



Durchhalten in Zeiten von Corona – Ein paar Gedanken von Pastor Markus Kalmbach zum 26. April 2020

Liebe Schwestern und Brüder.
Ein Marathon-Läufer hat noch einige Kilometer vor sich. An der Seite stehen viele Zuschauer und sie feuern ihn an. Sie jubeln ihm zu, reichen ihm eine Wasserflasche, manche laufen sogar neben ihm her, und alle feuern ihn an, nur nicht aufzugeben. Nicht aufgeben! sagen wir vielleicht auch einer Freundin, die eine schwere Krankheit durchmacht. Halte durch. Jetzt nicht aufgeben. Und ich helfe Dir wo ich kann.
Durchhalten ist oft bei Krisen angesagt. In dem Wort Durchhalten steckt das Wort „Halten“ drin. Nicht loslassen, sondern weiter festhalten.
Durchhalten ist aber nicht nur etwas, das wir „machen“ können: Ich halte durch! Ich strengte mich noch mal so richtig an.
Durchhalten kann gerade auch in einer Krisensituation bedeuten, ich kann nicht mehr selber, aber ich vertraue darauf, dass ich auch noch Hilfe von außen bekomme, durch meine Familie, meine Freunde, durch Gott!
Schon immer gab es große Krisen. Kriege, Hungersnöte, Heuschreckenplagen, Erdbeben, Überschwemmungen, Wirbelstürme. Wir kennen die Bilder aus dem Fernsehen.
Für uns in Deutschland sind solche massiven Krisen, wie wir sie derzeit durch Corona erleben, etwas fremd, da wir seit über 70 Jahren Frieden haben und auch großen wirtschaftlichen Wohlstand genießen. Deswegen haben wir in diesem Gottesdienst auch einen Input darüber gehört, wofür wir dankbar sein können.
Gerade in einer Krisenzeit ist es wichtig, sich das bewusst zu machen. Immer wieder. Jeden Tag neu. Gott ich danke dir für ...
Auch wir Christenmenschen werden durch so manche Krise geführt. Aber wir vertrauen darauf, dass Gott uns in der Zeit der Krise nicht alleine lässt.

Mir ist dann das Wort aus Psalm 23 ein Trost und eine Stütze: *Und ob ich schon wanderte im finstern Tal, fürchte ich kein Unglück; denn du bist bei mir.* Diese Gewissheit gibt mir Kraft in einer Krise durchzuhalten.
Ich werde gehalten um durchzuhalten. Krisen gehören für uns Menschen zum Leben dazu. Und wir können an Krisen zerbrechen, aber wir können durch sie auch gestärkt werden.
Die Erfahrungen, die wir in einer Krise machen, sind oftmals prägender als die Zeiten, wo alles einfach glatt lief.
Wichtig ist es in der Krise durchzuhalten. Das gilt auch für die Corona-Krise in der wir uns alle befinden.
Bis in die letzten Ecken dieser Erde sind die Worte Corona und Covid-19 bekannt. Für alle gilt es Einschränkungen zu erdulden. Für viele mit katastrophalen Folgen. Ein Großteil der Weltbevölkerung lebt in engen Slums oder Townships. Dicht an dicht ist social distancing nicht möglich. Gut 800 Mio. Menschen haben keinen Zugang zu sauberem Wasser. Regelmäßiges Händewaschen ist dann nicht möglich. Und die Corona-Krise betrifft uns das erste Mal alle, egal ob reich oder arm, ob Europäer oder Afrikaner, ob männlich oder weiblich. Aber die ärmere Weltbevölkerung hat viel weniger Ressourcen, um sich zu wehren, und so werden sie wieder besonders hart unter dieser Krise leiden.
Bei uns diskutieren wir nun intensiv, wie wir wieder zu der uns bekannten Normalität zurückkommen können.
Oder ist das, was wir jetzt erleben, das Neue Normale?
Was hilft mir durchzuhalten?
Zunächst nehmen wir die Empfehlungen ernst, die für diese Corona-Krise wichtig sind: Hände waschen, Distanz wahren, Mundschutz tragen, aber auch Spazierengehen und auf sich selber achten.
Wichtig ist es aber auch weiterhin in Kontakt zu bleiben mit Freunden und Familie, oder

sich Zeit zu nehmen, Dinge zu erledigen, die man immer aufgeschoben hat.

Aber je länger diese Krise dauern wird, um so mehr kommen wir auch an unsere Grenzen.

Und so brauchen wir Stärkung für den Marathonlauf, in dem wir uns alle befinden.

Und für viele ist eben der Glaube an Gott genau diese Stärkung. Darum kann das Bibellesen für uns eine Kraftquelle sein.

Der Apostel Paulus war ein großer Ermutiger im Glauben an Gott.

Er schreibt vor knapp 2000 Jahren an die Gemeinde im damaligen Rom und gibt Tipps für das Leben des Christen im Alltag.

Ich lese uns ein paar Verse aus Kapitel 12:

12 Seid fröhlich in Hoffnung, geduldig in Trübsal, beharrlich im Gebet. 13 Nehmt euch der Nöte der Heiligen an. Übt Gastfreundschaft. (...) Seid auf Gutes bedacht gegenüber jedermann. 18 Ist's möglich, soviel an euch liegt, so habt mit allen Menschen Frieden.

Das sind wichtige Sätze, auch für uns heute. Seid fröhlich in Hoffnung – das können wir sein, weil wir darauf vertrauen, dass Gott im Regimente sitzt, wie Paul Gerhardt einmal dichtete.

Seid fröhlich in Hoffnung, denn wir wissen, dass das was wir hier erleben, eben noch nicht alles ist.

Auch wenn wir ans Ende kommen, ist Gott noch nicht am Ende.

Seid fröhlich in Hoffnung, denn wir kommen von Ostern her.

In der Welt habt ihr Angst, aber seid getrost, ich habe die Welt überwunden, sagt Jesus.

Und so können wir *geduldig in Trübsal und beharrlich im Gebet* sein, denn wir rechnen mit Gott, auch in den dunkelsten Tälern und auf stürmischer See.

Wenn Nöte kommen, haltet durch, so heißt es in einer anderen Übersetzung. Das gilt uns auch heute in Zeiten von Corona. Haltet durch – jeder und jede für sich aber eben auch wir gemeinsam.

Und *Lasst euch durch nichts vom Gebet abbringen*. Bleibt dran.

Oder lasst Euch ganz neu drauf ein.

Nutzt die Zeit fürs Beten.

Allein im stillen Kämmerlein oder beim Spaziergang im Freien oder mit jemand anders zusammen.

Das Gebet ist der Ort, wo wir das Schöne und den Dank aber auch unsere Sorgen und Nöte vor Gott bringen. Wir teilen es und somit ist es nicht mehr so groß.

Und bei alledem verliert nicht den Mitmenschen aus eurem Blick. *Nehmt euch der Nöte der Heiligen an*, so ermahnt Paulus und *übt Gastfreundschaft*.

Es ist gut, dass überall Nachbarschaftshilfen entstanden sind und viele Menschen dort mitmachen – hier in Winsen und Umgebung, aber auch weltweit.

Bestückt mit Mundschutz und CarePaketen helfen viele von uns, und feiern auf diese Weise den Gottesdienst der Nächstenliebe. Sie dienen dem Nächsten und nehmen sich der Nöte der Menschen an. Soweit es uns möglich ist, sollen wir darin nicht nachlassen.

Und unser Text schließt mit den Worten: *Ist's möglich, soviel an euch liegt, so habt mit allen Menschen Frieden*.

Auch in der Krise gelten Gottes Weisungen und Gebote.

Auch in der Krise gilt es Friedensstifter zu sein.

Auch in der Krise können und müssen wir zum Frieden beitragen.

Was lässt uns also durchhalten in Krisenzeiten?

- Wir sind dankbar für das, was wir haben und was wir als selbstverständlich angesehen haben und jetzt in der Krise ganz neu schätzen lernen.
- Wir haben die Gewissheit, dass Gott auch in stürmischen Zeiten an unserer Seite ist.
- Wir haben die Hoffnung, dass Gott noch nicht am Ende ist, auch wenn wir nicht mehr weiter wissen.
- Wir sind getragen von der Osterbotschaft.
- Wir teilen das, was uns bewegt mit Gott im Gebet.
- Und wir dienen unserem Nächsten und schauen nicht nur auf uns selbst. So tragen wir zum Frieden in der Krise bei.

Möge unser Gott dich mit Kraft und Mut, mit Liebe und Fürsorge, mit Vertrauen und Stärke segnen. Amen.

Kontakt: markus.kalmbach@t-online.de

Impuls zum Thema Dankbarkeit von Vikarin Friederike Wöhler

Es ist früh. Wieder hat sie wenig geschlafen. Während der Kaffee durchläuft, macht sie sich schnell frisch. Der Kaffee hilft, die Müdigkeit zu vertreiben. Am Küchentisch sieht sie die Nachrichten auf ihrem Smartphone durch. Das Haus ist still. Wie immer um diese Uhrzeit. Sie dreht den Schlüssel in der Eingangstür und zieht sie hinter sich zu. Atmet die frische Morgenluft.

Auf einmal geht es los: Auf der anderen Straßenseite, nebenan aus dem Fenster und von dem Balkon der Nachbarn aus: Klatschen und Jubelrufe. Verdutzt blieb sie stehen, bis sie begriff, dass sie gemeint war. - Applaus um Dankbarkeit zum Ausdruck zu bringen.

Hier und in anderen Ländern wurden und werden in Zeiten der Isolation oft die Held*innen des Alltags gefeiert. In der Krise erfahren bestimmte Berufsgruppen auf einmal mehr Aufmerksamkeit als sonst. Woran liegt das?

Dankbarkeit zu zeigen will gelernt sein. Das sieht man besonders gut bei kleinen Kindern, wenn die Verkäuferin dem Kind eine Schale mit Süßigkeiten reicht: Ein verstohlener Blick und die kleine Hand greift schnell zu. Von den Eltern kommt dann mit liebevollem Nachdruck ein: „Und was sagt man dann?“ Das führt oft zu einem manchmal schüchtern gemurmelten, manchmal strahlend und klar ausgesprochenen „Danke!“

Dankbarkeit ist Einstellungssache! Sie hat etwas damit zu tun, dass ich aufmerksam bin, auch für das Gute, das mir zuteil wird.

Wir haben vorhin, in Verbindung mit dem Psalm 136,1 unseren Dank zum Ausdruck gebracht. Es ist wichtig, sich auch in schwierigen Zeiten vor Augen zu führen, was gut ist.

Ich bin dankbar für politische Sicherheit und Frieden, ich bin den Helden und Heldinnen im Gesundheitswesen und im Einzelhandel dankbar. Ich bin dankbar dafür, dass ich genug zu essen habe und sogar die Wahl zwischen so

vielen Dingen. Ich kann mir aussuchen, was ich zu Essen einkaufen will, ich kann mir aussuchen, wo und ob ich heute spazieren gehen will, was ich anziehen möchte, ich darf den Beruf ausüben, den ich gern ausüben möchte. Ich darf meine Meinung äußern und meine Religion ausüben.

Aber ich bin auch Dankbar für die wärmenden Sonnenstrahlen und die vielen Blüten in der Natur und für das Vogelgezwitscher.

Dankbarkeit macht Freude. Wer sich vor Augen führt, was ihm Gutes widerfahren ist, der ist wahrscheinlich glücklicher.

Als Christ*innen verstehen wir uns als von Gott begleitet. Und in seine Schöpfung hineingestellt. Wenn wir danken, danken wir nicht ins Leere hinein, sondern wir danken Gott. So wie es in einer zwischenmenschlichen Beziehung von Zeit zu Zeit hilft einander zu danken, so ist es auch gut Gott zu danken und damit die Glaubensbeziehung zu pflegen. Manchmal muss ich mich daran erinnern lassen, achtsam zu sein für das Gute, das mir geschieht.

Da geht es mir vielleicht ähnlich wie dem kleinen Kind. Oft nehme ich die Dinge einfach für selbstverständlich. Danken zu können ist wie staunen zu können, nur in Beziehung gedacht.

Das kann ich einüben. Ich brauche dafür nicht unbedingt ein Tagebuch zu führen. Ich kann von meiner Dankbarkeit auch einer guten Freundin in einer E-Mail schreiben, oder mir z.B. morgens oder abends bei einer Tasse Tee und vielleicht einer brennenden Kerze zu überlegen: „Was ist mir heute Gutes passiert? Und wofür möchte ich danken?“

überlegen: „Was ist mir heute gutes passiert? h
danken?“



Als „Die Neue“ hier in der Gemeinde bin ich dankbar dafür, hier herzlich aufgenommen zu werden. Ich freue mich über jeden freundlichen Gruß – auch auf Distanz. Für die nächsten zweieinhalb Jahre werde ich hier in der Gemeinde von St. Marien meine praktische Ausbildung zur Pastorin absolvieren. Ich habe etwas mehr als 12 Semester Theologie studiert und gerade im Februar mein Studium abgeschlossen. Nun darf ich alles lernen, was Pastor*innen so machen. Die Zeit in der Gemeinde ist dabei immer wieder unterbrochen durch theoretische Einheiten im Predigerseminar (die zurzeit nur digital stattfinden).