

Liebe Gemeinde,



auf einem Spielplatz liegen Apfelstücke in einer Dose, daneben eine Trinkflasche, Feuchttücher, ein aufgerissenes Päckchen Kekse. Ein Kind ruft vom Klettergerüst.

Eins schaukelt zu hoch. Eins weint, weil die Jacke nicht zugeht. Jemand sucht schon wieder die Mütze. Und am Rand stehen Erwachsene. Mütter, ja. Zugegebenermaßen stellen Sie auch die Mehrheit. Aber nicht nur. Auch Väter. Großeltern. Menschen, die auf Kinder schauen und an tausend Dinge gleichzeitig denken.

Hat das Kind genug getrunken? Wann war noch mal der nächste Termin? Ist in der Brotdose genug drin? Was muss ich nachher noch erledigen? Wie geht es eigentlich meiner Mutter?

Soll ich später noch anrufen? Und was ist mit den Nachrichten, die man heute Morgen gelesen hat und seitdem nicht mehr loswird? Man steht auf einem Spielplatz. Und ist doch innerlich an so vielen anderen Orten zugleich. Heute gibt es für dieses unsichtbare Tragen ein Wort: **mental load**.

Dieses ständige Mitdenken, Vorausdenken, Für-andere-Denken. Nicht nur Aufgaben erledigen, sondern Verantwortung im Kopf mit sich herumtragen. Nicht abschalten können, weil immer noch etwas offen ist, immer noch jemand etwas braucht, immer noch etwas bedacht werden muss.

Und manchmal denke ich: Es ist noch mehr als mental load. Es ist Liebeslast. Die Last der Fürsorge. Der Preis, den Menschen zahlen, die lieben.

Ich habe eine Freundin, die drei kleine Kinder allein großzieht. Der Älteste ist vier, die Zwillinge sind zwei. Wenn man sie besucht, sieht man Spielsachen auf dem Boden, Wäsche, Becher, kleine Schuhe, halbfertige Dinge. Man hört Kinderstimmen, Weinen, Lachen, Rufen, meistens gleichzeitig. Und mittendrin sie.

Manchmal denke ich: Wenn man verstehen will, was Fürsorge ist, dann muss man solchen Menschen zusehen. Wie sie schon beim Frühstück den ganzen Tag mitdenken.

Wie sie gleichzeitig trösten, planen, aufwischen, anziehen, tragen, beruhigen, erinnern, vorausdenken.

Wie sie da sind, mit dem Körper, mit dem Herzen, mit der letzten Kraft. Da bekommt das, was man heute mental load nennt, ein Gesicht. Und es bekommt zugleich Würde. Denn hier geht es nicht nur um Organisation. Hier geht es um Liebe. Um die tägliche, oft unsichtbare Form von Liebe. Um Liebe, die nicht glänzt, sondern durchhält. Wenn ich meiner Freundin zusehe, wie sie ihre Kinder trägt, tröstet und mit der letzten Kraft für sie da ist, dann ahne ich etwas von dem mütterlichen Trost, von dem Jesaja spricht.

Und darum trifft mich das Wort aus Jesaja heute neu: „Ich will euch trösten, wie einen seine Mutter tröstet.“ Nicht, weil jede menschliche Mutter alles heil machen könnte. Das kann sie nicht.

Aber in dieser mütterlichen Sorge, in diesem Tragen, Trösten, Dasein scheint etwas auf von Gottes Herz. Gott tröstet nicht von oben herab. Gott tröstet nicht kühl und mit Abstand. Gott tröstet nah. Mit Wärme. Mit Geduld. Mit einem Blick, der schon merkt, was los ist, bevor ein Wort gesprochen wird.

Und genau das hören wir heute, am Sonntag Laetare. Mitten in der Passionszeit. Mitten auf dem Weg, der nach Jerusalem führt. Mitten in einer Welt, die nicht heil ist. Mitten in allem, was uns bedrückt, erschöpft und Angst macht, klingt heute dieser helle Ton: **Freuet euch!**

Laetare ist kein Sonntag, der das Leid überspringt. Er tut nicht so, als wäre schon alles gut. Er ist kein frommes Pfeifen im Dunkeln. Aber er setzt ein Zeichen gegen die Dunkelheit. Er erinnert uns daran, dass Gott uns nicht für die Trostlosigkeit geschaffen hat. Dass die Passion nicht das letzte Wort behält. Dass in all dem Schweren schon jetzt ein anderer Klang hörbar wird: der Klang der Hoffnung. Darum spricht der Predigttext von Jerusalem so hell. Jerusalem ist hier ein Hoffnungsbild. Ein Bild für die Stadt, wie Gott sie will. Ein Bild für einen Ort, an dem Menschen aufatmen können. Ein Bild für Trost nach Tränen, für Frieden nach Angst, für Leben nach aller Erschöpfung. „Freuet euch mit Jerusalem“, sagt der Prophet. Das heißt dann nicht: Seht nicht hin, was schwer ist. Sondern: Hört Gottes Verheißung mitten im Schweren. Traut Gottes Zukunft mehr zu als dem, was euch niederdrückt. Rechnet damit, dass Gott verwundete Orte nicht aufgibt. Rechnet damit, dass Gott Menschen, die müde geworden sind, nicht sich selbst überlässt.

„Siehe, ich breite aus bei ihr den Frieden wie einen Strom“, heißt es. Was für ein Bild. Frieden nicht als kleines Rinnsal. Nicht als kurze Pause. Nicht als Ausnahmezustand. Sondern wie ein Strom. Kräftig. Tragend. Leben bringend.

Vielleicht brauchen wir genau dieses Bild. Weil im Moment so vieles durch unsere Tage strömt, nur eben nicht Frieden: Nachrichten, Sorgen, Überforderung, Bilder, Aufgaben, Angst. So vieles zieht an uns, fordert uns, bindet uns. So viele tragen gerade mehr, als ihnen guttut. In Familien. In Beziehungen. Im Beruf. In der Pflege. In der Sorge um Kinder, um Eltern, um das, was aus dieser Welt noch werden soll. Und Gott setzt dagegen sein eigenes Bild: Nicht nur Druck soll durch dein Leben fließen. Nicht nur Anspannung. Nicht nur Verantwortung. Sondern auch Trost. Auch Friede. Auch das Gefühl: Du bist gehalten.

Vielleicht ist das die eigentliche Entlastung dieses Sonntags: Dass wir nicht alles selbst tragen müssen. Ja, wir tragen Verantwortung. Ja, wir sehen hin. Ja, wir bleiben nicht gleichgültig gegenüber dem Leid der Welt. Aber wir müssen nicht so tun, als läge die ganze Welt auf unseren Schultern. Wir sind Menschen. Begrenzte, liebende, sorgende, müde Menschen. Und Gott ist Gott. Der Gott, der tröstet. Der Gott, der trägt. Der Gott, der sagt: Komm her. Lass dich halten. Du musst nicht alles allein schaffen.

Laetare heißt: Freut euch. Nicht, weil schon alles leicht wäre. Sondern weil Gott da ist. Nicht, weil alle Fragen gelöst wären. Sondern weil seine Verheißung schon jetzt in unsere Wirklichkeit hineinleuchtet. Nicht, weil niemand mehr weint. Sondern weil Gott selbst sich den Weinenden zuwendet.

„Ich will euch trösten, wie einen seine Mutter tröstet.“

Vielleicht ist das heute die Botschaft, die wir am nötigsten brauchen: Dass wir nicht nur die sind, die tragen. Sondern auch die, die getragen werden. Nicht nur die, die trösten. Sondern auch die, die Trost empfangen dürfen. Nicht nur die, die funktionieren. Sondern Menschen, die bei Gott aufatmen dürfen.

Und dann, vielleicht, geschieht genau das, was Jesaja verheißt: Dass unser Herz sich wieder freuen kann. Nicht laut, eher leise. Mitten in der Passionszeit. Mitten im Leben. Mitten in dieser Welt.

Und der Friede Gottes, der höher ist, als all unsere menschliche Vernunft, bewahre unsere Herzen und Sinne, in Christus Jesus. Amen.

Amen.