

Hans-Martin Gutmann

## „Auf die Liebe und das Leben“

Das ist der Trinkspruch, mit dem meine Liebste und ich Gäste begrüßen, zu Beginn einer Mahlzeit anstoßen – und sechzehn Jahre lang nach den Untergottesdiensten in unserer Wohnung mit etwa vierzig Gästen die Suppen verspeist haben, die am Samstag zuvor von Studierenden, meiner Liebsten und mir vorbereitet worden waren. Und natürlich: Bier und Rotwein waren auch dabei. Diese wiederkehrenden Rituale über viele Jahre sind die intensivsten inneren Bilder, die ich mit „das Leben feiern“ verbinde.

Ich kann viele weitere innere Bilder aufrufen. Die langen Abende mit Freunden beim Griechen um die Ecke – Lammfilet, Grillteller, Fischteller, vom Wirt immer wieder neu spendierter Ouzo – und intensive Gespräche bis weit in die Nacht. Die Partys, die wir mindestens einmal im Jahr feiern. Spätestens um zehn Uhr abends wird die Anlage laut gedreht und es wird getanzt. Wer mehr Lust hat, sich weiter zu unterhalten, muss sich ein stilles Plätzchen suchen. Im Hauptraum wird getanzt, denn unterhalten kann man sich ja die ganze Woche über. Wir haben allerdings gemerkt, wenn wir selbst eingeladen waren, dass die jungen Leute nicht mehr tanzen. Sie stehen in kleinen Gruppen rum, trinken und quatschen. Seltsam. Sowas gibt es bei uns nicht.

Das Leben feiern – im Café um die Ecke, meinem zweiten Wohnzimmer, seitdem ich kein Büro mehr habe. Ich kann mich zu Hause nicht konzentrieren, dort ist es viel zu still. Im italienischen Café läuft die ganze Zeit laute italienische Rockmusik, und die italienische Community des Viertels ist auch vor Ort und erzählt mit Händen und Füßen. Laut. Lebendig. Ich liebe das ...

Und viele weitere kleine und große Rituale. Feste des Lebens.

### Schnitt

Seit bald einem Jahr ist das alles vorbei. Die Pandemie legt sich wie eine kalte Klammer auf Lebensgefühle und Begegnungsmöglichkeiten. Was für eine Plage, dass jede Begegnung möglichst ausgeschlossen werden muss, zumindest zur Gefahr wird. Die Begegnungen auf der Straße, wenn man einander

ausweicht und die Gesichter wegdreht. Die abgesagten Treffen mit Freunden, selbst die abgesagten oder über Zoom gekachelten Gremiensitzungen. Alles was Spaß macht und lebendiges Leben ermöglicht, geht nicht mehr. Alle diese Orte sind geschlossen: Kneipen und Cafés, Kinos und Theater, Sportplätze und Muckibuden.

Viele Menschen sind grundlegend verunsichert. Viele werden dünnhäutiger. Die Tränen sind nahe, bei jeder traurigen und freudigen Gelegenheit. Ich hätte mir vor einem Jahr nicht träumen lassen, dass ich als verschworener Nicht-CDU-Wähler feuchte Augen und einen Kloß im Hals bekomme, als sich Armin Laschet über seinen Erfolg bei der Wahl zum Parteivorsitzenden freut. Was ist los mit mir? Viele haben Angst. Lebensperspektiven und Lebenssicherheiten werden geschreddert. Ich kenne viele „Kulturschaffende“, die nicht mehr wissen, wie es weitergehen soll. Kneipiern und Hoteliers, Menschen, die in der Gastronomie arbeiten, Menschen, die in prekären Arbeitsverhältnissen beschäftigt sind, sie alle drohen ihre Existenzgrundlage und ihre Perspektiven zu verlieren. Familien werden zwischen Erwerbsarbeit, Home-Office und Kinder-Beschulung zerrieben. Die Gewalt gegen Kinder und Frauen nimmt zu, die Dunkelziffer ist hoch.

Nicht wenige drehen durch. Menschen, denen man das zuvor nie zugetraut hätte, glauben mit QAnon daran, dass Hillary Clinton in ihrem Keller Kinder foltert, dass eine globale Verschwörung des „Deep State“ hinter der Pandemie steckt. Uralte antijudaistische Verschwörungstheorien und Gewaltphantasien kommen wieder hoch. Nazis nisten sich in – oft verständliche und berechtigte – Protestbewegungen ein. Die Fähigkeit und Bereitschaft, einander zuzuhören und auch gegenteilige Positionen zu akzeptieren geht zunehmend den Bach runter. Erschütternd ist für mich die Unfähigkeit und Unwilligkeit bei vielen, über den Tellerand der eigenen Sorgen hinwegzusehen. Nachrichten vom Elend der Geflüchteten in Bosnien, von Gewaltausbrüchen in Afghanistan werden vielleicht noch zur Kenntnis genommen, aber akti-

vieren nicht mehr Engagement und widerständiges Handeln.

## Was tun?

Auf dem Höhepunkt der allgemeinen Verunsicherung beinhaltet die Zusage „Auf die Liebe und das Leben“ heute zuallererst, die Kräfte für Resilienz und Offenheit sich selbst und anderen gegenüber zu stärken. Ich habe vor einem Jahr unter dem Pseudonym „Nasi Go Reng“ ein kleines Büchlein geschrieben: „Tweets fürs Leben“. Mir hilft in diesen Tagen, öfter einen Blick reinzuwerfen. Kurze Texte, um das Leben zu stärken und um es wieder feiern zu können. Da heißt es beispielsweise: „Lass dich nicht kleinmachen. Vor allem: Mach dich nicht selbst klein. Du bist ein wunderbares Geschenk des Lebens. Wenn du das spürst, kannst du auch mit anderen wertschätzender umgehen. Es ist wichtig, welche Selbstgespräche wir führen. Wir bewerten unser Handeln, unsere Einstellungen und Haltungen. Fast ständig. Wir beobachten uns selber. Wie ist mein Standing? Wie komme ich an? Werde ich wertgeschätzt? Bin ich gut genug? Dabei gibt es verschiedene Stimmen in unserer Seele. (...) Selten sind das ausgeprägte Sätze oder gar Argumente. Oft sind das knappe Resonanzen: Das schaffst du nie. Von nix kommt nix. Oder: Mach dich nicht kleiner als du bist.“

Es ist heilsam, wenn diese Resonanzen positiv sind. Ermutigend. Wertschätzend. Gerade in einer gesellschaftlichen Umgebung, in der fast alles nach Leistung bemessen wird, ist es nötig, die eigene Stimme warm und heilsam klingen zu lassen und ihr im Herzen Gewicht zu geben. Das gelingt leichter, wenn wir dieses Bild in uns aufnehmen: Wir werden liebevoll angesehen. Wir können den liebevollen Blick imaginieren, auch gegen faktische Erfahrungen. Den liebevollen Blick von Menschen, die uns am Herzen liegen. Den liebevollen Blick vom Grund unseres Lebens, wie immer wir diesen Grund nennen; von Gott, von der energetischen Macht, die mich und alles Lebendige im Leben erhält, vom Schöpfer, der alles Lebendige schafft und trägt, vom Sinn des Lebens. Die Namen dieser umfassenden guten Macht sind so vielfältig wie die Kulturen und Religionen in unserer Lebenswelt, und so vielfältig, wie es Menschen gibt. Die großen Religionstraditionen behaupten, dass sie keine menschliche Erfindung ist, sondern dass ein Strom voller Liebe von außen auf uns zukommt und unser Leben umhüllt. Wenn wir dieser Botschaft Glauben

schenken, dann kann uns nichts mehr klein machen. Und wir können mit den anderen Menschen, mit denen wir leben, liebevoller, geduldiger und wertschätzender umgehen.

## Ein Gedanke zum Schluss

Mir helfen immer wieder biblische Erinnerungen, gerade in diesen seltsamen Tagen der Pandemie. Gegen all das, was dagegenspricht, helfen sie mir zu spüren und zu denken und zu wissen: Das Leben ist ein unfassbar überschwängliches Geschenk. Oft vergesse ich das. Genauer: Ich kann mir das nur schlecht selbst unterbreiten. Deshalb muss ich ab und zu in die Kirche laufen und mir das zusagen lassen.

Vom Anfang bis zum Schluss. Von der Zusage, dass alles Leben gut geschaffen ist, bis zum Trost, dass alle Tränen abgewischt werden, dass der Tod nicht mehr sein wird und dass Leid und Geschrei und Schmerz nicht mehr sein werden.

Vom Anfang bis zum Schluss: Vom Großen Festmahl, das die Ältesten Israels im Anschluss an den Bundesschluss am Sinai im Angesicht Gottes feiern (2 Mose 24,9-11) bis zur Erzählung von der Hochzeit zu Kana. Der Verfasser des Johannesevangeliums lässt das öffentliche Leben Jesu mit zwei Festen beginnen. In der Erzählung von der Hochzeit zu Kana (Johannes 2, 1-12) setzt Jesus seine Lebensmacht ein, um das Fest der Liebenden vor dem Desaster zu bewahren: Er verhindert, dass die Gastgeber ihr Gesicht verlieren, dass die Party mangels Alkoholika abstürzt und die Ausgelassenheit der Feiernden in Ernüchterung umschlägt. So soll es sein: „Auf die Liebe und das Leben.“



**Hans-Martin Gutmann**

em. Professor für praktische Theologie  
an der Universität Hamburg

Auf dem Höhepunkt der allgemeinen Verunsicherung beinhaltet die Zusage „Auf die Liebe und das Leben“ heute zuallererst, die Kräfte für Resilienz und Offenheit sich selbst und anderen gegenüber zu stärken.