

Über die Freude

Der Begriff „Trigger“ wird im Bereich der Elektrotechnik und der Medizin verwendet; in beiden Fällen bezeichnet er einen Auslöser, wahlweise für einen Schaltvorgang oder für eine psychische oder physische Empfindung. Der breiten Öffentlichkeit ist dieses Wort durch „Triggerwarnungen“ bekannt geworden, Hinweise vor Beiträgen in den Medien, die informieren, dass bestimmte Informationen schmerzhaft Erinnerungen und Empfindungen wecken können. Die Nachrichtenlage der vergangenen Wochen und Monate ruft eigentlich ständig dazu auf, solche Warnungen auszusprechen. Die Bilder des Krieges in der Ukraine und das Ahnen, wie sehr sich dadurch das Sicherheitsgefüge in unserer Welt verschiebt, machen vielen von uns Angst und holen bei den älteren Generationen Erinnerungen an vergangene Krisenzeiten wieder ans Tageslicht. Als Christinnen und Christen verschließen wir davor hoffentlich nicht die Augen, sondern bitten Gott beständig um Frieden in seiner Welt und Heilung für all die Verletzungen, die unsere unsichere Welt mit sich bringt.

Das lange nicht so bekannte Gegenteil von Triggern sind Glimmer. Das sind kleine Anreize, die uns an Erlebnisse erinnern, die uns Freude erfahren lassen und dafür sorgen, dass wir uns ruhig, geschützt und sicher fühlen. Und das Glimmern wird gerade nicht durch große, umwälzende Ereignisse ausgelöst, sondern durch kleine Augenblicke voller Frieden. Gleichwohl haben sie auf unser Nervensystem einen beruhigenden Einfluss und stärken auf lange Sicht unser Vertrauen und unsere Zuversicht.

In der Bibel steht bei Nehemia etwas dazu (und Nehemia war in seiner Funktion als Neubauer des Jerusalemer Tempels auch einer, der Menschen getröstet und ihnen eine neue geistliche Heimat gegeben hat): „Dieser Tag ist heilig unserm Herrn. Und seid nicht bekümmert; denn die Freude am HERRN ist eure Stärke.“ (Neh 8,10) Jeder Tag, der auf uns wartet, ist ein Tag in Gottes Gegenwart. Und ich wünsche Ihnen am Beginn des Sommers, dass Sie darin immer wieder ein Glimmern seiner Liebe entdecken, ein Ahnen von der Freude, die wir bei ihm finden. Das mag beim Eisessen, beim Sonnenbaden, beim Gärtnern passieren, in den kleinen Momenten. Die Freude an Gott werde Ihnen dabei zum Begleiter!

Ihre Johanna Wutkewicz