

Jesus nachfolgen im Corona-Alltag

Wir müssen mehr beten! Dieser Aufruf kommt im Moment immer wieder. Ich kann ihn nur unterstreichen. Ja, im Moment braucht es tatsächlich einen Gebetssturm zum Himmel. Doch wenn ich meinen Alltag anschau, dann ist das nicht so leicht. Denn: Viele Stunden am Tag sitze ich am Computer und arbeite. Auch die Hausarbeit erledigt sich in Zeiten von Corona leider nicht von alleine. Und selbst wenn viel Zeit wäre: Den ganzen Tag im Gebet zu verbringen, ist auch eine ziemliche Herausforderung. Wie kann es dennoch auch in dieser Zeit gelingen, mit Jesus verbunden zu bleiben?

Mir ist an dieser Stelle ein Satz aus dem Lukasevangelium eingefallen und zwar aus dem 9. Kapitel. Jesus spricht dort darüber, dass er leiden, sterben und auferstehen werde. Und dann sagt er: *Wenn einer hinter mir hergehen will, verleugne er sich selbst, nehme täglich sein Kreuz auf sich und folge mir nach. (Lk 9,23)*

Das hört sich ziemlich herausfordernd an. Doch dieser Rat ist interessanterweise nicht, wie die vorherige Leidensankündigung, ausschließlich an die Jünger gerichtet, sondern an alle. Und es scheint auch nichts zu sein, was nur in Sondersituationen gilt, sondern „täglich“. **Was soll ich also tun, wenn ich Jesus „hinterhergehen“ möchte, gerade in Zeiten wie jetzt?**

Der Vers nennt dabei drei Aspekte:

Zunächst heißt es, dass wir uns selbst verleugnen sollen. **Sich selbst verleugnen** – wenn wir das hören, bekommen wir schnell ein ungutes Gefühl. Da schwingt irgendwie mit: Meine Bedürfnisse sind nicht wichtig. Ich bin nicht wichtig. Der Wiener Kardinal Schönborn hingegen schaut von einem anderen Blickwinkel darauf. Er sagt: **„Selbstverleugnung heißt Augen, Ohren und Herz öffnen für die anderen.“**



Gerade in der jetzigen Zeit ist das sehr aktuell: Zu merken, wo andere meine Hilfe benötigen. Vielleicht ist in diesen Tagen, wo wir uns so wenig „in echt“ begegnen können, besonders unser Ohr gefragt. Ich habe in den vergangenen Wochen ziemlich viel telefoniert. Natürlich möchten wir den Kontakt zu Freunden halten. Doch wir könnten auch bewusst Menschen anrufen, von denen wir vermuten, dass sie gerade sehr einsam sind oder es schwer haben. Einfach einmal zuhören und jemandem damit eine vielleicht überraschende Freude machen...

Der Aufruf Jesu, sich selbst zu verleugnen, kann uns so helfen, nicht immer um uns selbst zu kreisen, sondern **unseren Blick zu weiten**. Das ist nicht so einfach, wenn ich selbst mit Enttäuschungen, durchkreuzten Plänen oder Ängsten kämpfe. Doch ich merke, dass dadurch so oft auch mir Freude geschenkt wird. Und: Wir brauchen uns selbst deshalb nicht aus dem Blick zu verlieren. **Auch wir sind wichtig, auch wir dürfen andere um Hilfe bitten**, denn wir alle kennen ein anderes Wort Jesus, nämlich: *Du sollst deinen Nächsten lieben wie dich selbst. (Mk 12,31; auch schon im Alten Testament in Lev 19,18)*

In unserem Vers Lk 9,23 heißt es dann weiter: *nehme täglich sein Kreuz auf sich*. Auch dieser Satz hört sich wieder nicht gerade einladend an. Doch was ist **mein tägliches Kreuz**? Das, was mir alltäglich schwer fällt. Das können meine Arbeit oder andere Aufgaben sein, die mühsam sind und die ich am liebsten wegschieben möchte. Das kann auch der Umgang mit Menschen sein, der mich viel Kraft kostet.




Mein tägliches Kreuz kann aber auch Einsamkeit oder Krankheit heißen, die ich im Moment durchleiden muss. Mein Kreuz auf mich zu nehmen heißt nun, das, **was gerade meinen Alltag schwer macht, anzunehmen**, vielleicht mit den Worten: „Jesus, ich schenke es dir“ und **es dann in Geduld und aus Liebe zu Jesus zu tragen**. Denn wir wissen: Das Kreuz hat nicht das letzte Wort, sondern es folgt die Auferstehung. So kann Gott auch aus unserem „Kreuz“, wenn wir es in Glaube und Liebe auf uns nehmen, viel Gutes wirken, für uns und für andere.

Wenden wir uns nun dem letzten Teil des Verses zu: *und folge mir nach*. Zum einen, so könnten wir sagen, war das, was wir in den ersten beiden Punkten betrachtet haben, auch schon „Nachfolge“. Doch es fehlt noch etwas Entscheidendes: Wir haben vorher schon vom Blick gesprochen – vom Blick auf andere, aber auch auf uns selbst. Wenn ich jemandem nachfolge, dann muss ich, um den Weg nicht zu verlieren, meinen Blick auf ihn richten. **Wenn ich Jesus nachfolge, dann bedeutet das, ihn in meinem Alltag nicht aus dem Blick zu verlieren**. Es bedeutet, Gebetszeiten oder z. B. die Hl. Messe, ob über Fernsehen, Radio oder Livestream, fest in meine Planung einzubauen. Und es bedeutet, auch in meinem Alltag immer wieder meinen Blick nach „oben“ zu richten und ein kurzes Stoßgebet zum Herrn zu schicken.

Wenn einer hinter mir hergehen will, verleugne er sich selbst, nehme täglich sein Kreuz auf sich und folge mir nach. (Lk 9,23) Wenn wir diesen Satz beherzigen, dann dürfen wir sicher sein, dass sich nach und nach auch unser Alltag in Gebet verwandeln wird. So kann der Vers für uns Leitsatz sein, wie wir Jesus auch im „Corona-Alltag“ nachfolgen können.

Katharina Weiß
Theologische Referentin

Nachweis:

- Zitat Kardinal Schönborn: Gedanken von Kardinal Christoph Schönborn zum Evangelium am Sonntag, 23. Juni 2019 (Lk 9,18-24) unter <https://www.erzdioezese-wien.at/site/glaubenfeiern/christ/bibel/gedankenzumevangelium/article/75082.html> (abgerufen am 03.04.2020)
- Bilder: S. 1: [Anja](#) [#helpinghands](#) [#stayathome](#) [#solidarity](#) [#stays healthy](#)  auf Pixabay, S. 2 von Gerd Altmann auf Pixabay