

Trauer – Klage – Verlust

Wie passen ein guter Gott und schlechte Gefühle zusammen?

Ich möchte heute über das Thema Trauer, Klage und Verlust reden und darüber, wie wir als Gemeinde damit umgehen.

Jetzt haben wir heute die Kindersegnung von Raphael und dann gleichzeitig ein solch eher schwieriges Thema – ich hoffe, das ist trotzdem in Ordnung und ihr könnt auch bei diesem Thema etwas für euch mitnehmen.

Seit Januar nehmen wir in der Gemeindeleitung ein Jüngerschaftsbuch in 10 Kapiteln durch. Es heisst „Emotional gesunde Nachfolge“ und stammt von Pete Scazzero. Eines der Kapitel im Buch lautete:

Die Schätze entdecken, die in Trauer und Verlust verborgen sind.

Nachdem ich dieses Kapitel gelesen und wir als Gemeindeleitung darüber gesprochen hatten, war mir klar – ich möchte darüber im Gottesdienst predigen.

Was qualifiziert mich, Gernot, etwas zu diesem Thema zu sagen? Diese Frage hatte ich mir im Vorfeld immer wieder gestellt.

Bislang sind wir als Familie von grösseren Schicksalsschlägen verschont geblieben.

- Wir hatten keine lebensbedrohliche ärztliche Diagnose.
- Wir haben keines unserer Kinder durch Unfall oder Krankheit verloren.
- Auch in unserem familiären Umfeld gab es keine auffälligen Schicksalsschläge.
- Fast alle unsere Eltern leben noch.

Was also qualifiziert mich, über dieses Thema zu sprechen?

→ Auch ich habe schon die ein oder andere Tiefe des Lebens erlebt:

- Ich kenne Depression und Suizid-Gedanken, die irgendwann dazu führten,

dass meine Frau mich zu einem Therapeuten schickte, weil sie die Last nicht mehr tragen konnte.

- Ich kenne Arbeitslosigkeit, die einem deutlich macht, wie sehr in unserer Gesellschaft der Job uns Identität gibt, selbst wenn wir das gar nicht wollen.
- Ein abgebrochenes Hochschulstudium liegt hinter mir – wohl der Tiefpunkt meines Lebens, der mich damals in einem Tal der Tränen zurückgelassen hat.

All diese Erfahrungen sind jedoch nicht endlich, wie es der Tod ist – dessen bin ich mir vollkommen bewusst. Und doch haben diese Dinge Schmerz und Leid in meinem Leben verursacht, was auch meine Gottesbeziehung erschütterte.

Aber vielleicht qualifiziert mich einfach nur mein Menschsein und mein Glaube, durch den ich mit Gott verbunden bin.

Was ich sagen möchte – ich masse mir nicht an, die Not und das Leid der Betroffenen zu kennen. Ich kann nicht mitreden. Und selbst, wenn ich einen grossen Schicksalsschlag erlebt hätte, hätte ich es doch ganz anders erlebt als andere Menschen. Wir können einen Schicksalsschlag nicht auf einen anderen übertragen.

Dieser Punkt betrifft übrigens uns alle. Wir kennen nicht das Leid und die Not einer betroffenen Person, selbst wenn wir ihr nahestehen. Wir sollten deshalb möglichst Worte wie, „ich verstehe dich“, oder „das kann ich gut nachvollziehen“ vermeiden, weil wir es nicht können. Was wir aber können ist:

- Wir können zuhören.
- Wir können mitweinen.
- Wir können einfach da sein.

Dafür sind wir qualifiziert. Alles andere ist eine sehr individuelle Frage.

Heute in der Predigt geht es mir nicht nur darum, wie du – wenn du einen Schicksalsschlag erlebt hast – damit umgehen kannst. Sondern es geht mir ganz wesentlich auch darum, wie wir als Gemeinde damit umgehen, wenn ein Glied der Gemeinde leidet.

Welche Art von Theologie haben wir zum Thema Trauer, Klage und Verlust?

Welche Kultur haben wir miteinander – wie gehen wir damit um, wenn jemandem etwas zugestossen ist?

In dem Buch von Pete Scazzero schreibt er:
*Nur ganz wenige Christen der westlichen Welt haben ein umfassendes Verständnis von Verlust und Trauer und bringen beides in Zusammenhang mit Gott, mit geistlicher Reife und der Verbreitung von Jesu Botschaft. Wir glauben nämlich fälschlicherweise, das bewusste Durchleben unserer Trauer würde uns bremsen und daran hindern, Gottes Auftrag in der Welt zu erfüllen. Tatsächlich ist genau das Gegenteil der Fall. (...)
Warum also sind wir allergisch gegen Verlust und Trauer und die vielen Schätze, die darin verborgen sind?
Dies hat zwei Hauptgründe: unsere Furcht vor Kontrollverlust und eine fragwürdige Theologie, die Verluste als unerwünschte Störungen deutet.*

→ Warum also sind wir allergisch gegen Verlust und Trauer und die vielen Schätze, die darin verborgen sind?

Schauen wir uns diese Aussage einmal genauer an.

In regelmässigen Abständen erfahren wir von Glaubensgeschwistern in der Gemeinde, die einen Schicksalsschlag erleiden.

- Wie gehen wir auf diese Menschen zu, wenn wir davon hören?
- Wie gehst du damit um, wenn du selbst betroffen bist?

1. Schauen wir uns zuerst die Betroffenen an.

Ich stelle in Gesprächen fest, dass viele sich damit schwertun, zu klagen!

„Ich will nicht *jomere*, denn es geht mir gut!“
Gleichzeitig spürt man dieser Person ab, dass sie leidet!

Woher kommt das Verständnis, dass wir unser Leid und unseren Schmerz nicht beklagen dürfen?

Manchmal habe ich den Eindruck, dass wir unserem Gottesbild nicht zumuten wollen, dass etwas Schreckliches passieren kann.

Ein guter Gott kann und wird nur gut und perfekt mit mir handeln. Weil ich an einen guten Gott glaube, muss es mir auch gut gehen! Ganz sicher darf ich nicht anfangen zu klagen und damit vielleicht sogar Gott anklagen! Denn Gott ist gut – ich sollte einfach über den Schmerz hinwegkommen – irgendwie!

Solche Gedankenmuster helfen natürlich nicht, Schmerz, Trauer und Leid zu verarbeiten.

Wir denken dabei, dass diese Gefühle überwunden werden müssen, da sie uns scheinbar im Weg stehen, unseren Glauben gut zu leben.

Verstärkt werden diese Gedankenmuster durch die vielen Aufforderungen der Bibel, dass wir Gott gegenüber dankbar sein und uns freuen sollen.

Ps 103,2 Lobe den HERRN, meine Seele, und vergiss nicht, was er dir Gutes getan hat:

Phil 4,4 Freuet euch in dem Herrn allewege, und abermals sage ich: Freuet euch!

1 Thess 5,16 Seid allezeit fröhlich, / 18 seid dankbar in allen Dingen; denn das ist der Wille Gottes in Christus Jesus für euch.

Wir reißen diese Verse aus dem Zusammenhang und sehen nichts anderes mehr. Denn in all diesen Aussagen vergessen wir, dass die Bibel eben auch sehr häufig Menschen zitiert, denen es nicht gut geht, die klagen, weinen, Schmerzen erleiden und mit diesem Schmerz vor Gott kommen.

Das Buch der Psalmen zum Beispiel ist voll von Klagen gegen Gott und gegen das Leben.

In rund 40 Psalmen Klagen die Schreiber und bitten Gott um sein Eingreifen. Fast 110 Psalmen reden über die Feinde Gottes und darüber, wie sie den Gläubigen das Leben schwer machen.

Und nicht jeder Psalm endet mit Hoffnung und Zuversicht. Zum Beispiel lesen wir in den letzten drei Verse von Psalm 88:

17 Dein glühender Zorn hat mich zu Boden geschmettert, deine schreckliche Strafe hat mich vernichtet! 18 Die Angst bedrängt mich von allen Seiten, vor dieser tödlichen Flut gibt es kein Entrinnen. 19 Du hast erreicht, dass mir alle den Rücken kehren, Freunde und Nachbarn gehen mir aus dem Weg. Mein einziger Begleiter ist die Finsternis.

→ es gibt Klagen und Trauer in der Bibel, die hoffnungslos enden. Auch wir fühlen uns manchmal hoffnungslos und dürfen dies so Gott sagen!

Auch Paulus kennt das Klagen. Er schreibt darüber an die Christen in Korinth:

2 Kor 1,8b: Liebe Brüder und Schwestern! Ihr sollt wissen, dass wir in der Provinz Asia Schweres erdulden mussten. Wir waren mit unseren Kräften am Ende und hatten schon mit dem Leben abgeschlossen.

Klage darf und muss Raum haben in unserem Glaubensleben UND in unserer Gemeinde.

Unserer Seele geht es nicht gut, wenn uns ein Schicksalsschlag trifft. Wenn wir ihn dann noch verdrängen, wird alles schlimmer.

Wir verbiegen unsere Seele, wenn wir sie dazu zwingen, die Gefühle der Trauer, des Zorns und der Wut zu ignorieren. Diese Gefühle haben bei Gott Platz und sie sind sogar enorm wichtig, um das erlebte Ereignis verarbeiten zu können.

Mit einem Schicksalsschlag wird unser

ganzer Glaube auf die Probe gestellt und bringt mich zum Schwanken und Zweifeln.

Pete Scazzero sagt in seinem Buch, dass es wichtig ist, dass wir uns auf diese Erschütterung einlassen, weil es uns Hilft, in unserem Glauben zu reifen und in die Tiefe zu wachsen.

Ausserdem befreit es Gott aus einer falschen Theologie, die zum Beispiel lauten könnte: „mit Gott geht es mir immer gut und ich muss mich jederzeit freuen“.

Diese Theologie funktioniert nach einem Schicksalsschlag nicht mehr.

→ Dies abzulegen kann uns in eine tiefere und authentischere Beziehung mit Gott führen.

2. Wie gehen wir mit Schicksalsschlägen um, die andere erfahren?

Es gibt ganz unterschiedliche Wege, darauf zu reagieren:

- Manche reagieren gar nicht, weil sie schlichtweg überfordert sind. Bloss nicht ansprechen, dann existiert es nicht.
- Einige haben wenig hilfreiche Bibelverse parat: „Bei Gott dient uns alles zum Besten“ (Röm 8,28.) Solch ein Spruch kann einen auch mal erschlagen und verletzen.
- Wir fragen nach „wie geht es dir?“ und eigentlich wollen wir nur hören, „gut“. Mit der Antwort „mir geht es schlecht“ tun wir uns schwer. Es soll bloss wieder alles normal sein.
- Wir nicht direkt Betroffenen haben häufig den Eindruck, dass die Trauer mit der Abdankung doch abgeschlossen sein sollte – oder zumindest nach ein paar Monaten oder einem Jahr es wieder „normal“ sein sollte. Aber „normal“ wird es nicht mehr werden.
- Wenn ein Mann seine Ehefrau verliert, dann wird er eingeladen, weil ja die Person fürs Kochen und den Haushalt verstorben ist. Wenn der Ehemann stirbt und die Frau als Witwe zurückbleibt, sieht

es häufig anders aus.

- In unseren Gottesdiensten singen wir Lieder der Freude, wir singen über Gottes Treue und seine Güte. Wir vergessen dabei manchmal diejenigen, die trauern und denen diese Worte der Freude und des Lobs gerade nicht über die Lippen kommen wollen.
- Wir haben keine gemeinschaftliche Trauerkultur, wie es zum Beispiel in der arabischen Welt der Fall ist, wo man als Nachbarn auf die Strasse geht und den Tod eines Verwandten lautstark beweint. In unserer Kultur lebt man die Trauer eher individuell und damit leider manchmal auch sehr einsam.
- Der Tod ist bei uns weitestgehend Privatsache und ich sage das nicht als Vorwurf, sondern ich stelle dies in meiner Beobachtung fest.
- auch als Freikirche orientieren wir uns bislang nicht am Kirchenjahr, wo zumindest in den Landeskirchen an Allerheiligen Ende November an die Verstorbenen gedacht wird. Vielleicht werden wir das ändern, um der Trauer und des Verlusts bewusst Raum in unserer Gemeinde zu geben.

Wenn wir einander unterstützen wollen, dann kann das recht einfach gelingen:

- Wir stellen ehrlich Fragen – wie geht es dir? Und keine Suggestivfragen „Geht es gut?“
- Wir können andere im Gebet unterstützen – und ihnen sagen „ich bete regelmässig für dich.“
- Wir können eine Notiz schreiben, einen Brief oder eine WhatsApp.
- Wir können auf die Person zugehen und sagen, „mir fehlen die Worte, ich möchte aber, dass du weisst, dass ich an dich denke.“
- es reichen auch schon kleine Gesten, weil sie zeigen, dass die oder der andere gesehen wird!

den Briefzeilen, die Paulus ebenfalls an die Korinther geschrieben hat. Er sagte eben nicht nur „Wir waren mit unseren Kräften am Ende und hatten schon mit dem Leben abgeschlossen.“ Sondern er schrieb ihnen auch folgende Worte:

2 Kor 4,16-18

16 Darum verlieren wir nicht den Mut. Wenn auch unsere körperlichen Kräfte aufgezehrt werden, wird doch das Leben, das Gott uns schenkt, von Tag zu Tag erneuert.

17 Was wir jetzt leiden müssen, dauert nicht lange. Es ist leicht zu ertragen und bringt uns eine unendliche, unvorstellbare Herrlichkeit.

18 Deshalb lassen wir uns von dem, was uns zurzeit so sichtbar bedrängt, nicht ablenken, sondern wir richten unseren Blick auf das, was jetzt noch unsichtbar ist. Denn das Sichtbare vergeht, doch das Unsichtbare bleibt ewig.

Dem habe ich nichts hinzuzufügen. Seid gesegnet.

AMEN

*© Chrischona Amriswil
Sandbreitestrasse 1
8580 Amriswil
www.chrischona-amriswil.ch*

Ich möchte die Predigt heute beenden mit