

„Damit sie zu Atem kommen“ (Ex 23,12)

Geistliche Tage zum Zukunftsgespräch

## **Wer rote Ampeln überfährt, gefährdet sich und andere“<sup>1</sup> (Christoph Hutter)**

### **Sieben grüne Ampelstopps**

Das Bistum Osnabrück hat für die Zeit von Sept. 2015 bis Sept. 2016 mit dem Motto „damit sie zu Atem kommen“ (Ex 23,12) ein Thema aufgenommen, das dem Stehenbleiben und Innehalten Raum schenkt. Die Künstlerin Eva Jung hat dazu das Hauptmotiv der roten und grünen Ampel entworfen und verfremdet: grün: stehen bleiben / rot: bewusst werden, dass wir laufen, rennen. Mit der Wahrheit: „Wer rote Ampeln überfährt, gefährdet sich und andere“ (C. Hutter) möchte ich, ausgehend von der gegenwärtigen Situation, sieben Ampel-Stopps unterschiedlicher Art benennen.

---

<sup>1</sup> Titel eines Referates von Christoph Hutter, Wer rote Ampeln überfährt, gefährdet sich und andere – Von der Kunst, auch mal stehen zu bleiben, in: Salzburger Vortrag - Manuskript 2015 - Quelle: Korrespondenzadresse: Dr. Christoph Hutter: [christoph-hutter@t-online.de](mailto:christoph-hutter@t-online.de)

## Spiritueller Impuls

### 1. Leben im Land Nod – östlich von Eden (Gen 4,1-17)

Bei dem Stichwort „Unruhe“ denke ich zuerst an die gegenwärtige Situation in unserem Land, mit der Frage: Wie kommen wir mit den Flüchtlingen in eine gute Zukunft, in Europa und in der Welt: Wie können Terror und Krieg ein Ende finden?

Ich möchte einen Gedanken zu dieser äußeren Unruhe sagen, die sich ja sehr stark zu einer inneren Unruhe verwandelt.

Ich glaube sagen zu dürfen: Das Niveau der inneren Anspannung ist durch die äußere Situation durch Flüchtlinge und Terror gestiegen. Wir sind zwar z.Z. nicht direkt von Gewalt betroffen, aber wir sind Zeugen von Gewalt geworden. Der Überfall auf das Lokal in Paris ist auf Facebook über 3 Millionen Mal angeklickt worden. Die Antwort eines jungen Menschen lautet: Ich hätte mir diese Gewaltszenen nicht ansehen sollen. Durch das Ansehen entstehen im emotionalen Gefüge unserer Seele Schreckreaktionen, die aber nicht verarbeitet werden, weil in der allgemeinen Unruhe des Lebens sofort wieder etwas anderes kommt. Der Schrecken bleibt im Unbewussten lebendig. Ein Mann, der im Zug unterwegs war und hinter dessen Sitz ein Koffer stand, sagte: Er hätte immer wieder an diesen Koffer denken müssen. Das Gefühl, es mit einem unsichtbaren, aber wirksamen Gegner zu tun zu haben, ruf in der Phantasie die Macht lebensfeindlicher Rücksichtslosigkeit wach<sup>2</sup>.

Georg Pieper, ein bekannter Traumatherapeut, sagt dazu: Uns Menschen der Gegenwart ist sehr bewusst geworden, dass die Freiheit nicht ohne Risiko zu haben ist. Das war sie nie, aber jetzt denken wir öfters an das Risiko. Pieper sagt: Es hilft, nicht immer in die Gefühle der Unsicherheit und der Ohnmacht hinabzusteigen, sondern sich der Stärken und guten Kräfte in den allermeisten Menschen zu vergewissern, über Bedrohungen zu reden, sich bewusst mit ihnen auseinanderzusetzen und vor allem, wenn Kinder die Bedrohung mitbekommen, die Kinder nicht allein zu lassen. Sie nicht allein am Fernsehen zu lassen, mit ihnen zu reden. Es gilt, den lebensfeindlichen Kräften die lebensbejahenden Kräfte entgegenzustellen, und wenn etwas in der Nähe passiert, diesem Faktum mit sinnstiftenden Ritualen zu begegnen. Wir sind nicht ohnmächtig. Auch das gehört zum Realismus der Gegenwart. Georg Pieper sagt: Rituale sind besser als Facebook. Diese Lebenszuwendung ist wichtig. Ganz viele Menschen leben sie aus. Jetzt erst recht: weitergehen, in Gemeinschaft gute Dinge tun. An dieser Stelle kommt für mich auch der Glaube. Der Besuch eines Gottesdienstes, das gemeinsame Singen der Adventslieder, das Hören der biblischen Sicht auf das Leben, die Gaben Gottes in der Eucharistie empfangen, vor allem beten, im Gebet die Fragen und Verunsicherungen ins Wort heben und an die Adresse Gottes richten. Die drei Jünglinge im Feuerofen haben angefangen, Loblieder auf Gott zu singen. Erich Zenger fand für das Gebet der jungen Männer im Feuerofen die Überschrift: „Lobgesänge gegen den Tod“<sup>3</sup>. Nelly Sachs nennt die Psalmen: Nachtherbergen für die Wegwunden<sup>4</sup>. In diesen Gebeten bekommen die Gefühle, die uns beschleichen mögen, einen Ausdruck. Damit verlieren sie ihre dunkle Macht.

---

<sup>2</sup> Hier beziehe ich mich auf eine Radiosendung: Autor Lennart Herberhold: „Nähren wir selbst unsere Angst“ ein Gespräch mit Georg Pieper, in: ndr-Kultur – Kulturjournal – 23.11.2015 – 23:15 Uhr. Vgl. dazu auch: Georg Pieper, Überleben oder scheitern. Die Kunst, in Krisen zu bestehen und daran zu wachsen, München <sup>3</sup>2012.

<sup>3</sup> Erich Zenger, Psalmen. Auslegungen 2: Ich will die Morgenröte wecken, Freiburg 2003, S. 17.

<sup>4</sup> Zitiert nach Zenger, Psalmen Auslegungen 2, a.a.O. S. 12.

Also gilt es, sich im Land der Unruhe Räume zu verschaffen, in denen die Seele und das Leben auf Trittsteine der Ruhe kommen.

Wir alle sind Nachfahren von Adam und Eva, aber im Unterschied zu ihnen leben wir nicht mehr im Paradies, vielleicht ab und zu mit der Sehnsucht nach dem Paradies, aber grundsätzlich jenseits dieser verklärten Pforte zum Land Eden (Gen 3,23-24). Und gleichzeitig gilt: der Herr hat die Tür zum Paradies nicht von innen zugemacht, sondern von außen, d.h. er geht mit in die Mühsale des Lebens, die sich Adam und Eva eingebrockt haben.

Des Weiteren sind wir Nachfahren von Kain, wir leben im Land Nod – östlich von Eden –, dem Land von dem Kain im Eingeständnis seiner Mord-Schuld sagt: „Du hast mich heute vom Ackerland verjagt, und ich muss mich vor deinem Angesicht verbergen; rastlos und ruhelos werde ich sein“ (Gen 4,14)

Aber auch für Kain gilt: Gott ist mit ihm, konsequent in seiner Strenge und Liebe ist er mitgegangen in die Welt jenseits von Eden. „JHWH zu Kain: Rastlos und ruhelos wirst du auf der Erde sein. Und weiter sprach der Herr zu ihm: Darum soll jeder, der Kain erschlägt, siebenfacher Rache verfallen. Drauf machte der Herr dem Kain ein Zeichen, damit ihn keiner erschlage, der ihn finde.

Dann ging Kain vom Herrn weg und ließ sich im Land Nod nieder, östlich von Eden. Kain erkannte seine Frau; sie wurde schwanger und gebar Henoah. Kain wurde Gründer einer Stadt. (Gen 4,15-17)

Dass die Unruhe kein bedingungslos willkommener Gast ist, erzählt schon unser wichtigster Mythos: der von der Vertreibung aus dem Paradies. Herrschte im Garten Eden noch die große Wunschlosigkeit, so ist die Unruhe der Zustand des in die Sünde gefallenen Menschen. Der unruhige Mensch trägt das Kainsmal: „Rastlos und ruhelos wirst du auf der Erde sein“, spricht JHWH. Seitdem wohnen wir alle jenseits von Eden, mehr oder weniger eingerichtet im immer paradoxen Zustand einer, wie Konersmann es nennt, Unruhe, in der wir uns eingerichtet haben<sup>5</sup>. Darum ist die Unruhe für Konersmann kein Teufelswerk. Denn schon Mythos von Kains Vertreibung auf der Erde wohnt die Unruhe, sie ist in den Mythos integriert. Mit der zweiten Vertreibung „Rastlos und ruhelos wirst du auf der Erde sein“ kommt die Unruhe in die Welt und wird eine prägende Kraft im Dasein. Konersmann hält die Unruhe als eine treibende Kraft der Zivilisation und Wissenschaft schlechthin. Sie gehört in den Gründungsakt der Kultur. Viele Menschen geben Ruhe und Frieden auf, um ihr Glück im tätigen Leben, in der Arbeit, in der beständigen Veränderung zu suchen und die mögliche Welt mehr zu lieben als die bestehende. „Wer rastet, der rostet“, so fasst es das Sprichwort zusammen.

Allerdings – auch das muss man sagen und das ist wohl auch der Grund für das Jahr „... damit sie zu Atem kommen“: Manchmal wird aus diesem Treiben noch vorn ein „von allen Seiten Getrieben werden“, wächst ein Gefühl der Heimatlosigkeit. Unruhe ist auch – so der Mythos von der Vertreibung Kains – ein Schicksal. So erstaunlich es ist, dass sich Kain nicht beklagt, nicht auf Gott schimpft, nicht in Mutlosigkeit oder Melancholie versinkt, sondern in die Welt geht zum Gründer einer Stadt wird, so sehr gilt doch auch: Die Unruhe ist ein Schicksal, das man nicht wegtherapieren kann und gegen das auch nicht das Kraut von Gelassenheitsratgebern oder Lebenskunstbrevieren hilft. Aber doch etwas ist, dem man sich stellen muss. Das unruhige Leben will gemeistert werden.

Der Apostel Paulus ist Zeuge dieses Getriebenseins und zugleich Zeuge dafür, in der Bedrängnis dieser Welt nicht unterzugehen: „Diesen Schatz tragen wir in zerbrechlichen Gefäßen; so wird deutlich,

---

<sup>5</sup> Vgl. dazu: Ralf Konersmann, Um 600 v.Chr. Einer wie Kain, in: Die Unruhe der Welt, Frankfurt a.M. 2015, S. 89-114.

dass das Übermaß der Kraft von Gott und nicht von uns kommt. Von allen Seiten werden wir in die Enge getrieben und finden doch noch Raum; wir wissen weder aus noch ein und verzweifeln dennoch nicht; wir werden gehetzt und sind doch nicht verlassen; wir werden niedergestreckt und doch nicht vernichtet. Wohin wir auch kommen, immer tragen wir das Todesleiden Jesu an unserem Leib, damit auch das Leben Jesu an unserem Leib sichtbar wird. Denn immer werden wir, obgleich wir leben, um Jesu willen dem Tod ausgeliefert, damit auch das Leben Jesu an unserem sterblichen Fleisch offenbar wird. .... Darum werden wir nicht müde; wenn auch unser äußerer Mensch aufgerieben wird, der innere wird Tag für Tag erneuert. Denn die kleine Last unserer gegenwärtigen Not schafft uns in maßlosem Übermaß ein ewiges Gewicht an Herrlichkeit, uns, die wir nicht auf das Sichtbare starren, sondern nach dem Unsichtbaren ausblicken; denn das Sichtbare ist vergänglich, das Unsichtbare ist ewig“ (2 Kor 4,7-15).

Egal, in welche Situation der Unruhe Paulus kommt, er bewahrt sich einen inneren Kern der Ruhe, der er im Glauben an die Auferstehung des Herrn in sich spürt. Deswegen liegt die Ruhe nicht jenseits, oder abseits der Unruhe, sondern in der Unruhe. Genau das bekennt das Gebet der Pfingstsequenz: „In der Unrast schenkst du Ruh, hauchst in Hitze Kühlung zu, spendest Trost in Leid und Tod“. Dieses Ineinander von Weg und Auf-dem-Weg-Sein, die Ruhe in der Unruhe zu suchen, dazu finden sich bei vielen Mystikern anschauliche Beispiele.

Der Mystiker Johannes Tauler schreibt:

„Alle Menschen suchen Frieden und suchen ihn überall, in Werk und Weise. Ach, könnten wir uns dem entreißen und Frieden im Unfrieden suchen - da wird allein wahrer Friede geboren, bleibend von Dauer; was du anders suchst, darin irrst du, selbst wenn du Friede wahrnähmest - und Freude in Trauer suchen, Gelassenheit in Unbeständigkeit und Trost in Bitterkeit.“<sup>6</sup>

Meister Eckhart lenkt den Blick auf die Verankerung, die unser Leben hält: „In einem jeden Menschen gibt es zwei: den inneren und den äußeren. Es gibt so manche Menschen, die verzehren der Seele Kräfte allzumal für den äußeren Menschen. Das sind die Leute, die alle Sinne und Gedanken auf äußere und vergängliche Güter richten, die nichts vom inneren Menschen wissen. Das raubt der Seele die Kraft. Man muß aber auch wissen, daß der äußere Mensch gar wohl aktiv sein kann und dabei doch der innere frei und unbewegt zu sein vermag. Das ist wie bei einer Tür: Während sich das Türblatt, das unserem aktiven Teil entspricht, bewegt, so bleibt doch die Angel, in der die ganze Tür hängt, ruhig und wird nicht im Geringsten verändert. Die Angel, das ist der innere Mensch.“<sup>7</sup>

Wichtig ist in diesem Denken auch die Theologie des hl. Augustinus mit seinen Aufzeichnungen zum „unruhigen Herzen“. Sie kennen den Ausspruch: „Unruhig ist unser Herz, bis es Ruhe findet in dir, o Gott!“. Für Augustinus ist die Unruhe eine Bewährungsprobe, um dann in eine andere Ruhe zurückzukehren. Das heißt: Die Unruhe bleibt zwar, aber sie soll sinnvoll genutzt werden. Augustinus hat also eine konstruktive Einstellung zur Unruhe. Er redet dem Vorankommen-Wollen das Wort, nicht der Betriebsamkeit um der Betriebsamkeit willen. Das ist der feine Unterschied. Es gibt eine gute Unruhe und eine schlechte Unruhe. Die gute Unruhe können wir nicht hoch genug schätzen. Als Beispiel nehme ich einen Hinweis von Leo Karrer. In der Erinnerung an 50 Jahre Konzil schreibt er: „Eine

---

<sup>6</sup> Johannes Tauler, Predigten, hrsg. von Georg Hoffmann, Freiburg 1961, 145.

<sup>7</sup> Meister Eckhart, zitiert nach [www.aphorismen.de/zitat/112589](http://www.aphorismen.de/zitat/112589) (Quelle: Traktat 3: Von der Abgeschiedenheit, in: (Hrsg. Niklaus Largier) Meister Eckhart, Werke II: Predigten - Traktate, Frankfurt a.M. 2008, S.435-459, hier S. 449-451.

befreiende Unruhe hat uns nach dem Konzil gepackt.<sup>8</sup> Wenn ich an einzelne Rückmeldung auf die Bischofssynode in Rom erinnere, kommt immerhin als ein wichtiges Ergebnis auch so etwas wie eine befreiende Unruhe zur Sprache: Dass das synodale Prinzip wieder mehr Bedeutung bekommt, dass die Ortskirchen für sich Regelungen treffen können, dass die Pluralität als Realität auch in der Kirche Platz gegriffen hat.

Es gibt einen weiteren Grund für ein positives Verhältnis zur gegenwärtigen Zeit mit all ihren Herausforderungen. Denn immer ist die Zeit ein Bewährungsort für das Evangelium und kein Gegner des Evangeliums. Michael Schüssler fordert: „Wir sollten nicht davon ausgehen, dass die Zeit der Feind von Gottes Ewigkeit ist, sondern der Ort seiner kenotischen Offenbarung.“<sup>9</sup>

Auf diesem Hintergrund möchte ich mich jetzt sieben verschiedenen grünen Ampelstopps zuwenden, von denen ich glaube, dass das Stehen bleiben hilfreich ist, um auf die rote Ampel zu schauen, die uns als voranschreitende oder voranzhetzende zeigt. Zum Stehenbleiben gehören Momente des Aufatmens. D.h. ja nicht, dass Sie aufhören zu atmen, sondern dass merken, dass Sie atmen und leben.

Dazu gehören Momente des Aufatmens. Das wollen Sie heute tun: Aufbruch zum Aufatmen. Man kann und darf sich in der Unruhe zu Hause fühlen, auch wenn die Sehnsucht nach Ruhepunkten bleibt und deswegen auch ihr Recht hat.

## **2. Sieben grüne Ampelstopps**

### **(1) Das Nicht-Können wieder lernen<sup>10</sup>.**

Wir leben in einer Mentalität, vieles zu können, vielleicht, alles zu können. „Yes, we can!“ (B. Obama), „Das schaffen wir!“ (A. Merkel). Alles Können will geschätzt sein, aber es kann zu Zwang und Überforderung führen. Ich glaube, dass die falsche Unruhe mit dem Verlust des Gottesglaubens in Zusammenhang steht. Wenn wir nicht mehr an Gott glauben, müssen wir irgendwie selber Gott sein, d.h. wir sind für alles verantwortlich. „Nach dem Wegfall des göttlichen Schutzes wird das Selbstbewusstsein des individuellen Ich zum Garanten eines modernen Sicherheitsgefühls“ (Descartes). Wir sind selbst für alles verantwortlich und merken, dass wir in einer Maschinerie des „immer weiter und immer schneller“ stecken. Wir leben in einer Struktur der permanenten Steigerung: Steigerung der Kommunikation und Kommunikationsschnelligkeit, Steigerung des Wissens und der Verfügbarkeit des Wissens, Steigerung der Möglichkeiten, schnell Ziele in der Welt zu erreichen. Hartmut Rosa spricht davon, dass unsere Reichweite zu einer Weltreichweite erweitert ist. Das ist die Luft, die wir einatmen. Wir atmen diese Welt ein und bewegen uns in ihr – gezwungenermaßen.<sup>11</sup>

---

<sup>8</sup> Leo Karrer, 50 Jahre nach dem II. Vatikanischen Konzil. Geist und Wirkung, in: Bibel und Liturgie 88 (2015), Heft 3, 144-158, hier S. 145.

<sup>9</sup> Michael Schüssler, Mit Gott neu beginnen. Die Zeitdimension von Theologie und Kirche in ereignisbasierter Gesellschaft, Stuttgart 2013, S. 286.

<sup>10</sup> Vgl. Christoph Hutter, a.a.O, S. 23-24.

<sup>11</sup> Vgl. Hartmut Rosa, Beschleunigung und Entfremdung, Berlin 2013. Hartmut Rosa hat seine Thesen zusammengefasst und auf einer Tagung in Erfurt am 27.10.2015 dargelegt: Manuskript: Resonanz statt Entfremdung. Zehn Thesen wider die Steigerungslogik der Moderne.

Zugleich werden wir damit konfrontiert, dass wir nicht genug Zeit haben, um alles zu machen, was wir machen möchten. Wir werden damit konfrontiert, nicht alles machen zu können. Die Naturwissenschaften bemühen sich mit aller Anstrengung, alle Ursachen zu erforschen, und stehen am Ende doch auch immer wieder vor der Tatsache, von unbekanntem Mächten überwältigt zu werden. (vgl. Hutter, S. 5). Sie kennen die Analyse: Wenn das Leben immer die letzte Gelegenheit ist, dann muss man so viel wie nur eben möglich im Leben unterbringen. Und gleichzeitig muss man feststellen: Es geht gar nicht alles. Immer bleiben wir zurück hinter der Fülle der Möglichkeit. Mit diesen neuen Leiden aber müssen wir leben, wir, die wir die Kunst zu leiden und Begrenzungen aller Art in unser Leben zu integrieren verlernt haben.

„Der Wahrheit ins Gesicht zu sehen ist ein unverzichtbarer Ausgangspunkt von Veränderungsprozessen. Zu dieser Wahrheit gehört, dass das Nicht-Können in ganz unterschiedlichen Facetten zur *conditio humana* gehört. Es ist unsere individuelle Begrenztheit, es sind die Grenzen professioneller Machbarkeit, es sind aber auch, vielleicht sogar vor allem, die ganz prinzipiellen Begrenzungen des Menschseins: Sterblichkeit, Verletzbarkeit, Abhängigkeit. Der Arzt und Philosoph Heinrich Schipperges hat einmal gesagt, „um gesund zu sein, muss man der Welt im Ganzen zustimmen“ (zit. in: Lütz o.J.). Damit bedeutet Nicht-Können können innerlich zuzustimmen, dass wir nicht alles können, dass wir vieles nicht können und dass wir als Menschen prinzipiell begrenzt sind. In letzter Konsequenz ist es die Zustimmung zu unserer Sterblichkeit. Von diesen Grenzen her zu leben, anstatt sie zu leugnen oder permanent negieren zu wollen, wäre eine erste entscheidende Haltung, um der modernen Dauerschöpfung zu begegnen.“<sup>12</sup>

Schließlich führt uns der Tod brutal die Grenze der Machbarkeit vor Augen und versetzt uns in Ohnmacht. Diese andere Seite unserer Lebenswirklichkeit anzuerkennen ist eine Kunst. Der Abhängigkeit, der Verletzbarkeit, den Grenzen der professionellen Machbarkeit, der eigenen Sterblichkeit Raum geben und sich dem unangenehmen Gefühl der Ohnmacht auszusetzen, ist eine Hilfe – in einer Welt, in der Schwäche, Hilflosigkeit, Machtlosigkeit verachtet werden. Also: grüne Ampel: Das Nichtkönnen zulassen, um es am Ende wieder zu können! Die Weisheit, die aus der Erfahrung von Ohnmacht geboren wird, schätzen! Nicht in den Fundamentalismus abgleiten!

## **(2) Das Trösten-wollen verlernen.**

Die Welt ist mit Trostlosigkeit durchzogen. Sie zu erfahren motiviert zu Hilfsbereitschaft, reißt uns über uns selbst hinaus (E. Levinas) und führt in Selbsttranszendenz (H. Joas). Trost spenden ist gut. Dabei hilft es zu wissen: Was tröstet, bestimmt allein der Mensch, der Verluste erlitten hat und leidet.<sup>13</sup> Vor dem Helfen- und Trösten-wollen steht das Aushalten, das Fragen-aushalten, das Zeit-haben. Trost ist immer indirekt. So zu leben verlangt den Verzicht auf die Machbarkeit der Abhilfe. Deswegen ist das „Ich will den Trauernden trösten!“ zu verlernen. Es geht nicht. Nicht wir arbeiten z.B. für/mit Trauernde/n, sondern Trauernde arbeiten mit uns! Vor dem schnellen Helfen-Wollen: grün: stehen bleiben! Aushalten. Christa Wolf: „Wenn ihr aufhören könnt zu siegen, wird diese eure Stadt bestehen.“<sup>14</sup> In diesem Kontext möchte ich auf ein Wort von Monika Müller verweisen. In ihrer

---

<sup>12</sup> Christoph Hutter, a.a.O., S. 23-24.

<sup>13</sup> Vgl. Reinhard Feiter, Trösten – oder: die Kunst, nicht trösten können zu wollen, in: Pastoraltheologische Informationen 26 (2005), 149-160.

<sup>14</sup> Zitiert nach: Fulbert Steffensky, Sterben in einer Gesellschaft der Sieger - Ein Plädoyer für den Mut zur Endlichkeit Vortrag anlässlich der Veranstaltung der Albertinen-Stiftung „Sterben würdig begleiten“ am 08.11.2006 in der Hamburger Hauptkirche St. Jacobi.

weit reichenden Erfahrung als Trauerbegleiterin schreibt sie: „ Ich glaube, dass wir in eine Kultur geboren sind, in der Antworten finden und Antworten geben ein hoher Wert zugeschrieben wird. Etwas zu beantworten, klar und umfassend, bedeutet Sachverstand, Einblick und Kompetenz und entbindet Zuversicht. Wir alle tragen die Vorstellung in uns, dass Fragen etwas sind, was zu beantworten ist mit Worten, Meinungen Untersuchungsergebnissen, Erkenntnissen. Die Welt zu erklären, fühlen wir uns aufgerufen und sind der Ansicht, wann er ihr Warum und Weshalb kennen, dass es dann leichter und freier sei, in ihr zu sein.“<sup>15</sup> In diese Richtung stellt Thomáš Halík fest: „Es existieren derart gute Fragen, dass es schade wäre, sie mit Antworten kaputtzumachen. Es existieren Fragen, die wie ein Fenster geöffnet bleiben sollten. Diese Offenheit muss nicht zur Resignation führen, sondern in die Kontemplation...“<sup>16</sup>

Darum ist es keine Ohnmacht, sondern beachtliche Stärke, Fragen auszuhalten und darauf zu vertrauen, dass die Antwort im anderen und nicht in uns liegt. Menschen, die Verluste erlitten haben und trauern, haben im Verlust eine Einsicht, eine Lebenseinsicht gewonnen, die ihnen vorher nicht so bewusst war. Plötzlich sieht die Welt anders aus. Plötzlich weiß man Dinge, die man vorher nicht gewusst hat. Sie sind zu sehenden Menschen geworden. Gegen diese ihnen geschenkte Offenbarung darf man keine falschen Tröstungen setzen wollen. Das ist die große Versuchung, die beim anderen dann nur wie Vertröstung wirkt. Vertröstungen machen aus Menschen, die sehend geworden sind, wieder Blinde. „Vielleicht ist nur eine Menschheit des Trostes würdig, die sich seiner auch enthalten kann.“<sup>17</sup>

### **(3) Genügsamkeit schätzen**

Der Nomade brauchte nur so viel, wie er tragen konnte. Der Bauer weiß, einmal gut gepflügt reicht. Realitätssinn und Begrenzung sind Muster der Lebensbewältigung. Nur beim Geld ist es anders.<sup>18</sup> Es nährt den Glauben: Es ist nie genug.

Dazu kommt die Gier, der Geiz: Gier gehört zur Grundausstattung des Menschen. Das will zuerst akzeptiert und geschätzt sein. Gleichzeitig gilt es, den Geiz kritisch zu sehen (vgl. den Buchtitel von Friedrich Schorlemmer: „Die Gier und das Glück. Wir zerstören, wonach wir uns sehnen“.) und sich überraschen zu lassen, dass die Genügsamkeit nicht arm macht, sondern leicht. Deswegen ist es im Blick auf die Armen der Welt und im Blick auf unsere nächste Generation ein zynischer Satz sondergleichen: „Geist ist geil!“ Also in der Versuchung des Geizes: grün: Stehen bleiben, die Zügel in der Hand behalten, schauen, in welche Gefahren das „rote Laufen“ führt. Wissen, dass es andere, rettende Mächte gibt. Sie wahrzunehmen, setzt Training voraus. Also: grün: Wichtiger als das Erzielen von Erfolgen ist die Übereinstimmung meines Tuns und Lassens mit der großen Linie der eigenen Lebensvorstellung. Was „passt“, macht Sinn und gibt das Gefühl von Kohärenz, d.h. von einer Übereinstimmung mit dem Ganzen des Lebens (= Gefühl des Vertrauens, dass das Leben „verstehbar, handhabbar und bedeutsam“ ist [A. Antonovski]).<sup>19</sup>

---

<sup>15</sup> Monika Müller, Dem Sterben Leben geben. Die Begleitung sterbender und trauernder Menschen als spiritueller Weg, Gütersloh 2007, S. 76.

<sup>16</sup> Thomáš Halík, Ich will, dass du bist. Über den Gott der Liebe, Freiburg(Br. 2015, S. 11.

<sup>17</sup> Emanuel Levinas: Ethik und Unendliches. Gespräche mit Philippe Nemo, hg. V. P. Engelmann, Granz/Wien 1986, S. 92.

<sup>18</sup> Vgl. Christoph Hutter, a.a.O., S. 25.

<sup>19</sup> Vgl. Christoph Hutter, a.a.O., S. 25-27.

Papst Franziskus benennt es in der Enzyklika „Laudato si“ so: „Die Genügsamkeit, die unbefangen und bewusst gelebt wird, ist befreiend. Sie bedeutet nicht weniger Leben, sie bedeutet nicht geringere Intensität, sondern ganz das Gegenteil. In Wirklichkeit kosten diejenigen jeden einzelnen Moment mehr aus und erleben ihn besser, die aufhören, auf der ständigen Suche nach dem, was sie nicht haben, hier und da und dort etwas aufzupicken: Sie sind es, die erfahren, was es bedeutet, jeden Menschen und jedes Ding zu würdigen, und die lernen, mit den einfachsten Dingen in Berührung zu kommen und sich daran zu freuen. So sind sie fähig, die unbefriedigten Bedürfnisse abzubauen, und reduzieren die Ermüdung und das versessene Streben. Man kann wenig benötigen und erfüllt leben, vor allem, wenn man fähig ist, das Gefallen an anderen Dingen zu entwickeln und in den geschwisterlichen Begegnungen, im Dienen, in der Entfaltung der eigenen Charismen, in Musik und Kunst, im Kontakt mit der Natur und im Gebet Erfüllung zu finden. Das Glück erfordert, dass wir verstehen, einige Bedürfnisse, die uns betäuben, einzuschränken, und so ansprechbar bleiben für die vielen Möglichkeiten, die das Leben bietet.“<sup>20</sup>

#### **(4) Die gelungene Halbheit schätzen.**

„Gegen den Totalitätsterror möchte ich die gelungene Halbheit loben.“<sup>21</sup> Das Fragment ist es wert, dass es geschätzt wird.<sup>22</sup> Hinreichend gut zu sein ist viel, die Ganzheit schenkt uns am Ende Gott, so der christliche Glaube (vgl. 1 Kor 13,1-13). Also: grün: Auf Gott vertrauen! (vgl. Ex 23,11-12)

#### **(5) In Kon-Takt sein**

Es erfüllt mit Frieden, mit anderen gut in Kontakt zu sein, im „Kon-Takt“, im Takt des anderen mitgehen und, falls nötig, verweilen. Auch wenn das Zusammenleben nur ein zerbrechliches Glück garantieren kann, es ist besser als Isolation. Also: grün: gerne mit anderen leben! Und dabei gilt es, realistisch zu bleiben. Wir wissen: Es gibt kein Glück außerhalb der Liebe, doch die Liebe ist sterblich! Deswegen sind die gelungenen Augenblicke im zerbrechlichen Glück sehr wertvoll. Sie gilt es zu schätzen.

#### **(6) Sich überraschen lassen**

Mitten im Unterwegssein in der Moderne passiert es dann doch immer wieder, dass ich von etwas angerührt und ergriffen werde, das ich morgens nicht geahnt und schon gar nicht geplant habe. Es geschieht etwas, das in mir Resonanz findet, dass mich plötzlich voll da sein lässt und vielleicht ganz weg sein lässt, dass ich in eine Beziehung gerate, die mich mitnimmt, die mich nicht kalt lässt: das kann das Gesicht eines Menschen sein, eine Zeile aus einem Buch, ein unerwartetes Wiedersehen, ein Psalmvers, die Frage oder Beobachtung eines Kindes, die Verzeihung durch eine Menschen, den ich verletzt habe und der wieder gut zu mir ist, eine unerwartete Hilfe, wo Hilfe unmöglich schien, ein Wort aus einer Predigt, ein Lied. Oder ich sehe ein Film und bin tief berührt, bin in eine andere Welt versetzt. Ich bin unterwegs im Auto und es wird eine Musik eingespielt, an die ich vorher im Traum nicht gedacht habe, die aber ganz viele Erinnerungen weckt. Das kann allein die kraftvolle Stimme

---

<sup>20</sup> Papst Franziskus, Ezyklika „Laudato si“. Über die Sorge für das gemeinsame Haus, 2015, Nr. 223.

<sup>21</sup> Vgl. Fulbert Steffensky, Das Ganze im Fragment, a.a.O. – 2. Abschnitt

<sup>22</sup> Vgl. Henning Luther, Identität und Fragment, in: Religion und Alltag. Bausteine zu einer Praktischen Theologie des Subjekts, Stuttgart 1992, S. 160-182.



einer Sängerin sein, die mich anrührt. Solche Augenblicke und viele andere dieser Art gibt es. Sie passieren.<sup>23</sup>

Die Gefahr ist, dass ich der Resonanz, die sie in mir auslösen, keinen Raum schenke, dass ich keine Zeit habe, sie zu verkosten, zu genießen, weil schon wieder das nächste dran ist.

Oder ich merke: das, was die anderen in meiner Büroetage leisten oder in Vorträgen oder Seminaren oder der Begleitung von Menschen, in der Seelsorge, das ist so wichtig, aber es kommt nicht ins Gespräch. Wir geben keine Resonanz, ich könnte auch sagen, kein Feedback. Es kommt zum Verstummen. Manchmal geht das so weit, dass man nicht mehr weiß, was man sagen soll. Traurigkeit, Isolierung, Entfremdung sind die Folgen verweigerter Resonanzgebung. Das sind – so Hartmut Rosa – die Hauptursachen für Burnout: Resonanzlosigkeit, Entfremdung, Verstummen, Eingezwängtheit in Arbeitsverhältnisse, die notgedrungen aushalten muss. Die Welt und meine Arbeit verlieren ihre Ziele, ich verliere die Lust.

Wir können das, was uns anrührt und ergreift, nicht machen, wohl aber können wir so leben, dass uns nichts mehr anrührt und ergreift. Dagegen sind das Bemühen um Offenheit und der Versuch hilfreich, der gefühlten Resonanz einen Augenblick Zeit zu gönnen. Diese Augenblicke sind dann gefüllte Zeiten, Augenblicke der Gnade, Augenblicke, in denen uns das größere Geheimnis anrührt, das wir Gott nennen. Michael Schüßler spricht in diesem Zusammenhang davon, dass wir uns Räume bewahren, in denen sich die Gnade ereignen kann. Er spricht von einer „Liquid Church“ gegenüber einer „Solid Church“<sup>24</sup> und schreibt:

„Als Christen sind wir berufen, Zeugnis zu geben für das Ereignis der Gnade Gottes. Wir sind nicht die starken Subjekte, welche die Welt und unsere Beziehungen nach Gottes Plan einfach umgestalten könnten, wenn nur viel mehr in dieser Pfarrei oder jener christlichen Initiative mitmachen würden. Vielmehr entsteht unsere Existenz erst in den Ereignissen, in denen wir Gottes Gnade vermuten dürfen. ... Spirituell wird es darauf ankommen, einem pastoralen Ereignis, wo auch immer es denn passiert, wirklich zu trauen. Und zwar auch dann, wenn damit kein Gemeindemitglied gewonnen wird und man nicht weiß, ob eine Geschichte mit Gott gerade begonnen, fortgesetzt oder unterbrochen wurde. Man denke nur an eine flüchtige Begegnung in den Räumen einer Citykirche, oder wenn es nur darum geht, eine Kerze zu entzünden. „*Communio*-Denken ist hier eher fehl am Platz und kann als vereinnahmend oder zudringlich abgewiesen werden.“ (Ebertz, Kirche in der bürgerlichen Fremde, 245). Pastoral geht es um den gegen die institutionelle Schwerkraft der Organisation Kirche immer wieder aufbrechenden Impuls, kirchliches Handeln nicht über Bindung und Kontinuität, sondern als Ereignis zu entwerfen. Ereignisbasierte Pastoral „will alle Menschen im Blick haben - aber eben nicht volkswirtschaftlich-beheimatend und tendenziell vereinnahmend, sondern eher im Blick auf eine Kirche, die über sich hinauswächst. Nicht vorgedachte Kirchlichkeit ist das Ziel, sondern Leben in der Fülle der Gegenwart Christi“<sup>239</sup> (Hennecke, Wir haben hier keine bleibende Stadt, 251f.) Kirche ereignet sich nicht nur in der gezielten Weiterentwicklung gegenwärtiger Strukturen, sondern durch das wild bewegte und meist nicht sofort sichtbare „doing church“ der Gläubigen, der Suchenden, der Zweifelnden, der Trauernden oder der Wie-neu-Geborenen.“<sup>25</sup>

## **(7) Gott vertrauen**

---

<sup>23</sup> Vgl. Hartmut Rosa, Thesen, a.a.O., These 10.

<sup>24</sup> Michael Schüßler, a.a.O., S. 276.

<sup>25</sup> Michael Schüßler, a.a.O. S. 276-277.

Ein letztes: Auf Gott vertrauen.

Es war für mich sehr eindrücklich, als P. Stephan Kessler bei der Eröffnungsfeier dieses Jahres „... damit sie zu Atem kommen“ in Lingen die Stelle aus dem Buch Exodus ausgelegt hat, wo das Volk Israel durch das Rote Meer zieht, die Wasser stehen zu beiden Seiten, die Verfolger aus Ägypten sind ihnen dicht auf den Fersen und wo Mose dann zum Volk sagt – wie gesagt: mitten in der Bedrängnis:

„Mose aber sagte zum Volk: Fürchtet euch nicht! Bleibt stehen und schaut zu, wie der Herr euch heute rettet. Wie ihr die Ägypter heute seht, so seht ihr sie niemals wieder. Der Herr kämpft für euch, ihr aber könnt ruhig abwarten“ (Ex 14,13-14).

Ich finde ähnliche Anfragen an unser Gottvertrauen im Buch des Propheten Jesaja im 7. Kapitel. (Jes 7,7.10-14) Es ist die Zeit des sogenannten Syrisch-efraimitischen Kriegs (734/33 v. Chr.) Ziel dieses Krieges ist es, Juda als Verbündeten gegen Assyrien zu gewinnen. In diese Situation hinein spricht der Prophet: „Das Haupt von Efraim ist Samaria / und das Haupt von Samaria ist der Sohn Remaljas. / Glaubt ihr nicht, so bleibt ihr nicht“ (V. 7). Und weiter: „Der Herr sprach noch einmal zu Ahas; er sagte: Erbittle dir vom Herrn, deinem Gott, ein Zeichen, sei es von unten, aus der Unterwelt, oder von oben, aus der Höhe. Ahas antwortete: Ich will um nichts bitten und den Herrn nicht auf die Probe stellen. Da sagte Jesaja: Hört her, ihr vom Haus David! Genügt es euch nicht, Menschen zu belästigen? Müsst ihr auch noch meinen Gott belästigen? Darum wird euch der Herr von sich aus ein Zeichen geben: Seht, die Jungfrau wird ein Kind empfangen, sie wird einen Sohn gebären und sie wird ihm den Namen Immanuel (Gott mit uns) geben“ (Jes 7,10-14).

**Literatur:**

Henning Luther, Identität und Fragment, in: Religion und Alltag. Bausteine zu einer Praktischen Theologie des Subjekts, Stuttgart 1992, S. 160-182.

Reinhard Feiter, Trösten – oder: die Kunst, nicht trösten können zu wollen, in: Pastoraltheologische Informationen 26 (2005), 149-160.

Fulbert Steffensky, Sterben in einer Gesellschaft der Sieger. Ein Plädoyer für den Mut zur Endlichkeit, in: Manuskript des Vortrags vom 08.11.2006 in St. Jakobi, Hamburg.

Monika Müller, Dem Sterben Leben geben. Die Begleitung sterbender und trauernder Menschen als spiritueller Weg, Gütersloh <sup>3</sup>2007.

Erhard Weiher, Das Geheimnis des Lebens berühren. Spiritualität bei Krankheit, Sterben und Tod. Eine Grammatik für Helfende, Stuttgart <sup>2</sup>2009.

Michael Schüßler, Mit Gott neu beginnen. Die Zeitdimension von Theologie und Kirche in ereignisbasierter Gesellschaft, Stuttgart 2013.

Hartmut Rosa, Weltbeziehung im Zeitalter der Beschleunigung, Berlin 2012.

Hartmut Rosa, Beschleunigung und Entfremdung, Berlin <sup>4</sup>2014.

Papst Franziskus, Laudato si. Über die Sorge für das gemeinsame Haus, in: DBK, Verlautbarungen des Apostolischen Stuhls – Nr. 202 – Mai 2015.

Ralf Konersmann, Die Unruhe der Welt, Frankfurt a.M. 2015.

Christoph Hutter, Wer rote Ampeln überfährt, gefährdet sich und andere – Von der Kunst, auch mal stehen zu bleiben, in: Salzburger Vortrag - Manuskript 2015 - Quelle: Korrespondenzadresse: Dr. Christoph Hutter: [christoph-hutter@t-online.de](mailto:christoph-hutter@t-online.de)

