

Teil 1 Einführung

Hoffnung – was ist das eigentlich? Wir leben ja in modernen Zeiten, und wie kommt man da am schnellsten an Wissen? Genau, man googelt das Wort Hoffnung. Und landet wo? Bei **Wikipedia**. Ich möchte Ihnen zur Einstimmung daher eine kleine Einführung geben, was genau Hoffnung laut Wikipedia eigentlich ist.

Da heißt es also:

Hoffnung ist eine zuversichtliche innerliche Ausrichtung, gepaart mit einer positiven Erwartungshaltung, dass etwas Wünschenswertes eintreten wird, ohne dass wirkliche Gewissheit darüber besteht.

Das kann ein bestimmtes Ereignis sein, aber auch ein grundlegender Zustand wie etwa anhaltende Gesundheit oder finanzielle Absicherung. Hoffnung ist also die umfassende emotionale und unter Umständen handlungsleitende Ausrichtung des Menschen auf die Zukunft.

Zusammengefasst: Hoffend verhält sich der Mensch optimistisch zur Zeitlichkeit seiner Existenz.

Hoffnung kann begleitet sein von der Angst und der Sorge, dass das Erwünschte nicht eintreten wird. Sie ahnen, worauf das hinausläuft: Das Gegenteil von Hoffnung ist die Verzweiflung, die Hoffnungslosigkeit, die Resignation, die Depression oder die Angst.

Rein Sprachlich betrachtet besitzt Hoffnung im Deutschen einen positiven Sinn. Man hofft auf das Gelingen oder den guten Ausgang einer Sache oder eines Zustandes. Beispiele für diesen **Sprachegebrauch** sind etwa im heilkundlichen oder auch im sportlichen Bereich: *Es besteht noch Hoffnung!*

In der Philosophie kennt man vor allem Ernst Blochs „**Prinzip Hoffnung**“, welches er der konkreten Furcht entgegensetzt und beschreibt, dass diese Hoffnung erlernbar ist. Das Prinzip Hoffnung gilt nicht nur für den Einzelnen, sondern für die gesamte Gesellschaft und die Politik. Bloch zeichnet in seiner Theorie Grundrisse für eine bessere Welt, denn, wie er beschreibt, das Hoffen ist nicht in das Scheitern, sondern in das Gelingen verliebt!

In der Psychologie gibt es für das Phänomen Hoffnung keine eindeutige Definition. Häufig wird darunter die **Erwartung** verstanden, dass ein erwünschtes Ziel in der Zukunft erreicht wird.^[5] Während einige Forscher stärker die kognitive Komponente der Hoffnung betonen,^[6] verstehen andere Hoffnung eher als eine **Emotion**:

- Hoffnung spielt hierbei eine wichtige Rolle, sowohl für das **psychologische Wohlbefinden** als auch für die **physische Gesundheit**.
- Es gibt einen **Zusammenhang zwischen Hoffnung und akademischem Erfolg**: Hoffnungsvolle Studierende schneiden im Durchschnitt besser ab.^[11]
- Hoffnung wirkt sich **positiv auf die sportlichen Leistungen** von Athleten aus.^[16]

Christentum → Hoffnung hat im christlichen Glauben Ewigkeitswert und ist eine der drei zentralen Tugenden, wie es bspw. Im 1. Korintherbrief heißt: „Nun aber bleiben Glaube, Hoffnung, Liebe“

Teil 2 Gedichte/Aphorismen (Lebensweisheiten)

Friedrich von Schiller: Hoffnung

Es reden und träumen die Menschen **viel**,
von besseren künftigen Tagen.
Nach einem glücklichen goldenen **Ziel**,
sieht man sie rennen und jagen.
Die Welt wird alt und wieder jung,
doch der Mensch, hofft immer **Verbesserung**.

Die Hoffnung führt ihn ins Leben ein,
sie umflattert den fröhlichen Knaben.
Den Jüngling locket ihr Zauberschein,
sie wird mit dem Greis nicht begraben.
Denn beschließt er im Grabe den müden Lauf,
noch am Grabe pflanzt er – die Hoffnung auf.

Es ist kein leerer schmeichelnder Wahn,
erzeugt im Gehirn des Toren.
Im Herzen kündigt es laut sich an:
Zu was Bess' rem sind wir geboren!
Und was die innere Stimme spricht,
das täuscht die hoffende Seele nicht!

Christa Kluge (Lehrerin im Ruhestand):

Trotz allem Hoffnung

Vorbei ist nun die dunkle Nacht,
in der ich lange wach gelegen
und sich die Geister konnten regen,
an die ich lange nicht gedacht.

Denn aus den Fugen ist die Welt,
es herrschen Lügen, Krieg und Mord.
Was tot zu zu sein schien,
lebt nun fort –
der lauteste ist jetzt der Held.

Doch soll die Angst mich nicht erdrücken,
die Angst vor Krankheit, Leid und Tod.
Die Nachtgespenster sind verfliegen,
als ich nun schaue voll Entzücken,
aufs leuchtend helle Morgenrot –
und auf den bunten Regenbogen!

Gedicht von Wolfgang Kownatka (deutscher Luftwaffen-Offizier und Aphoristiker)

Ein Mensch erkennt, dass dieses Jahr,
für ihn wohl nicht das Beste war.

Er kam auf der Karriereleiter,
kein Stück, nicht eine Sprosse weiter.

Sein Auto fuhr er an einen Baum
Der Hund lief ihm fort, manch böser Traum,
der ihn ob der Moneten quälte,
ließ ihn oft fragen, was er täte,
wenn nicht die Kinder und die Frau,
ihm hülfe, all das zu verdau'n.

So freut sich der Mensch gewiss,
dass dieses Jahr zu Ende ist.
Es stimmt ihn froh und macht ihn heiter,
denn nächstes Jahr, geht's sicher weiter.

Bergauf mit des Berufes Glück,
der neue Hund, kommt stets zurück.
Das neue Auto fährt bestimmt,
zwischen den Bäumen, maßgeschwind.

Und Frau und Kinder bleiben treu,
an seiner Seite – was nicht neu.
So bleibt dem Menschen stets erhalten,
die Hoffnung, dass es mit dem Alten,
ein Ende hat und dass das Neue,
ihm neuen Schwung gibt, ohne Reue!

Teil 3 Zitate

Friedrich Nietzsche sagte in schönen Worten: Die Hoffnung ist der Regenbogen über dem herabstürzenden Bach des Lebens.

Der französische Philosoph **Jean Jaurès** meint: Die größten Menschen sind jene, die anderen Hoffnung geben können.

Für **Voltaire** galt stets: Eines Tages wird alles gut sein, das ist unsere Hoffnung.

Immanuel Kant fasste zusammen: Drei Dinge helfen, die Mühseligkeiten des Lebens zu tragen: Die Hoffnung, der Schlaf und das Lachen.

Marie von Ebner-Eschenbach beschreibt sehr schön die Hoffnung im Alltag, wenn sie sagt: Über das Kommen mancher Leute tröstet uns nichts als die Hoffnung auf ihr Gehen.

Theodor Fontane zeigte sich sehr hoffnungsvoll. Für ihn ist ein Optimist ein Mensch, der ein Dutzend Austern bestellt, in der Hoffnung, sie mit der Perle, die er darin findet, bezahlen zu können.

Kulinarisch geht es weiter, wie **Francis Bacon** beschreibt: Hoffnung ist ein gutes Frühstück, aber ein schlechtes Abendbrot.

Der englische Gelehrte **Samuel Johnson** hingegen findet: Die zweite Ehe ist der Triumph der Hoffnung über die Erfahrung.

Der italienische Schriftsteller **Giovanni Guareschi** definierte die **Zerbrechlichkeit** der Hoffnung als: Sobald ein Optimist ein Licht erblickt, das es gar nicht gibt, findet sich ein Pessimist, der es wieder ausbläst.

Bei so vielen klugen Dichtern und Denkern dürfen natürlich auch die Fußballer nicht fehlen. Ich möchte die Zitate abschließen mit der unverwechselbaren Beschreibung des Prinzips „Hoffnung“ durch Lothar Matthäus: Wir dürfen jetzt nur nicht den Sand in den Kopf stecken.

Teil 4 Musik

In Marius Müller-Westernhagens Lied „Hoffnung“ heißt es:

Hoffnung ist, was uns
Am Ende geblieben
Hoffnung ist, was uns
Zusammen noch hält
Hoffnung, dass wir uns
Noch einmal verlieben
Hoffnung -
Auf was wirklich zählt

Jan Delay hat ebenfalls ein Lied namens „Hoffnung“ geschrieben:

Ja, dies ist für die Traurigen
Die zu tausenden da draußen sind
Irgendwo alleine sitzen
Und einfach nicht mehr weiter wissen
Für die die Sonne nie mehr scheint,

weil die graue Wolkendecke ewig bleibt
Verlassen und verloren
Ausgepowert und am Boden

Doch wenn du denkst es geht nicht mehr
Dann kommt von irgendwo diese Mücke her
Und sagt dir, dass alles besser wird
Und dass die Hoffnung als allerletztes stirbt

Auch Max Mutzke hat einem seiner Stücke den Titel „Hoffnung“ gegeben.

Je verlorener es ist, je leerer du bist
Weil dich dein Traum' von innen zerfrisst
Je schmaler dein Weg, je kälter es weht
Umso stärker der Sog, der in dir entsteht
Denn kein einziger Schlag, an keinem einzigen Tag
Kann jemals zerstörn', was du in dir hast

Umso größer die Hoffnung, bist du
Umso größer die Hoffnung, bist du

Umso weicher und leichter, umso schneller dein Lauf
Die Nacht findet ihr Ende und der Tag nimmt dich auf
Er wird stärker und schöner und du wirst es auch

Unsere Augen sie leuchten, es hört nie wieder auf
Hört nie wieder auf

Je kälter das Zelt, je dunkler die Welt
Umso lauter das jetzt, indem alles zerfällt
Je größer der Schmerz, je schwerer dein Herz
Das in deiner Brust, steckt wie ein Schwert
Umso fester dein Schlag und umso näher der Tag
An dem neues entsteht, aus dem was zerbrach

Umso größer die Hoffnung, bist du
Umso größer die Hoffnung, bist du

Umso weicher und leichter, umso schneller dein Lauf
Die Nacht findet ihr Ende und der Tag nimmt dich auf
Er wird stärker und schöner und du wirst es auch
Unsere Augen sie leuchten, es hört nie wieder auf
Hör nie wieder auf
Hör nie wieder auf
Es hört nie wieder auf
Hör nie wieder auf

Die Frösche in der Milch

Eines Tages trocknete die Sommerhitze einen Tümpel aus, in dem zwei Frösche lebten. Als alles Wasser verdunstet war, mussten sie den Tümpel verlassen. Doch so weit die beiden auch wanderten, sie fanden keinen Bach und keinen Teich. Halb verdurstet entdeckten sie in der Speisekammer eines Bauernhofs einen Krug voll frischer fetter Milch. Die Frösche konnten ihr Glück kaum fassen und hüpfen sogleich hinein. Sie tranken und schmatzten bis sie nicht mehr durstig waren. Als sie wieder heraus wollten, schwammen sie zum Rand des Kruges. Doch der Rand hatte sich zu weit entfernt und sie rutschen an der glatten Wand immer wieder ab. Sie strampelten viele Stunden lang, aber alle Mühen schienen vergeblich. Schließlich waren sie so erschöpft, dass sie ihre Beine kaum noch bewegen konnten. Da meinte der eine Frosch: "Was hilft es, wenn wir uns plagen. Es ist aus!" Damit ließ er sich zu Boden sinken und ertrank. Der zweite Frosch gab jedoch die Hoffnung nicht auf. Er schwamm und strampelte die ganze Nacht weiter. Als es endlich Morgen wurde und die Sonne in die Kammer schien, saß der Frosch auf einem Butterklumpen. Er nahm all seine Kraft zusammen, sprang aus dem Krug und war gerettet.

Wer nicht aufgibt, auch wenn alles hoffnungslos zu sein scheint, der wird dafür belohnt.

Fabel: Ursprung Aesop, nacherzählt von Moka