



Wie ist die Stimmung?

Zitternd umschlungen sitzt ein Paar mittleren Alters auf dem Wohnzimmersofa und starrt auf den Fernsehbildschirm. „Ich hoffe, Sie hatten viel Spaß bei unserem weltpolitischen Jahresrückblick für 2018“, so eine Sprechblase aus dem Gerät. – Spiegelt diese Karikatur aus dem *Stern*-Sonderheft vom 15.12.2018 das allgemeine Gefühl der Menschen in unserem Land wider? Angst und Schrecken, Sich-bedroht-fühlen, Orientierungslosigkeit im Nichtwissen, was hinter der nächsten Kurve kommt?

Gewiss, die globalen Themen wie Erderwärmung, Rechtspopulismus, Terrorismus, Cyberkriminalität, Nuklearwaffen oder die Ressourcenverteilung können einen ebenso täglich beunruhigen wie die Sorgen vor der eigenen Haustür oder gar im privaten Leben: unser Gesundheits- oder Rentensystem, der Fachkräftemangel, die soziale Schere, die sogenannte Überfremdung, der Feinstaub oder der nächste Bahnstreik.

Wen wundert's, wenn da ab und an Zittern und Bangen in unsere Straßen und Wohnzimmer einziehen und damit der verstärkte Wunsch, sich selbst und die Seinen zu schützen – wenn's sein muss, wie ein Igel mit aufgestellten Stacheln?

Ein gesellschaftlicher „Klimawandel“ ist im Gange. Von einer „neuen Aggressivität“ ist die Rede, von erhöhter Eskalationsbereitschaft und von skrupellosen Grenzüberschreitungen und Bloßstellungen. „Ellbogen raus. Aggressivität ist die neue Tugend im Job“ (Kölner Rundschau). Eine Verrohung der Sprache und ein „digitaler Darwinismus“ werden beklagt. Bereits unter Kindern sind zunehmend Mobbing und Gewalt im Netz oder auf dem Schulhof zu beobachten. Früher hätten die Leute ihren Unmut in Bürgersprechstunden oder Anhörungen geäußert, so der Bürgermeister einer niedersächsischen Kleinstadt, „heute gehen sie

gleich an die Presse oder ins Netz. Regelmäßig werde ich dort verprügelt.“

Wo finden wir Halt in solch einer krisenhaften Zeit, in der die Grundlagen des eigenen Lebens bedroht sind? Was ist unsere wichtigste Wurzel, wenn lebenslange Werte in Frage gestellt werden und immer weniger gelten? Wo ist ein verlässlicher Kompass, wenn Menschen eindimensionalen Denkweisen verfallen und blind-wütend und giftspritzend umhertreiben?

Vertrauenstärkende Maßnahmen

Vielleicht kann es uns zunächst einmal gelingen, mehr zu vertrauen,

- dass früher nicht alles besser war;
- dass in jeder Krise (aus dem Griech.: *krisis* = Unterscheidung) eine Chance steckt;
- dass ein Wandel nicht automatisch einen Verlust bedeuten muss und wenn doch, dass Verlust und Verzicht letztlich auch heilsam und befreiend sein können.

Hören wir vielleicht neu das bekannte Wort von Johannes XXIII., Anfang der 1960-er Jahre in vergleichbarer kirchlicher und gesellschaftlicher Umbruchzeit formuliert:

„Wer glaubt, der zittert nicht. Er überstürzt nicht die Ereignisse. Er ist nicht pessimistisch eingestellt. Er verliert nicht die Nerven. Glauben, das ist Heiterkeit, die von Gott stammt.“

Mit den Augen des Glaubens

Damals, in derselben Zeit, forderte das Zweite Vatikanum dazu auf, „nach den Zeichen der Zeit zu forschen und sie im Licht des Evangeliums zu deuten“ (Gaudium et Spes 4) – ignatianisch gesagt: Die Absicht Gottes in der Gegenwart, so wie sie gerade ist, zu suchen, denn „Gott umarmt uns durch die Wirklichkeit“ (Willi Lambert

SJ). Und wer gläubig auf die Wirklichkeit sieht, betrachtet sie mit anderen Augen. „Christen sind keine Wirklichkeitsflüchtlinge. Der Glaube ist keine Sonderwelt“ (Manfred Scheuer).

Was Halt gibt

Um in aller Informationsflut besser mit den Augen des Glaubens sehen zu können, ist es hilfreich, sich mit Gleichgesinnten über die eigenen Wahrnehmungen, Erfahrungen und Gefühle auszutauschen. Sich gegenseitig mitzuteilen, auch sachlich zu informieren und auch persönlich hinterfragen zu lassen, hilft beim „Unterscheiden der Geister“. Dafür sind Twitter- oder Whatsapp-Formate und dgl. eindeutig zu begrenzt. Geht es doch darum, ein Sensorium für Stimmungen, Richtungen und Hintergründe zu entwickeln und diese besser filtern und differenzieren zu können. Außerdem können in Gespräch und Austausch Schritte überlegt oder angezeigt werden, wo jemand - zum Beispiel ein Lehrer an der Schule - gegen Hass und Hetze ein Zeichen setzen beziehungsweise auch einschreiten kann.

Persönlich miteinander zu sprechen oder auch die Geistliche Begleitung kann helfen, das Erfahrene im Tagesrückblick und im Gebet schließlich vor Gott zu bringen und nach göttlichem „Trost“ darin zu lauschen – nach Zunahme an Glaube, Liebe und Hoffnung, selbst wenn das auf den ersten Blick ziemlich aussichtslos scheint. Manchmal zeigen sich jedoch im Rückblick Hoffnungskörnchen, Ideen oder Einfallsritzten, um z.B. am Arbeitsplatz den Absender eines vernichtendes Urteils oder einer eiskalten Geste zu konfrontieren, auch wenn das Mut kostet bzw. den rechten Rahmen und Zeitpunkt braucht. Doch „wer wirklich will, dem ist nichts schwer; am allerwenigsten, wenn es aus Liebe zu unserem Herrn Jesus Christus geschieht.“ (Ignatius von Loyola)

Liebende Aufmerksamkeit?

Auf Hetze, boshafte Darstellungen oder fake news mit der ignatianisch eingeübten „liebenden Aufmerksamkeit“ zu schauen, fällt wohl nicht immer leicht. Aber überlassen wir es doch vor allem dem Herrn, der „*das gesamte Erdenrund voll von Menschen überschau(t) ... in so großer Verschiedenheit der Tracht wie des Benehmens, die einen weiß und die anderen schwarz, die einen im Frieden und die andern im Krieg, die einen weinend und die andern lachend, die einen gesund und die andern krank, die einen geborenwerdend und die andern sterbend*“ (Exerzitienbuch 102/106). Gott sieht und weiß ja! Und es sind ja *Seine* liebenden und *Seine* erbarmenden Augen, die aufmerksam schauen! So auch auf unsere oftmalige Ohnmacht und Ratlosigkeit, so wir sie Ihm bringen.

Zuversicht (ver)suchen

Wir können selber versuchen und auch andere dazu ermutigen, in einer krisenhaften Situation weniger die Rolle des stacheligen Igels einzunehmen und stattdessen die des dritten Frosches aus der bekannten Parabel:

Drei Frösche, wir nennen sie Optimismus, Pessimismus und Zuversicht, fallen in einen Topf Sahne. Der Pessimist denkt: „Oje, wir sind verloren, jetzt gibt es keine Rettung mehr.“ Sagt's und ertrinkt. Der Optimist gibt sich unerschütterlich: „Keine Sorge, nichts ist verloren. Bald wird uns eine höhere Macht retten.“ Er wartet und wartet und ertrinkt ebenso wie er erste. Der dritte, zuversichtliche Frosch sagt sich: „Schwierige Lage, da bleibt mir nichts anderes übrig, als zu strampeln.“ Er reckt den Kopf über die Oberfläche und strampelt und strampelt, bis die Sahne zu Butter wird und er sich schließlich mit einem Sprung aus dem Topf retten kann. (Vgl. *Die Zeit* 15.11.2018)

Zuversicht statt Resignation und Selbstmitleid! Zuversicht als Haltung und Treibstoff!

Leider ist es uns nicht auf die Stirn gedruckt wie dem amerikanischen Dollarschein: „IN GOD WE TRUST“, aber könnten wir als Christen nicht oftmals mehr Vertrauen und Zuversicht ausstrahlen und sie hineinrufen in den Wald voller Angst? Und damit den Teufelskreis von Angst – Aggressivität – Angst ... durchbrechen?

Was außerdem „taugt“

Neben der Zuversicht gibt es noch andere Haltungen, die besonders in kritischen Zeiten Halt geben können. In seinem Büchlein *„Was in Krisen zählt. Wie Leben gelingen kann“* schreibt Michael Bordt SJ, dass wir „bestimmte innere Einstellungen ausprägen müssen ..., die vielbeschworenen Tugenden, denn sie ‚taugen‘ zum gelungenen Leben“. Vor allem nennt er die vier sogenannten Kardinaltugenden als „Dreh- und Angelpunkte, an denen sich entscheidet, ob unser Leben gelingt“: 1. Gerechtigkeit; 2. Nachdenklichkeit, Weisheit oder Klugheit; 3. Mut und Selbststand, aktuell würde man eher von Zivilcourage sprechen; 4. Selbstbeherrschung, Besonnenheit oder Maßhalten.

Diese Haltungen oder „Tauglichkeiten“ - der Professor für Philosophie nennt sie auch die „soft skills“ für ein gelungenes Leben - wollen nicht ein erhobener, sondern ein ausgestreckter Zeigefinger sein, nämlich richtungsweisend auf ein Ziel hin. Das Wort Tugend sei verwandt mit dem altgriechischen „tychein“, was bedeutet „ein Ziel erreichen“, nämlich das Ziel eines gelungenen und geglückten Lebens – persönlich wie im gesellschaftlichen oder globalen Miteinander.

Johanna Domek ergänzt und verfeinert die Kardinaltugenden unter anderem mit Mitgefühl, Gemeinschaftssinn, Zuhören, guter Rede, Ehrlichkeit, Absichtslosigkeit, Gewaltfreiheit, Zuwen-

dung, Dienstbereitschaft, Treue, Ordnung, Dankbarkeit, Gelassenheit und Segnen (*„Kompass für ein gutes Leben“*). Die Benediktinerin stellt eine Wiederentdeckung der Tugenden fest. „Sie wachsen aus der freien Entscheidung des Menschen zum Guten, was nicht immer das beste Denkbare, aber wirklich das möglichst Gute im Blick hat.“

Das „analoge“ Leben Jesu

Wie aus der Zeit gefallen klingt die Aufzählung der Tugenden, stellt man sie der „neuen Aggressivität“ gegenüber. –

Hat nicht Jesus Ähnliches erlebt? Israel litt unter den römischen Besatzern, die Nerven lagen blank, und da kommt dieser Nazarener und predigt von Feindesliebe und vom Dienen, von Vergabung und Mitgefühl: „Ich habe euch ein Beispiel gegeben, damit auch ihr so handelt ...“ (Joh 13,15).

Vielleicht hatten es die Menschen damals ohne Social Media irgendwie leichter – Jesus konnte seine Sendung in der Öffentlichkeit jedenfalls nur analog, d.h. leibhaftig leben: „Tag für Tag war ich bei euch im Tempel ...“ (Mk 14,49). - Seine Widersacher konfrontierte er von Angesicht zu Angesicht: „Was für Gedanken habt ihr im Herzen?“ (Mk 2,8). - Nicht übergriffig, sondern behutsam und abwartend eröffnete er den Diskurs: „Simon, ich möchte dir etwas sagen“ (Lk 7,40). – Belasteten Menschen begegnete er mit Zeit, Zuprsuch und auch körperlicher Berührung, die Intimsphäre wahrend: „Er nahm ihn beiseite, von der Menge weg, legte ihm die Finger in die Ohren und berührte seine Zunge mit Speichel ...“ (Mk 7,33). - Zweifelnden gab er Halt und Orientierung: „Da streckte Jesus sogleich seine Hand aus und fasste ihn“ (Mt 14,31).

Wie Jesus sollen wir uns als Christen ebenso wenig heraushalten aus der Lebenswelt jedweder

Mitmenschen, die uns angehen. Wir sollen uns den Ängsten, Bedürfnissen und Abgründen unserer Nächsten nicht entziehen. Jesus hat sich auf die Verschiedenartigkeit der Menschen eingelassen - oft auch konfrontierend -, egal, ob jemand seiner Meinung oder sein „Typ“ war oder nicht.

Mit seinen Verbündeten oder auch für sich allein hat er immer wieder Rückzugsorte aufgesucht, um von dort wieder neu hinauszugehen zu dem, was ihn erwartete. Immer wieder: Sammlung und Sendung, Beten und Handeln.

An Jesu Haltung können wir auch im Jahr des Herrn 2019 ablesen, wie es gehen kann, die Umbrüche unserer Zeit und in unserem Land mitzutragen, mitzugestalten, sie nach den je eigenen Möglichkeiten auch zu kritisieren und zu beklagen; zu „streiten, ohne Schaum vor'm Mund“ (Frank-Walter Steinmeier) und Unterschiede auszuhalten. Mit unseren je persönlichen „Tugenden“ - Talenten, Vorlieben, Werkzeugen, Charismen – sollten wir nach Dialog, nach Kompromissbereitschaft und Konsens und vor allem nach dem Gemeinsamen und Verbindenden unter den Menschen suchen.

Ein Gedicht von Rose Ausländer mahnt uns gerade in Zeiten von Zerrissenheit und Teilung, von sozialer, ethnischer und religiöser Verschiedenheit, das Gemeinsame nicht zu vergessen; haben wir doch nur *eine* Erde, die allen gehört:

*Gemeinsam
Vergesst nicht
Freunde
wir reisen gemeinsam
besteigen Berge
pflücken Himbeeren
lassen uns tragen
von den vier Winden*

*Vergesst nicht
es ist unsere
gemeinsame Welt
die ungeteilte
ach die geteilte
die uns aufblühen lässt
die uns vernichtet
diese zerrissene
ungeteilte Erde
auf der wir
gemeinsam reisen*

(Rose Ausländer)

Wer glaubt, zittert nicht. Wer glaubt, weiß sich und die eigentlich ungeteilte Erde in Gottes schöpferischer und wandelnder Hand.

Wer glaubt, wird die eigene Verantwortung weder übersehen noch sie überhöhen.

Wer glaubt, bemüht sich, das Ganze zu sehen – wechselnde Pfade, Schatten und Licht. Wer lange genug hinsieht, erkennt auch die vielen guten und konstruktiven Kräfte, die sich der Angst und den Widerwärtigkeiten entgegenstellen.

Wer glaubt, will ansteckend sein und nicht abgeschottet.

Wer glaubt, kommt zwar oft um's Strampeln nicht herum, sollte sich aber die „Heiterkeit, die von Gott stammt“, nicht nehmen lassen.

Marlies Fricke, geb. 1962, Sekretärin, Mitglied der GCL, ehrenamtlich tätig in geistl. Begleitung und Exerzitenbegleitung