## AKTUELLE PREDIGTREIHE

Jeder bringt gerne etwas aus dem Urlaub mit und sorgt für eine Überraschung. Eine Kleinigkeit, die es aber in sich hat. Auch unsere Pastoren haben etwas mitgebracht: Ein Thema, das zunächst nicht groß klingt und doch alles ändern kann.

get together **(zusammenkommen)** Vier Wochen ist keine lange Zeit und trotzdem wollen wir als Gruppe zusammenwachsen. Auch wenn Ihr schon länger als Gruppe gemeinsam unterwegs seid, tut es gut, erst einmal „aufzutauen" und mit der Themenreihe und den Erwartungen der anderen vertraut zu werden. Wir reflektieren die „Schritte", die wir die letzte Woche versucht haben. Mit Blick auf die Predigt vom Sonntag nehmen wir uns Zeit für einen Austausch und konkrete Fragen führen uns in das Thema ein. Wir hören aufeinander und starten mit einem Gebet. *[25min]*

get more **(mehr bekommen)** Wir nehmen das Thema in den Blick und vertiefen die Predigt vom Sonntag in einer Bibelarbeit/Input. Eine Person aus der Gruppe sollte sich vorbereiten. *[25min]*

get on **(weitermachen)** Jüngerschaft passiert „jeden Tag". Wie kann die Woche aussehen? Welche Aufgaben nimmt jeder persönlich mit? Hier muss es konkret werden. Jeder soll sich überlegen, was er in der Woche umsetzen will. *[10min]*

get ready **(bereit machen)** Gebetzeit *[10min]*

## THEMENÜBERSICHT

08.09.2024 Wie sehr muss ich Gott fürchten? – Ulrich Herter

15.09.2024 Glauben aus gutem Grund – Samuel Kißner

22.09.2024 versöhnt! – Siemen van Freeden

29.09.2024 Gefühlschaos – Ulrich Herter

## HINWEISE & IDEEN

Im Folgenden findest du kurz und überblicksartig Hinweise für das Setting eurer Kleingruppe. Wenn du Leiter der Abende bist, findest du vielleicht hilfreiche Tipps. Als TeilnehmerIn kannst du sie gerne überspringen. Wenn ihr schon länger als Gruppe unterwegs seid, fühlt euch frei den Ablauf und die Rahmenbedingungen für euch anzupassen. Auch Inhalte der einzelnen Einheiten könnt ihr so abändern, wie es für eure Gruppe stimmig ist.

Rahmen: Jeder sollte seine Bibel und am besten ein/sein Notizbuch dabeihaben. Jüngerschaft geht nur über Verbindlichkeit. Die Länge der Abende sollte auf 2 Stunden beschränkt sein. Das Material sieht 90 Minuten vor.

Inhalte: Das Kleingruppenmaterial wird individuell vom Prediger des jeweiligen Sonntags zusammen vorbereitet und dann online auf der Homepage unter der Rubrik „Predigten" als Download bereitgestellt. Die Predigt ist also „Voraussetzung" und sollte möglichst im Livestream oder per Podcast nachgehört werden.

Beachtenswert: Achtet auf Vertraulichkeit und Wertschätzung in euren Treffen. Jüngerschaft braucht Ehrlichkeit. Damit sich jeder sicher fühlen kann, bleibt alles, was bei Treffen gesprochen wird, vertraulich. Wir hören zu und verzichten auf Kommentare und Ratschläge – wenn nicht bewusst dafür gerade der Raum ist. Und denkt daran – in der Kürze liegt die Würze.

Feedback: Wir sind dankbar, wenn ihr uns als Kleingruppe Feedback zum Material gebt. Das könnt ihr unter folgendem Link für jedes Material einzeln tun: https://forms.office.com/e/CXetMAqBvS oder den folgenden QR-Code einscannen.

Uli Herter

## EINFÜHRUNG UND RÜCKBLICK PREDIGT

Der Mensch ist ein komplexes durcheinander von Gefühlen, Gedanken und Bedürfnissen. Nur ein ganz kleiner Teil ist rational – also von der Vernunft bestimmt. Viel mehr bewegt und regt sich in unseren Gefühlen. Wir würden sagen: In unserem „Bauch". Nur weil wir „rational" etwas verstanden haben, wissen oder glauben, bedeutet das noch lange nicht, dass es auch unser Handel bestimmt. Oft funken die Gefühle dazwischen. Es fühlt sich an, als könnten wir unsere Gefühle nicht kontrollieren oder lenken.

Gefühle entsteht aber nicht einfach so. Sie sind das Produkt von 1. Einem Bedürfnis und einem 2. „schiefen Glaubenssatz". Am Beispiel vom älteren Sohn in Lukas 15 bedeutet das. 1. Der ältere Sohn hat das Bedürfnis auch gesehen zu werden. Er sehnt sich nach Aufmerksamkeit und Wertschätzung. Das Bedürfnis allein ist weder schlecht noch böse. Er der „aufgepfropfte Glaubenssatz": „Ich bin nur geliebt, wenn andere es mir auch zeigen" oder „Der Vater liebt mich nicht so sehr wie meinen Bruder" sorgen dafür, dass ein negatives Gefühl entsteht. Der ältere Sohn wird im Gleichnis von Jesus zornig. Ursprung ist aber ein Bedürfnis.

*„Zwischen Reiz und Reaktion liegt ein Raum. In diesem Raum liegt unsere Macht zur Wahl unserer Reaktion. In unserer Reaktion liegen unsere Entwicklung und unsere Freiheit."*

*Viktor Frankl*

Es gibt also doch einen Raum, den wir betreten können und in dem wir mit Hilfe des Heiligen Geistes manches verstehen können und verändern können. Wir sind keine „Maschine", die nicht anders kann als wenn ein bestimmter Reiz kommt eine bestimmte Reaktion zu zeigen. Wir müssen uns nur aufmachen unsere Bedürfnisse und Glaubenssätze ehrlich anzuschauen. Doch genau darin liegt das Problem. Oft trauen wir uns nicht dort hin. Wir haben von Kind auf oft gelernt, unsere eigenen Bedürfnisse zu ignorieren und zu

missachten. Ja wir verachten oft unsere eigene Bedürftigkeit. Wir schämen uns dafür und wären lieber oft stark und unbedürftig. Doch diese Verachtung immunisiert uns gegen unsere echte Bedürftigkeit.

## get together *[25min]*

### Einstieg

! LEST GEMEINSAM GALATER 5, 22-23

Um die Früchte des Geistes tiefer zu verstehen, könnt ihr diese Beschreibungen durchgehen.

- LIEBE: Eine authentische Zuneigung für andere.
- FRIEDE: Gelassenheit
- LANGMUS: Die Fähigkeit was durchzustehen und nicht gleich Klein beizugeben.
- GÜTE: Ein von Herzen empfundenes Mitgefühl, dass natürlich aus dir herauskommt.
- TREUE: Versprochenes zuverlässig – auch in kleinen Verabredungen.
- SELBSTBEHERSCHUNG: Die Fähigkeit, deine Energie und Lebensressourcen weise zu lenken und einzuteilen.
- SANFTMUT: Freiheit von dem Bedürfnis etwas erzwingen zu müssen.

? Wie geht es euch, wenn ihr diese Früchte des Geistes durchgeht und vielleicht feststellen müsst, dass ihr ganz oft ganz anders reagiert?

! DISKUTIERT DIESEN SATZ: Manchmal habe ich das Gefühl, die Christen denken, die höchste Disziplin ihres christlichen Glaubens ist es, ihre negativen Gefühle und Emotionen in Schach zu halten, sie zu kontrollieren und sie nicht zu zeigen. Wenn ich das schaffe, bin ich angekommen.

? Was hindert uns – gerade auch als Christen – ehrlich mit unseren Gefühlen umzugehen?

## get more [25min]

An der Geschichte von Saul kann man wunderbar studieren, was es bedeutet „innerlich ein emotionales Kind" zu bleiben. Er trat äußerlich als starker Glaubensheld auf. Doch innerlich wurde er nie wirklich von Gott verändert. Er scheitert an einer unterentwickelten Seele. Er war ein geistlicher Riese aber im inneren ein seelischer Zwerg

Zwei Dinge hat Saul vernachlässigt.

1. Saul war sich nicht im Klaren darüber, was in seiner Gefühlswelt, im Inneren wirklich abgeht

   Anhand der folgenden Formulierungen könnt ihr selbst prüfen, wie euer Zugang zu euren Gefühlen aussieht.
   - Eigene Gefühle benennen, erkennen und steuern
   - Sich mit anderen identifizieren und Mitgefühl empfinden
   - Tiefe Beziehungen eingehen können und aufrechterhalten
   - Sich von selbstzerstörerischen Verhaltensmustern befreien
   - Den Einfluss der Vergangenheit auf unsere Gegenwart
   - Gedanken und Gefühle verbal und nonverbal ausdrücken

- Andere respektieren ohne sie ändern wollen
- Sagen können was man gerade braucht oder was man lieber hätte
- Selbsteinschätzung (Stärken, Begrenzungen und Schwächen)
- Konflikte auf gute Weise austragen und Lösungen finden
- Sexualität und Sinnlichkeit richtig einordnen und angemessen ausdrücken
- Richtig trauern
-

2. **Saul hatte seine ausgewogene heilmachende Beziehung zu Gott vernachlässigt.**
    - In jeder Situation unseres Lebens Gottes Liebe erkennen und sich ihr überlassen
    - Sich so ausrichten, dass wir in allem auf Gott hören und seine Gegenwart wissen
    - Mit Gott im Gespräch sein und ihm erlauben in den Tiefen unseres Wesens zu wohnen
    - Stille, Einsamkeit und ein Leben ständigen Gebets einüben
    - Die Ruhe in der Gegenwart Gottes suchen
    - Einen ausgeglichen und harmonischen Lebensrhythmus entwickeln. Rhythmus der sich dem christlichen Kalander und nicht unserer Kultur anpasst.
    - In verbindlicher Gemeinschaft mit anderen leben.
    - auf gute Weise austragen und Lösungen finden

Wir brauchen beides. Einen Zugang zu unsren Gefühlen um emotional zu reifen. Und wir brauchen die Beziehung zu Gott. Manche versuchen ihre emotionalen Dinge und Gefühle in den Griff zu bekommen ohne die heilmachende Beziehung zu Gott – geht nicht. Andere suchen die tiefe Beziehung zu Jesus und wollen im Glauben wachsen, ohne emotional zu Reifen. Auch das geht nicht.

➔ **Emotionale Reife + Beziehung zu Gott = gesunder Glauben**

## ÜBUNG

In Anhang findet ihr eine „Übung", die ihr gemeinsam oder jeder für sich durchgehen kann. Auf dem ersten Blatt findet ihr die10 häufigsten Symptome für einen „ungesunden Glauben" (Also wenn entweder emotionale Reife oder Beziehung zu Gott fehlt. Auf den weiteren Seiten gibt es für jeden der 10 Symptome eine ausführliche Erklärung.

Vorschlag: Jeder nimmt sich 15 Minuten für sich Zeit um ein Symptom, dass er/sie bei sich entdeckt hat, nachzugehen. Im Anschluss könntet ihr eure Ergebnisse und Gedanken in der gruppe teilen.

## get ready *[10min]*

Vielleicht nutzt ihr heute die Möglichkeit ganz konkret für Verhaltensmuster und Gefühle zu beten, die einzelnen von euch immer wieder beschäftigen. Gott möchte uns verändern und er hat kein Problem damit, mit uns in unseren „inneren Raum" zu gehen. Er kennt unsere Bedürfnisse und will falsche Glaubenssätze aufdecken.

# Symptome für eine emotional ungesunde Spiritualität

1. Gott benutzen, um vor Gott zu fliehen

   Beispiel: Meine Gebete drehen sich in der Regel nur um meine Anliegen, aber nicht um den Willen Gottes. Ich lege ein christliches Verhalten an den Tag, um anderen zu gefallen oder weil ich eben so aufgewachsen bin
2. Gefühle wie Wut, Traurigkeit und Angst ignorieren

   Beispiel: Ich kann mir (und anderen) nur schwer eingestehen, wenn ich verletzt, wütend oder traurig bin.
3. Den falschen Dingen absterben

   Ich lehne gesunde, von Gott gegebene Bedürfnisse und Erfahrungen als „Selbstsüchtig" ab (Freundschaften, Musik, Schönheit, Lachen, Natur, Freude, Sex), aber es fällt mir schwer, mein hartes Urteil über andere, meine Unfähigkeit, Kritik zu ertragen, oder meinen Hochmut sterben zu lassen
4. Die Auswirkungen der Vergangenheit/Kindheit auf das heute leugnen

   Ich lebe mehr oder weniger in dem Bewusstsein, dass meine Geschichte mit mir beginnt. Mir ist nicht klar, wie meine Ursprungsfamilie und die Erfahrungen meines Lebens mich geprägt haben.
5. Das Leben in säkulare und heilige Bereiche aufteilen

   Ich lebe eigentlich ständig in Kompromissen und nicht eindeutig. Ich verbinde meine Beziehung zu Gott hauptsächlich mit den geistlichen Aktivitäten (wie hier auf der Freizeit) aber in menem Alltag, Hobbys, Studium spielt er kaum eine Rolle.
6. Etwas für Gott tun, anstatt mit ihm zu leben

   Ich lebe in der unbewussten Haltung, dass ich Gott umso näher bin, je mehr ich für ihn tue.
7. Konflikte geistlich übertünchen

   Ich vermeide es Konflikte auszutragen und auch eine harte Wahrheit einmal liebevoll auszusprechen – mit der Begründung, dass Christen schließlich Friedensstifter sein sollen.
8. Gebrochenheit, Schwachheit und Versagen bemänteln (beschönigen,

   lossprechen)

   Es fällt mir schwer, Schwäche zu zeigen. Ich gehe rasch in die Defensive, wenn mich jemand anspricht.
9. Ohne Grenzen leben

   Du nimmst dir einfach zu viel vor. Du willst immer das größte Stück vom Kuchen.
10. Urteilen über die geistliche Entwicklung anderer

    Ich ertappe mich oft dabei, dass ich mich über die Fehler und Machen anderer aufrege – wenn auch nur im Stillen.

1. Gott benutzen, um vor Gott zu fliehen

Kaum ein Killervirus ist schwerer zu erkennen als dieser. Oberflächlich betrachtet scheint alles in Ordnung. Doch die Wirklichkeit sieht anders aus. Die vielen Stunden, die man sich in ein christliches Buch nach dem anderen versenkt ... die vielen christlichen Aufgaben, die uns aus dem Haus treiben, oder die Seminare, die wir eins nach dem anderen besuchen ... die vielen Fleißstunden im Gebet oder beim Bibelstudium. ... Manchmal sind diese christlichen Aktivitäten der unbewusste Versuch, dem Schmerz zu entfliehen.
Viele benutzen Gott für eine Flucht vor Gott, wenn Sie sich in eine Menge „frommer Aktivitäten" stürzen und damit schwierige Bereiche ihres Lebens ignoriere, die Gott verändern möchte. Hier einige Beispiele:

- Wenn ich für Gottes Sache arbeite, um mir selbst zu gefallen und nicht ihm.
- Wenn ich in seinem Namen Dinge tue, um die er mich nie gebeten hat.
- Wenn es in meinen Gebeten nur darum geht, dass Gott meinen Willen tut, anstatt mich ihm zu überlassen.
- Wenn ich „christliches Verhalten" an den Tag lege, damit wichtige Menschen gut über mich denken.
- Wenn ich mich auf bestimmte theologische Punkte konzentriere(„Aber sorgt dafür, dass alles anständig und ordentlich vor sich geht." 1. Korinther 14,40), in denen es mehr um meine eigenen Ängste und unbewältigten Anliegen geht, als um den Wunsch nach Gottes Wahrheit.
- Wenn ich seine Wahrheit dazu missbrauche, über andere zu urteilen und sie abzuwerten.
- Wenn ich sage: „Der Herr hat mir gesagt, dass ich das tun soll", wenn es in Wahrheit heißen müsste: „Ich denke, der Herr hat mir gesagt, dass ich das tun soll."
- Wenn ich die Bibel dazu verwende, um die Sünde in meiner Familie, meiner Kultur oder Nation zu rechtfertigen, anstatt mein Werturteil unter seiner Herrschaft zu bilden.
- Wenn ich mich hinter frommem Gerede verstecke und mich damit dagegen wehre, meine inneren Brüche zu beleuchten, und mein eigenes Versagen herunterspiele.
- Wenn ich biblische Wahrheiten nur selektiv anwende und zwar dann, wenn sie meinen Absichten dienen, auf der anderen Seite aber Situationen vermeide, die mich dazu zwingen würden mein Leben einschneidend zu verändern.

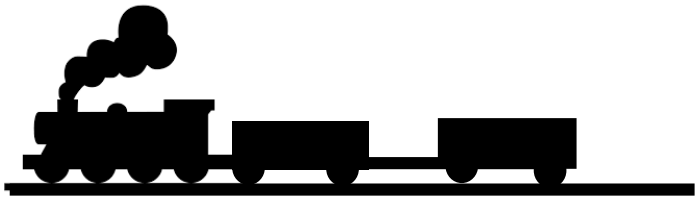
Ein Beispiel: Peter verwendet Gott dazu, um seine extremen Einstellungen zu allen möglichen Dingen zu rechtfertigen, sei es die angemessene Rocklänge im Gottesdienst, seien es Politiker, Geschlechterrollen oder seine Unfähigkeit, mit nichtchristlichen Kollegen am Arbeitsplatz zu verhandeln. Er hört nicht zu und überprüft auch nicht die unzähligen Vorurteile, die er sich über andere gebildet hat. Seine Freunde, seine Familie und seine Kollegen finden ihn nicht vertrauenswürdig und sogar herablassend. In der Konsequenz überzeugt John sich davon, dass er auf der rechten Spur ist, indem er bestimmte Bibelverse falsch anwendet: „Natürlich muss mich dieser Mensch hassen", redet er sich ein „Jeder, der tut, was Gott will, wird auf Widerstand stoßen." Letztendlich benutzt er aber Gott, um vor Gott davonzulaufen.

2. Gefühle wie Wut, Traurigkeit und Angst ignorieren

Viele Christen sind davon überzeugt, dass Wut, Traurigkeit und Angst Sünden sind, die man vermeiden muss, weil sie ein Zeichen dafür sind, dass mit unserem geistlichen Leben etwas nicht stimmt. Wut ist gefährlich und eine Lieblosigkeit gegenüber anderen. Traurigkeit offenbart mangelnden Glauben an die Verheißungen Gottes. Depression ist ganz sicher ein Zeichen für ein Leben, das weit entfernt ist vom Willen Gottes! Und Angst? Die Bibel ist voll von dem Gebot: „Fürchtet euch nicht."

Was tun wir also? Wir versuchen eine trügerische Zuversicht in uns zu schaffen, um diese Gefühle zu vertreiben. Wir zitieren die Bibel, wir beten die Worte der Bibel, wir lernen Bibelverse auswendig — wir tun alles, um nur nicht von diesen Gefühlen überwältigt zu werden. Vielen Christen ist beigebracht worden, dass so gut wie jedes Gefühl unzuverlässig ist. Gefühle verändern sich schnell, und sie sollten in unserem geistlichen Leben am besten keine Rolle spielen. Es stimmt zwar: Es gibt Christen, die das gegenteilige Extrem leben und ihren Gefühlen auf eine Art und Weise folgen, die ungesund und unbiblisch ist. Viel häufiger kommt es dagegen vor, dass man auf Christen trifft, die meinen, sie dürften nicht zu ihren
Gefühlen stehen oder sie nicht offen zum Ausdruck bringen. Das gilt vor allem für die „schwierigeren" Gefühle wie Angst, Traurigkeit, Scham, Wut, Verletzungen und Schmerz. Doch wie kann ich auf das hören, was Gott mir sagt, und mir ein Urteil darüber bilden, was in mir vorgeht, wenn ich derart eingesperrt bin? Gefühle machen uns zu Menschen. Wenn wir unsere Gefühle abwerten oder leugnen, dann schaffen wir ein Zerrbild dessen, was es heißt, das Ebenbild eines persönlichen Gottes zu sein. In dem Maße, in dem wir unfähig sind, unsere Gefühle zum Ausdruck zu bringen, bleibt auch unsere Fähigkeit beeinträchtigt, Gott, andere und uns selbst wirklich zu lieben. Schließen wir unsere Gefühle aus unserem geistlichen Leben aus, dann schneiden wir damit einen Teil unserer Menschlichkeit ab.

Viele leben nach diesem Modell:



Fakten - Glaube - Gefühle

Viele glauben, sie Können ihr geistliches Leben ins richtige Gleis bringen, indem sie mit der Lokomotive anfangen, die von den Fakten gesteuert wird — von dem, was Gott in der Bibel sagt. Wenn sie beispielsweise wütend sind, beginnen sie erst mal bei den Fakten: „Warum bin ich wütend? Zugegeben, dieser Mensch hat mich angelogen und betrogen. Aber Gott sitzt auf dem Thron. Auch Jesus wurde angelogen und betrogen. (zu sich selbst) Hör also auf, dich zu ärgern."

Nachdem sie sich so die Fakten - die Wahrheit von Gott - klar gemacht haben, wenden viele sich ihrem Glauben zu - dem Aspekt des eigenen Willens. Sie fragen sich: Bin ich entschlossen, meinen Glauben auf den Fakten aus dem Wort Gottes aufzubauen? Oder will ich meinen Gefühlen und „fleischlichen" Gelüsten folgen, denen ich nicht vertrauen konnte?

Am Ende des Zuges befinden sich die billigen Plätze und das worauf man sich nur zuallerletzt verlassen sollte — die Gefühle. *„Pete, verlass dich unter keinen Umständen auf deine Gefühle. Das Herz ist voller Sünde und boshaft. Wer kann es ergründen? Es kann dich nur in die Irre führen."*

Die praktischen Auswirkungen eines derart unausgewogenen und engen Glaubenssystems sind enorm. Sie führen zur Abwertung und Unterdrückung der emotionalen Seite unseres Menschseins, unserer Weise, Gottes Ebenbild zu sein. Es ist eine traurige Tatsache, dass einige unserer christlichen Überzeugungen und Erwartungen heutzutage — wie Thomas Merton es formuliert — nur „unser Menschsein abgetötet haben, statt es freizusetzen, sich in all seinen Fähigkeiten unter dem Einfluss der Gnade reich zu entfalten."

3. Den falschen Dingen absterben

Der Kirchenvater Irenäus hat schon vor Jahrhunderten gesagt: „Die Ehre Gottes, das ist der lebendige Mensch." Es stimmt, dass Jesus gesagt hat: „Wer mein Jünger sein will, der verleugne sich selbst, nehme täglich sein Kreuz auf sich und folge mir nach" (Lukas 9,23; EÜ). Wenn wir diesen Vers aber aus dem Kontext der Gesamtaussage der Bibel herauslösen, dann führt das zum Gegenteil dessen, was Gott beabsichtigt. Das Ergebnis ist eine enge, falsche Theologie, die darauf hinausläuft: „Je schlechter es dir geht, je mehr du leidest, umso mehr liebt Gott dich. " „Uns selbst verleugnen" sollen wir im Blick auf die sündhaften Züge unseres Wesens wie beispielsweise unsere Gleichgültigkeit gegenüber anderen, unsere Scheinheiligkeit, unseren Hang, über andere zu urteilen, unseren Mangel an Verletzlichkeit — ebenso die offensichtlichen Sünden, die uns in der Bibel genannt werden: Du sollst nicht töten. Du sollst nicht stehlen. Du sollst nicht lügen. Sag die Wahrheit.

Gott will nicht, dass wir die „guten" Seiten unseres Wesens verleugnen. Gott verlangt nicht von uns, die gesunden Wünsche und Freuden unseres Lebens aufzugeben — Freundschaft, Freude, Kunst, Musik, Schönheit, Erholung, Lachen und Natur. Gott pflanzt das Verlangen nach all dem in unser Herz, damit wir es nähren und pflegen. Oft sind Sehnsucht, Verlangen und Leidenschaft Einladungen von Gott, Geschenke von ihm. Trotzdem fühlen wir uns irgendwie schuldig, wenn wir diese Geschenke auspacken.

Oft können Menschen auf die Bitte: „Erzähl mir von deinen Wünschen, Hoffnungen und Träumen" nichts zu erwidern. „Warum fragst du danach?", antworten sie. „Sollte mein einziger Wunsch, meine einzige Hoffnung und mein einziger Traum nicht sein, Jesus zu dienen?" Genau genommen, nein. Gott will nicht, dass wir uns selbst auslöschen. Wenn wir zum Glauben kommen, sollen wir nicht zu Menschen ohne Persönlichkeit werden. Genau das Gegenteil ist richtig. Gott will, dass unser tieferes, echteres Selbst, das er geschaffen hat, ungestört aufblüht, wenn wir ihm nachfolgen. Gott hat jeden von uns mit bestimmten, wichtigen Fähigkeiten ausgestattet, die auf einzigartige Weise ihn widerspiegeln. Es ist Teil des Heiligungsprozesses, den Gottes Geist in uns wirkt, die von uns aufgebauten falschen Konstrukte einzureißen, sodass unser wahres Ich hervortreten kann.

4. Die Auswirkungen der Vergangenheit auf das Heute leugnen

Wenn wir zum Glauben an Christus kommen, sei es als Kind, Teenager oder Erwachsener, werden wir — wie die dramatische Sprache der Bibel es ausdrückt, „wiedergeboren" (Johannes 3,3). Der Apostel Paulus beschreibt es folgendermaßen: „Was vorher war, ist vergangen, etwas Neues hat begonnen" (2. Korinther 5,17).

Die Bedeutung dieser Aussagen wird jedoch oft dass unsere Sünden weggewaschen werden, wir eine neue Identität bekommen, eine neue Zukunft, ein neues Leben, wenn wir zum Glauben kommen. Durch Leben, Tod und Auferstehung Jesu werden wir vor Gott von unseren Sünden freigesprochen (Philipper 3,9-10). Der ewige, heilige Gott des Universums ist nicht mehr unser Richter, sondern unser Vater. Das ist die wunderbare Botschaft des Evangeliums. Allerdings müssen wir uns darüber klar werden, dass das, was unser Leben in der Vergangenheit geprägt hat, uns weiterhin auf unterschiedliche Art und Weise beeinflussen wird. Viele Leben über Jahre hinweg mit der Illusion, dass das alte Leben einen nicht mehr betrifft, nicht mehr in einem steckt, weil man ja Jesus angenommen hat.

Es ist aber erstaunlich, wie viel von unserer Vergangenheit und unserem Elternhaus noch in uns steckt. Geschlechterrollen, der Umgang mit Wut, Konflikten und Scham, Vorstellungen von Erfolg und Leistung, Ansichten über Familie, Kinder, Freizeit, Spaß, Sexualität, Trauer - all das ist oftmals viel stärker von einschneidenden Erlebnissen in Kindheit und Jugend oder generell von unserer Herkunftsfamilie geprägt, also uns selbst recht ist.
mit Wut und Konflikten und Scham, unsere Vorstellung von Erfolg,

Wachstum in Christus (Theologen nennen es Heiligung) bedeutet nicht, dass wir auf dem Weg, den Gott für uns bereithält, nicht auch zurückblicken. Wir müssen vielmehr zurückgehen, um uns von ungesunden und zerstörerischen Verhaltensmustern zu befreien, die verhindern, dass wir uns selbst und andere so lieben, wie es Gottes Absicht ist.

5. Das Leben in „säkulare" und „heilige" Bereiche aufteilen

Menschen haben die unheimliche Fähigkeit, ihr Leben in verschiedene Bereiche aufzuteilen, ein Doppelleben zu führen. Diszipliniert hält Kurt jeden Morgen, bevor er zur Arbeit geht, seine stille Zeit mit Gott. Doch an seinem Arbeitsplatz denkt er nicht an Gottes Gegenwart, ebenso wenig, wenn er am Abend zu seiner Frau und seinen Kindern zurückkehrt. Wenn Judith im Gottesdienst von der Liebe und Gnade Gottes singt, dann stehen ihr die Tränen in den Augen. Doch sie klagt ständig darüber, wie schwer ihr Leben ist, und sucht die Schuld für die Schwierigkeiten und Prüfungen in ihrem Leben regelmäßig bei anderen.

Es ist so leicht, Gott in die Schublade für „christliche Aktivitäten" im Zusammenhang mit Kirche und frommen Übungen zu schieben und ihn in unseren Ehen, in der Erziehung unserer Kinder, bei der Verwaltung unserer Finanzen, in unserer Freizeit und beim Lernen für Prüfungen zu vergessen. Glaubt man den Umfrageergebnissen des Gallup-Instituts, dann ist es einer der größten Skandale unserer Zeit, dass „evangelikale Christen das gleiche hedonistische, materialistische, selbstbezogene und sexuell unmoralische Leben führen wie alle anderen". Die Auswertungen zeigen, „dass Evangelikale in vielen entscheidenden Bereichen nicht anders leben als ihre ungläubigen Nachbarn.

Welche Auswirkungen dies auf unser Zeugnis für Christus hat, ist nicht auszumalen. Es entgeht uns die echte Freude eines Lebens mit Jesus, wie er es uns verspricht (Johannes 15,11). Und die Welt schaut zu und schüttelt die Köpfe und kann nicht fassen, dass wir so blind sind und nicht sehen, welche Abgründe sich zwischen Unseren Worten und unserem Leben auftun.

## 6. Etwas für Gott tun, statt mit ihm zu leben

Produktiv sein und die Dinge erledigen sind in unserer westlichen Kultur hoch angesehen. Einfach nur zu beten und Gottes Gegenwart zu genießen, nur um sich an ihm zu freuen, sei ein Luxus, den wir uns gönnen sollten, wenn wir im Himmel sind, so wurde mir erklärt. Jetzt gäbe es einfach zu viel zu tun. Die Menschheit sei verloren. Die Welt sei in großen Schwierigkeiten. Und Gott habe uns die gute Nachricht anvertraut.

Den Großteil meines Lebens als Christ fragte ich mich, ob Mönche wirklich Christen sind. Ihr Leben erschien mir wie Weltflucht. Sie handelten ganz sicher nicht nach dem Willen Gottes. Was trugen sie dazu bei, um die Gute Nachricht in einer Welt zu verbreiten, die ohne Christus zugrunde geht? Was war mit all den Schafen, die verloren waren und ohne Ziel lebten? Wussten sie nicht, dass es nur wenige Arbeiter gibt (Matthäus 7)? Die Botschaft war klar:

- Wenn man viel für Gott tut, dann ist das ein sicheres Zeichen dafür, dass man geistlich wächst.
- Es hängt alles von dir ab. Während du hier auf Erden lebst, wirst du damit nicht zum Ende kommen.
- Gott handelt nicht, wenn du nicht betest.
- Du bist dafür verantwortlich, in deinem Umfeld zu jeder Zeit Christus zu verkündigen. Andernfalls landen die Menschen in der Hölle.
- Alles wird schieflaufen, wenn du nicht durchhältst und den Überblick bewahrst.

Sind all diese Überzeugungen falsch? Nein. Allerdings läuft Arbeit für Gott, die nicht von einem tiefen inneren Leben mit Gott getragen wird, früher oder später Gefahr, von anderen Dingen verdorben zu werden, wie beispielsweise Ego, Macht, dem Wunsch nach Anerkennung, einem falschen Tun für Gott, das nicht Verständnis von Erfolg und dem irrigen Glauben, dass wir nicht versagen können. Wenn wir aus diesen Gründen für Gott arbeiten, dann tritt die Erfahrbarkeit der Guten Nachricht oft in den Hintergrund. Anstatt Geschöpf zu sein, werden wir zu Machern. Wir suchen erfahrbare Wertschätzung und Bestätigung nicht mehr in Gottes bedingungsloser Liebe für uns in Christus, sondern in unseren Leistungen und Errungenschaften. Die Freude an Christus kommt uns langsam abhanden.

Unsere Arbeit für Gott kann nur aus einem Leben mit Gott erwachsen. Wir können nicht geben, was wir nicht besitzen. So für Gott zu arbeiten, wie es unserem Leben mit Gott entspricht, ist der einzig wahre Weg zu einem reinen Herzen, das Gott schauen wird (Matthäus 5,8).

7. Konflikte übertünchen

Niemand mag Konflikte. Und trotzdem sind sie allgegenwärtig — vom Gerichtsaal über den Arbeitsplatz, das Klassenzimmer, die Nachbarschaft, die Ehe, unsere Rolle als Eltern, enge Freundschaften bis dahin, dass jemand sich Ihnen gegenüber unangemessen verhalten hat. Doch die Auffassung, dass Jesus nachfolgen bedeutet, Missverständnisse zu glätten oder sie „unter den Teppich zu kehren", ist bis heute einer der zerstörerischen Mythen, die es in Gemeinden gibt.

Nur sehr, sehr wenige von uns haben in ihrer Ursprungsfarnilie erlebt, dass Konflikte auf reife und gesunde Art gelöst wurden Die meisten von uns begraben einfach ihre Spannungen und leben weiter. Konflikte sind oft etwas, das so schnell wie möglich bereinigt werden muss.

Was soll man tun, wenn man mit den Spannungen und dem Durcheinander von Meinungsverschiedenheiten konfrontiert wird? Manche von uns greifen möglicherweise zu einer der folgenden Verhaltensweisen:

- Man sagt jemandem eine Sache direkt ins Gesicht, aber hinter dessen Rücken sagt man etwas anderes.
- Man macht Versprechungen, von denen man weiß, dass man sie nicht halten kann.
- Man schiebt anderen die Schuld zu.
- Man greift andere an.
- Man straft andere mit Schweigen.
- Man wird sarkastisch.
- Man gibt nach, aus Angst, nicht mehr geliebt zu werden.
- Man erzählt nur die halbe Wahrheit, weil man es nicht fertig bringt, die Gefühle eines Freundes zu verletzen.
- Man sagt Ja, obwohl man Nein sagen will.
- Man weicht aus, zieht sich zurück und bricht den Kontakt ab.
- Man sucht sich eine unbeteiligte Person, mit der man über die Sache sprechen und sich den Ärger von der Seele reden kann.

Jesus zeigt uns, dass gesunde Christen Konflikte nicht vermeiden. Sein Leben war voll davon! Er trug regelmäßig Konflikte mit den religiösen Führern, den Massen, den Jüngern aus — sogar mit seiner eigenen Familie. Weil er wahren Frieden schaffen wollte, störte Jesus den faulen Frieden. Er weigerte sich, Konflikte unter dem Deckmantel der Frömmigkeit zu umgehen.

8. Gebrochenheit, Schwachheit und Versagen werden verdeckt

Die meisten von uns leben unter dem Zwang, einen Eindruck von Stärke und geistlicher Kompetenz zu vermitteln. Wir fühlen uns schuldig, wenn wir nicht dem Standard entsprechen, wenn wir das Klassenziel nicht erreichen. Wir vergessen dabei, dass wir alle Sünder sind. Wir vergessen, dass David, einer von Gottes meistgeliebten Freunden, mit Batseba Ehebruch beging und deren Ehemann ermorden ließ. Wenn das kein Skandal ist! Wie viele von uns würden das nicht am liebsten für immer aus den Geschichtsbüchern streichen, damit der Name Gottes nicht beschmutzt wird?

David tat das nicht. Er nutzte sogar seine große Macht dazu, um sicherzustellen, dass alle Details seines ungeheuren Versagens für alle zukünftigen Generationen in den Geschichtsbüchern niedergeschrieben wurden. David schrieb sogar ein Lied über sein Versagen, das in Israels Gottesdiensten gesungen wurde und Eingang in das Lobpreishandbuch des Volkes fand, die Psalmen. (Hoffentlich hat er vorher Batseba um Erlaubnis gebeten!) David war sich über Folgendes im Klaren: „Ich bin zerknirscht und verzweifelt über meine schwere Schuld. Solch ein Opfer gefällt dir, du wirst es nicht ablehnen" (Psalm 51,19).

Ein weiterer großer Gottesmann, der Apostel Paulus, schrieb über die Tatsache, dass Gott seine Gebete nicht erhört hat, und über seinen „Pfahl im Fleisch". Er dankt Gott für seine Gebrochenheit und erinnert seine Leser daran, dass die Macht Jesu sich in der menschlichen Schwachheit besonders erweist (2. Korinther 12,9). Wie viele Christen kennen Sie, die sich heute genauso verhalten würden?

Die Bibel kehrt die Fehler und Schwächen ihrer Helden nicht unter den Tisch. Mose war ein Mörder. Hoseas Frau war eine prostituierte. Petrus wies Gott zurück. Noah betrank sich. Jona war ein Rassist. Jakob war ein Lügner. Johannes Markus ließ Paulus im Stich. Jeremia litt unter Depressionen. Thomas zweifelte. Mose war launisch. Alle diese Menschen übermitteln die gleiche Botschaft: Jeder Mensch auf dieser Erde, ganz gleich über welche Gaben und Stärken er verfügt, ist schwach, verletzlich und abhängig von Gott und anderen.

## 9. Ohne Grenzen leben

Vielen wird beigebracht, dass Christen immerzu geben und sich um andere kümmern. Man draf keine Gelegenheit zu helfen ablehnen, weil das egoistisch ist. Manche Christen sind egoistisch. Sie glauben an Gott und an Christus, doch sie leben ihr Leben so, als würde Gott nicht existieren. Sie denken nicht daran, Menschen außerhalb ihres Familien und Freundeskreises zu lieben oder ihnen zu dienen. Das ist tragisch. Allerdings treffe ich weitaus mehr Christen, die ständig darunter leiden, dass sie nicht genug tun. Diese Schuld führt häufig zu Mutlosigkeit. Und diese Mutlosigkeit führt oft dazu, dass Christen nichts mehr mit „bedürftigen Menschen" zu tun haben wollen und sich von ihnen abwenden. Sie wissen einfach nicht, was sie sonst tun sollten. Das eigentliche geistliche Problem hier sind unsere Grenzen und unser Menschsein. Wir sind nicht Gott. Wir können nicht die Bedürfnisse aller Menschen stillen. Wir sind Menschen. Wenn Paulus sagt: „Das alles kann ich durch Christus, der mir Kraft und Stärke gibt" (Philipper 4,13), dann meinte er damit die Bereitschaft zu lernen, dass man in allen Lebenssituationen zufrieden sein kann. Die Kraft, die er von Christus erhalten hat, war nicht die Kraft, um eine Veränderung herbeizuführen, seine Situation zu leugnen oder sich ihr zu widersetzen. Es war vielmehr die Kraft, unter den gegebenen Umständen zufrieden zu sein und sich Gottes liebevollem Willen zu unterstellen (Philipper 4,11-13 ).

Jesus lebte uns das in seinem Menschsein vor — ganz Gott und doch ganz Mensch. Er heilte nicht alle Kranken in Palästina. Er erweckte nicht jeden Toten zum Leben. Er gab nicht allen hungrigen Bettlern zu essen und gründete auch keine Beschäftigungszentren für die Armen Jerusalems. Er tat es nicht, und wir sollten uns nicht einbilden, dass wir es tun müssen. Aber trotzdem tun wir es. Warum sind so viele Christen verzweifelt, ausgelaugt, überlastet und gehetzt, ganz genauso wie alle anderen in unserer Kultur?

Nur wenige Christen stellen zwischen der Liebe zu sich selbst und der Liebe für andere eine Verbindung her. Traurigerweise glauben viele, dass es eine Sünde sei, sich um das eigene Wohlergehen zu sorgen – ein Psychologisierung der Bibel, die von der Ich-Zentrierung unserer Kultur herrührt.

Es stimmt, dass wir dazu aufgerufen sind, andere als wichtiger zu erachten als uns selbst (Philipper 2,3). Wir sollen unser Leben für andere opfern (1. Johannes 3,16). Dabei darf man nicht vergessen, dass man zunächst ein „Selbst" braucht, das man opfern kann.

Parker Palmer sagte: „Die Sorge für sich selbst ist nicht egoistisch - es ist lediglich ein verantwortungsvoller Umgang mit dem einzigen Geschenk, das ich besitze. Ich wurde auf diese Erde gesetzt, um dieses Geschenk an andere weiterzugeben. Immer, wenn wir auf unser wahres Ich hören können und ihm die Pflege angedeihen lassen, die es braucht, dann tun wir das nicht nur für uns selbst, sondern für die vielen anderen, deren Leben wir berühren.

## 10. Über die geistliche Entwicklung anderer urteilen

„Der Mönch", sagte einer der Wüstenväter, „muss sich für seinen Nachbarn opfern und darf niemals über ihn urteilen." Er sagt weiter: „Wenn du dich nur mit deinen eigenen Fehlern beschäftigst, dann hast du keine zeit, auf die deiner Nachbarn zu achten.'"

Vielen ist beigebracht worden , dass es in unserer Verantwortung liege, Menschen auf ihre Irrungen und Sünden hinzuweisen und Stets jeden zurechtzuweisen, der geistlich fragwürdige Wege geht. Sie fühlen sich schuldig, wenn sie etwas Fragwürdiges sehen und nichts tun, um darauf hinzuweisen. Doch sie fühlen sich noch schuldiger, wenn sie die Probleme anderer lösen sollte und zugeben müssen: „Ich weiß nicht, was ich sagen soll." Wurde nicht von mir verlangt, dass ich immer Rede und Antwort stehen sollte für den Grund meines Glaubens (1. Petrus 3,15)? Natürlich haben viele von uns keine Probleme damit, Ratschläge zu geben und Menschen auf Fehler hinzuweisen. Wir verbringen so viel Zeit damit, dass wir uns am Ende selbst belügen und denken, wir hätten ja so viel zu geben und daher nur wenig Hilfe von anderen nötig. Und so werden wir unfähig, von gewöhnlichen, weniger erfahrenen Menschen, als wir selbst es sind, etwas anzunehmen. Wir hören nur noch auf Experten und Profis.

Das war schon immer eine der größten Gefahren der Christenheit. Zu Jesu Zeiten war es die hoch angesehene Expertengruppe der Pharisäer, die wusste, wie man Gottes Gebot hielt. Daneben gab es die wenig geachtete Gruppe der Nichtskönner, bestehend aus Sünder und Steuereintreibern und Prostituierten. Traurigerweise werden unsere Unterschiede oft als moralische Überlegenheit oder Tugenden interpretiert. Ich stelle das immer wieder fest. Wir beurteilen andere aufgrund ihrer Musik (zu leise oder zu laut) und ihrer Haarlänge (zu kurz oder zu lang). Wir fällen ein Urteil, weil sich Menschen zu chic oder zu schlampig kleiden, weil sie bestimmte Filme sehen oder einen bestimmten Autotyp fahren. Wir schaffen immer neue Gruppierungen, um Menschen in Kategorien einzuteilen:

- Männer sind Idioten. Sie sind im sozialen Umgang wie Kleinkinder.
- Frauen sind viel zu empfindlich und emotional."
- Die Reichen sind nur am eigenen Genuss interessiert."
- Wer arm ist, ist faul."

Wir finden, die Lutheraner seien zu „wortfixiert". Die Reformierten sind zu nüchtern. Den Pfingstlern dagegen fehle die Struktur. Wir urteilen über Katholiken, weil sie eine andere Sicht des Abendmahls
vertreten und über orthodoxe Christen, weil sie ein Faible für Ikonen
haben. Indem wir andere vor Gott nicht so sein lassen, wie sie sind, und
ihnen nicht ihre eigene Gangart zugestehen, projizieren wir unweigerlich das eigene Unwohlsein auf sie, das wir empfinden, weil sie das Leben anders leben als wir. Schließlich kommen wir an den Punkt, an dem wir diese Menschen entweder aus unserem Denken ausschließen, versuchen sie uns gleichzumachen, sie gänzlich links liegen lassen oder ihnen gegenüber in eine „Was kümmert es mich? Einstellung verfallen. In gewisser Weise kann die Stille der Gleichgültigkeit tödlicher sein als Hass.

Jesus sagte: Solange ich nicht den Balken aus meinem eigenen Auge nehme, wohl wissend, dass ich unter einem ernsten Sehfehler leide, bin ich gefährlich. Ich muss den großen Schaden erkennen, den die Sünde jedem Teil von mir zugefügt hat — meinem Gefühlsleben, meinem Denken, meinem Körper, meinem Willen und meinem Geist. Erst dann kann ich versuchen, den Splitter aus dem Auge meines Bruders zu entfernen (Matthäus 7,1-5 ).