

**„Gelobt sei Gott, der Vater unseres Herrn Jesus Christus, der Vater der Barmherzigkeit und Gott allen Trostes, der uns tröstet in aller unserer Trübsal, damit wir auch trösten können, die in allerlei Trübsal sind, mit dem Trost, mit dem wir selber getröstet werden von Gott.**

**Denn wie die Leiden Christi reichlich über uns kommen, so werden wir auch reichlich getröstet durch Christus.**

**Haben wir aber Trübsal, so geschieht es euch zu Trost und Heil. Haben wir Trost, so geschieht es zu eurem Trost, der sich wirksam erweist, wenn ihr mit Geduld dieselben Leiden ertragt, die auch wir leiden.**

**Und unsre Hoffnung steht fest für euch, weil wir wissen: wie ihr an den Leiden teilhabt, so werdet ihr auch am Trost teilhaben.“**

Ihr Lieben,

„*Wie geht es Dir?*“ Wie erfreulich ist es doch, wenn dann jemand antworten kann: Danke, es geht mir gut. Keine besonderen Vorkommnisse. Es ist soweit alles in Ordnung. – Was würdet ihr sagen? Braucht so ein Mensch so etwas Trost? - Ich würde mal vermuten: Nein, so etwas wie Trost braucht dieser Mensch - jedenfalls zur Zeit - gewiss nicht.

„*Und wie geht es Dir?*“ Antwort: „*Na ja, es könnte wohl etwas besser sein, aber ich will auch nicht klagen, ich bin so ganz zufrieden.*“

Wenn denn diese Worte ehrlich ist – braucht so ein Mensch Trost? - Ich würde mal vermuten: Nein, so etwas wie Trost braucht auch dieser Mensch nicht - jedenfalls nicht zur Zeit.

Wer von uns hier braucht denn heute Trost? Für die Öffentlichkeit in einem Gottesdienst ist diese Frage jetzt wohl nicht sehr geeignet, weil viel zu persönlich. Also frage ich uns etwas allgemeiner: Was sind das für Menschen, die nach Trost hungrig sind, die nach Trost Ausschau halten, weil sie unbedingt getröstet werden wollen?

Das einfachste Beispiel sind natürlich immer wieder die kleinen Kinder, wenn sie hingefallen sind, die gestürzt sind oder sich wehgetan haben.

Aber, ihr Lieben, Fallen und Stürzen und sich wehtun, das ist keine Frage des Alters, denn das können wir Erwachsenen auch. Und ich meine nicht nur einen Sturz auf die Knie oder auf die Hände oder aufs Gesicht, sondern ich

denke an andere „Abstürze“. Berufliche Abstürze oder privat Niederlagen, gesundheitliche Abbrüche oder finanzielle Einbußen. Erschütterungen im Leben gibt es viele.

Ich sehe Niederlagen, Misserfolge und Bauchlandungen – die Liste ist lang. - Wenn etwas abbricht, zu Bruch geht? Erst vorgestern war ich auf der Beerdigung meines Onkels. Da waren sie haufenweise zu sehen, die weinenden Menschen, die Trost brauchen; sie fühlen sich eingekesselt in den Kessel ihrer Traurigkeit und Fassungslosigkeit.

Solche Menschen haben Trost wirklich nötig.

Was sind das für Menschen, die Trost brauchen? Wer fällt euch zu dieser Frage ein? Ich hatte mir schon manches vorgenommen, hohe Ziele gesteckt. Aber manches Vorhaben ist kläglich gescheitert, weil die Kräfte und anderes Vermögen nicht ausgereicht haben.

Ich denke an Menschen, die das Gefühl haben, aufgrund besonderer Lebensumstände wie aus allen Wolken zu fallen. Mit dieser nicht für möglich gehaltenen Hiobsbotschaft haben sie niemals gerechnet. Sie sind aufgewühlt, sie sind erschüttert. Der bisher so gesunde, tragfähige, feste Boden unter ihren Füßen wackelt jetzt erheblich.

Im schlimmsten Fall kommen diese Menschen an den Rand der Verzweiflung. Und wozu Menschen an diesem Rand alles fähig sind, das hätte man ihnen vorher vielleicht niemals zugetraut.

Menschen in ihrem Leid, Menschen in ihren Schmerzen, Menschen in ihrer Traurigkeit, enttäuscht und ohne Hoffnung, Menschen, die sich selbst ausgeliefert und erschüttert erleben, - solche und viele andere Menschen brauchen Trost, vielfältigen Trost, Trost in seinen vielfältigen Formen und Möglichkeiten.

Aber: Kann ich trösten? Kannst Du trösten? Meine Kinder mit ihren Schürfwunden oder anderen sog. Wehwehchen ließen sich noch gut trösten. Streicheln, Pusten, in den Arm nehmen, liebe Worte sagen, „*Heile heile Gänschen, wird bald wieder gut ... Heile, heile Mausespeck, in 100 Jahren ist alles weg*“ – ja, da spürte man, wie der Trost sich ausbreitete und bei den Kleinen wirkte.

Spätere Nöte, Probleme und dergleichen im jugendlichen Alter waren dann nicht mehr so leicht zu trösten. Manchmal gab es einfach keine Worte, und keine Geste der Zuneigung vermochte so etwas wie Trost zu vermitteln.

Ich habe das gelernt: Es gibt nicht für alles und nicht für jeden und schon gar nicht sofort irgend so etwas wie Trost. Es gibt Zeiten, da erlebt sich ein Mensch als untröstlich, weil Ereignisse im Leben eine Trostlosigkeit auslösen können, der wir Menschen nicht einfach nicht gewachsen sind. Das gibt es, dass jemand nicht zu trösten ist!

Und dann, ihr Lieben, gibt es im Blick auf das Trösten noch ein Problem. Es gibt Menschen, die hören leider einfach nicht zu, wenn ihnen etwas Schlimmes erzählt wird. Sie reden unmittelbar los, Worte sprudeln nur so aus ihnen heraus, so als wollten sie mit dem Wasserfall ihrer Worte alles Leid des anderen wegspülen. *„Der Schmerz wird schon vergehen“*, sagen sie, *„Zeit heilt alle Wunden. Kopf hoch.“* Abwechslung sei jetzt wichtig. *„Du musst raus aus der gewohnten Umgebung; du musst dich ablenken; du musst möglichst schöne Stunden mit Freunden verbringen; du musst ins Kino oder Essen gehen; du musst dir was Gutes gönnen.“*

Und dann gibt es noch andere Menschen, die prasseln ebenfalls gleich los, allerdings in eine andere Richtung, und sie sagen ohne Punkt und Komma: Das hätten sie auch schon ähnlich erlebt, und sie erzählen dann von allen schrecklichen Dingen in ihrem Leben und überschütten den Trostsuchenden mit eigenen Leidensgeschichten.

Ihr Lieben, so kommen sie vielfach daher, die schnellen, oberflächlichen, kläglichen und unfähigen Trostversuche, die doch eigentlich nur in die Hose gehen können.

Mit einem Trostsuchenden das Leid aushalten, den Schmerz nicht wegreden, sondern ihn anschauen und ihn fühlen. Das kann einen Menschen bis an die Grenzen seiner Kraft bringen. Den anderen reden lassen, auch mal gemeinsam schweigen und warten.

Zuhören allein ist schon ein tröstliches Geschehen. Denn wer kann heute noch zuhören, ohne gleich zu reden, und bei wem kann man sich heutzutage einfach nur mal aussprechen und mal ein wenig abladen? - Manchmal läuft das Schweigen auch auf Worte hinaus, die tatsächlich ein wenig zu trösten vermögen. - Manchmal ergibt es sich, dass eine Hand oder eine Schulter so tröstlich gut tun. –

Ob dann Trost geschieht? Am ehesten spürt es nicht der Tröstende, sondern der, der nicht untröstlich war, sondern auf Trost hoffte.

Ihr Lieben, so einer ist der Apostel Paulus gewesen. Bitter, bitter böse war ihm das Leben geworden, dazu Menschen, die ihn fünfmal mit 39 Peitschenhieben in aller Öffentlichkeit auspeitschten und demütigten. Einmal hat man ihn sogar gesteinigt, aber er kam nicht ums Leben. Dreimal Schiffbruch, im offenen Meer getrieben, unter Räubern und Verrätern hat er teilweise sein Leben gefristet und dazu – zu allem Überfluss – auch noch eine völlig unnötige, heimtückische, unheilbare Krankheit, die ihm das Leben zeitweise zur Hölle machte.

Können wir uns vorstellen, wie sehr so ein Mensch Ausschau hielt nach Trost und Zuspruch, wie sehr so ein Mensch sich angewiesen fühlte auf Zuwendung und ein wenig Halt angewiesen?

Und dann erzählt Paulus, dass er in all diesen trostlosen Lebenszeiten selbst nicht trostlos geblieben ist, sondern reichlich getröstet wurde. **„Gelobt sei Gott, der Vater unseres Herrn Jesus Christus, der Vater der Barmherzigkeit und Gott allen Trostes, der uns tröstet in aller unserer Trübsal, damit wir auch trösten können, die in allerlei Trübsal sind, mit dem Trost, mit dem wir selber getröstet werden von Gott.“**

Gott tröstet Paulus? Paulus fühlt sich von Gott getröstet? Wie soll ich mir das vorstellen? Wie hat sich das abgespielt?

Lese ich seine Briefe, dann entsteht vor meinen Augen das Bild eines Mannes, der mit ganz großen Augen des Glaubens auf den Lebensweg seines Herrn Jesus Christus geschaut hat. So wie z. B. auch Paul Gerhard Passionslieder direkt unter dem Kruzifix des Gekreuzigten – im Aufblick zu ihm - geschrieben hat, so schaut auch Paulus auf Christus.

Und was sieht er, und was ist für ihn so tröstlich daran? An Jesus Christus kannst du sehen – zuerst einmal: Das Leiden im Leben bleibt selbst dem nicht erspart, der die Liebe zu Gott und die Liebe zum Nächsten in Person gewesen ist. Menschenhass schlägt ihm dennoch entgegen. Höllenqualen muss er dennoch leiden, sogar das Gefühl erleiden, dass sein Vater im Himmel ihn verlassen, vergessen haben könnte. – Trostloser geht's wohl nicht mehr.

Aber an diesem Jesus kannst du auch sehen: Das Leiden im Leben findet Trost in dem Augenblick, wo sich der Trostsuchende vor Gott ausspricht, sich ihm anvertraut und sein Leben in Gottes Obhut stellt. – So hat es Jesus selbst getan, und so scheint es auch Paulus

gemacht zu haben. Das Geheimnis seines Trostes liegt wohl auch darin, dass er sich seinem Gott und Herren anvertraut hat.

Von seinen Gebeten redet Paulus des öfteren. Sie sind die Quelle, aus der Trost in sein Leben fließt. - Von dieser Trostquelle weiß er sehr viel zu erzählen. So viel, dass er seinen Gemeinden diese Trostquelle des vertrauensvollen Gebets ganz nahe bringen möchte. So wie Tröstliches geschieht, wenn sich Menschen einander anvertrauen, so geschieht viel Trost, wenn sich Menschen unserem Vater im Himmel anvertrauen.

Vielleicht ist so etwas uns Menschen nicht immer möglich, weil es eben auch Zeiten der Untröstlichkeit gibt. Aber es gibt auch Glaubensgeschwister, die man aufsuchen kann, die man bitten kann, Gebetsworte zu finden, damit der Trost von Gott eine Chance bekommt.

Im allerallergünstigsten Fall kommt dann dabei heraus, was bei Dietrich Bonhoeffer zum Ende hin herausgekommen ist. Dieses hochtröstliche Gebet: „Von guten Mächten wunderbar geborgen, erwarten wir getrost, was kommen mag. Gott ist mit uns am Abend und am Morgen und ganz gewiss an jedem neuen Tag.“ Amen.

Der Friede Gottes, der höher ist als alle Vernunft, bewahre eure Herzen und Sinne in Christus Jesus. Amen.