

Geistliche Resilienz

Die „Stehaufmännchen“ und der Auferstandene

Predigt zu Lukas 24, 13-36 am Kantatensonntag, 22. Mai 2011

Braunschweiger Friedenskirche- Pastor Dr. Heinrich Christian Rust

„Beweis dein Macht, Herr Jesu Christ, der du Herr aller Herren bist; beschirm dein arme Christenheit, dass sie dich lob in Ewigkeit.“ Das ist eine gute Bitte an den lebendigen Gott – besonders heute, an diesem Sonntag Kantate!

Nicht immer können wir so frei zu Gott singen. Ich denke da an eine ähnliche Versammlung wie diese. Viele Menschen waren bei einer christlichen Konferenz zusammen gekommen, um miteinander Gott mit neuen Anbetungs- und Lobliedern zu ehren. Die Versammlung war gut besucht. Alles war sehr fröhlich und zuweilen auch mächtig an Lautstärke. Ich sah, wie Menschen die Arme erhoben und Gott lobten, andere knieten beim Singen. Es war ein sehr leidenschaftliches Lob Gottes. Doch dann sah ich Beate. Sie saß ziemlich zusammengekauert auf ihrem Stuhl, strich sich durch ihre Haare und sie sang nicht mit. Ich hatte sie schon lange nicht mehr gesehen. Sie wirkte auf mich sehr bedrückt und ich nahm mir vor, dass ich sie im Anschluss an die Versammlung ansprechen würde, wenn es möglich ist. Und es war möglich.

Beate lief mir geradezu über den Weg! „Beate, was ist los mit Dir? Geht es Dir nicht so gut?“ fragte ich sie. Es kam keine Antwort, aber die Tränen schossen ihr in die Augen.

„Ich bin am Ende. Ich kann einfach nicht mehr!“ sagte sie leise. Du weißt ja, ich bin einfach nicht so belastbar, oder – wie hast Du es einmal genannt? – ich bin „mikropsychisch“, so heißt doch das griechische Wort im Neuen Testament für jene, die irgendwie kleinstützig sind, die nicht so belastbar sind wie andere Menschen, oder? Die alte Geschichte – Du weißt schon – sie holt mich immer wieder ein. Warum musste mir das passieren?“

Ich wusste von Beates Geschichte, von der Gewalt, die sie in ihrem Elternhaus und in ihrer Ehe erlebt hat und von den inneren Narben, die sie davon getragen hat. „Ich kann Gott einfach nicht so richtig loben! Ich bin am Ende! Die anderen haben ja gut singen, aber mir bleibt der Ton im Halse stecken! Die Umstände erdrücken mich geradezu. Sorry, aber so ist es nun mal!“ –

Gerade wollte ich Beate einige trostreiche Worte sagen, als eine andere junge Frau sich dazu stellte. Sie hatte wohl das Gespräch mitbekommen und kannte Beate auch. „Ach, weißt Du, an den Umständen liegt es nun wirklich nicht. Du weißt doch, ich habe auch ein ziemliches Päckchen zu tragen: Erst hat mich mein Mann verlassen, dann sind meine Zwillinge verstorben und nun bin ich ohne Arbeit und zudem habe ich noch schwere Schmerzen durch die Rheumaschübe.“ – Vor mir stand eine junge Frau, die vor Freude und Glück nur so strahlte! Wie sollte das zusammenpassen? – Beate schaute zu Boden, so als wollte sie sagen: „Hör bloß auf, ich kann heute diese positive Strahlerei nicht ertragen. „Du, Claudi, bist ja auch ein „Stehaufmännchen“ und nicht so „mikropsychisch“ wie ich!“ unterbrach sie ihre Freundin Claudi.

„Nein, Beate, das stimmt nur sehr begrenzt. Ich bin habe vielleicht nicht diese inneren Narben in meiner Seele wie Du, aber ich habe auch sehr viel zu tragen, und das weißt Du auch! Zudem bin ich kein Stehaufmännchen, sondern allenfalls ein „Stehauffrauchen“! – Nein, mal im Ernst! Ich war früher auch eher bedrückt und sah die Welt mehrmals am Tag untergehen. Seitdem ich Jesus kennen gelernt habe, gehe ich mit den dunklen Tagen in meinem Leben anders um. Eines habe ich gelernt: „**Je dunkler es bei mir wird, um so mehr zieht mich Gott in sein Licht!**“

An diese Begebenheit wurde ich erinnert, als ich diese Bitte aus unserer heutigen Bachkantate hörte: „Bleibe bei uns, denn es will Abend werden und der Tag hat sich geneiget!“

Hat Claudia Recht? Treibt das Dunkel des Lebens mich immer näher zum Licht?

Ist es wirklich so, dass wir Christen mit den Dunkelheiten im Leben anders umgehen können?

„Je dunkler es bei mir wird, um so mehr zieht mich Gott in sein Licht!“

Wie hört das jemand in unserer Mitte, der gerade einen großen Verlust erlebt hat und vor Trennungsschmerz nicht in den Schlaf kommt? Wie hört das jemand, der körperlich leidet, tagaus und tagein? Wie hören das die Menschen unter uns, die aus ihrem Land geflohen sind, ihre Kinder und Familie zurücklassen mussten und nun in einem fremden Land als Asylbewerber leben und nicht wissen, wie es weitergeht im ihrem Leben? Treibt die Dunkelheit des Abends uns wirklich zum Licht?

Wie hören das die vielen Menschen, die zunehmend von den ökologischen und ökonomischen Krisen dieser Erde geschockt sind. Eine Horrormeldung jagt die andere! Es ist ziemlich dunkel in dieser Welt, oder?

Und da ist eine weitere Beobachtung, die wir in diesem Zusammenhang machen können:

Die Menschen sind unterschiedlich belastungsfähig. Es gibt solche Leute, wie diese Claudia, die durch die Krisen im Leben geradezu innerlich reifen und wachsen, und andere zerbrechen daran. Wir sprechen heute auch von der Resilienz eines Menschen.

Resilienz (lat. resilere, abwehren, zurückspringen) bezeichnet die Fähigkeit eines Menschen oder einer Menschengruppe, Krisen als Anlass für weitere Entwicklungen im Leben zu nutzen. Menschen, die wie Claudia, trotz großer Not und Verlust Erfahrungen, trotz schwerer Krankheit und Schmerzen, die Fähigkeit haben, weiterzumachen, die bezeichnen wir auch als „resilient“. Seit den 50er Jahren gibt es hierzu in den Humanwissenschaften, besonders in der Pädagogik, viele interessante Studien, wie die Resilienzfähigkeit z.B. auch bei Kindern gefördert werden kann.

Manche bevorzugen hier auch einen verwandten englischen Begriff: Sie sprechen von „Empowerment“, also einer inneren Stärkung, die jemand trotz Krisen und Dunkelheit erhält.

Ich finde es wirklich erstaunlich, wie viele Menschen solche „Stehaufmännchen“ und „Stehauffrauchen“ sind. **(Bild einblenden: Stehaufmännchen)**. Selbst bei starkem Druck von außen richten sie sich immer wieder auf, ja, sie mobilisieren innere Kräfte, sie sind resilient. Viele Japaner werden zB in diesen Tagen bewundert, wie sie sich nach den Stürmen der letzten Wochen innerlich wieder aufrichten. Das ist eine menschliche Resilienzkraft, die der Schöpfer uns Menschen mehr oder weniger mitgegeben hat; einer Beate offenbar weniger, als einer Claudia, oder?

Allerdings hat Claudia ja deutlich gemacht, dass sie früher gar nicht so eine Stehaufmännchen-Mentalität hatte, erst nachdem sie Jesus kennenlernte, wurde sie resilienter. Es ist also nicht allein eine Kraft, die aus ihr selbst hervorgegangen ist, sondern die zu ihr gekommen ist. **(Bild einblenden: Münchhausen)**. Es ist nicht diese enorme Anstrengung, die einige Menschen – gleich einem Baron Münchhausen- aufbringen, und sich und andere mit eigener Kraft aus dem Sumpf ziehen. Die Resilienzkraft, von der Claudia sprach, ist primär eine Kraft „extra nous“, wie wir das in der Theologie nennen, eine Kraft, die von außen auf uns zukommt. Geht von Jesus so eine geistliche Kraft der Resilienz aus? Was hat der Auferstandene mit den Stehaufmännchen zu tun? Es muss noch eine transzendente, göttliche Kraft geben, die uns für dieses Leben belastbarer, resilienter macht und die uns fröhliche Lieder am Kantatensonntag singen lässt, obwohl es dunkel um uns her ist, obwohl es „Abend geworden ist“. Was ist das für eine geistliche Kraft, die Claudia durch Jesus bekommen hat?

Wieso ist sie so brennend, so leidenschaftlich dabei, obwohl sie so viel Elend erlebt? Dieser Frage möchte ich nachgehen und so steht diese Predigt unter dem Thema:

Geistliche Resilienz- Die Stehaufmännchen und der Auferstandene

Die Kantate (BWV Nr. 6) legt nahe, dass wir heute einen Text betrachten, der uns von zwei Männern berichtet, die ganz offensichtlich eine ähnliche Veränderung erlebt haben, wie unsere Claudia. Sie erleben durch die Begegnung mit dem Auferstandenen geradezu einen inneren Resilienz-Schub. Am Anfang erscheinen sie uns so, als seien sie kurz vor einem Burnout. Sie wirken verzweifelt, ja fassungslos und ratlos, doch am Ende des biblischen Berichtes lesen wir, wie sie voller neuer Leidenschaft bekennen: „Brannte nicht unser Herz!“

Am Anfang haben sie eine Weltuntergangsstimmung, am Ende ist der Aufbruch in eine neue Sicht vom Leben. Hören wir auf diesen Bericht, wie wir ihn im Evangelium des Lukas lesen können:

LUKAS 24, 13-36

Und siehe, zwei von ihnen gingen an diesem Tag nach einem Dorf mit Namen Emmaus, sechzig Stadien von Jerusalem entfernt.

Und sie unterhielten sich miteinander über dies alles, was sich zugetragen hatte.

Und es geschah, während sie sich unterhielten und miteinander überlegten, dass sich Jesus selbst nahte und mit ihnen ging; aber ihre Augen wurden gehalten, so dass sie ihn nicht erkannten. Er sprach aber zu ihnen: Was sind das für Reden, die ihr im Gehen miteinander wechselt? Und sie blieben niedergeschlagen stehen.

Einer aber, mit Namen Kleopas, antwortete und sprach zu ihm: Bist du der Einzige, der in Jerusalem weilt und nicht weiß, was dort geschehen ist in diesen Tagen?

Und er sprach zu ihnen: Was denn? Sie aber sprachen zu ihm: Das von Jesus, dem Nazarener, der ein Prophet war, mächtig im Werk und Wort vor Gott und dem ganzen Volk; und wie ihn die Hohenpriester und unsere Obersten zum Todesurteil überlieferten und ihn kreuzigten. Wir aber hofften, dass er der sei, der Israel erlösen sollte. Doch auch bei alledem ist es heute der dritte Tag, seitdem dies geschehen ist. Aber auch einige Frauen von uns haben uns aus der Fassung gebracht, die am frühen Morgen bei der Gruft gewesen sind und, als sie seinen Leib nicht fanden, kamen und sagten, dass sie auch eine Erscheinung von Engeln gesehen hätten, die sagen, dass er lebe. Und einige von denen, die mit uns sind, gingen zu der Gruft und fanden es so, wie auch die Frauen gesagt hatten; ihn aber sahen sie nicht. Und er sprach zu ihnen: Ihr Unverständigen und im Herzen zu träge, an alles zu glauben, was die Propheten geredet haben! Musste nicht der Christus dies leiden und in seine Herrlichkeit hineingehen? Und von Mose und von allen Propheten anfangend, erklärte er ihnen in allen Schriften das, was ihn betraf. Und sie näherten sich dem Dorf, wohin sie gingen; und er stellte sich, als wollte er weitergehen. Und sie nötigten ihn und sagten: Bleibe bei uns! Denn es ist gegen Abend, und der Tag hat sich schon geneigt. Und er ging hinein, um bei ihnen zu bleiben. Und es geschah, als er mit ihnen zu Tisch lag, nahm er das Brot und segnete es, und als er es gebrochen hatte, reichte er es ihnen. Ihre Augen aber wurden aufgetan, und sie erkannten ihn; und er wurde vor ihnen unsichtbar. Und sie sprachen zueinander: Brannte nicht unser Herz in uns, wie er auf dem Weg zu uns redete und wie er uns die Schriften öffnete? Und sie standen zur gleichen Stunde auf und kehrten nach Jerusalem zurück. Und sie fanden die Elf und die, die mit ihnen waren, versammelt, die sagten: Der Herr ist wirklich auferweckt worden und dem Simon erschienen. Und sie erzählten, was auf dem Weg geschehen war und wie er von ihnen erkannt worden war

am Brechen des Brotes. Während sie aber dies redeten, stand er selbst in ihrer Mitte und spricht zu ihnen: Friede euch!

Wie ist es zu dieser Veränderung im Leben der zwei Männer auf dem Weg gekommen?

Der auferstandene Jesus Christus ist ihnen begegnet. Sie blieben nicht bei sich allein, sie blieben nicht bei ihren Grübeleien. Sie haben sich auch nicht gegenseitig durch oberflächliche Sätze nach Münchhausen-Manier aufrichten wollen „Wir packen das schon! Das wird schon wieder!“ - „Wir machen jetzt das beste aus der Situation. Es muss ja weitergehen!“ Sie haben sich auch nicht durch gegenseitige Appelle gerüttelt und geschüttelt, so wie es viele Menschen mit einer Stehaufmännchen-Mentalität es ständig versuchen. „Leute, wacht mal auf! Wenn wir alle zupacken, wird das wieder!“-

Christus steht auch nicht vor ihnen, und legt ihnen einen 3-Stufen –Plan zur Überwindung der dunklen Gedanken vor. Nein, er begegnet ihnen auf diesem Weg.

Und so will ich auch in dieser Predigt uns nicht mit einem erhobenen Zeigefinger belehren, was wir denn alles tun müssen, damit wir in unserem Leben resilienter werden. Menschen, wie Beate, können das nicht mehr hören; (Auch viele andere machen innerlich dicht, wenn es hier um gesellschaftstherapeutische Programme geht, die uns fordern und uns antreiben). Unzählige Menschen sind einfach am Ende mit der Kraft. Sie sind wie ein völlig ausgewrongenes Handtuch. Sie fühlen sich wie ein Auto, das fahren soll, bei dem aber die Handbremse nicht mehr zu lösen ist.

Ich möchte uns anhand dieses biblischen Berichtes einfach nur aufzeigen und daran erinnern, wie der Auferstandene diese Resilienzfähigkeit bei diesen Emmaus-Jüngern weckt, also , was er damals getan hat und wie er es vielleicht auch heute hier in diesem Gottesdienst tun wird.

1 Der Auferstandene kommt uns nah

Und es geschah, während sie sich unterhielten und miteinander überlegten, dass sich Jesus selbst nahte und mit ihnen ging. (Lukas 24,15)

Oft denken wir ja, Gott sei uns sehr fern, wenn wir in einer Krise unseres Lebens stecken. Da verschießen dunkle Gedanken uns den Blick zu Gott.

Aber Gott geht uns nach, er geht mit uns auch in die Finsternis und ist uns nahe. Selbst wenn wir nichts mehr empfinden, wenn unsere Gefühle wie gelähmt sind, dann ist er uns nahe.

Er ist uns nahe, wenn wir fern sind, er ist uns nahe, wenn wir verzweifeln wollen.

Paulus sagt es einmal so: **Gott ist nicht fern von jedem von uns! (Apg 17,27).**

Gerade auch in unserer Schwachheit, Krankheit, in unserer Einsamkeit und Dunkelheit ist er uns nahe; dort will er uns treffen. Der Schriftsteller Anton Knerr hat es treffend so formuliert:

**Die Armen, Schwachen, Kranken, Ratlosen, Hilflosen, Wehrlosen,
die Versager und Verzagten, die Zweifelnden und Verzweifelten,
die Scheiternden und Gescheiterten,
alle, die man links liegen lässt, die nicht gleich sehen,**

**die nicht mehr können, trotz wollen
sind**

Treffpunkte Gottes.

(Anton Knerr)

Wenn wir in Krisen und großen Nöten sind, wenn wir uns verkriechen wollen im Dunkel des Lebens und den Mund nicht mehr aufbekommen oder wenn wir fassungslos sind, wie hier diese beiden Männer, dann kommt er uns ganz nah, der lebendige Gott. Oft wird uns das erst im Nachhinein deutlich. So bezeugt es auch schon David in seinen Psalmgebeten. In einem Psalm bringt er es sogar so auf den Punkt: **Und spräche ich: Finsternis möge mich verbergen und Nacht sei das Licht um mich her. Auch Finsternis würde vor dir nicht verfinstern, und die Nacht würde leuchten wie der Tag, die Finsternis wäre wie das Licht. (Psalm 139,11-12).**

Gott will sich auch Dir heute nähern. Der Auferstandene geht auch mir und Dir nach und er sucht uns auf; er umgibt uns wie die Luft, die wir einatmen.

Ich lade uns ein, dass wir uns dieser Nähe Gottes in unserem Leben jetzt neu bewusst werden.

Deine, meine Not, meine Finsternis, mein Dunkel- das ist ein Treffpunkt mit Gott. Dabei kann uns die Meditation über den Psalm 139 eine Hilfe sein.

(Einblenden: www.e.water.net/viewflash.php?flasch=Psalm_139)

(Bitte, wenn möglich, die letzte Seite des Flashs (Werbeseite) nicht mehr zeigen und vorzeitig abbrechen)

Herr, bleibe bei uns, denn es will Abend werden!

Ja, - der Herr ist bei Dir, auch wenn es noch so dunkel um Dich ist. „ Je dunkler es wird, umso mehr zieht er Dich in sein Licht!“

2. Der Auferstandene spricht mit uns

Brannte nicht unser Herz in uns, wie er auf dem Weg zu uns redete und wie er uns die Schriften öffnete?

(Lukas 24,32)

Zu der Erfahrung der Nähe Gottes kommt aber hier auch das Wort Gottes.

Es löst dieses Brennen im Herzen aus, diese neue Leidenschaft. Das Hören auf das Wort Gottes bewirkt in uns neues Vertrauen, Glauben.

Aber achten wir darauf: Das Wort Gottes richtet sich nicht nur an unseren Verstand, sondern auch an unser Herz, also an das innere Zentrum unseres Seins.

Jesus spricht die beiden fassungslosen und hoffnungslosen darauf an:

Ihr Unverständigen und im Herzen zu träge, an alles zu glauben, was die Propheten geredet haben!

(Lukas 24,27)

Das Wort Gottes ist nicht vergleichbar mit allen anderen Worten, die Menschen von sich geben. Das Wort Gottes „landet“ zum einen auf der Verstandesebene und zum anderen – eine Etage tiefer- im Herzen des Menschen, in seinem inneren Steuerungszentrum. Es vermittelt uns Deutungen, Erklärungen, Wertungen des Lebens. Ohne das Wort Gottes sind wir blind und taub für Gottes Wirklichkeit.

Das Wort Gottes richtet sich sodann an mein Herz. Nach biblischem Verständnis ist das die Mitte des Menschseins. Dort, wo letztlich alles gesteuert wird- meine Emotionen, meine

Gedanken, mein Wille- ja sogar mein Körper. Auch in der deutschen Sprache reden wir in diesem Sinn vom Herzen. Nun kann es sein, dass unser Herz „bratüs“- träge und lahm ist, wie Jesus sagt. Es ist wie betäubt. Es kann auch sein, dass unser inneres Zentrum geradezu verschlossen ist durch Lüge, durch dämonisch verursachte Barrieren. Angst verklebt unser Herz und wir verlieren das Vertrauen zum Leben, zu Gott, zu den Menschen und zu uns selber.

Das Wort Gottes jedoch kann dieses Herz aufschließen. Genau so, wie es hier offensichtlich bei den Männern auf dem Weg nach Emmaus geschehen ist. Am Anfang ist das Herz träge und gelähmt. Dann bezeugen sie „Brannte nicht unser Herz“. Eine Bewegung vom Burnout zum Burnin wird hier durch das lebendige Wort Gottes ausgelöst.

Da mag jemand hier sein, der ist innerlich in seinem eigenen Herzen gefangen und kann sich nicht öffnen. Jesus ist hier. Er spricht ein Wort. Vor ihm müssen alle dämonischen Mächte zurückweichen. Wo Jesus der Auferstandene auftritt, da müssen die dunklen Todesmächte kapitulieren. Das Wort Gottes ist eine Kraft, die Berge versetzen kann, die aus Toten Lebendige macht. Der Auferstandene hat die Autorität über alle Energien, alle Mächte, alle Kräfte, die uns wegziehen und unten halten wollen. Er spricht uns auch heute an: „**Ich lebe, und du sollst auch leben!**“ (Joh 14,19).

Er spricht mit uns. Das Wort Gottes gibt uns Orientierung, es erklärt uns die Zusammenhänge, es deutet unser Leben. Das Wort Gottes tröstet, es richtet unsere Herzen auf. Es hat Kraft der Heilung, Kraft der Wiederherstellung, Kraft der geistgewirkten Resilienz.

So wird in der Bibel auch diese Kraft und Wirkung des Wortes Gottes beschrieben:

Das Wort Gottes ist lebendig und wirksam und schärfer als jedes zweischneidige Schwert und durchdringend bis zur Unterscheidung von Seele und Geist. (Hebr 4,12)

Das Wort Gottes wirkt in uns Klarheit, Beständigkeit und Kraft. Es ist wie ein helles Licht.

So heißt es auch in unserer Kantate:

Dein göttlich Wort, das helle Licht, lass ja bei uns auslöschen nicht.

Jesus, der Auferstandene will durch sein lebendiges Wort auch Dein und mein Herz neu zum Brennen bringen. Er spricht uns an.

Es ist also zum einen die Erfahrung der Nähe Gottes, zum anderen das lebendige Wort Gottes, das in uns diese geistliche Resilienz fördern kann, wie bei den Jüngern damals. Doch es wird noch intensiver. Der Auferstandene richtet uns nicht nur durch seine Nähe und seine Worte auf, sondern dadurch, dass er mit uns Gemeinschaft haben will.

3. Der Auferstandene hat Gemeinschaft mit uns

Und er ging hinein, um bei ihnen zu bleiben. Und es geschah, als er mit ihnen zu Tisch lag, nahm er das Brot und segnete es, und als er es gebrochen hatte, reichte er es ihnen. Ihre Augen aber wurden aufgetan, und sie erkannten ihn. (Lukas 24,29-30)

Jesus möchte mit uns Gemeinschaft haben. Diese geistliche Resilienz, die der Auferstandene bewirken kann, gründet sich nicht allein auf ein Gefühl der Nähe, nicht allein auf ein verstandesmäßiges und mit dem Herzen erfasstes lebendiges Gotteswort. Er will immer und zu allen Zeiten bei uns, ja in uns sein. Und so hat er auch seinen Jüngern kurz vor seinem Tod diese Zeichen der Vergegenwärtigung gegeben: **(Bild einblenden: Abendmahl)** Brot und Wein. Er sagte: „Dies ist mein Leib, der für euch ist; dies tut zu meinem Gedächtnis! Dieser

Kelch ist der neue Bund in meinem Blut. Dies tut, so oft ihr trinkt, zu meinem Gedächtnis. Denn so oft ihr dieses Brot esst und den Kelch trinkt, verkündigt ihr den Tod des Herrn bis er kommt.“ (1.Kor 11,24ff). Seitdem treffen sich seine Nachfolger und feiern dieses Mahl in der lebendigen Erinnerung an ihn. In den Sakramenten des Abendmahls und auch in dem Sakrament der Taufe (**Bild einblenden: Taufe in der Friedenskirche**) sagt Jesus sein

„ Ja“ zu meinem Leben und ich sage mein „ Ja“ zu ihm; nicht nur zu seiner Lehre, sondern auch zu seinem Leib.

Ich sage Ja zu denen, in denen er auch lebt und mit denen er Gemeinschaft hat. Wer zum Abendmahl geht und dabei nur an die Vergebung seiner eigenen Sünden denkt, der hat die Tiefe dieses Zeichens noch nicht begriffen. Im Abendmahl haben wir auch Gemeinschaft mit all denen, die an Jesus glauben und ihm nachfolgen. Der Leib Jesu ist nur gemeinsam zu haben, nicht allein.

In der Taufe sind wir wie zu einem Leib zusammengetauft- zum Leib Jesu Christi.

Denn in einem Geist sind wir alle zu einem Leib getauft worden. (1.Kor 12,13).

Es mag Menschen geben, die eine tiefe Frömmigkeit pflegen, die aber diesen Leib des Auferstandenen in der gegenwärtigen Form seiner Gemeinde ablehnen. Ohne die Gemeinschaft mit ihm und mit den Menschen, die ihm nachfolgen, können wir in den Krisen unseres Lebens sehr schnell scheitern. Wir brauchen seine Nähe, wir brauchen sein Wort, aber wir brauchen auch seine Gemeinschaft, wie er sie uns der Taufe, in Brot und Wein und im Zuspruch der Vergebung in der Gemeinde geben will. In Zeiten der Betrübnis sind es diese Zeichen, die uns Beständigkeit und Stabilität, die uns diese geistgewirkte Resilienz verleihen.

In der Kantate wird es so formuliert:

*In dieser letztn betrübnen Zeit verleih uns, Herr, Beständigkeit,
dass wir dein Wort und Sakrament rein halten bis an unser End.*

Die beiden Männer werden durch diese Gemeinschaft mit dem Auferstandenen neu gestärkt. Hier erkennen sie ihn wirklich und sie sind voller neuer Freude und neuem Lebensmut.

Wir lesen in dem Bericht folgendes:

Und sie sprachen zueinander: Brannte nicht unser Herz in uns, wie er auf dem Weg zu uns redete und wie er uns die Schriften öffnete? Und sie standen zur gleichen Stunde auf und kehrten nach Jerusalem zurück. Und sie fanden die Elf und die, die mit ihnen waren, versammelt, die sagten: Der Herr ist wirklich auferweckt worden und dem Simon erschienen. Und sie erzählten, was auf dem Weg geschehen war und wie er von ihnen erkannt worden war am Brechen des Brotes. (Lukas 24,32-35)

Die beiden zuvor niedergeschlagenen, ratlosen Männer sind voller Begeisterung, voller neuer Kraft und geistgewirkter Resilienz. Erst noch dachten sie ihre Welt geht unter, dann aber erkannten sie: Der Auferstandene hat die Dunkelheit besiegt. Neues Leben ist möglich.

Wir leben ja in dieser Zeit des wunderschönen Frühlings. Die Natur bricht auf, es verwandelt sich alles. Auch die Schmetterlinge sind da. (**Bild einblenden: Raupe-Schmetterling**). Sie haben ja ebenfalls eine tiefe Verwandlung in allen schmerzlichen Erfahrungen gemacht, diese wunderbaren Kreaturen. Sie sind geradezu ein Sinnbild für die Resilienz. Ich las kürzlich folgenden treffenden Satz:

**Genau in dem Moment, wo die Raupe dachte, die Welt ginge unter,
wurde sie zum Schmetterling. (Annegret Radeke)**

Da, wo wir Jesus Christus, diesem auferstandenen Herrn begegnen, da kommt diese geistliche Kraft der Resilienz in unser Leben. Wir wissen, dass der Tod und das Dunkel des Lebens niemals das letzte Wort haben werden. Es ist diese Gegenwart des Auferstandenen, die uns letztlich durchträgt und nicht unser Stehaufmännchen-Verhalten.

Gerade, wenn wir schwach sind, - wie so eine Beate,- wenn wir mikropsychisch oder genervt sind- dann erfahren wir diese geistliche Resilienzskraft um so mehr. Sie kommt nicht aus uns selber, sie kommt von dem Auferstandenen. Er sagt:

**Lass Dir an meiner Gnade genügen, denn meine Kraft ist in dem Schwachen mächtig.
(2. Kor 12,9**

Diese Gnade bringt Licht in unser Dunkel. **Je dunkler es wird, um so mehr zieht Gott uns in sein Licht.** Das ist Gnade! Amen.