



«Religion stärkt die Resilienz»

Diese These vertrat ich vor einigen Jahren an einem Workshop mit kirchlich engagierten Personen. Ich behauptete, dass Religion dazu führen kann, die Widerstandsfähigkeit eines Menschen zu stärken. Worauf mir ein heftiger Wind des Widerstandes entgegenblies: Anstatt die Lebenssituation von Menschen konkret zu verbessern, würden sie mit der Religion getröstet, lautete der Vorwurf.

Einige Jahre später in einem Gottesdienst in einer ländlichen Region in der Demokratischen Republik Kongo. Die Bevölkerung lebt in bitterer Armut und hat kaum das Nötigste, um zu überleben. Nirgends sonst konnte ich so unmittelbar wahrnehmen, wie Menschen durch den Glauben Kraft und Mut schöpfen, um den beschwerlichen Alltag meistern zu können. Von Mangel und Kraftlosigkeit gezeichnete Gesichter erhellten sich während der Predigt und während des wunderbaren a cappella-Gesangs. Ich erkannte: Für diese Menschen ist Glaube und Religion alles andere als ein billiger Trost, sondern konkrete Hilfe im Alltag. Religion stärkt ihre Widerstandsfähigkeit.

Stärkung der Resilienz: Das ist in der aktuellen Zeit der Pandemie auch hier bei uns wieder ein wichtiges Thema geworden. Und ich frage mich: Was trägt dazu bei, dass ich den Boden unter den Füßen nicht verliere? Was stärkt mich, um durchzuhalten? Für mich sind es die Momente, die in mir Dankbarkeit hervorrufen. Und es ist der Glaube an die Verheissung Gottes: «Fürchte dich nicht und hab keine Angst; denn der Herr, dein Gott, ist mit dir bei allem, was du unternimmst.» (Josua 1;9).

Und was stärkt Ihre Resilienz?

Pfarrer Hansueli Meier