



Foto: Quelle pixabay

Wir haben die erste Kerze am Adventskranz entzündet. Mit dem Advent beginnt eine einzigartige Zeit im Jahr. Das flackernde Licht der Kerzen in dunklen Tagen, der Besuch von Advents- und Weihnachtsmärkten, der Duft von Lebkuchen, Zimt oder Glühwein erzeugt eine ganz besondere Stimmung und ruft schöne Gefühle hervor. Kaum eine andere Zeit im Jahr weckt so intensive Emotionen wie die Vorweihnachtszeit. In diesem Jahr wird die Vorfreude auf Weihnachten allerdings von manchen Ereignissen überschattet und getrübt. Der Krieg in der Ukraine, der seit neun Monaten andauert, hat weltweit Entsetzen, Sorge und Abscheu ausgelöst. Die Auswirkungen sind überall zu spüren mit gestörten Lieferketten, steigenden Energiepreisen und einer starken Inflation. Einkäufe, Mieten und Heizkosten sind teuer geworden, für manche Menschen unerschwinglich teuer.

Wie wird dieser Winter werden, fragen sich viele besorgt und schauen den kommenden Wochen mit gemischten Gefühlen entgegen. Und dann läuft in diesen Wochen auch noch die Fußball-WM, die ohnehin starke Emotionen hervorruft. Was sonst ein großes Fest für die schönste Nebensache der Welt ist und hunderttausende zum Public Viewing ins Freie lockt, wird in diesem Jahr von politischen Protesten und Boykott-Aufrufen begleitet, ganz zu schweigen von der Enttäuschung, die das erste Spiel der deutschen Mannschaft bei den Fans hervorgerufen hat. Dieser Advent hat es in sich. Wir befinden uns in einem Wechselbad der Gefühle.

„Große Gefühle“, so heißt die Predigtreihe die wir in den Eucharistiefiern im Advent hören werden. Gefühle sind ein wesentlicher Bestandteil unseres Lebens und geben unserem Leben erst Geschmack und Farbe. Es macht einen Unterschied, ob wir uns gut oder schlecht fühlen. Nicht umsonst fragen wir einander oft als erstes, wie es uns geht oder wie wir uns gerade fühlen. Häufig sehen wir einem Menschen schon an, ob es ihm gut geht oder nicht. Das Gesicht, die Mimik, die Haltung sprechen dabei Bände. Wir wollen, dass es uns und anderen gut geht und tun viel dafür. Und doch haben wir unsere Gefühle nicht immer im Griff.

Freude lässt sich nicht auf Knopfdruck herstellen und umgekehrt können wir nicht verhindern, dass wir von Ärger, Angst, Trauer oder Wut übermannt werden. Gefühle kommen und gehen, ohne dass wir sie groß beeinflussen können. Von daher haben wir auch keine Verantwortung für die Gefühle, die wir empfinden, denn sie stellen sich ganz von selbst ein. Wir haben einzig und allein Verantwortung dafür, wie wir mit diesen Gefühlen umgehen und was wir aus ihnen machen.

Gefühle sind nichts Schlimmes. Ganz im Gegenteil: Gefühle haben eine wichtige Botschaft an uns, die es zu entschlüsseln und zu verstehen gilt. Es ist eine Botschaft, die letztlich unserem Leben dient. Um diese Sprache der Gefühle soll es in den kommenden Wochen gehen.

Im Evangelium hörten wir, wie Jesus von der Ankunft des Menschensohnes spricht. Der Menschensohn ist eine Umschreibung für ihn selbst und für seine Wiederkunft am Ende der Zeiten, aber auch heute schon in unser Leben hinein. Jesus verwendet drastische Bilder, wenn er von dieser Wiederkunft spricht: Die Erinnerung an Noah und die große Flut rufen Gefühle von Bedrohung, von Unsicherheit und Ohnmacht hervor. Selbst bei uns können Fluten Existenzen vernichten und den Tod bringen, wie wir bei der Flut im Ahrtal erleben mussten. Und auch das Gleichnis vom Dieb, der überraschend in der Nacht kommt, kann ein Gefühl des Unbehagens, der Angst und der Hilflosigkeit hervorrufen. Jesus will uns aber keine Angst machen. Er erinnert uns daran, dass es schöne wie schlimme Erfahrungen gibt, die sich ganz plötzlich in unserem Leben ereignen. Wir sollen uns bereit halten für die Überraschungen oder Herausforderungen, die das Leben an uns stellt. Für die meisten dieser Herausforderungen haben wir keine Verantwortung, genauso wenig wie für die Gefühle, die damit verbunden sind. Verantwortung haben wir dafür, wie wir damit umgehen und vielleicht dafür, wie wir uns für Herausforderungen wappnen. Es könnte fahrlässig sein, immer davon auszugehen, dass schon alles gut gehen wird. Gerade negative Gefühle bewegen uns dazu, nicht tatenlos zu bleiben, sondern etwas zu tun, um Gefahren abzuwenden und Schlimmeres zu vermeiden.

Gefühle haben eine Botschaft an uns, die letztlich dem Leben dient. Es kommt darauf an, dass wir diese Gefühle nicht einfach verdrängen oder unterdrücken, sondern dass wir auf ihre Botschaft hören und sie für unser Leben entschlüsseln. Vielleicht ist es ja Gott, der durch diese Gefühle auf verborgene Weise in unser Leben hineinspricht, damit wir hellhörig und wachsam sind.