

Was macht uns das Leben schwer?



Das Ende einer Beziehung, ein riesiger Berg an Arbeit, der Verlust eines geliebten Menschen, der Krieg in der Ukraine oder Angst vor der Zukunft nach der Bundestagswahl am Sonntag? Im Leben gibt es immer wieder Situationen, die belastend sein können - Momente, in denen Zuversicht und Lebenskraft fehlen. Man fühlt sich allein, sucht nach Halt, ist voller Trauer. Der Wille zum Weitermachen fehlt, die Hoffnung auf bessere Zeiten ist nicht da.

In der Bibel finden wir viele Geschichten über Menschen, die in einer solchen Krise stecken. Sie alle wenden sich in ihrer Not an Gott. Der 47. Psalm kann

ein Trostpflaster für die Seele werden. Da heißt es: „Der Herr heilt die zerbrochenen Herzen sind, und verbindet ihre Wunden“ – Kinder bekommen meist von ihren Eltern ein Pflaster bei Verletzungen, aufbauende Worte, wenn sie sich etwas nicht zutrauen und eine Aufmunterung, wenn etwas nicht geklappt hat. Trost meint eine Kraft, die den getrösteten wieder stark und fest macht. Trösten kann ich mich nicht selbst, dazu brauche ich ein Gegenüber. Mir Trost spenden kann nur jemand, dem ich vollkommen vertraue. Der mich beruhigt, ermutigt, aufrichtet und unterstützt. Gott will unsere Herzen heilen. Er schenkt neuen Mut und neue Kraft. Wir sind in unseren dunkelsten Stunden nicht allein. Gott ist mir nahe und ich kann den Kontakt zu ihm suchen. Gott greift nicht von oben ein und richtet alles, sondern er geht unten an meiner Seite mit mir mit, hört mir zu und fängt mich auf, wenn das Leben mir zu schwer wird. Wenn ich weiß: da ist ein Gott, der mich kennt und liebt und mir den Rücken stärkt, dann kann ich aufstehen; jeden Tag und mich selbst stark machen für etwas. Und ich kann mich am Sonntag aufmachen zur Wahl und vielleicht einmal wieder zum anschließenden Kirchengang.

Mathias Wohlfahrt, Pastor in Visselhövede