

## **„Kraft tanken“**

Kurz und gut, Nordwestradio, 10.11.2015 – Propst  
Bernd Kösling, Verden

Es ist kühl geworden. Morgens beim Einsteigen in das Auto oder auf dem Weg zum Bus oder zur Straßenbahn. Die Dunkelheit fordert auf dem Weg zur Arbeit und zur Schule mehr Konzentration als sonst. Es ist Herbst. Und mit dem Herbst kommt die Nässe, Kälte und Dunkelheit.

In meiner Arbeit als Seelsorger begegnen mir viele Menschen, denen diese dunklen Tage aufs Gemüt schlagen. Sie werden nachdenklicher und stiller als sonst. Manche ziehen sich sogar ein wenig in sich selbst zurück.

Eine solche Reaktion auf diese Jahreszeit beunruhigt mich zunächst nicht. Herbst und Winter haben für die Natur ja eine ganz wichtige Funktion. Die verbrauchte Kraft soll sich erneuern. Dafür braucht sie Zeit zur Ruhe und Regeneration. Genauso brauchen wir Menschen solche Zeiten der Muße und Erholung. Die Wirkung dieser herbstlichen Tage auf viele Mitmenschen ist dafür ein deutlicher Hinweis.

Ermutigt werde ich dabei von Erzählungen aus der Bibel. Immer wieder wird davon berichtet, dass Jesus sich in die Stille und Einsamkeit zurückzog. Dort betete er. So erschloss er sich die Quellen, aus denen er in der Hektik seines Alltages trinken konnte. Nach anstrengenden Missionsreisen fordert er seine Jünger auf, sich auszuruhen. Auch der Prophet Elia ist müde geworden. Ihm wird ein Engel geschickt, der ihn auffordert: Steh auf und iss, sonst ist der Weg zu weit für dich.

Die Bibel kennt also verschiedene Wege, Kraft und Erholung zu suchen. Denn sie weiß auch: wir Menschen können nicht unentwegt schaffen und Leistung erbringen. Wir brauchen eine Kultur der Erholung und Achtsamkeit auf uns selbst. Der vorgegebene Rhythmus von Tag und Nacht, von Werk- und Sonntagen kann dabei eine Hilfe sein.

Aber jeder und jede braucht ganz eigene Wege. Sie sind so individuell, wie wir Menschen unterschiedlich sind. Der eine genießt den ruhigen Spaziergang in der Natur, eine andere braucht dazu eine leckere Tasse Tee und ein gutes Buch. Und wieder jemand anders hört gerne Musik in seinem Zimmer.

Ja, es ist Herbst. Die Tage werden dunkler und ungemütlicher. Die Natur braucht diese Zeit, damit sie sich im Frühjahr wieder mit voller Kraft entfalten kann. Ein guter Anlass, selber einmal wieder auf die Suche nach Auszeiten für mein eigenes Leben zu gehen. Ich brauche diese Zeiten, denn nur so kann ich den anstrengenden und Kraft raubenden Alltag bewältigen.

**„Licht in der Dunkelheit“  
Kurz und gut, Nordwestradio, 11.11.2015 –  
Propst Bernd Kösling, Verden**

"Ich geh mit meiner Laterne und meine Laterne mit mir!" Heute in den späten Nachmittagstunden wird in vielen Stadtteilen dieses oder ein anderes Laternenlied zu hören sein. Eine aufgeregte Gruppe von Kindern, begleitet von ihren Eltern und Großeltern ist - in der Regel - mit selbst gebastelten Laternen unterwegs. Obwohl es meistens schon dunkel ist, haben die kleinen Kinder keine Angst.

Begleitet werden sie häufig von einem Reiter auf einem Pferd, der als römischer Soldat verkleidet ist und einen roten Mantel an hat. Dieser Brauch geht in der Tat auf einen römischen Soldaten zurück, der im vierten Jahrhundert in Frankreich gelebt hat und sich zum Christentum bekehrte. Später wurde er dann Bischof in der Stadt Tours. Deshalb heißt er: Heiliger Martin von Tours.

Die Legende erzählt, der heilige Martin habe einmal im Winter am Stadttor einen Bettler getroffen, der sein Mitleid erregt. Mit dem Schwert zerteilt er seinen Mantel und schenkt dem Bettler eine der beiden Hälften, damit der arme Mann nicht mehr frieren muss. Diese Begegnung wird für ihn zum Schlüsselerlebnis. Im Traum erscheint ihm noch in derselben Nacht Christus. Denn mit seinem Mantelteil hat er nicht nur den Bettler beschenkt, sondern Christus selbst.

Der 11. November ist in der katholischen Kirche der Tag des heiligen Martin. Ihm zu Ehren finden die Laternenumzüge an diesem Tag statt. Daran schließt sich ein kleines Beisammensein an. Dabei wird süßes Gebäck gegessen. Der Clou dabei: das

Gebäck soll - in Erinnerung an das Teilen des Mantels - mit einem anderen Teilnehmer geteilt werden.

Die Martinsumzüge sind so von einer tiefen Symbolik geprägt: die Laternen erinnern daran, gute Taten machen die Welt heller. Geteiltes Gebäck: geteilte Freude ist doppelte Freude. Und der als Soldat verkleidete Reiter ist mehr als nur volkstümliches Brauchtum: wir Menschen brauchen Vorbilder. An denen wir lernen, wie das eigentlich geht: gut sein!

Eigentlich ist es doch ganz einfach. Ein freundliches „Hallo“ beim Einsteigen in den Fahrstuhl. Die Aufmerksamkeit für den Radfahrer, der eigentlich keine Vorfahrt hat. Das kann heute die Welt ein Stück heller machen. Und wenn ich auch heute kein Geld mit anderen teile, dann vielleicht ein wenig meiner Zeit. Dass ich wirklich zuhöre, wenn der Arbeitskollege in der Pause etwas erzählt. Oder mir Zeit für einen Mitarbeiter nehme, der sich gerade schwer tut.

Alle guten Taten machen die Welt heller. Ihnen einen frohen Martinstag!

## **„Sehnsucht nach Leben“**

Kurz und gut, Nordwestradio, 12.11.2015 – Propst  
Bernd Kösling, Verden

„Wow - das sieht aber interessant aus. Uiii - was steht denn da drauf?“ Ich bin nicht in einem Museum, sondern gehe nach einer Beerdigung über den Friedhof zurück zur Kapelle. Dabei faszinieren mich ganz alte Grabsteine. Oft stehen sie schon gar nicht mehr auf den ursprünglichen Gräbern, sondern wurden an einem Ort gesammelt und aufgestellt.

Wenn ich Zeit habe, bleibe ich ein wenig stehen. Den Namen kann man gerade noch lesen, vielleicht noch die ein oder andere Jahreszahl. Wer mögen diese Menschen gewesen sein? Hatten sie ein einfaches oder ein schweres Leben? Ich weiß es nicht.

Mich fasziniert aber, dass Friedhöfe oft Orte voller Leben und Hoffnung sind. Sie bewahren Erinnerungen an Menschen auf. Über ihren Tod hinaus. Schon die ältesten Zeugnisse menschlicher Kultur belegen, Menschen waren überzeugt in ihrem „Namen“ weiterzuleben. Für mich ist jeder Name - auch wenn ich nicht mehr einen konkreten Menschen damit verbinden kann - ein solches Zeichen der Hoffnung auf ein Leben nach dem Tod.

In unserem Kulturkreis werden Gräber als kleine Beete angelegt. Die bunten blühenden Blumen im Sommer oder die herbstlichen Farben am Jahresende erinnern an das Paradies, den Ort des ewigen Lebens.

Gerade jetzt im November zünden viele Menschen an den Gräbern ihrer Lieben Kerzen an. Sie

erinnern an die Osterkerzen in unseren Kirchen. Im christlichen Verständnis sind sie ein Zeichen für die Sonne des Ostermorgens.

In diesen und vielen anderen Symbolen bewahren unsere Friedhöfe die uralte Sehnsucht des Menschen nach ewigem Leben auf. Wie schön wäre es doch gewesen, wenn man den lieben Menschen hätte festhalten können. Ohne, dass er weiter leiden oder krank sein müsste. Unser Leben soll doch eigentlich nicht in einem dunklen Loch enden, sondern ewig dauern.

Für mich als Christ ist diese Sehnsucht aber nicht eine unerfüllbare Utopie. Sie hat einen Namen und ein Gesicht: Jesus Christus. Ich glaube fest daran, dass er wirklich von den Toten auferstanden ist. Das ewige Leben ist eben kein Hirngespinnst.

Natürlich muss nicht jeder von Ihnen diese Überzeugung teilen. Jeder wird seine eigene Antwort auf die Frage finden müssen: worauf darf ich hoffen? Mich tröstet jedenfalls die Hoffnung, dass ich selbst dann noch leben werde, wenn in 100 Jahren niemand mehr etwas mit meinem Namen anfangen kann.

## **„Rückblick wagen“**

Kurz und gut, Nordwestradio, 13.11.2015 – Propst  
Bernd Kösling, Verden

Ziehen Sie jetzt eigentlich schon eine erste Bilanz?  
Oder erst zum Jahresende? Bilanz über das  
bisherige Jahr? Noch knapp 7 Wochen, dann ist  
2015 schon wieder zu Ende.

Der Begriff „Bilanz“ hat seinen Ursprung wohl im  
lateinischen „bilanx“, das so viel wie „Doppelwaage“  
bedeutet. In einer Bilanz werden messbare  
Faktoren gegeneinander „abgewogen“: Aktiva  
gegen Passiva, Einnahmen gegen Ausgaben, Soll  
gegen Haben. Eine positive bzw. negative  
Bewertung der Bilanz hängt davon ab, welche der  
beiden Waagen der „Doppel-waage“ sich nach  
unten neigt.

War es bisher ein gutes Jahr? Wonach bewerten  
wir es: Gesundheit gegen Krankheit? Arbeit gegen  
Arbeitslosigkeit? Glück gegen Unglück? Friede  
gegen Streit? Wenn wir alle Faktoren auf die  
Waagschale legen, dann haben wir am Ende die  
Antwort darauf, ob es ein gutes oder weniger gutes  
Jahr für uns war.

Diese Art der Bilanzierung macht es manchmal  
schwer, einen Zugang zu Gott zu finden. Beurteilt  
uns Gott wirklich nur danach, welche der beiden  
Waagschalen von „gut“ und „böse“ schwerer ist?  
Kann ich mehr gute als schlechte Taten vorweisen,  
dann bin ich ein guter Mensch. Ist es so einfach?  
Was ist, wenn die andere Schale schwerer ist? Ist  
Gott dann böse auf mich?

Von Jesus Christus lerne ich, dass Gott anders ist. Er braucht keine Waagschale, denn er liebt uns. „Liebe“ ist nicht messbar. Wenn ich liebe, dann ganz und total. Zumindest ist mir noch kein Brautpaar begegnet, das sagt: Unser Liebesfaktor liegt bei 70%. Oder Eltern, die ihre Kinder nur ein bisschen lieben.

Das bedeutet ja nicht, die Augen vor den dunklen Seiten des Anderen zu verschließen. Wer liebt, sieht natürlich auch die Fehler des Anderen. Vielleicht schmerzen sie sogar mehr als die anderer Leute. Aber sie verdunkeln die Beziehung nicht. Im Gegenteil: ich liebe den Anderen, trotz seiner Fehler. Und weil das so ist, werde ich mich bemühen, an meinen Fehlern zu arbeiten, damit sie nicht zwischen uns stehen.

Natürlich sieht Gott auch meine Fehler und Schwächen, aber sie verdunkeln nicht seine Liebe zu mir. Deshalb habe ich vor der Bilanz am Ende des Jahres keine Angst. Auch nicht vor der am Ende meines Lebens. Ich weiß, dass Gott mich liebt. Und mich nichts von ihm trennen kann.



## **„Kraftquellen“**

Kurz und gut, Nordwestradio, 14.11.2015 – Propst  
Bernd Kösling, Verden

Mein Gott, wie schaffen sie das bloß? Wie halten Sie das aus? In meiner Arbeit als Seelsorger begegnen mir häufig Menschen, die am Ende ihrer Kraft sind. Und einfach nicht mehr weiter können. Ich denke an einen schwer Kranken, der nicht weiß, ob es noch einmal gut ausgehen wird. An Menschen, deren Hoffnungen für die Zukunft zerbrochen sind, weil sie gemerkt haben: unsere Ehe ist am Ende. An die alt gewordene Dame, deren Ehemann nach mehr als 20 Jahren Ehe gestorben ist. Jetzt ist sie allein.

Wie hält man das aus? Ohne daran kaputt zu gehen? Es gibt sogar Menschen, die mir sagen: Ich bin durch diese Krise ein Stück reifer geworden. Vordergründig hilft es natürlich, dass das Leben ja irgendwie weitergehen muss. Die Kinder brauchen einen noch. Ich habe ja noch etwas vor im Leben.

Im Gespräch entdecke ich dann, wie tief im Menschen eine Quelle lebendig ist. Manche sagen der „Wille zum Leben“! Eine Kraftquelle, die ihnen hilft, den nächsten Schritt zu tun. Nicht den Kopf in den Sand zu stecken, zu resignieren oder gar aufzugeben.

Diese Quelle speist sich sicher aus Lebenserfahrungen. Es ist ja nicht das erste Mal, dass ich in einer Krise bin. Für viele spielt die Familie dabei eine wichtige Rolle: ich bin nicht allein. Ich werde geliebt. Freunde - Menschen, die zu mir halten und nicht weglafen. Das Mitgefühl der Nachbarn und Bekannten.

Nicht wenige Menschen sagen mir: ohne meinen Glauben hätte ich das nicht geschafft. Der Glaube an Gott bewahrt mich zwar nicht vor den Krisensituationen meines Lebens. Denn sie gehören zum Leben dazu. Aber wenn ich wirklich am Ende bin, dann spüre ich die Nähe eines ganz Anderen, der mir Kraft und Mut schenkt. Diese Erfahrung dürfen Menschen zu allen Zeiten machen. Es ist bewegend, in der Heiligen Schrift die Lebensgeschichten solcher Menschen zu lesen.

König David hat diese Erfahrung einmal in einem Psalm zum Ausdruck gebracht, der zu einem Stück Weltliteratur geworden ist. Er schreibt: „Der Herr ist mein Hirte, nichts wird mir fehlen. Muss sich auch Wandern in finsterner Schlucht, ich fürchte kein Unheil! Denn du bist bei mir, dein Stock und ein Stab geben mir Zuversicht.“