

Predigt am 3. Advent 2020 in der Großen Kreuzgemeinde

Der Gott der Hoffnung aber erfülle euch mit aller Freude und Frieden im Glauben, dass ihr immer reicher werdet an Hoffnung durch die Kraft des Heiligen Geistes. Röm 15,3



Liebe Gemeinde,

Hoffnung liegt in der Luft. Wir hoffen, dass es bald besser wird. Wir hoffen, Weihnachten halbwegs normal zu feiern und unbeschadet zu überstehen. Wir hoffen auf den Impfstoff und dass wir bald wieder planen können. Überall hoffen Menschen. Wobei es den meisten von uns schwer fällt, Hoffnung zu fassen. Irgendwie ist sie da. Sie wabert so um uns herum. Sie bewegt uns. Manchmal ist sie ein starker Antrieb. Aber konkret oder vielleicht sogar messbar scheint sie nicht zu sein, unsere menschliche Hoffnung.

Letztes Jahr haben die Wissenschaftler der Uni Marburg versucht. Sie wollten die Kraft der Hoffnung messen. Unter der Leitung des Psychologen Winfried Rief machten sie eine Studie mit Kranken, denen eine Bypassoperation am geöffneten Brustkorb bevorsteht. Kann man sich auf so etwas vorbereiten?

Ein Teil der Patienten schmiedet zusammen mit den Psychologen Pläne:

- Eine Patientin nimmt sich vor, vier Wochen nach der OP ihre Balkonkästen zu bepflanzen.
- Ein Patient hofft, nach drei Monaten seinen Lieblingsweg zu gehen,
- eine weitere Patientin malt sich eine Italienreise aus.

Der andere Teil der Probanden, die Kontrollgruppe, trifft keinen Psychologen, macht keine Pläne.

Sechs Monate später stellen die Forscher einen messbaren Unterschied im Körper der Probanden fest: Die Teilnehmer mit den Zukunftsplänen haben deutlich geringere Entzündungsmarker und Stresshormone im Blut. Sie sind weniger beeinträchtigt im Familienleben und bei der Arbeit. Es geht ihnen nachweislich besser als den Patienten aus der Kontrollgruppe. „Wenn man so will“, sagt der Psychologe, „haben wir da die Kraft der Hoffnung gemessen.“

Ein hoffnungsvoller Patient lebt aktiver. Das bestätigt die Studie aus Marburg: Die Pläneschmieder unter den Herzpatienten bewegten sich nach der Operation deutlich häufiger als die Teilnehmer aus der Kontrollgruppe.

Und körperliche Aktivität lindert erwiesenermaßen Schmerzen und senkt den Druck in den Gefäßen. „So erklären wir uns auch das bessere Abschneiden unserer Bypass-Patienten“, sagt Winfried Rief.

Die hoffnungsvollen Patienten haben sich auf das gefreut, was nach der OP, nach den Anstrengungen, nach den Schmerzen kommt. Diese positive Erwartungshaltung hat ihnen spürbar geholfen. Tatsächlich: Hoffnung ist eine starke Kraft.

Nun gibt es aber nicht nur gute Hoffnungen, sondern auch falsche. So eine falsche Hoffnung prangt als Spruch im Eingangsbereich meines Fitnessstudios: „Gesünder als gestern“. Und das natürlich auf Englisch. „Healthier than yesterday“. Nachdem ich eine Zeit lang etwas verwirrt daran vorbei gegangen ist, hat wurde ich irgendwann wütend. Ja, Gesundheit ist ein hohes Gut. Das stimmt. Aber jeden Tag gesünder? Das ist doch einfach Schwachsinn. Geht doch gar nicht. Da wird doch der Eindruck erweckt, als ob das Versagen ist, wenn man krank wird. Das ist doch wieder so ein Selbstoptimierungsquatsch. Und was heißt das jetzt, wo alle Fitnessstudios schießen mussten? Werde ich jetzt von Tag zu Tag klappriger?

Liebe Gemeinde, ich habe da eine ganz andere Sehnsucht: Ich will jeder Phase des Lebens etwas abgewinnen. Ich möchte vertrauen, dass Gott bei mir ist und ich will nicht gegen die Zeit, das Älterwerden und die Folgen davon ankämpfen. Darf ich nicht mal am Ende meines Lebens mich selbst aufgebraucht haben? Darf ich nicht in Ruhe krank werden und irgendwann sterben? Wenn Knie, Rücken und Augen einfach nicht besser werden, wenn der ganz normale Alterungsprozess nicht mehr zu übersehen ist, helfen auch keine Proteinshakes am Morgen und Yoga für die Nerven.

Ihr Lieben, wenn die menschlichen Möglichkeiten am Ende sind, wenn die positiven Gedanken versagen und aufgebraucht sind, wenn falsche Hoffnungen erst geweckt und danach enttäuscht wurden, dann muss die echte Hoffnung woanders herkommen.

Und wo kann man Hoffen lernen? Hier in der Kirche! Hier üben wir Hoffnung ein. Hier üben wir uns im Vertrauen auf den Gott der Hoffnung. So nennt ihn Paulus im Römerbrief:

Der Gott der Hoffnung aber erfülle euch mit aller Freude und Frieden im Glauben, dass ihr immer reicher werdet an Hoffnung durch die Kraft des Heiligen Geistes. Hier steht ein „aber“. Hier wird ein Gegengewicht zu all den enttäuschenden und falschen Hoffnungen gesetzt.

- Zu den Versprechen von ewiger Gesundheit.
- Zu den Erwartungen von dauerhaftem irdischem Glück.
- Und vor allem ein Gegenentwurf zu den anderen Entwürfen, die uns das Heil versprechen: Das Heil des Geldes. Das Heil der Gesellschaft. Das Heil unserer Seele.

Der Gott der Hoffnung aber... Hoffnung ist nicht nur etwas zutiefst Menschliches, sondern sie ist göttlich. Hoffnung ist nicht nur eine Kraft, die in jedem Menschen wohnt, sondern eine Kraft des Heiligen Geistes, die uns von Gott gegeben wird.

Warum ist er der Gott der Hoffnung? Wir lesen es einen Vers zuvor: Der Apostel zitiert den Propheten Jesaja (Jesaja 11,10):

„Es wird kommen der Spross aus der Wurzel Isais, und der wird aufstehen, zu herrschen über die Völker; auf den werden die Völker hoffen.“ (Römer 15,12)

Liebe Gemeinde, hier sind wir mitten im Advent. Mitten in der Zeit der Hoffnung. Jesus Christus ist in unsere Welt gekommen. Advent. Ankunft. Der Heiland ist da. Lange angekündigt. Als Spross Isais. Als Messias.

Er ist der Hoffnungsträger und die Lichtgestalt gegen alles Dunkle. Er ist der Sohn Gottes - vom Vater in unsere Wirklichkeit und unser Leben geschickt, um uns zu retten: Durch den Tod zum Leben. Unsere Hoffnung hat einen Namen: Jesus Christus.

Advent heißt aber auch: Hoffen auf seine Wiederkunft. Hoffen auf die endgültige Erlösung. Hoffen auf den Anbruch des ewigen Lebens mit ihm.

Wie heißt es noch bei Paulus? *„Der Gott der Hoffnung aber erfülle euch mit aller Freude und Frieden im Glauben, dass ihr immer reicher werdet an Hoffnung durch die Kraft des Heiligen Geistes.“*

Es ist die Kraft des Heiligen Geistes und nicht die Kraft des sogenannten positiven Denkens, aus der wir Christen unsere Hoffnung schöpfen. Der Heilige Geist macht unser Vertrauen auf Gott stark.

Mein 85-jähriger Vater hat das so erlebt. Bei einem Vorgespräch zu seiner letzten Operation warb der Arzt um Vertrauen. Mein Vater aber sagte: „Ich denke schon, dass sie ihre Arbeit gut machen werden. Dennoch vertraue ich zuallerst auf Gott. Ich bin ganz und gar in seiner Hand. Und sie übrigens auch. Sollte die OP misslingen und sollte ich deshalb nicht mehr aufwachen, dann ist das so. Ich bleibe in Gottes Hand. Sollte ich durch den Eingriff aber gesund werden ist das auch gut.“

Mein Vater erlebte es in dieser Zeit so, wie es der Apostel Paulus beschrieben hat. Er wurde erfüllt mit Freude und Frieden im Glauben. Und er wurde immer reicher an Hoffnung durch die Kraft des Heiligen Geistes. Das wurde ihm geschenkt. Das hat er nicht in sich produziert.

Liebe Gemeinde, das deutsche Wort hoffen kommt vom mittelniederdeutschen Wort hopen (englisch: to hope). Und das heißt nichts anderes als hüpfen. Vor Erwartung unruhig von einem Bein aufs andere springen.

Wie ein Kind vor Weihnachten: Da steht es vor der Tür und kann es nicht mehr erwarten kann. Die Hoffnung auf den schönen Weihnachtsabend mit tollen Geschenken macht es zappelig. Und die Vorfreude lässt es hüpfen.

Liebe Schwester, lieber Bruder, auch wenn dir selbst im Moment vielleicht nicht nach Rumhüpfen zu Mute ist, oder wenn es deine alten Knochen nicht mehr zulassen. Hoffnung hast du dennoch.

Denn der Gott der Hoffnung erfüllt dich mit aller Freude und Frieden im Glauben, dass du immer reicher werdest an Hoffnung durch die Kraft des Heiligen Geistes. Amen.