Dinge tun, als wenn ich tot wäre?

Das hat mich nicht schlafen lassen. Und am Morgen wusste ich die Antwort: Mein Leben wird etwas leichter, wenn ich versuche, ihm einen Sinn zu geben - und vielleicht anderen Menschen einen Sinn zu geben.

Musik

„Euer Herz erschrecke nicht“, sagt Jesus. Das ist kein Befehl, das ist eine Bitte. Und diese Bitte richtet sich vor allem an diejenigen unter Ihnen, denen es heute vielleicht nicht so geht geht – aus welchen Gründen auch immer. Es gibt durchaus kleine

Hessischer Rundfunk: "Ev. Morgenfeier, HR2kultur"
Michael Becker, Pfarrer
Kassel

03.01.2010

Schlupflöcher heraus aus dem Dunklen und den Sorgen. Das eine Schlupfloch, der eine Türspalt heißt: Das Schräge, die Sorgen und sogar die Angst haben ihr Recht. Manchmal sind sie sogar gut. Vorausgesetzt, ich gestehe sie mir ein. Nichts läuft immer gerade und perfekt und glücklich. Auch das Schräge hat seinen Reiz. Da ist immer irgendwo ein Türspalt, durch den ein wenig Heiterkeit blitzt, oder in dem ein Witz Platz hat. Das tut gut. Witz ist immer so ein kleiner Dreh an der Wirklichkeit. Plötzlich stehe ich kurz neben mir und denke: Ach, so kann ich das auch sehen. Herrlich; zum Lachen. Das gibt dann etwas frische Luft. Lenkt den Blick für einen kleinen Moment auf etwas anderes. Vielleicht ist das Schiefe sogar schön. Vielleicht ist die Sorge sogar nützlich.

Denn – und das ist das andere Schlupfloch: es ist ja nichts ohne Sinn. Ich muss ihn nur finden. Genauer gesagt: Ich will auch danach suchen *wollen*. Ich will nicht einfach nur trübsinnig bleiben und mich dem Trübsinn hingeben oder gar in ihm baden, sondern ein wenig genauer an mir klopfen und fragen: Wem nützt es eigentlich, wenn ich nun trübsinnig hier sitzen bleibe... Könnte ich denn nicht womöglich etwas Sinnvolleres tun? Gibt es vielleicht einen Winkel in meinem Leben, der gar nicht so trübe ist, wie ich meine? Und der mich wieder etwas auf die Beine bringt? Mir womöglich Spaß macht?

Und dann ist da ja noch die dritte Geschichte, die ich gleich erzähle.

Musik

Die dritte kleine Geschichte ist von dem Schriftsteller Max Frisch (1911 – 1991). Eigentlich ist es gar keine Geschichte, sondern nur ein Satz. Aber der Satz hat es in sich. Max Frisch ist Schweizer und hat Romane und Theaterstücke geschrieben. Richtig berühmt wurde er aber mit seinen Tagebüchern, die mehr sind als nur eine Bestandsaufnahme. Da sind kleine Skizzen drin, er beschreibt Begegnungen mit Zeitgenossen und Gegnern. Manchmal erzählt er sich und uns von seiner Angst und

Hessischer Rundfunk: "Ev. Morgenfeier, HR2kultur"
Michael Becker, Pfarrer
Kassel

03.01.2010

seiner Hoffnung. Einmal schreibt er auch vom Zufall - und wie der in sein Leben eingreift und warum (Tagebücher 1946 – 1949).

Manchmal sind es winzige Begebenheiten, schreibt er, die nach und nach dem Leben eine ganz andere Richtung geben können. Das kann eine Verwechslung sein, oder ein blöder Streit, auch ein verpasster Zug. Nun kann man das einfach so hinnehmen und keinen Gedanken daran verschwenden, sagt Max Frisch. Man kann aber auch ernsthaft darüber nachdenken, warum das oder jenes gerade jetzt passiert. Und weil Max Frisch lieber nachdenkt als einfach hinzunehmen, schreibt er am Ende seines Nachdenkens diesen wunderbaren Satz auf: Am Ende, schreibt er, „Am Ende ist es immer das Fällige, was uns zufällt.“

MUSIK

Das ist ein Satz fürs ganze Leben, liebe Hörer: Am Ende ist es immer das Fällige, was uns zufällt. Das heißt: Es gibt gar keine Zufälle. Wie es mir heute geht, ist kein Zufall und kein blindes Geschick. Es ist einfach fällig.

Natürlich müssen Sie und ich diesen Satz jetzt nicht für richtig halten, auf keinen Fall. Das würde auch Max Frisch nicht wollen. Der Satz ist viel mehr ein Angebot, eine Art Bitte wie die von Jesus: Euer Herz erschrecke nicht. Am Ende ist es immer das Fällige, was uns zufällt – das ist ein ganz besonderer Blinkwinkel, unter dem ich auch auf mein Leben schauen kann und sollte. Ist wirklich alles Zufall? Oder blindes Geschick? Gibt es wirklich keinerlei roten Faden, an dem mein Leben entlang läuft?

So kann ich ja auch schauen und fragen, wenn es mir nicht so gut geht und alles nur trübsinnig aussieht. Dann geschieht nämlich etwas, wenn ich eine Weile nachdenke: Ich verändere mich. Ich lasse mich nicht mehr so einfach niederdrücken von dem, was belastend ist. Ich habe auf einmal zwei ganz besondere Aufgaben, nämlich einmal: Fragen, was und wer mich in diese Lage gebracht hat. Und zum anderen: Den Türspalt suchen, das kleine offene Fenster, das ein wenig mehr Licht,

Hessischer Rundfunk: "Ev. Morgenfeier, HR2kultur"
Michael Becker, Pfarrer
Kassel

03.01.2010

bessere Luft und vielleicht etwas Heiterkeit in den Trübsinn bringt. Nichts, was ist, muss bleiben, wie es ist. Ich bin ein Mensch, der sich ein wenig aus seiner bedrückenden Lage erheben kann, der ein wenig seine Sinne bewegt und dann einen kleinen Schritt macht zu etwas mehr Selbstbewusstsein. Nichts muss so bedrückend bleiben, dass es mich nicht ein klein wenig stärker machen kann. Natürlich dürfen wir hinfallen; aber wir können auch suchen und einen Weg finden, wie wir wieder aufstehen mit Gottes und einiger Mensch Hilfe.

Musik

Ich möchte es zum Schluss noch einmal anders sagen. Es kann sein, dass es Menschen heute nicht besonders gut geht. Das ist zwar nicht schön, aber das ist so und hat meistens auch berechtigte Gründe. Aber es muss nicht so bleiben. Es gibt Wege aus dem Trübsinn, Schritte aus der Düsternis. Ich glaube, dass es diese Wege in jedem Leben gibt – vorausgesetzt, man will sie wirklich haben, also suchen und finden. Ein Weg ist die Heiterkeit, der treffende Witz. Lachen macht mich immer ein wenig stärker, als ich mich eigentlich fühle. Lachen ist wie ein Bonbon, das einfach nur gut schmeckt. Und Ich hoffe, Ihnen begegnet heute oder morgen jemand, der sie so richtig zum Lachen bringt. Oder Sie sind es selber, der über sich lachen kann ...

Ein anderer Weg ist die Frage, welchen Sinn ich meinem Leben gebe. Oder wem ich jetzt gerade, heute oder morgen, etwas antun kann, was sinnvoll ist. Wenn sich ein anderer über mich freut, freue ich mich auch über mich. Das tut gut.

Und dann gibt es noch den dritten Weg, den mit dem Zufall - oder eben gerade nicht mit dem Zufall. Vielleicht ist es ja wirklich das Fällige, was mir zufällt. Vielleicht. Immer noch besser als nur sinnlos, oder?

Vielleicht ist das, was mir zufällt, eine Aufgabe, an der ich reifer und stärker werden kann? Das sind dann Fragen, die alle mit Gott zu tun haben. Manchmal ist Gott ja mehr eine Frage als eine Antwort. Aber Gott als Frage ist immer noch besser als der

Hessischer Rundfunk: "Ev. Morgenfeier, HR2kultur"
Michael Becker, Pfarrer
Kassel

03.01.2010

blinde Zufall, in dem kein Sinn liegt. „Euer Herz erschrecke nicht!“, sagt Jesus, „glaubt an Gott und glaubt an mich!“ (Neues Testament, Johannesevangelium Kapitel 14,

Vers 1, Jahreslosung 2010). Das ist wieder kein Befehl, sondern eine Bitte. Und ein Angebot. Wer in seinem Leben nach Gott fragt, geht einen wichtigen Schritt aus dem Trübsinn. Das hat auch einen Grund. Wo Gott ist, ist nämlich Liebe. Auch wenn ich sie nicht gleich sehe. Eines Tages werde ich sie erkennen. Und Liebe hilft mir, dass ich mich meiner nicht schämen muss. Dafür kann ich sagen: Ja, so bin ich. Aber so muss ich nicht bleiben. Ich kann manchmal auch anders: lebendiger, heiterer. Ich kann auch denken und fühlen, als sei ich geliebt. Was meinen Sie, wie das einen Menschen verändert. Wie Liebe vor Trübsinn bewahrt, ja rettet.

Darum am Ende jetzt ein Liebeslied. Ich wünsche Ihnen damit einen gesegneten Sonntag und ein gesegnetes neues Jahr.