

*In jener Zeit sprach Jesus zu seinen Jüngern:*

*Frieden hinterlasse ich euch, meinen Frieden gebe ich euch; nicht einen Frieden, wie die Welt ihn gibt, gebe ich euch.*

*Euer Herz beunruhige sich nicht und verzage nicht. Ihr habt gehört, dass ich zu euch sagte: Ich gehe fort und komme wieder zu euch zurück. Wenn ihr mich lieb hättet, würdet ihr euch freuen, dass ich zum Vater gehe; denn der Vater ist größer als ich.*

*Jetzt schon habe ich es euch gesagt, bevor es geschieht, damit ihr, wenn es geschieht, zum Glauben kommt. Ich werde nicht mehr viel zu euch sagen; denn es kommt der Herrscher der Welt. Über mich hat er keine Macht, aber die Welt soll erkennen, dass ich den Vater liebe und so handle, wie es mir der Vater aufgetragen hat.*

*Johannesevangelium 14, 27-31a  
(Einheitsübersetzung)*

Trösten will gelernt sein. Trösten, das kann nicht jeder. Das habe ich erst kürzlich in der Dankesmesse der Kommunionkinder gesehen, als ein Kind anfang bitterlich zu weinen und erst aufhörte, nachdem es durch die Mutter und den Priester beruhigt werden konnte. Ich stellte mir vor, dass es wohl so ähnlich ausgesehen haben muss, als Jesu seine nebenstehenden Trostworte an die Jünger richtete.

Wer trösten will, muss selbst getröstet sein. Der muss wissen, ahnen, spüren, was ihn selbst hält und birgt. Nur wenn ich selbst einen festen Stand habe, kann ich auf andere zugehen, die gerade den Boden unter den Füßen verloren haben. Nur dann kann ich mit den Trauernden ihre Verzweiflung, ihre Ohnmacht, ihre Wut, ihre Tränen aushalten. Trösten ist eigentlich nichts anderes als – aushalten, dabeibleiben, mitgehen, mich nicht entziehen, vielleicht auch einfach nur da sein, ohne viele Worte machen zu müssen.

Das Leid in der Welt und das Leiden bei jedem Einzelnen können wir nicht verhindern. Aber wir wären sicherlich eine große Hilfe für den einen oder anderen, wenn wir ihn in seinem Leiden nicht allein lassen. Trösten kann man lernen! Auch wir können helfen, Leiden mitzutragen, Hände zu halten, Unterstützung zu geben – ja sogar selbst an solchen Situationen zu wachsen. Allerdings gelingt es meines Erachtens nur, wenn ich weiß, dass auch ich gehalten bin – von Gott.

Und das sind für mich als Christen wahrlich tröstende Hoffnungsworte!