

.: Einstieg

Es war ein Herzensprojekt in den ersten Jahren unserer Ehe: Noemi und ich investierten viel Zeit und Kraft in die „Kinder-Insel“, ein Kinderprogramm in unserem Wohnquartier mit hohem Ausländeranteil. Jeden zweiten Samstag gaben wir dafür hin und unter der Woche gingen wir die Familien besuchen, um die Kinder wieder einzuladen und Kontakte aufzubauen. Dazu kamen Sitzungen mit unserem Team und Vorbereitungszeit. Und wir durften erleben, wie mehr und mehr Kinder in unser Programm kamen. Bis zu 50 Kinder in den besten Zeiten. Wir kannten viele Familien und viele Kinder im Quartier und die „Kinder-Insel“ und unsere Kinderwochen im Frühling hatten einen guten Ruf, auch bei den Lehrern in der Schule. Wir träumten davon, dass nicht nur die Kinder von Jesus hören, sondern dass ganze Familien verändert würden und wir einen Aufbruch erleben in diesem Quartier. Es kam dann nicht so wie erträumt. Verschiedene Faktoren führten dazu, dass sich die „Kinder-Insel“ veränderte, die Kinder weniger kamen und wir sie aus den Augen verloren.

Bei allem Schönen, das wir in dieser Zeit erlebten, habe ich mich auch manchmal gefragt, was geblieben ist von unserem Engagement. Wird die Botschaft von Jesus die Leben dieser Kinder in Zukunft verändern? Und ich fragte mich manchmal auch, ob sich dieser Einsatz gelohnt hat? Ich kenne die richtigen „christlichen“ Antworten, die sagen, dass wir nie alles sehen, was Gott im Unsichtbaren tut und dass nichts vergeblich ist, was wir für Gott tun. Trotzdem habe ich für mich auch eine Enttäuschung und Trauer durchleben müssen. Unsere grossen Träume haben sich nicht erfüllt.

Damit sind wir im Thema der heutigen Predigt: *Trauern*. Bevor einige denken, dass sie dieses Thema nicht betrifft, möchte ich betonen, dass es im weitesten Sinn, um unseren Umgang mit Verlusten und Enttäuschungen geht. Nicht nur bei dramatischen Verlusten, wie dem Tod eines geliebten Menschen, sondern auch wenn ein Lebenstraum, eine Lebensphase oder eine Arbeitsstelle zu Ende geht, löst das Trauer aus. Wir beschäftigen uns im Monat Januar mit einer Reihe zum Thema „*In der Wüste - Gott im Leid begegnen*“. Es geht um die Frage, welche konkreten Hilfen die Bibel und Jesus uns geben, um durch Wüstenzeiten, Zeiten des Schmerzes und des Leides hindurch zu gehen.

Der grössere Kontext dieser Reihe ist unser Grundsatz, dass wir Jünger - oder besser Lehrlinge - von Jesus von Nazareth sein wollen. Dazu gehört nicht nur, dass wir einüben auf Gott zu hören, wie wir es im Herbst besprochen haben, sondern auch, dass wir einüben, Jesus *ähnlicher zu werden*. Trauer, Schmerz und selbst Tränen waren für Jesus keine Seltenheit. Der Autor des Hebräerbriefts schreibt: **Als Christus hier auf der Erde war – ein Mensch von Fleisch und Blut –, hat er mit lautem Schreien und unter Tränen gebetet (Heb. 5,7)**. Ich weiss nicht, ob das zu unserem Bild von Jesus passt. Oder im Alten Testament steht in einer der wichtigsten Prophetien auf Jesus: **Er wurde verachtet und von den Menschen abgelehnt – ein Mann der Schmerzen (Jes. 53,3)**. Das bedeutet nicht, dass wir Schmerz oder Leid suchen sollen, sondern dass wir bei Jesus lernen können, wie wir mit Verlust und Trauer umgehen können.

.: Trauer aus Wut

Die erste Geschichte, die wir uns anschauen, finden wir im Evangelium von Johannes. Ein guter Freund von Jesus, der Lazarus hiess, war gestorben. Auch dessen Schwestern, Maria und Martha, waren gut befreundet mit Jesus. Dieser taucht nun in Bethanien auf, als Lazarus bereits im Grab liegt. Wir lesen dann: **Jesus sah, wie sie weinte und wie auch die Leute weinten, die sie begleiteten. Da war er im Innersten zornig und tief erschüttert. 34 Er fragte: »Wo ist sein Grab?« Sie antworteten: »Herr, komm und sieh selbst!« 35 Da brach Jesus in Tränen aus (Joh. 11, 33-35).** Jesus reagiert hier tief erschüttert. Er war nicht nur ein wenig bewegt. Das Verb, das in Vers 33 benutzt wird, heisst wörtlich *anschrauben*, also den Zorn *hören lassen*. Und Vers 35 wird hier korrekt übersetzt, dass Jesus in Tränen ausgebrochen ist, nicht nur, dass er ein wenig feuchte Augen bekam.

Warum reagiert Jesus so? Wer die Geschichte weiterliest, wird sehen, dass Jesus Lazarus vom Tod auferwecken wird und genau aus diesem Grund nach Bethanien gekommen war. Er wusste also, dass es ein gutes Ende nehmen würde. Warum dann diesen Tränen und Emotionen? Jesus wird in diesem Moment vom Zorn auf das Böse bewegt. Es ist die Macht des Bösen, welche die gute Schöpfung Gottes andauernd angreifen und zerstören will. Tim Keller beschreibt es so: **„Jesus ist wütend auf das Böse, den Tod und das Leiden und, auch wenn er Gott ist, ist er nicht zornig auf sich selbst. Das bedeutet, dass das Böse der Feind von Gottes guter Schöpfung und von Gott selbst ist“.** Hier sehen wir, dass der Gott der Bibel ein Gott ist, der den Schmerz des Todes und von Verlusten nicht nur theoretisch kennt, sondern in Jesus kennt Gott diesen Schmerz *aus Erfahrung*. Wenn du gerade über einem Verlust trauerst, dann lass dir sagen, dass Gott diese Art von Schmerz kennt und mit dir mitleidet, so wie Jesus am Grab von Lazarus Tränen des Zorns vergossen hat.

Das ist eine Form der Trauer, die auch wir leider immer wieder erleben. Die Trauer aus Zorn darüber, dass es in dieser Welt Tod, Krankheit und Leid gibt. Einer der Jungen, den wir durch das Kinderprogramm der „Kinder-Insel“ kennenlernten, blieb über die Jahre mit uns verbunden. Als er Teenie wurde, starb seine Mutter völlig überraschend an einer Lungenembolie. Ich weiss noch, wie ich am offenen Sarg dieser Frau stand und etwas von dieser Wut und Trauer über den Tod spürte, wie sie Jesus wohl gefühlt hat. In diesen Fällen dürfen wir Zorn verspüren und gleichzeitig frage ich mich, ob wir dieses Gefühl noch kennen? Den Zorn, dass das Böse noch immer so viel zerstört in dieser Welt. Diese Tränen sollen und dürfen wir zulassen.

.: Trauer aus Enttäuschung

Eine zweite Szene, in der Jesus weint, finden wir im Evangelium von Lukas: **Als Jesus sich nun der Stadt näherte und sie vor sich liegen sah, weinte er über sie 42 und sagte: »Wenn doch auch du am heutigen Tag erkannt hättest, was dir Frieden bringen würde! Nun aber ist es dir verborgen, du siehst es nicht. 43 Es kommt für dich eine Zeit, da werden deine Feinde rings um dich einen Wall aufwerfen, dich belagern und dich von allen Seiten bedrängen. 44 Sie werden dich zerstören und deine Kinder, die in dir wohnen, zerschmettern und werden in der ganzen Stadt keinen Stein auf dem anderen lassen, weil du die Zeit, in der Gott dir begegnete,**

nicht erkannt hast.« (Luk. 19,41-44). Jesus weint hier nicht aus Zorn über das Böse, sondern aus Enttäuschung und Schmerz darüber, dass nicht mehr Menschen in seiner Zeit umgekehrt und an seiner Botschaft geglaubt haben. Jesus weint darüber, dass eine ganze Stadt, eine falsche Entscheidung in Bezug auf ihn getroffen hat. Wir sehen hier, dass Jesus sich seinen Dienst wohl anders vorgestellt hat. Natürlich hatte er von Anfang mit Widerstand zu kämpfen, aber hier ist er tief bewegt, dass so viele Menschen ihn ablehnen. Diese Ablehnung geht nicht spurlos an Gott vorbei!

Die Konsequenz daraus wird sein, dass Feinde Jerusalem angreifen und zerstören werden. Hier wird auch deutlich, dass die Abwendung von Gott oder Gottlosigkeit ganz allgemein, Konsequenzen nach sich zieht. Es ist das, was die Bibel das „Gericht Gottes“ nennt. **Gott hat keine Freude am Leid und das Böse ist der Feind Gottes, aber wenn wir gottlos leben, dann müssen wir uns nicht über die Konsequenzen wundern.** Es ist, wie wenn ich bei einem unbehandelten Stück Holz mit dem Finger gegen die Faserung darüber fahre. Ich werde mir ziemlich sicher einen Spriessen holen. Auch das Leben in dieser Welt, wie Gott es sich vorgestellt hat, hat eine „Faserung“. Wenn wir in die falsche Richtung fahren, dann werden wir uns schmerzhaft Spriessen holen.

Die Trauer aus Enttäuschung ist uns vielleicht weniger bewusst, aber sie ist sehr real und schmerzhaft. Es kann sein, dass Menschen in unserem Umfeld Entscheidungen treffen, die uns enttäuschen und traurig machen. Es kann auch sein, dass wir selbst Wege einschlagen, die viel Enttäuschung mit sich bringen. In beiden Fällen dürfen wir trauern und diese Gefühle des Verlust und der Enttäuschung zulassen.

Aber nicht alles ist eine Konsequenz von Gottlosigkeit. Das Leben selbst bringt immer wieder Verlust und Enttäuschung mit sich. Es kann gut sein, dass Menschen keine falschen Entscheidungen treffen und sie uns trotzdem traurig machen. Zum Beispiel, wenn Menschen ihren Wohnort wechseln und man sich aus den Augen verliert. Oder wenn sich Lebensumstände ändern und gewisse Lebensträume nicht in Erfüllung gehen. Oder wie in unserem Fall mit der „Kinder-Insel“, wo sich unser Engagement scheinbar nicht so gelohnt hat, wie wir es uns vorgestellt haben. Auch wenn nichts Böses dahintersteckt, gilt es diese Trauer trotzdem wahrzunehmen und zu durchleben.

.: Trauer ausleben

Damit kommen wir noch zur Frage, wie wir Trauer ausleben können. Vier kurze Punkte, die man sich mit den Startbuchstaben von TRAUER merken kann.

T wie Tränen (und Emotionen). Alles beginnt damit, dass wir die Trauer eingestehen und zulassen. Es kann sein, dass wir aufgrund unserer Erziehung oder Erfahrungen uns angewöhnt haben, Trauer über Verluste nicht zuzulassen, sondern unter einem Deckel zu halten. Stell dir die Frage: Gibt es Verluste oder Enttäuschungen in deinem Leben, über denen du eigentlich tieftraurig bist, aber es dir nicht eingestehen kannst? Und dann dürfen auch Tränen fließen und Zorn darf hochkommen.

R wie Ruhe. Wenn wir unsere Trauer erstmals eingestehen, dann brauchen wir auch die Zeit und Ruhe, um diese Gefühle zu durchleben. Es ist nicht hilfreich, wenn wir uns oder anderen zu schnell zu verstehen geben, dass es jetzt weitergehen muss und wir unsere Trauer überwinden sollten. Ich erinnere mich noch, wie ich vor einigen Jahren bemerkte, dass ich jedes Mal ziemlich down war, wenn meine Eltern jeweils im Spätsommer wieder nach Afrika ausreisten. Ich musste mir eingestehen, dass ich traurig war, dass wir wieder weg waren und ich musste mir Zeit lassen, diese Emotionen zuzulassen und zu durchleben.

AU wie Aushalten. Dieser Punkt ist besonders wichtig, wenn du einen grossen Verlust erlebt hast. Die Gefühle der Trauer und des Schmerzes können sich über längere Zeit hinhalten oder sie können weggehen und dann plötzlich wieder da sein. Aushalten und Geduld ist eine der schwierigsten Lektionen auf dem Weg von Jesus: **Inmitten von Verlusten auf Gott zu warten, widerspricht menschlichen Instinkten und unserem Wunsch nach schnellen Lösungen (Pete Scazzero).** Hier ist es auch wichtig, dass wir Menschen in unserem Umfeld haben, die uns helfen die Trauer auszuhalten und uns nicht drängen weiterzugehen. Hier kann dir auch ein Seelsorger oder eine Seelsorgerin helfen. Nutze das Angebot hier in der Lenzchile.

ER wie Ermutigung. Wenn wir an Gott festhalten, dürfen wir zuversichtlich sein, dass aus dem Verlust und dem Schmerz auch wieder Gutes entstehen kann. Es gibt einige Verheissungen dazu in der Bibel. Eine davon finden wir im 1. Petrusbrief: **Freut euch deshalb von Herzen! Vor euch liegt eine große Freude, auch wenn ihr für eine Weile viel erdulden müsst (1. Petrus 1,6).** Darf man so etwas sagen? Schliessen sich Freude und Leid nicht gegenseitig aus? Kann man gleichzeitig trauern und sich freuen? Dieser Vers legt es nahe. Hier ist von einer Freude die Rede, die nicht nur ein Gefühl ist, sondern auch eine Entscheidung. Trauer und Leid kann und soll uns näher zu Gott bringen und Freude kommt dann auf, wenn wir darüber nachdenken, wer Gott ist und wer wir sind und was er für uns getan hat.

.: Schluss

Es scheint mir wichtig, dass wir wieder lernen zu trauern. Wir leben in einer Zeit, wo sich Menschen schnell empören über alles Mögliche, aber wir haben verlernt zu trauern und unsere Wut oder unser Enttäuschung auf diese Art zu verarbeiten. In der Bibel finden wir ganz viele Beispiele in den Psalmen, wie Menschen ihre Trauer, ihre Wut und ihre Enttäuschungen in Gebete gefasst haben. **Trauer und Verlust zu durchleben, ist keine unwillkommene Störung, sondern macht uns im besten Sinn menschlicher.** Menschen wie Gott sie sich gedacht hat, ähnlicher wie Jesus.

Mir ist es ein besonderes Anliegen, dass wir nach einer Predigt nicht nur nicken und die Worte schön fanden, sondern auch Übungen kennen und Gewohnheiten für unseren Alltag entwickeln:

1.) Formuliere deinen Verlust oder deine Trauer. Schreibe auf oder besprich es mit deinem Ehepartner oder in deiner Kleingruppe, was du im letzten Jahr (oder in deinem Leben!) an Verlusten oder Enttäuschungen erlebt hast.

2.) Lies einige der Klagepsalmen. Oder lernen sie auswendig: z.B. Ps. 13, 22 oder 88.