

3. Sonntag im Advent

15. Dezember 2024

Große Kreuzgemeinde Hermannsburg



Hoffnung im Advent

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.

Römer 15,13

Liebe Gemeinde,

Advent ist eine Zeit der Hoffnung. Das merken wir, wenn wir hier unsere Adventslieder singen, und das merken wir auch auf den Weihnachtsmärkten. Wir hoffen auf schöne Begegnungen, auf Ruhe und Besinnlichkeit, auf leckeren Glühwein oder Kekse, auf das ein oder andere noch nicht besorgte Weihnachtsgeschenk. Hoffnung liegt in der Adventszeit in der Luft. Überall hoffen Menschen. Manchmal ist es aber gar nicht so einfach, Hoffnung in Worte zu fassen. Besonders dann, wenn es um Themen geht, wo wir die Hoffnung vielleicht schon fast aufgegeben haben. Doch wenn sie einmal da ist, bewegt sie uns. Sie treibt uns an. Heute möchte ich mich mit euch von drei verschiedenen Seiten dem Thema Hoffnung nähern.

Nr. 1. Es gibt Menschen, die haben sich gefragt, ob man Hoffnung irgendwie messen kann. Hoffnung ist ja ziemlich schwer zu fassen, sie liegt in der Luft, aber wir können sie nicht anfassen und manchmal auch gar nicht in Worte fassen. Lässt sich Hoffnung konkret nachweisen oder messen? Vor einigen Jahren haben das Wissenschaftler der Uni Marburg versucht. Sie wollten die Kraft der Hoffnung messen. Unter der Leitung eines Psychologen machten sie eine Studie mit Kranken, denen eine Bypassoperation am geöffneten Brustkorb bevorsteht. Wie kann man sich auf so etwas vorbereiten? Ein Teil der Patienten schmiedet zusammen mit dem Psychologen Pläne: Eine Patientin nimmt sich vor, vier Wochen nach der OP ihre Balkonkästen zu bepflanzen. Ein Patient hofft, nach drei Monaten seinen Lieblingsweg entlangzugehen. Eine weitere Patientin malt sich eine Italienreise aus. Der andere Teil der Probanden aber, 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, 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 leitende Psychologe (Winfried Rief), „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 die körperliche Aktivität hilft dabei, Schmerzen zu lindern und den Druck in den Gefäßen zu senken. „So erklären wir uns auch das bessere Abschneiden unserer Bypass-Patienten“, sagt der Psychologe.

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. Das wurde wissenschaftlich nachgewiesen: Hoffnung ist eine starke Kraft.

Nun gibt es aber nicht nur gute Hoffnungen, sondern auch falsche. Manchmal kann man falsche Hoffnungen in unserem Alltag sehen. Und damit sind wir bei Nr. 2. Eine Frau berichtet von einem Besuch in einem Fitnessstudio. Im Eingangsbereich leuchtet groß der Spruch: „Gesünder als gestern“. Und das auf natürlich auf Englisch. „Healthier than yesterday“. Nachdem sie eine Zeit lang erstaunt bis verwirrt daran vorbei gegangen ist, hat sie irgendwann die Wut gepackt. „Ja, Gesundheit ist ein hohes Gut. Das stimmt“, meint sie. „Aber jeden Tag gesünder? Das ist doch einfach Schwachsinn. Das geht doch gar nicht. Da wird doch so getan, als ob wir versagt hätten, wenn wir krank werden. Das ist doch wieder so ein Selbstoptimierungsquatsch. Ich hab da eine ganz andere Sehnsucht: Ich will jeder Phase des Lebens was abgewinnen. Ich möchte vertrauen, dass Gott bei mir ist und ich will nicht gegen die Zeit und die Folgen davon ankämpfen.“

Mit diesen Gedanken im Kopf attackiert sie schließlich ihren armen Personal Trainer im Fitnessstudio: „Darf ich nicht mal am Ende meines Lebens mich selbst aufgebraucht haben, darf ich nicht in Ruhe krank werden und irgendwann sterben?“ Der Trainer bleibt erstaunlich ruhig, empfiehlt ihr mehr Kohlenhydrate am Morgen und Yoga für die Nerven. Er würde in solchen Phasen auch mal in eine Kirche gehen. Ob sie das schon mal probiert hätte?

Seltsam. Wenn die menschlichen Möglichkeiten am Ende sind, wenn die positiven Gedanken versagen, wenn falsche Hoffnungen erst geweckt und danach enttäuscht wurden, dann kommt die Kirche ins Spiel. Seltsam, aber richtig. Denn 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.*“ Der Vers beginnt mit einem „aber“. Hier wird ein Gegengewicht gesetzt, zu all den enttäuschenden und falschen Hoffnungen. Zu den großen Heilspropheten unserer Zeit: Das Heil durch ewige Gesundheit. Das Heil durch viel Geld. Das Heil durch persönliches Glück.

Hoffnung ist nicht nur etwas zutiefst Menschliches. Sie ist göttlich. Zumindest sagt es Paulus so: Der „Gott der Hoffnung“ setzt den falschen Heilspropheten etwas entgegen. Es ist die Kraft des Heiligen Geistes, die Hoffnung in uns erzeugt und uns in eine schönere Zukunft schauen lässt. Die uns Kraft gibt für das, was kommt. Und die auch Wohnung in unseren Herzen nimmt. *„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.“* Paulus nimmt darin einen Gedanken auf, den er vom Propheten Jesaja übernimmt und den er kurz zuvor auch wörtlich zitiert: „Es wird kommen der Spross aus der Wurzel Isais, und der wird aufstehen, zu herrschen über die Völker; auf den werden die Völker hoffen.“ ((Jesaja 11,10 und Römer 15,12)

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, als Nachkomme Isais. Als Messias. Auf den werden die Völker hoffen. Ein Hoffnungsträger, der wie ein großes Licht in unsere Dunkelheit scheint – und damit nicht nur schöne Beleuchtung schenkt, sondern die Rettung der Welt. Unsere Hoffnung hat einen Namen: Jesus Christus.

Advent heißt deshalb auch: Hoffen, dass er bald wieder zurückkommt. Hoffen, dass wir dann endgültig mit ihm zusammenleben dürfen, und er immerwährenden Frieden für die Welt und für uns persönlich schenkt. 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.“* Vorfriede auf das, was kommt. Den Frieden im Glauben, nach dem wir uns sehnen. Und die Hoffnung, die wir durch die Kraft des Heiligen Geistes haben. Das alles macht unser Vertrauen auf Gott stark.

Das wird besonders wichtig, wenn wir ernsthaft krank werden. Und damit sind wir beim letzten Punkt, Nr. 3 angekommen. Bei einem Mann liegt eine komplizierte Herz-OP an. Der Arzt wirbt im Vorgespräch um Vertrauen: „Machen Sie sich keine Sorgen. Ich habe diese OP schon öfter durchgeführt. Vertrauen Sie mir.“ Wer mit dem Vertrauen auf Gott in so ein Gespräch hineingeht, der kann den Arzt vielleicht ein bisschen überraschen. Denn der kann zum Arzt sagen: „Ich denke schon, dass Sie ihre Arbeit gewissenhaft machen werden. Dennoch vertraue ich zuallererst auf Gott. Ich bin ganz und gar in seiner Hand. Und Sie übrigens auch. Sollte die OP nicht klappen und sollte ich deshalb nicht mehr lange leben ist das in Ordnung. Ich bleibe in Gottes Hand. Sollte ich durch den Eingriff aber gesund werden ist das auch gut.“ Da wird konkret sichtbar, was der Apostel Paulus beschrieben hat. Der Mann wurde erfüllt mit Freude und Frieden im Glauben. Und er wurde immer reicher an Hoffnung durch die Kraft des Heiligen Geistes. Diese Hoffnung wurde ihm geschenkt. Die hat er sich nicht selbst ausgedacht. Schlussendlich wurde der Mann zweimal operiert. Die erste OP ging schief. Der behandelnde Arzt war untröstlich. Er hatte es nicht geschafft. Zu seinem

Erstaunen wurde der Patient nicht böse. Er blieb gelassen. Die zweite OP glückte dann. Gott sei Dank. Der Mann kam tatsächlich wieder zu Kräften.

Die Hoffnung, die er in sich getragen hat, strahlte auch noch über das Krankenhaus hinaus. In der Reha führte er viele Gespräche mit anderen Patienten. Fast immer ging es um den Gott der Hoffnung. 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, das vor Weihnachten vor der Wohnzimmertür steht und es tatsächlich nicht mehr erwarten kann. In der Hoffnung auf den schönen Weihnachtsabend mit tollen Geschenken. Die Vorfreude lässt uns hüpfen.

Kein Wunder, dass unser Bibelwort ausdrücklich von der Freude spricht, wenn es um unsere Hoffnung geht: *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.*

Amen

(Pastoralreferentin Claudia Matzke)