Die Woche beginnt. Und viele ruft wieder die Pflicht. Da gehört ein tiefer Seufzer vielleicht schon zum guten Ton. Arbeit steht an. Sie mag nicht mein Feind sein. Aber ist sie tatsächlich mein Freund?

Wohl dem, der heute Morgen zu den Gutgelaunten zählt. Sie sind manchmal schwer zu ertragen, diese sonnigen Gemüter, deren Stimmung sich nie zu trüben scheint. Manche sagen von ihrer Arbeit sogar, das sei doch nichts als ihr Hobby – und das auch noch gut bezahlt.

Dabei gibt es viele Gründe, warum einem Menschen die eigene Arbeit fremd ist. Mancher geht an seinen Arbeitsplatz solange mit einem dicken Kloß im Hals, bis er gar nicht mehr kann. Weil er dort auf Kollegen trifft, die über ihn tuscheln. Weil Vorgesetzte einen von oben herab behandeln. Weil die eigene Leistung nicht zählt. Weil man vielleicht sogar Dinge tun muss, die man verwerflich findet. Wer so zur Arbeit geht, muss am Montagmorgen nicht auch noch gute Laune haben.

Aber eigentlich möchte ich mir die Arbeit, die so viel meiner Lebenszeit ausmacht, auch nicht vermiesen lassen. Ich habe es gern, wenn meine Arbeit etwas bewirkt. Ich werde mit dem, was ich kann, gerne gebraucht. Ich genieße die Erholung nach der Anstrengung, den Feiertag nach getaner Arbeit. Wenn Zusammenarbeit gelingt, verbindet mich das mit anderen. Das fühlt sich gut an.

Arbeit darf uns nicht kaputt machen. Sie ist mehr als ein notwendiges Übel: Wenn ich nach getaner Arbeit zufrieden bin, dann bin ich ganz bei mir selbst.

Im Schöpfungsbericht der Bibel heißt es, Gott habe den Menschen in den Garten Eden gesetzt, dass er ihn *bebaute* und *bewahrte*.

Diese Erfahrung wünsche ich Ihnen: Dass sie den Garten ihres Lebens bebauen und bewahren können. Und dass sie es gern tun. Und die neue Woche mit einem entspannten Lächeln beginnen können.

Sie sind einander fremd geworden. Vor Jahren war alles noch ganz anders. Sie waren Freunde seit ihrer Jugendzeit. Als sie ihre Familien gründeten, riss der Kontakt nicht ab. Wenn es etwas zu feiern gab, dann feierten sie gemeinsam. Brauchte einer Hilfe, dann war der Andere da. Sie lachten über die gleichen Geschichten. Sie hatten ganz ähnliche Themen. Sie fuhren als Familien sogar gemeinsam in den Urlaub. Die beiden Freunde vertrauten einander alles an. Sie verstanden sich ohne Worte. Das war einmal. Inzwischen sind ihre Kinder erwachsen und schon aus dem Haus. Die einen verfolgen große Ziele. Die anderen halten sich tapfer. Der Eine der beiden Freunde startete beruflich noch einmal richtig durch. Der Andere hält sich so gerade über Wasser. Sie wohnen zwar noch in der gleichen Stadt, aber jetzt in verschiedenen Gegenden. Sie sehen sich nur noch selten. Und wenn sie sich sehen, spricht keiner es offen aus: Wo ist nur unsere Freundschaft geblieben? Es gab nicht *den einen* großen Bruch. Aber es gab hier und da einen kleinen Riss. Der Eine entdeckt ständig neue Themen für sich, der Andere erzählt meist die alten Geschichten. Sie haben sich nicht gestritten, doch etwas steht unausgesprochen im Raum.

Muss Freundschaft ewig halten? Nein, das muss sie nicht. In einem langen Leben darf auch etwas zu Ende gehen. Und etwas Neues beginnen. Aber manche Freundschaft ist zu kostbar, um sie still zu beenden.

Sollte nicht einer von beiden einfach mal vor der Tür des anderen stehen? Müsste nicht einer sagen: Lass uns reden!

Das kostet Überwindung. Wer den ersten Schritt geht, leistet eine Demutsübung. Ich bin überzeugt: Gott freut sich, wenn einer von beiden das tut. Auch wenn sich nicht alles in Ordnung bringen lässt: Sie werden gesegnet sein - wenn einer das Schweigen bricht.

Den Tierfreunden war es längst klar, was Studien bestätigen: Viele Vierbeiner sind zum Mitleid fähig – nicht nur hochentwickelte Menschenaffen, sondern auch Elefanten, Mäuse, Hunde und andere Arten. Tiere bekommen es mit, wenn ein Artgenosse leidet – oder auch ein Mensch. Sie können es im Gesichtsausdruck des anderen lesen. Sie reagieren darauf. Sie *trösten* ihr Gegenüber sogar. *Das tun sie aber nur*, mag man einwenden, *weil sie so programmiert sind. Und sie sind so programmiert, weil sie auch selbst etwas davon haben.* Das mag sein. Aber sie tun es. Sie trösten andere und helfen. Warum nicht dann auch wir Menschen? Wir tun es ja auch. Wir Menschen sind zum Mitleid fähig. Wir trösten einander. Wir helfen. Warum tun wir es? Sind auch wir darauf programmiert? Dann wäre es immerhin gegen die Natur, es nicht zu tun. Oder leitet uns die Einsicht, dass einem die Hilfe für andere am Ende auch selbst etwas nutzt? Auch das mag sein. Dann ist es eben nur vernünftig, anderen zu helfen.

Aber hinter dem Bedürfnis, anderen zu helfen, steckt – wie ich finde – noch mehr. Wir können Mitleid empfinden, weil Mitleid zu den Spuren gehört, die Gott in der Welt hinterlassen hat. Wohl nicht nur bei uns Menschen. Ich kann diese Spur in mir entdecken und ihr folgen. Wenn ich es tu, ist mein Leben gut. Ich kann diese Spur aber auch links liegen lassen. Ich kann sie verwischen. Wenn ich will, dann schotte ich mich ab und habe kein Mitleid. So oder so ist das aber keine Programmierung, der ich folge. Das ist meine Entscheidung. Jeder Mensch trifft diese Entscheidung. Im besten Falle wird einer seinen *Nächsten lieben wie sich selbst*, riskiert alles für ihn. Allein aus Mitleid. Und im Gegenteil bedrängt einer den anderen ohne Erbarmen, auch wenn der schon am Boden liegt. Ganz ohne Mitleid. Fähig bin ich Mensch zu beidem. Doch *ich* entscheide, ob ich der Spur Gottes folge und das Mitgefühl in mir zulasse. Oder ich folge ihr nicht und baue mit an einer trostlosen Welt. Ich entscheide das.

Es wäre doch schade, wenn jemand das Maß an Mitleid nicht erreicht, auf das selbst sein Hund programmiert ist.

Einen Brief soll ich nicht mit dem Wort „Ich“ beginnen. So habe ich es einmal gelernt. Das gilt dann wohl auch für E-Mails oder wenn jemand eine Rede halten will. Bloß nicht mit „Ich“ anfangen! Ganz so eng sehen wir das heute nicht mehr, aber die alte Schule war da eindeutig. Gemeint war damit, man sollte nicht zu viel von sich selbst reden, sich hinten anstellen. Diese Art der Bescheidenheit halte ich für übertrieben. Aber ich möchte sie auch nicht gegen eine Rhetorik eintauschen, die nur noch sich selbst kennt. Ich finde es unangenehm, wenn jemand kein Thema kennt außer sich selbst. Ich finde es aber genauso unangenehm, wenn jemand sich selber am liebsten unsichtbar machen würde – und jeder Frage ausweicht, die an ihn gerichtet ist. Ich wünsche mir von anderen, dass sie eine maßvolle Haltung zu sich selbst haben. Sonst wird das Miteinander auf Dauer schwierig. Dasselbe Gleichgewicht sollen sie auch bei mir vorfinden.

Wie sehe ich mich selbst? Sage ich gerne „Ich“? Wie sehen andere mich? Jeder Mensch will akzeptiert werden, wenn möglich, auch geliebt. Aber so sicher ist das oft nicht. Und darum reagieren wir manchmal komisch, wenn es um das eigene Ich geht. Die Verunsicherung lässt mich hier kräftig auf den Putz hauen - und dort macht sie mich fast unsichtbar. Gott sagt: Das hast du beides nicht nötig. Gott sagt: Ich mag nicht alles an dir. Ich mag nicht alles, was du tust. Ich mag auch nicht alles, was du sagst. Aber dich selbst akzeptiere ich ohne Wenn und Aber. Ich habe dich gewollt, noch bevor du deinen ersten Gedanken dachtest. Ich werde dich noch lieben, wenn keiner mehr an dich denkt. Dass es dich gibt, finde ich einfach nur gut. Das kannst du glauben. Und wenn du es glaubst, dann magst du dich selbst. Freue dich an allem, worin du gut bist! Aber hau nicht zu sehr auf den Putz! Das hast du nicht nötig. Und wo du nicht gut bist, sagt Gott, genieße meine Großzügigkeit. Sei großzügig mit dir - Sage nicht nein zu dir, denn du bist geliebt! Und sage nicht immer nur „Ich“! Aber wenn du es sagst, darfst du es liebevoll sagen.

Wissen Sie schon, was Sie heute in zwei Wochen tun werden? Vielleicht werden Sie sich mit einem Justizmord beschäftigen. Denn heute in zwei Wochen ist Karfreitag. Viele werden sich an diesem Tag an den Tod Jesu erinnern. Er wurde unschuldig zum Tode verurteilt. Er wurde hingerichtet und starb am Kreuz. Bevor er starb, musste er leiden. Er wurde gedemütigt. Daran denke ich jetzt in der Passionszeit, auf dem Weg zum Karfreitag.

Wenn ich an das Leiden von Jesus Christus denke, dann denke ich auch an das Leid von anderen Menschen. Ich denke an solche, die ich kenne. Und ich denke an das Leid von Menschen im Krieg und auf der Flucht.

Warum müssen Unschuldige so drangsaliert werden? Wie ist das, wenn die grölende Meute einen Wehrlosen durch die Straßen treibt? Was muss das für ein Gefühl sein, wenn einer weiß, dass er nie wieder nach Hause kommt? Und wenn es Gott gibt, warum unterbindet er das alles nicht? Und: Warum wehrte sich Jesus nicht?

Ich glaube, dass das Leiden von Jesus Christus das Leiden Gottes ist. Gott leidet an der Welt. Gott leidet unter der Bosheit, zu der wir Menschen fähig sind. Doch so, wie Jesus Christus leidet, erträgt er das Böse. Er zahlt es nicht heim. Ich glaube, dass Gott dem Bösen gerade dadurch die Macht nimmt: indem er es auf sich nimmt. Seine Liebe lässt es gar nicht anders zu.

Daran denke ich, wenn ich an das Leiden von Jesus Christus denke. Aber ich kann nicht an ihn denken, ohne auch an die Vielen zu denken, die heute leiden, jetzt in diesem Moment, jetzt zittern Menschen um ihr Leben. Unschuldige werden bedrängt. Anständige werden erniedrigt.

Wer wünschte sich nicht, dass einfach Schluss damit wäre? Wer wünschte sich nicht den Durchbruch zum Frieden? Ich glaube: Der Leidensweg von Jesus Christus *ist* der Durchbruch zum Frieden. Oder mit den Worten von Mahatma Gandhi: „Es gibt keinen Weg zum Frieden, der Frieden ist der Weg.“

Hinter mir ist die Tür ins Schloss gefallen. Nun stehe ich da und weiß nicht weiter. Aber mein Nachbar hat für alle Fälle noch einen Schlüssel. Er ist zu Hause. Ich sage zu ihm: Du bist meine Rettung. Was hätte ich ohne dich für einen Ärger gehabt!
Du bist meine Rettung! Das klingt gut. Das hört man gern. Und so leicht kann es sein, jemanden zu retten. So leicht lässt sich das manchmal sagen.
Ob es ein kleines Malheur ist oder eine große Not: Es kann mir schnell passieren, dass ich mir selbst nicht helfen kann. Dann brauche ich jemanden, der mich rettet. Ohne den Retter geht es nicht. Dann brauche ich einen Arzt oder die Feuerwehr oder jemanden, der mir finanziell aus der Klemme hilft.
Wenn ich es mir aussuchen kann, dann möchte ich auf keinen Retter angewiesen sein. Ich will gar nicht erst in eine solche Lage kommen. Doch wenn ich schon in einer Notlage bin, dann bin ich froh, wenn ein Retter zur Stelle ist. Wenn es um den Schlüsseldienst oder die Feuerwehr geht, ist die Sache klar und wir nehmen Hilfe in Anspruch.
Wie lange lässt sich aber Not ertragen, wenn es eine seelische Not ist? Bilde ich mir wirklich ein, ich käme aus jeder inneren Not allein heraus? Es gibt nicht nur die Handgriffe, die ich selber nicht tun kann. Es gibt auch Worte, die ich mir selber nicht sagen kann. Eines dieser Worte heißt: Ich liebe dich. Ein anderes: Dir ist vergeben. Und noch dieses: Du bist nicht allein. Wenn in der Bibel ein Bote Gottes zu einem Menschen spricht, dann beginnt er sehr oft mit den Worten: Fürchte dich nicht! Ein Retter in der Not – Gott selbst - spricht so. Solche Worte kann ich mir nicht selber sagen. Ein anderer muss sie mir sagen. Damit ich später sagen kann: Du bist meine Rettung!