

Das Böse meiden

Immer wieder treffe ich auf Menschen, denen es das Leben zerschossen hat. Dabei kann dieses „es“ vielfältig sein: von familiären Problemen über Schwierigkeiten in der Arbeitswelt bis hin zu körperlichen oder seelischen Leiden. Wie tief die Not geht, ist dabei ganz verschieden. Und wie tief eine Not sich anfühlt, natürlich auch.

Wenn Menschen Elend geschieht, die wir kennen, dann würden wir gern helfen. Irgendetwas tun, damit es dem anderen besser geht. Aber oft ist das gar nicht so richtig möglich. Wir können da sein, mit aushalten, Gemeinschaft anbieten oder bei konkret anfallenden Arbeiten unterstützen. Wir können lindern, besser aushaltbar machen, das Gefühl geben, nicht allein zu stehen, und doch lässt die konkrete Sorge sich letztlich nicht abnehmen.

Wenn ich selbst große Sorgen hatte, dann hat es mir geholfen, mit anderen darüber zu sprechen. Ich habe meine Zuhörer regelmäßig genutzt, um Worte für das zu finden, was mein Leben schwer gemacht hat. Manchmal wurden die Sorgen durch die Worte kleiner, manchmal wurden sie konkreter und damit handhabbarer, und manchmal entdeckte ich auch neue Seiten, die ich so vorher noch gar nicht wahrgenommen hatte. Es tat gut, zu sprechen. Schlecht war es, wenn der Zuhörer es nicht aushielt, Zuhörer zu sein, sondern glaubte, mit Sätzen wie: „Wird schon wieder“, Sinnvolles zu sagen. Trost und verträsten sind eben doch zwei ganz verschiedene Sachen.

Ein zweites, das ich selbst als sehr hilfreich erlebt habe, war die Einsicht, mich nicht nur auf das Schlechte zu konzentrieren, sondern umso stärker für das Gute meines Lebens zu danken. Denn die Blickrichtung bestimmt viel in der Wahrnehmung des eigenen Ergehens. Anders ausgedrückt: Je stärker ich mich auf die Schatten konzentriere, desto dunkler wird meine Welt. Und je mehr ich mich von dem, was Licht ist, leiten lasse, desto heller wird sie. Eine ältere Dame antwortete regelmäßig auf meine Frage, wie es ihr gehe: „Ach, ich gucke immer nur auf das Gute, dann geht es mir auch gut.“ Das fand ich vorbildlich. Und gerade diesen Geist höre ich in dem, was unsere Tageslosung für diesen Tag empfiehlt.

Dort heißt es im Buch Hiob (Hiob 28,28):

„Siehe, die Furcht des Herrn, das ist Weisheit, und meiden das Böse, das ist Einsicht.“

Und der Lehrtext dazu aus dem 1. Brief an die Korinther (1. Kor. 7,15):
„Zum Frieden hat euch Gott berufen.“