

Was tröstet Sie? – Eine Aktion des Kirchenkreises Zossen-Fläming

von Markus Witzemann

Autor

*Die Corona-Pandemie ist eine Krise, wie wir sie noch nicht erlebt haben. Die notwendigen Kontaktbeschränkungen haben in Deutschland für viele Menschen die Welt buchstäblich auf den Kopf gestellt. Auch die Kirche stand und steht vor neuen Herausforderungen. Denn die Gottesdienste und Veranstaltungen, gerade alles was damit zu tun hat, dass Menschen sich begegnen, finden auf unbestimmte Zeit nicht mehr wie gewohnt statt. Als im Frühjahr 2020 die ersten Kontaktbeschränkungen verhängt wurden, stellte sich auch für die Mitarbeitenden im Evangelischen Kirchenkreis Zossen-Fläming die Frage, wo Menschen heute Trost finden können. Und wie die Kirche dabei helfen kann.
Superintendentin Katrin Rudolph:*

Take 1 Katrin Rudolph, Superintendentin Kirchenkreis Zossen-Fläming

Entstanden ist die Idee im Frühjahr, im ersten Lockdown. Plötzlich war gar nicht mehr so sehr die Frage wichtig, wie wir Menschen in unsere Gottesdienste und in unsere Veranstaltungen bekommen, weil ja keine Gottesdienste und Veranstaltungen stattfinden durften, sondern wir uns eher die Frage stellen mussten, wie wir Menschen zuhause erreichen. Damals ist die Idee einer Postkartenaktion geboren worden, die möglichst viele in ihren Briefkästen haben sollten.

Autor

Auf diesen Postkarten sollten die Menschen des Kirchenkreises aufschreiben, was ihnen hilft, die Zeit der Kontaktsperre zu überstehen. Was ihnen Hoffnung gibt und sie nicht verzweifeln lässt. Gerade auf dem Postweg sollten so möglichst viele Menschen auch jenseits der sozialen Medien und des Internets zu Wort kommen.

Take 2 Rudolph

Die Reaktion hat uns dann überwältigt. Innerhalb von zwei, drei Wochen waren ungefähr 80 Postkarten wieder eingegangen, dazu noch ein paar Rückmeldungen über die Webseite, wo wir noch parallel ein Formular geöffnet hatten, in das Menschen ebenfalls ihre Nachrichten eintragen konnten. Wobei wirklich die Mehrheit über die Postkarten geantwortet hat. Und das war sehr sehr berührend, was da zu lesen war.

Autor

So verschieden die Lebenswelten der Menschen in der Brandenburger Region sind, genau so vielfältig waren auch die Antworten, die in der Zentrale des Kirchenkreises in Zossen eingingen. Vielen war das am wichtigsten, was in Corona-Zeiten besonders schwierig geworden ist: den persönlichen Kontakt zur Familie und zu Freunden aufrechtzuerhalten. Auch schon lange eingeübte Routinen konnten Trost spenden, wie das tägliche Gebet oder das Lesen von Bibelversen, zum Beispiel im jährlich erscheinenden Herrnhuter Losungsbuch.

Zitate

„Für mich ist die tägliche Losung ein Trost. Oft erscheint es mir, als wäre sie gerade für mich geschrieben. Ich bemühe mich, manches auswendig zu lernen. Auch dass ich mit lieben Bekannten in Verbindung stehe, ist tröstlich. So mancher Anruf kam gerade zur rechten Zeit. Ich bin sehr dankbar dafür.“

„Da die Kirche täglich geöffnet ist, gehe ich des Öfteren rein, es tut gut zu beten. Auch gibt ein Gespräch, ob persönlich oder telefonisch mit Bekannten und Freunden ein wenig Trost.“

„Es freut mich, dass die Menschen in dieser Zeit die Mitmenschlichkeit wiederentdeckt haben. Ich hoffe, sie wächst zur Solidarität, auch wenn es ihnen wieder besser geht.“

Autor

Oft waren die Schreiberinnen und Schreiber der Trost-Postkarten beeindruckt von Menschen, die sich mit viel Hingabe und Geduld für andere einsetzten - und ihnen damit Mut machten. Andere berichteten von Verlust und Trauer, die aber doch nicht das letzte Wort haben sollten.

Zitate

„Zuerst gibt mir meine Familie viel Halt und Trost, mein Mann und mein Sohn. Und dann der Gedanke, dass meine im Herbst am Krebsleiden verstorbene Mutter nun in einer anderen Welt angekommen ist. Mich trösten auch die Erinnerungen an sie.“

„Mich trösten lange Waldspaziergänge, Gespräche mit guten Freunden, Gebete, der Blick ins Wasser, wo man bei Windstille den Himmel sehen kann.“

Musik

Autor

Der Evangelische Kirchenkreis Zossen-Fläming fragte nach Trost in Zeiten von Corona und Kontaktbeschränkung – und viele Brandenburger antworteten auf einer Postkarte. Sie erzählten von Erlebnissen, die ihnen in der Krise Mut machten. Von Musik und Büchern, die sie begeisterten. Von der Natur, die jedes Jahr neu zum Leben erwacht, nach ihrem eigenen Rhythmus, ganz unabhängig von den Problemen der Menschen. Manchmal fanden die Schreiberinnen und Schreiber auch erst nach längerem Nachdenken zu einer Antwort, sagt Superintendentin Katrin Rudolph.

Take 3 Rudolph

In einer der Antworten stand das ganz explizit, aber ich nehme an, dass es auch anderen so ergangen ist. Dieser Schreiber erzählte davon, dass er nachdem er die Postkarte bekommen hatte, mehrere Tage damit schwanger gegangen ist, mit der Frage, was ihm eigentlich Trost schenkt. Und seinen Blick dafür auch geschärft hat, mit dieser Frage im Herzen, bis er eine Antwort gefunden hat, die er uns dann auch geschrieben hat.

Autor

Es ist nicht immer offensichtlich, was uns trägt. Manchmal müssen wir schon genau hinsehen, um die wirklich wichtigen Dinge unseres Lebens als das zu erkennen, was sie sind. So entdeckten viele gerade in der Corona-Krise diese Trostquellen für sich neu. Andere fühlten sich im Moment überhaupt nicht getröstet. Dann konnte durchaus Zeit vergehen, bis sie fanden, was ihnen - wieder - Trost und Hoffnung gab.

Zitate

„Erst ein paar Tage später, nachdem ich die Frage per Post erhielt und ich mir auch immer wieder die Frage stellte, machte ich eine Trosterfahrung. Ich saß entspannt vor meiner Haustür und wollte den Abend genießen ... es gelang mir aber nicht. Ich sah ein weiteres Mal, dass die Pferde meiner Nachbarin wegen der Trockenheit nicht auf die Koppel können und der benachbarte Wald auch immer kränker wird. Das schrieb ich ihr und ihre gleiche Sichtweise, die sie mir kurze Zeit später zurücksendete, tröstete mich ... Ich war nicht der Einzige, der das so sah und sieht.“

„Es tröstet mich, wenn ich Blickkontakt auch mit fremden Menschen aufnehmen kann und dann auf mein geschenktes Lächeln hin ein Lächeln zurückbekomme. Dann weiß ich, ich bin ein Mensch, das Gegenüber auch, und wir haben uns als Mitmenschen erkannt.“

Autor

Das Gefühl, nicht allein zu sein, von anderen verstanden oder zumindest wahrgenommen zu werden, ist für viele der Postkartenschreiber eine Quelle des Trostes geworden. Und gerade in schweren Zeiten ist es wichtig, das Gute im eigenen Leben nicht aus dem Blick zu verlieren, betont Katrin Rudolph.

Take 4 Rudolph

Aus der Resilienzforschung, also der Untersuchung darüber, was Menschen besonders widerstandsfähig macht, wissen wir ja, dass Menschen, die die Begabung haben etwas Positives in jeder Situation zu entdecken, auch besonders gut gewappnet sind gegen Depressionen, gegen Krankheit, die sich aus solchen Situationen entwickeln kann. Wir haben auf ganz vielen dieser Postkarten, eigentlich auf allen, genau das wieder gefunden, dass Menschen diese Begabung in sich tragen und sie hineingeschrieben haben in das, was ihnen Trost gibt.

Autor

Viele Stimmen auf den Postkarten nannten den christlichen Glauben als Quelle ihres Lebensmuts. Trotzdem fand jeder Mensch seinen eigenen persönlichen Weg, mit der Frage umzugehen – mit oder ohne Religion und Kirche.

Zitate

„Meine Antwort bezieht keinen großen Tröster mit ein. Ich weiß von der Einmaligkeit und Unbegreiflichkeit des Lebens und sehe auch alles im wechselseitigen Wirken und dass jedes Lebewesen ein Glied der großen Gemeinschaft ist. Ich wurde aber positiv von christlichen Menschen geprägt.“

„Trost geben mir alle Kontakte, Telefonate, gemalte Bilder meiner Urenkel und auch der regelmäßige Seniorenbrief der Kirche (Herr Hartmann). Auch schöne Reiseerinnerungen geben mir Trost. In dicke Alben klebe ich Postkarten und Reiseprospekte ein. Die Reiseerinnerungen wecken die Hoffnung, dass bald wieder Reisen und Begegnungen möglich werden.“

Musik

Autor

Die vielen Antworten, die im Rahmen einer Postkartenaktion des Kirchenkreises Zossen-Fläming eingingen, sind nun in einem kleinen Buch gesammelt und veröffentlicht worden. Unter dem Titel „Ausblicke – ein kleines Trostbuch für besondere Zeiten“ beschreiben Menschen aus Brandenburg, was ihnen Mut macht und Hoffnung gibt – auch und besonders während der Corona-Kontaktbeschränkungen. Pfarrer Friedemann Düring vom Kirchenkreis stellte dann diese Texte mit Versen aus der Bibel zusammen. Katrin Rudolph:

Take 5 Rudolph

Schon auf den Postkarten selber hatten wir um Zustimmung gebeten, dass die Antworten die eingehen auch veröffentlicht werden dürfen, und wir haben sie nun veröffentlicht. Ergänzt um einige Trostpsalmen, die schon vor mehr als 2000 Jahren entstanden sind und auch ein bisschen davon erzählen, dass Trosterfahrungen schon damals nötig waren, immer wieder waren in der Geschichte von Menschen ebenso wie jetzt. Und wir hoffen, dass diese Verbindung der alten Psalmen zusammen mit diesen ganz modernen Trosterfahrungen auch so etwas wie ein Modell sein können für Menschen, die jetzt wiederum unser Trostbüchlein in die Hand nehmen und daraus Kraft schöpfen, aus den Ressourcen, die Menschen damals und eben auch heute wieder gefunden haben.

Autor

Wie auch in den Psalmen, einer bunten Sammlung von Gedichten, Gebeten und Liedern, so finden sich unter den eingeschickten Beiträgen viele unterschiedliche Blickwinkel und Stimmungen. Der eine Text wirkt fröhlich, der nächste eher nachdenklich; auf einen dankbaren Abschnitt können Fragen oder Hoffnungen folgen.

Zitate

„Immer wieder grüble ich darüber, was mich tröstet. Mein ganzes Leben ist durcheinander. Vorher dachte ich noch, dass ich mit meinen 78 Jahren noch mitten im Leben stünde. Nun alles unterbrochen. Mit Mühe schaffe ich es, mich selbst nach oben zu ziehen.“

„Trotz der Umstellung und Einschränkungen haben wir mehr Zeit für uns zum Spielen und Erzählen. Wir sind froh, einen Garten zu haben und einige unserer Liebsten in unserer Nähe zu haben.“

„Da ich Jahrgang 1939 bin und schon andere Zeiten erlebt habe, tröstet mich die heutige Lage. Durch die gesundheitliche Versorgung vom Staat und die einzuhaltenden

Vorsichtsmaßnahmen können wir es schaffen. Trost und Wärme gibt mir mein Zuhause.“

Autor

Bei allen Problemen und auch bei der Trauer, die teilweise zur Sprache kommt, bleibt das Buch doch immer - tröstend - positiv. Obwohl die Zeiten nicht leicht sind und die Menschen unter den Maßnahmen leiden. Oder: gerade deswegen. Gerade deswegen benennen die Texte das, was helfen kann. Und das ist gut zu wissen, sagt Katrin Rudolph:

Take 6 Rudolph

Manche der Antworten zeigen, dass es Menschen gibt, die schon lange und ziemlich gut wissen, was ihnen Trost schenkt und worauf sie zurückgreifen können in solchen Krisensituationen. Und manche Antworten zeigen eher, dass gerade diese letzten Monate eine Phase waren, in der Menschen etwas dazugelernt haben oder überhaupt sich solche Ressourcen erst erschossen haben, die ihnen dann auch in der Zukunft helfen. Denn Einbrüche ins Leben gibt es immer wieder. Meist sind sie ja eher persönlicher oder privater Natur. Was so besonders ist im Moment, ist dass es ja ein gesellschaftlicher Einbruch ist in das Leben, eine Art kollektiver Erfahrung.

Autor

Das kleine Trostbuch „Ausblicke“ ist gegen einen geringen Unkostenbeitrag beim Kirchenkreis Zossen Flämin erhältlich.

Musik