



**Seelsorge**

im Gesundheitswesen  
der Diözese Regensburg

durchatmen • nachdenken • mehr leben



**Ermutigung**  
der Woche

## Vertrauen, dieses schwerste ABC

Diese Krisenzeit ist nicht nur bedrückend, sie ist auch verwirrend. Nach einer ersten Zeit der Einigkeit werden die Meinungen über das beste Vorgehen immer unterschiedlicher, bisweilen geraten sie sehr aggressiv aneinander. Ich staune über die verschiedenen Weisen, in der Menschen in dieser Zeit nach Bewältigung, nach Hilfe und Halt suchen. Das reicht von Gelassenheit bis zur Verzweiflung, von neuem wissenschaftlichem Eifer bis zu Verschwörungstheorien, vom Misstrauen in die Politik bis zur Beschreibung der Arbeit der Virologen als Teufelswerk. Es liegt auf der Hand, dass in Krisenzeiten jeder Mensch zu unterschiedlichen Mechanismen greift, um selbst Sicherheit zu bekommen. Da scheint es fast schon unzeitgemäß, in dieser Situation von **Vertrauen** zu sprechen. Und doch bin ich mir sicher, dass Leben ohne Vertrauen – wenn Sie möchten: ohne Gottvertrauen – schwer möglich ist, auch und gerade in Zeiten wie diesen.

### Ein Gedicht der Ermutigung

Die deutsche Lyrikerin *Hilde Domin (1909-2006)* hat *Lieder der Ermutigung* geschrieben, die aus ihrer langen leidvollen Erfahrung von Krieg und Verfolgung heraus entstanden sind – und auch für unsere Zeit hilfreich sein können. Eines davon lautet:

*Lange wurdest du um die türelosen  
Mauern der Stadt gejagt.*

*Du fliehst und streust  
die verwirrten Namen der Dinge  
hinter dich.*

*Vertrauen, dieses schwerste  
ABC.*

*Ich mache ein kleines Zeichen  
in die Luft,  
unsichtbar,  
wo die neue Stadt beginnt,  
Jerusalem,  
die goldene,  
aus Nichts.*

*Hilde Domin: Lieder zur Ermutigung II*

Man muss sich den Hintergrund klarmachen: Hilde Domin hat in den ersten beiden Strophen die Heldenkämpfe der alten Griechen um Troja vor Augen. Achilles jagt den Troja-Prinzen Hektor um seine Stadt. Der lässt seine Rüstung Stück für Stück fallen, um noch schneller laufen zu können. Alle Schlupftüren nach Troja hinein halten die verängstigten Bewohner verschlossen, um nicht mit dem Prinzen auch den Feind in die Stadt gelangen zu lassen. Mir

fallen die Menschen ein, die jetzt nach Normalität und nach Leben jagen – und die, die sich vor Angst einsperren. Ferner greift Hilde Domin den biblischen und in ihrem jüdischen Volk stets lebendigen Traum des neuen und goldenen Jerusalem auf – die Hoffnungsperspektive, zu der auch wir Christen uns unterwegs wissen.

Und was heißt das nun für uns? Was hilft uns in unserer Lage? „*Vertrauen, dieses schwerste ABC.*“ Da ist die Sehnsucht nach Geborgenheit, nach einem bleibenden Halt, den Glaubende bekennen und wohl auch jetzt ausstrahlen können. Diese Sehnsucht macht sich fest in einem unerschütterlichen Vertrauen. Die Dichterin erzählt sehr persönlich von einem kleinen Zeichen, in die Luft, unsichtbar. Vielleicht könnte es für uns Christen das Kreuzzeichen sein, das uns ein Leben lang, und jetzt ganz besonders bewusstmacht, dass wir getragene, behütete, gesegnete Menschen sein dürfen. Das Kreuzzeichen jeden Tag – das kann ich *machen* – aber den Rest muss und darf ich *geschehen* lassen: Vertrauen – das schwerste ABC!

Mir persönlich gibt solches Vertrauen in diesen Wochen sehr viel Ruhe und Ausgeglichenheit. Es bewahrt mich davor, mich von den aufgeregten Diskussionen und den vielfachen Schreckensszenarien hin und her werfen zu lassen. Ich denke, diese biblische „neue Stadt“ entsteht tatsächlich aus dem Stoff meines Vertrauens!

Pfarrer Christoph Seidl