

Vertrauen gewinnen ...

Texte 2022/2023

Vertrauen gewinnen

Wer mit einer gehörigen Portion Grundvertrauen im Leben steht, hat es leichter als jemand, der von Ängsten und Vorbehalten gesteuert wird. Das gilt grundsätzlich – aber ganz besonders in den herausfordernden Zeiten einer Krise. Vertrauen gibt dem Leben Halt und Festigkeit, wer vertraut, ist sicher – auch in unsicheren Lagen. Angst und Zweifel machen unsicher, man rechnet mit dem Schlimmsten und fühlt sich bedroht. Auch Kleinigkeiten können bedrohliche Ausmaße annehmen, denn man misstraut auch den positiven Signalen – sie könnten trügerisch sein. Dann sucht man nach Halt und Sicherheit – in anderen Menschen (Leiter, Pastoren, Ärzte), in festen Strukturen, in Philosophien und Denkgebäuden. Man trachtet nach Vergewisserung, Zustimmung und Bestätigung. Aber das alles bleibt wackelig und ungewiss: Halten die Vorgaben, was sie versprechen? Bin ich wirklich sicher, abgesichert? Kann ich mich auf Menschen und Strukturen verlassen? Wie lange?

Vertrauen ist das feste Zutrauen, dass es doch gut gehen wird und die Schwierigkeiten letztlich zu bewältigen sind – egal, wie sie aussehen und wie gravierend sie sind. Dahinter steht eine grundsätzliche Entscheidung: Ich setze meine Hoffnung auf Gott. Ich schaue auf ihn, ich glaube an ihn – und ich vertraue darauf, dass er das Beste für mich will. Egal, was geschieht, ich zweifle nicht an seiner Güte und Freundlichkeit. Denn jedes Vertrauen braucht einen Haltepunkt, einen festen Anker, eine absolute Gewissheit. Vertrauen kommt zwar von innen, beruft sich aber auf ein Gegenüber, das vertrauenswürdig ist und Sicherheit bietet – egal, was geschieht. Das ist Gott.

Menschen missbrauchen unser Vertrauen und zerstören es. Sie versprechen uns viel und halten wenig. Sie signalisieren uns Vertrauenswürdigkeit, nutzen uns aber nur für ihre Zwecke aus. Wer immer wieder Vertrauensbrüche erfahren hat, wird misstrauisch und vorsichtig. Die Unbekümmertheit des Lebens geht dabei verloren. Es ist, als wenn der Boden unter den Füßen weggezogen würde, man steht nicht sicher und fest im Leben. Negative Erfahrungen verunsichern zusätzlich. Eine bittere Wurzel erstickt das Vertrauen. Groll bohrt und nagt. Zweifel machen blind. Man hat das Gefühl, sich absichern zu müssen, denn überall lauert Böses und Gefahr. Was tun wir, wenn das Vertrauen in das Leben in uns erlischt? Dann sind wir verloren. Denn ohne Vertrauen ist das Leben nur eine leere Hülle. Deshalb: Von einem Menschen, dem ich nicht trauen kann, halte ich mich fern. Ich erspare mir auf diese Weise Enttäuschungen, die Vertrauensverlust mit sich bringen.

Wir sind jederzeit herausgefordert, den Zweifel zu besiegen. Gegen das Misstrauen setzen wir einen Vertrauensvorschuss ein. Woher nehmen wir ihn? Wir setzen unsere Hoffnung auf Gott und vertrauen ihm. Von ihm bekommen wir das Zutrauen, das wir nun investieren können. Wir tun es, auch wenn es ein Risiko ist und ausgenutzt werden kann. Gott schenkt uns grenzenloses Vertrauen in seine Freundlichkeit und Güte. Wir vertrauen tief und grundsätzlich, dass er es gut mit uns meint – egal, was geschieht. Das macht uns sicher. Wir stehen fest auf einem stabilen Untergrund – dem Vertrauen in Gott. Das macht uns selbst vertrauenswürdig, denn das, was wir reden und tun, hat Hand und Fuß, ist abgesichert und glaubwürdig. Wo wir Vertrauen schenken, kommt es auch zurück – ein Raum von gegenseitigem Vertrauen entsteht. Das Vertrauen wächst und macht das Leben wertvoll und schön. Wir fühlen uns sicher und geborgen, denn wir müssen nicht ständig für uns kämpfen, uns absichern und verteidigen, uns rechtfertigen. Wer vertraut, kann zulassen, was geschieht.

Wo uns Vertrauen fehlt, bitten wir also Gott darum, und erkennen, dass es gerade schwierige und vielleicht sogar aussichtslose Situationen sind, die uns Vertrauen lehren können. Der

Apostel Paulus schreibt von Zeiten so starker Bedrängnis, dass er am Leben verzagte und mit seinem Tod rechnete. Aber er erkannte: „Das geschah, damit wir unser Vertrauen nicht auf uns selbst setzten, sondern auf Gott“ (2. Korinther 1,9). Wo wir mit unserem Vertrauen an unsere Grenzen kommen, bleibt uns nur das Vertrauen in Gott. Und wir werden merken: Gott ist vertrauenswürdig. Er lässt uns nicht hängen. Er missbraucht unser Vertrauen nicht. Krisen und Schwierigkeiten zerstören unser Vertrauen nicht, sondern vergrößern es. Wir sind Gott ganz nah, schauen auf ihn – und vertrauen ihm grenzenlos und völlig.

Es ist der Teufel, der uns verunsichert, indem er uns einredet: „Sollte Gott gesagt haben?“ (1. Mose 3,1). Er raubt uns die innere Sicherheit, er sät Zweifel und stellt alles infrage. Zuletzt wissen wir nicht mehr, was wir glauben sollen. Viele unterschiedliche Meinungen lassen uns zweifeln, eine Fülle der Katastrophenmeldungen und Verschwörungstheorien führen letztlich in die Verzweiflung. Die Welt scheint grundsätzlich bedrohlich, unser Leben ist ständig in Gefahr. Wir können uns auf nichts verlassen. Das ist das Werk des Teufels, der unser Vertrauen zerstört. Die Folge ist: Wir müssen uns um unsere eigene Sicherheit kümmern. Weil wir nicht mehr vertrauen können, müssen wir uns absichern, uns selbst Halt geben und nach eigenem Schutz suchen. Das führt uns weg von Gott. Der Teufel sagt: „Hilf dir selbst, dann hilft dir Gott.“ Wir ersetzen das Vertrauen in Gott durch eigene Hilfsmittel, durch unsere Maßnahmen, uns zu retten und abzusichern. Aber letztlich wird uns das nicht gelingen, denn wir können Vertrauen nicht selbst erzeugen. Wenn wir Menschen oder Dingen vertrauen, sind wir nie sicher. Gott will uns Vertrauen schenken. Der Teufel dagegen gaukelt uns Sicherheit vor, aber im Ernstfall lässt er uns fallen: Nur Gott „ist ein Schild allen, die ihm vertrauen“ (Psalm 18,31). Deshalb ist es gut, „auf den Herrn vertrauen und nicht sich verlassen auf Menschen. Es ist gut, auf den Herrn vertrauen und nicht sich verlassen auf Fürsten“ (Psalm 118,8-9).

Vertrauen müssen wir lernen – das ist ein lebenslanger Prozess. Immer wieder sind wir herausgefordert, das Vertrauen einzusetzen. Vielleicht ist es nur ein kleines Körnchen Vertrauen – das genügt. Wir nehmen das Vertrauen, das uns Gott gibt, und setzen es ein. Das tun wir, indem wir immer wieder – gegen alle Angst und allen Zweifel – sagen: „Ja, Herr, ich vertraue dir. Denn du bist vertrauenswürdig, du allein. Ich verlasse mich auf dich. Ich glaube an dich. Ich halte mich an dich, denn du hältst mich bei meiner rechten Hand (Psalm 73,23). Wir werfen das Vertrauen nicht weg, denn es ist kostbar – das Kostbarste, was wir haben: unsere Lebenskraft und unsere Lebensenergie. Mit viel Geduld und Ausdauer strecken wir uns aus nach diesem Urvertrauen, das von Gott kommt, es ist Gottes kostbarstes Geschenk, das Geschenk des Lebens: „Werft euer Vertrauen nicht weg, welches eine große Belohnung hat. Geduld aber habt ihr nötig, damit ihr den Willen Gottes tut und das Verheißene empfangt“ (Hebräer 10,35-36).

Es ist uns verheißen, dass Gott unser Leben absichern wird, dass er es erfüllt und reich macht. Es ist das grundsätzliche Vertrauen in ihn, das unser Leben wertvoll macht und gelingen lässt.

Johannes Stockmayer

Die Angst besiegen

Wie widerstehen wir der Angst? Wir schauen sie an und halten sie aus. Wir kämpfen gegen die Panik in uns und mahnen uns zur Ruhe. Wir halten inne, um festzustellen, woher die Angst kommt. Ist sie berechtigt – oder nur ein unbestimmtes Gefühl? Vor einer Angst können wir nicht fliehen, denn wir nehmen sie mit. Wenn wir davonrennen, sitzt sie uns im Nacken. Wo sollen wir uns verstecken, wenn die Angst in uns sitzt?

Eine Flucht führt zur Vereinzelung, wir werden dadurch angreifbarer. In der Verborgenheit eines Verstecks wird die Angst größer, wir sind ihr ausgeliefert – und vielleicht auch unseren Verfolgern, die mit uns in der Verborgenheit und der Vereinzelung tun können, was sie wollen, wenn sie uns finden. So entkommen wir der Angst nicht. Wesentlich besser ist es, stehen zu bleiben und zuzugeben, dass wir Angst haben. Dann können wir uns mit denen zusammenschließen, die auch Angst verspüren. Es gehört Mut dazu, die Angst zu bekennen. Aber Angst, die wir miteinander teilen, wird kleiner. Wir haben Angst und reden darüber. Das gemeinsame Gefühl macht uns stärker, wir sind nicht allein mit unserer Angst.

In Situationen von Bedrohung schließen wir uns also zusammen. Wir stehen gemeinsam auf, schauen der Angst miteinander ins Gesicht, teilen einander mit, was wir sehen. Wir suchen nach Gemeinschaft. Wir fassen einander bei den Händen und gehen denen entgegen, die uns bedrohen. Geht das nicht – oder ist das zu gefährlich –, bleiben wir stehen und warten miteinander auf das Bedrohliche. Wir stellen uns nicht in den Weg, aber wir schauen die Gegner an, wir suchen den Blickkontakt. Vielleicht wird unsere Angst kleiner, wenn wir singen. Aber wir weichen nicht, wir fliehen nicht und verstecken uns nicht. Wir lassen uns nicht bedrohen – und gemeinsam sind wir stark. Wir machen uns gegenseitig Mut. Wir halten miteinander aus und miteinander durch. Wir schweigen angesichts der Bedrohung. Wir halten die Bedroher nicht auf und greifen sie auch nicht an. Wenn es kritisch wird, gehen wir ihnen aus dem Weg. Aber wir gehen nur ein klein wenig zur Seite.

Wir sind ja viele – wir alle. Wir kommen heraus aus unsere Vereinzelung, wir verlassen unsere Verstecke. Wir sind zu sehen. Wir lassen uns nicht vereinzeln und damit schwächen. Wir lassen uns nicht in die Flucht schlagen, um zu einer leichten Beute zu werden. Die Bedroher sollen sehen, dass sie es mit vielen zu tun haben. Und wir sind entschlossen. Wir sind zwar in der schwächeren Position – aber trotzdem sind wir stark. Denn wir halten zusammen. Uns verbindet der Mut, wir haben die Angst besiegt. Gemeinsam ist uns Gottes Kraft, die in den Schwachen mächtig ist. Wir sind sicher, dass Gott in unserer Angst gegenwärtig ist, er ist unsere Kraft und unsere Hilfe (Psalm 138,7). Gott ist ja an unserer Seite, dadurch sind wir mutig inmitten unserer Angst.

Die Angst gemeinsam zu besiegen ist die Grundvoraussetzung für gewaltlosen Widerstand. Wir setzen der Bedrohung nichts anderes entgegen als unsere besiegte Angst. Ein gutes Training für das Besiegen der Angst wird in der Bergpredigt vorgeschlagen (Matthäus 5): Wir halten dem, der uns schlägt, auch die andere Backe hin. Wir trainieren dabei, der körperlichen Gewalt standzuhalten.

Wir lassen dem, der uns den Rock nimmt, auch den Mantel. Ungerechtes Verhalten kann uns nicht kleinmachen. Wir trainieren das Loslassen.

Wenn uns jemand zwingt, eine Meile mitzugehen, dann gehen wir mit ihm zwei. Wir zeigen damit, dass uns niemand bestimmen kann, wir sind selbstbestimmt. Wir trainieren unsere Unabhängigkeit.

Wichtig ist unsere innere Freiheit: Wir bestimmen, wir handeln, wir entscheiden über uns. Auch wenn uns die äußere Freiheit genommen wird, kann uns die innere Freiheit niemand

nehmen – vor allem, wenn wir zusammenhalten und uns gegenseitig unterstützen. Wir ermutigen einander durchzuhalten, wir sprechen uns immer wieder neu die Freiheit zu, wir geben uns den Wert, der uns zusteht. Wenn andere uns unsere Würde rauben, dann erstatten wir uns gegenseitig das, was uns genommen wurde. Wir wissen es besser: Du bist von Gott geliebt und geachtet. Seine Würde, seinen Wert kann dir niemand nehmen. Er gibt dir die Freiheit, die dir einen weiten Raum gewährt. Er befindet sich in deinem Herzen, dort bist du sicher. Die Liebe Gottes, die hier fest verankert ist, kann dir niemand nehmen. So kannst du lieben, wenn man dich hasst, verzeihen, wo man dich beleidigt, den segnen, der dich erniedrigt und misshandelt.

Der Bedroher will uns in Angst und Schrecken versetzen. Wenn er das schafft, sind wir klein. Er will uns kleinmachen. Er will, dass wir uns vor uns selbst schämen, er will uns erniedrigen. Aber wenn wir zusammenhalten, schafft er das nicht. Der Bedroher hat in Wirklichkeit keine Macht, Gott hat sie. Gemeinsam schauen wir auf Gott. Wir bitten ihn um sein Eingreifen. Wir flehen zu ihm, dass er uns Mut und Widerstandskraft gibt, er soll uns helfen, unsere Angst zu besiegen. Wir erwarten alles von ihm. Wir wenden uns ab von allem, was uns verletzen oder zerstören möchte. In aller Bedrohung schauen wir auf Gott und bekennen ihn als den Herrn – wenn das nicht laut geht, dann doch in unserem Herzen. So sind wir letztlich unbesiegbar. Wir machen uns klar, dass Jesus ebenfalls Erniedrigung, Misshandlung und sogar den Tod erlitten hat. Er hat gesagt: „In der Welt habt ihr Angst, aber seid getrost, ich habe die Welt überwunden“ (Johannes 16,33). Die Welt mit ihrer Bedrohung ist überwunden. Die Angst ist besiegt. Der Feind ist entmachtet.

Wenn es uns gelingt, mit dieser inneren Freiheit und dem Bewusstsein der Stärke Gottes in unserem Herzen der Bedrohung gegenüberzutreten, dann kann uns nichts überwältigen oder besiegen. Wir stehen auf der Seite des Siegers. Auch wenn wir Niederlagen erleiden und andere über uns triumphieren, gilt das – ist das die Wahrheit. Durch Jesus sind wir letztlich unbesiegbar. Auch wenn uns die Bedroher weismachen wollen, dass das alles nicht stimmt, auch wenn sie nun mit ihrer Bedrohung umso mehr Macht erzeugen wollen, lassen wir uns die Angst nicht einreden. Wir halten an dem Mut fest, den uns Gott schenkt. Dieser Mut kommt aus dem Vertrauen zu Gott. So ist Gottvertrauen die beste Versicherung gegen die Angst. Wenn wir vertrauen, kann sie uns nicht schaden. Wir vertrauen auf den mächtigen Gott, auf seine Stärke. Durch dieses Vertrauen haben wir Hoffnung. Wir sind sicher, dass Gott eingreift, dass er Gerechtigkeit schaffen wird, dass er sichtbar den Mächtigen entthront und dem Schwachen aufhilft (Psalm 37, 6). Zuletzt wird für alle ersichtlich: „Du führst meine Sache gegen das unheilige Volk“ (Psalm 43). „Gott wird unsere Feinde niedertreten“ (Psalm 108, 14). Wir lassen Gott machen und warten ab (2. Mose 14, 14). Gott hat das letzte Wort!

Die größte Angst ist die vor dem Tod. Wenn wir auch unsere Angst vor dem Sterben verlieren, kann uns niemand mehr wirkungsvoll bedrohen. Wenn wir uns selbst bereits gestorben sind und unser Leben in Gottes Hand gelegt haben, dann kann es uns niemand mehr nehmen. Wir sind sicher bei Gott. Deshalb nimmt uns Gott die Angst vor dem Tod. Nun sind wir wirklich frei und völlig unabhängig. „Tod, wo ist dein Sieg? Tod, wo ist dein Stachel? ... Gott aber sei Dank, der uns den Sieg gibt, durch unseren Herrn Jesus Christus“ (1. Korinther 15, 55-57). Wir wissen, dass dieses Leben nicht alles ist. Wir wissen, dass der Tod nicht das Ende bedeutet und dass die, die uns das Leben nehmen, uns den ewigen Frieden Gottes niemals nehmen können. Am Ende steht das neue Leben: „Gott wird abwischen alle Tränen und der Tod wird nicht mehr sein, noch Leid noch Geschrei noch Schmerz wird mehr sein – denn das Erste ist vergangen“ (Offenbarung 21, 4). Unsere Angst ist begrenzt – die Ewigkeit in Gottes Reich dagegen unbegrenzt. Es ist gut, wenn wir uns das immer wieder

gemeinsam klarmachen und uns ermutigen durchzuhalten – miteinander gegen die Angst aufstehen, vertrauensvoll auf Gott schauen und seinen Sieg bekennen.

Johannes Stockmayer, Ostern 2023

Selbstwirksamkeit

Der Grund für viele Konflikte ist die Erfahrung von Ungerechtigkeit. Wenn wir davon ausgehen, dass eine normale, gesunde Beziehung von einem guten Gleichgewicht zwischen Nehmen und Geben lebt, ist im Konfliktfall diese Balance aus dem Lot geraten. Eine Seite in der Beziehung fühlt sich zu kurz gekommen, benachteiligt zu sein, nicht ausreichend beachtet zu werden. Und daraus entsteht der Eindruck: Ich gebe mehr, als ich bekomme, der andere ist besser dran als ich, hat mehr Vorteile. Bei ihm ist die Habenseite gut gefüllt, aber bei mir fehlt etwas, ich habe nicht so viel wie der andere. Ich bin das Opfer, das schlechter abschneidet und Nachteile ertragen muss.

Das kann ein subjektiver Eindruck sein, der objektiv gesehen nicht zutrifft. Ein Gefühl von Benachteiligung ist ein sehr tiefes und schmerzhaftes Gefühl, das seine Wurzeln in der Bewertung hat: man vergleicht sich mit anderen und schneidet schlechter ab. Da jede Bewertung aber eine Frage der Skala ist, die man anlegt, kommt es auf die eigenen, persönlichen Kriterien an: Mir steht mehr zu, ich bin mehr wert, ich habe ein Recht oder einen Anspruch auf mehr. Dieses „Mehr“ orientiert sich an meiner eigenen Bedürftigkeit – und diese erwächst aus meiner inneren Haltung. Wenn ich mich als Opfer fühle, wenn ich das, was ich habe, als gering und nicht ausreichend einschätze, dann habe ich grundsätzlich das Empfinden, dass ich bei den Verteilungsprozessen des Lebens den Kürzeren ziehe. Im Gegensatz dazu: Wenn ich zufrieden bin mit dem, was ich habe (auch wenn es wenig ist), dann sehe ich mich nicht auf der Seite der Benachteiligten. Es wäre also gut, es könnte mir gelingen, das, was ich habe, für ausreichend zu erklären, mich mit „meinem“ zu begnügen und nicht „mehr“ zu verlangen.

Wenn ich weiß, dass ich habe, kann ich geben. Wenn ich bekomme, was ich brauche – und mir darin genügen lasse –, bin ich ausreichend versorgt. Mehr ist nicht nötig. Ich kann dann sogar von dem abgeben, was ich habe. Ich bekomme ja wieder, ich laufe nicht „leer“. Diese Sicherheit ist eine wichtige Grundvoraussetzung für jede Beziehung: Ich habe, ich bekomme, ich gebe – und bekomme wieder. Der Schlüsselbegriff dafür heißt „Selbstwirksamkeit“: Ich verstehe mich als Teil eines Systems des gerechten Ausgleichs, ich werde versorgt und versorge andere, ich kann etwas bewirken und erlebe, dass ich gesehen, wahrgenommen und geschätzt werde, ich kann beides: Tun und Lassen – das Zusammenspiel passt für mich und den anderen. Das gibt ein Gefühl von Geborgenheit und erhöht die Sicherheit meines Lebens. Wo ich einmal weniger bekomme, erhalte ich – später oder an anderer Stelle – einen gerechten Ausgleich. Ich muss nicht mühsam für mich kämpfen oder mich penetrant ins Gespräch bringen, um für meinen Vorteil zu sorgen, sondern kann gelassen feststellen: Ich habe, was ich brauche, mehr ist nicht nötig, wo mir etwas fehlt, kann ich damit umgehen oder bekomme ich einen Ersatz dafür. Das biblische Prinzip heißt: „Gebt, so wird euch gegeben. Ein volles, gedrücktes, gerütteltes und überfließendes Maß wird man in euren Schoß geben; denn eben mit dem Maß, mit dem ihr messt, wird man euch wieder messen“ (Lukas 6, 38).

Selbstwirksamkeit bedeutet also nicht Selbstverwirklichung, sondern bezeichnet die Bereitschaft zu geben, um im Gegenzug nehmen zu können. Ich fordere nicht, was ich brauche, sondern gebe, um zu bekommen. Wer sich als Opfer fühlt, sieht nicht, was er hat, erkennt nicht, dass es ausreicht, sondern starrt auf seine Bedürfnisse, auf das, was ihm fehlt. Er sitzt wie ein Bettler am Straßenrand und hält seine Hände für eine milde Gabe auf und ärgert sich vielleicht, dass er so wenig bekommt. Ein Opfer übernimmt keine Verantwortung für sich selbst, sondern verlangt alles vom anderen, es bleibt passiv. Wenn es sich in dieser Rolle einrichtet, verfestigt sich bei ihm der Eindruck, dass es berechtigt fordern darf, dass ihm

zusteht, was ihm fehlt. Es wird den anderen unter Druck setzen, um zu bekommen. Es wird seine Forderungen direkt oder manipulativ stellen: „Wenn du mich lieb hättest ... Wenn du ein wahrer Christ wärst ...“ Aber die Almosen, die es letztlich bekommt, werden nie ausreichen. Das Opfer wird immer den Eindruck haben, dass es sich die Zuwendung erstritten hat und sie deswegen nichts wert ist.

Warum hat einer weniger als der andere? Eigentlich wird jeder Mensch mit dem gleichen Kapital geboren, jeder beginnt bei null. Aber dann kommen die ersten Lebensjahre und die sind entscheidend, in dieser Zeit wird das Lebenskapital angelegt. Einer lernt mit wenig auszukommen, mit sich und seinen Umständen zufrieden zu sein. Er lernt es, weil er spürt, dass das Leben an sich einen Wert hat. Er fühlt sich sicher und geborgen und wird geprägt durch die Erkenntnis: Das Leben trägt mich, ich kann es gestalten. Ich kann aus meinen Möglichkeiten etwas Gutes machen. Ein anderer macht in den frühen Jahren seines Lebens die Erfahrung, dass er nicht ausreichend versorgt wird. Niemand beachtet seine Bedürfnisse und gibt ihm in ausreichendem Maß, was ihm zusteht. In ihm wächst der Gedanke, dass er nichts wert ist, es steht ihm nichts zu. Er wird zum Selbstversorger – oder sogar zum Räuber und Dieb, der sich ertrotzen oder erkämpfen muss, was er für sein Leben benötigt. Er fordert sein Recht und wirft den anderen vor, dass sie ihm nehmen, was ihm doch gehört. Im schlimmsten Fall wird er sich an denen rächen, denen es offensichtlich besser geht als ihm: „Wenn es mir nicht gut geht, dann soll es dir auch nicht gut gehen!“

Wie kann man aus diesem negativen Kreislauf aussteigen und zur Selbstwirksamkeit kommen? Das Beste ist, sich einmal die Zeit zu nehmen, um eine Bestandsaufnahme zu machen: Was habe ich wirklich? Es mag wenig sein, aber damit kann ich etwas bewirken. Wie will ich das, was ich habe, einsetzen? Was will ich damit tun? Wie kann ich anderen damit dienen? Das ist ein wichtiger Schritt: weg von sich selbst und der eigenen Bedürftigkeit, hin zum anderen, dem ich etwas Gutes tun kann. Am Anfang wird dabei der Eindruck entstehen: „Wenn ich jetzt auch noch das gebe, was ich habe, dann habe ich nichts mehr!“ Aber das wird so nicht bleiben. Es kommt etwas zurück, es kommt mehr zurück, wenn ich investiere. Ich werde beschenkt, freiwillig und gern. Das wenige, das ich habe, vermehrt sich. Dieser Schritt bedeutet allerdings, dass ich bereit werde, mein Jammern über meine Bedürftigkeit aufzugeben. Ich werde zufrieden, ich sehe das Gute – ich schaue ganz bewusst auf alles, was mein Leben reich macht. Ich wende mich ab vom Mangel und der eigenen Bedürftigkeit. Ich mache mir klar: Ich habe keinen Anspruch – auf nichts! Alles ist ein Geschenk. Ich bin ein bedürftiger Mensch, ich bin auf Freundlichkeit und Zuwendung angewiesen – so wie jeder andere Mensch auch. Ich bin nicht der Tolle, der Sieger, der Überflieger – und muss das auch gar nicht sein. Ich muss nicht besser sein als andere. Ich höre auf, mich zu vergleichen. Ich bewerte mich nicht mehr mit einer überkritischen Bewertungsskala, die mir immer nur signalisiert: Ich genüge nicht. Ich nehme mich so an, wie ich bin. Und ich nehme den andern an, der genauso bedürftig ist wie ich. Ich füge mich ein in die Gemeinschaft der Bedürftigen. Und nun können wir sehen, was wir gemeinsam haben, und das wenige miteinander teilen – um dann die Erfahrung zu machen, dass es für alle reicht (Matthäus 14, 13-21).

Selbstwirksamkeit funktioniert nur, wenn ich bereit bin, mich einzufügen in das Zusammenspiel zwischen mir und dir, wenn ich mich als aktiven, mündigen und fröhlichen Teil eines großen Ganzen verstehe, dem ich dienen kann und das mir dient. Und wenn ich mir klarmache, dass um alles Gott seinen Kreis schließt, in dem ich Geborgenheit und Sicherheit erfahre. Ich bekomme, was ich brauche, weil Gott mich sieht und versorgt. Mein Leben hat einen Sinn.

Wenn Nörgeln zum Lebensinhalt wird

Gerade in Veränderungszeiten sind sie immer wieder Sand im Getriebe: Querulanten und Nörgler – unzufriedene Menschen, die alles besser wissen und mit ihrem permanenten Nein nötige Prozesse verhindern. Wo Anpassung und Flexibilität dringend gefragt wären, sind sie unbeweglich, unhinterfragbar, beharrlich oder dickköpfig und starrsinnig. Sie sind *Eristiker* ohne sachliche Argumente, sie mauern und wollen recht haben – oft in übertrieben starkem Maß massiv verweigernd und manchmal auch zurückschlagend aggressiv.

Querulanten haben ihre Zeit gehabt, aber sie halten am Alten fest. Sie kritisieren und wissen alles besser: „So musst du es machen! So haben wir es immer gemacht! Das funktioniert nicht!“ Sie fühlen sich dabei als Wächter des Guten und Richtigen und wollen bewahren, weil Neues angeblich gefährlich ist und in die Irre führt. Früher hatten sie Verantwortung, vielleicht sogar in Leitungsfunktionen, aber heute haben sie keinen Einfluss mehr. Die Karawane ist an ihnen vorbeigezogen, nun sitzen sie in der Wüste, allein und verlassen, sie winken und rufen: „Kommt zurück, das ist der falsche Weg, ihr geht in die Irre!“ In ihnen steckt die Angst, niemand mehr zu sein, Einfluss und Kontrolle verloren zu haben, nicht mehr bestimmen zu können. Sie fühlen sich abgehängt und geraten ins Hintertreffen. Umso mehr wehren sie sich.

Der Querulantenwahn ist eine ernst zu nehmende Sache, denn er führt dazu, dass sich Menschen in ihrer eingeschränkten Sichtweise verhärten. Sie sehen nur das, was sie sehen wollen. Sie leiden unter einer *Wahrnehmungsstörung*, denn ihr Blickwinkel ist eingeschränkt. Sie stellen sich vor, wie die Welt zu sein hat, und sehen sie durch diese Brille. Sie leiden darunter, dass das, was sie sehen und wahrnehmen, und ihre Vorstellungen von sich und vom Leben überhaupt nicht zusammenpassen. Sie halten krampfhaft daran fest: Es muss doch so sein, wie ich es mir vorstelle. Was nicht zu ihrem Weltbild passt, wird überdeutlich und äußerst kritisch gesehen, das andere wird so gut wie nicht wahrgenommen. Sie finden überall ein Haar in der Suppe, wittern Gefahren oder Bedrohungen und fühlen sich als einsame, verlassene, verkannte Rufer in der Wüste. Doch sie folgen nur ihrem eigenen Wahn, ihren Vorstellungen von einem richtigen Leben. Sie sehen nur sich und ihre eigenen Bedürfnisse. Sie wollen Aufmerksamkeit und Beachtung, sie wollen wichtig sein. Man könnte sie deshalb auch als Altersnarzissten bezeichnen.

Es gibt allerdings auch Menschen, die bereits ihr ganzes Leben lang gegen alles waren, die aus der Trotzphase der frühen Kindheit nicht herausgekommen sind. Sie sind dagegen, weil ihnen Harmonie suspekt ist. Früher konnten sie sich vielleicht nicht gegen eine Mutter wehren, die alles nur harmonisch sah und Zuckersirup über die Probleme goss – und die dazu nötigte, ebenfalls ihrer Meinung zu sein und alles rosig zu sehen. Dagegen wehren sich *reaktante* Menschen, die grundsätzlich immer die andere Seite sehen und auch das Negative ins Feld führen, weil ja alles bekanntlich zwei Seiten hat und die positive trügerisch oder vielleicht sogar gefährlich wäre. In ihnen ist ein permanenter Widerstand (Blindwiderstand) angelegt, der sie dagegen sein lässt. Sie können nichts einfach nur so stehen lassen oder so hinnehmen, wie es dargestellt wird. Sie sind grundsätzlich dagegen. Ein anstrengendes Leben!

Wer nun denkt, er könnte reaktante Nörgler und Querulanten für eine andere Sichtweise gewinnen, täuscht sich. Alle Versuche, diese Menschen argumentativ zu überzeugen, gehen schief. Bei ihnen beißt jeder auf Granit. Sie dürfen ja nicht nachgeben – deshalb können sie es auch nicht. Sie müssen festhalten. Im Gegenteil, jeder Versuch ihr Gedankengebäude ins Wackeln zu bringen, erhöht ihren Widerstand. Besser ist deshalb, sich gar nicht um ihre

negative Meinung zu kümmern, sich abzuwenden und sie stehen zu lassen – verändern lassen sie sich sowieso nicht! Denn jede Zustimmung bestätigt sie (und wäre sie noch so winzig) und verfestigt ihren Standpunkt. Sie greifen nach Bestätigung wie ein Verdurstender nach einer Wasserflasche (auch wenn sich darin nur brackiges Wasser befindet) und werden bei der nächsten Gelegenheit stolz verkündigen, dass nun auch XY eingesehen hat, was Sache ist und sich ihrer Meinung angeschlossen hat. Man wird auf diese Weise unwillkürlich in eine Angelegenheit mit einbezogen, die man in dieser Weise gar nicht unterstützen kann, wird zur Spielfigur in einem Spiel, das nicht das eigene ist. Konfrontative Ablehnung bringt genauso wenig, da sie nur dazu führt, dass ein Wort das andere gibt und ein Machtkampf entbrennt. Der Querulant wird alles einsetzen, um diesen Kampf zu gewinnen – notfalls auch unfaire Mittel wie Gerüchte, Vermutungen, Unterstellungen, Schlechtmachen oder öffentliches Bloßstellen. Da ist es doch besser, den Querulanten links liegen zu lassen (*Move Talk*) – auch wenn das kurzzeitig für Irritationen, Schwierigkeiten und vielleicht sogar Nachteile sorgt.

Ein Querulant kann unmäßig sein in seiner Rechthaberei. Er scheut sich nicht vor öffentlichem Widerstand, er verweigert alle Einsicht, er kämpft bis auf Blut um seine Überlegenheit – auch wenn er dabei selbst zugrunde geht (Beispiel: Michael Kohlhaas von Heinrich von Kleist). Er schreibt krude Leserbriefe, zieht vor Gericht, ist der Schrecken der Richter, erhebt Einspruch, bemüht Gesetze und Rechtsanwälte. Wer ihm nicht zustimmt, wird kleingemacht. Er kämpft gegen Windmühlenflügel, zerstört Beziehungen, igelt sich in seiner Einsamkeit ein und kommt sich als wichtiger Kämpfer für die Gerechtigkeit vor. Was gerecht ist, definiert er, er hat recht, die anderen unrecht. Er allein gegen den Rest der Welt. Das kann nicht gut gehen.

Der Querulant sieht sich einfach nicht realistisch. Er schiebt anderen die Verantwortung für sein Ergehen zu. Er ist hochempfindlich im Blick auf sich selbst und wenig sensibel für die Bedürfnisse der anderen. Gegenmeinungen oder nur kleine Zweifel an seiner Ansicht kränken ihn tief – und er verlangt Genugtuung. Dabei macht er Mücken zu Elefanten, beharrt auf Kleinigkeiten, zieht Nebensächlichkeiten heran und scheut sich dabei nicht vor einer Unverhältnismäßigkeit der Mittel. Er kämpft ja für Recht und Gerechtigkeit – aber eigentlich nur für sein eigenes Rechthaben. Er ist der Retter, das gibt ihm einen Wert. Sein Kampf gegen die Ungerechtigkeit und das Böse (so wie er es sieht) ist sein Lebensinhalt. Wenn er scheitert, wird er sich in die Schar der Märtyrer einreihen. Er sagt sich: Die Welt ist schlecht, sie ist meiner nicht wert.

Sein Denken und Fühlen wird immer bitterer und ungenießbarer. Je mehr er kämpft und Widerstände erfährt, je mehr er spürt, dass er nicht ankommt, desto fruchtbarer wird der Boden in ihm für eine bittere Wurzel (Hebräer 12, 15). Sie wächst auf und durchdringt letztlich alles. Er wird zu einem unsozialen, vereinsamten Sonderling, der von niemandem mehr ernst genommen wird. Vielleicht zieht er sich dann verbittert zurück. Oder er verspinnt sich in seiner eigenen Gedankenwelt und verliert immer mehr den Zugang zur Wirklichkeit. Die Bitterkeit führt zu Zweifeln und dann zu Verzweiflung. Die *Verbitterungsstörung* vergiftet sein ganzes Leben. Er verliert seinen Glauben an das Gute im Menschen und an Gott, er kann nicht mehr hoffen und vertrauen. Das riesige Nein in seinem Leben nagt an seinen Kräften. Er ist lebendig tot.

Nörgler und Querulanten sollten lernen loszulassen – und zwar so früh wie möglich, bevor sich das Negative festgefressen und verhärtet hat. Da sie an einer *Anpassungsstörung* leiden, müssen sie lernen, locker und flexibel auf Veränderungsprozesse einzugehen. Elastisch und offen sollten sie bewerten, was gut ist und erhalten werden kann und was als nicht passend

verworfen werden kann. Neben ihrem Nein müsste ein starkes Ja stehen. Sie müssten rechtzeitig einüben, mit den Umständen zu spielen, sie müssten sich die Freiheit gewähren, Verschiedenes auszuprobieren. Dazu müssen sie jedoch ihre Festlegungen und Vorbehalte aufgeben und sich klarmachen: Es geht auch anders. Unabdingbar ist dabei das intensive Gespräch mit anderen mit der Frage: „Wie siehst du das alles?“ Andere Sichtweisen helfen, sich anzupassen, um mit neuen Umständen umgehen zu können. Wenn es ihnen dann letztlich gelingt, sich auf Neues einzulassen, Veränderungen anzunehmen, dann ist der Weg in eine neue, offene und ganz andere Zukunft frei. Mit anderen zusammen finden sie ihren Weg zwischen Bewahren und Verändern. Auch wenn der Anpassungsprozess Zeit braucht und nicht immer einfach ist, sollte an seinem Ende ein befreiendes und echtes Ja stehen: Ich kann das annehmen, was sich verändert, und mit den neuen Situationen, die mir das Leben liefert, umgehen. In den Umständen, die mir gesetzt werden, kann ich tun, was möglich ist. Das genügt, mehr ist nicht nötig! Auch einem Dauernörgler steht Gottes Gnade zur Verfügung – er weiß es nur nicht. Würde er es wissen, könnte er mit sich und seiner Umgebung gnädig umgehen.

Johannes Stockmayer

Niemand hat einen Anspruch darauf, verstanden zu werden

Die Sehnsucht nach jemandem, der einen versteht und annimmt, so wie man ist, ist ein Grundbedürfnis von nahezu allen Menschen. Das Gefühl, verstanden zu werden, vermittelt Geborgenheit und Sicherheit: Ich muss mich nicht verstecken, mich nicht verbiegen, nicht anders sein, als ich bin. Hier spüre ich Resonanz und finde eine Ebene der Gleichheit. Das ist ein wohltuender, aufbauender und zutiefst lebensfreundlicher Zustand, der nicht oft genug passieren kann und der zu den Grundlagen von Beziehung gehört. Und trotzdem hat kein Mensch einen Anspruch darauf, verstanden zu werden.

Wir können zwar den Wunsch äußern: „Bitte, versteh mich!“ – und wir äußern diese Bitte vielleicht immer wieder – vor allem in Konfliktsituationen, manchmal eher flehend, manchmal fordernd. Aber wir können von niemandem Verständnis verlangen oder gar erzwingen. Verständnis ist eine freiwillige Leistung, ein Geschenk, das wir uns machen können. Niemand muss mich verstehen! Das bedeutet: Ich lerne es auszuhalten, dass ich nicht oder missverstanden werde. Es gehört zu jedem Menschen, dass er es erträgt, mit seiner Meinung allein zu sein. Dass niemand auf völliges Verständnis hoffen kann, stärkt das Selbstbewusstsein: Ich bin, der ich bin – auch wenn ich nicht verstanden werde. Ich bleibe bei meiner Meinung, auch wenn ich keine Zustimmung erfahre.

Trotzdem sollen wir alles tun, damit wir einander verstehen. Denn das ist die Grundlage für ein gutes Miteinander. Verstehen ist ein deutlicher Schritt aufeinander zu. Ich mache den ersten Schritt: Ich will dich verstehen! „Herr, lass mich trachten, ... nicht, dass ich verstanden werde, sondern dass ich verstehe“, dichtet Franziskus in seinem Friedensgebet. Ein gegenseitiges Verständnis beginnt also mit mir. Ich versuche zu begreifen, wie der andere ist, was er denkt, ihn beschäftigt und was ihn ausmacht. Wie geht das? Ich stelle Fragen und interessiere mich für ihn. Ich höre zu und denke mich in den anderen hinein. Ich versuche, seine Sichtweise zu begreifen, mit seinen Augen zu sehen. Das gelingt nur, wenn ich von mir wegsehe und ganz offen bin für den anderen und seine Gedanken. Je mehr der andere meine Zuwendung spürt und merkt, dass ich ganz bei ihm bin, desto eher öffnet er sich, und für mich erschließt sich seine Welt.

Damit Verständnis gelingt, ist Vertrauen nötig. Verständnis ist kein Eindringen in den anderen, keine gewaltsame Aktion, sondern ein behutsames aneinander Herantasten. Wenn der andere sich öffnet und mir seine Welt erklärt, ist das eine freiwillige Geschichte. Er kann sich öffnen, weil er merkt, dass ich gut mit dem umgehe, was er mir sagt. Ich signalisiere Verständnis. Das ist nicht das Gleiche wie recht geben, es ist mehr. Ich kann jemanden verstehen, der eine andere Meinung hat als ich. „Ich verstehe dich“ zeigt: Ich bin bei dir, ich finde es stimmig, was du sagst, ich begreife deine innere Logik und sehe die Zusammenhänge deines Lebens. Wir erkennen einander als eigenständige, selbstständige Menschen.

Dazu gehört aber auch, dass ich mich selbst öffne. Wenn ich möchte, dass der andere mich versteht, muss ich mich erklären. Ich muss dem anderen beschreiben, was ich sehe, empfinde und denke – und warum das so ist. Ich erschließe dem anderen meine Welt und gebe ihm Anteil an meinem inneren Reichtum. Auch dazu gehört Vertrauen. Ich kann mich nur dann öffnen, wenn ich sicher bin, dass der andere damit gut umgeht und das, was ich ihm anvertraue, nicht weitergibt oder sogar lächerlich macht.

Gelingt ein gegenseitiges Verständnis, ist das für beide Seiten eine schöne Erfahrung: Wir finden zueinander, entdecken Gemeinsamkeiten, sehen, wo wir ähnlich denken und empfinden. Wir bestätigen uns in unserer Wahrnehmung und festigen auf diese Weise unsere Ansicht. Wenn wir uns unser Verständnis versichern, dann befestigen wir unsere

Beziehung und machen uns fest beim anderen. Je mehr Menschen es gibt, die mich verstehen, und je mehr Menschen ich verstehe, desto reicher wird mein Leben und desto gewisser kann ich meinen eigenen Weg gehen. Das gegenseitig Verständnis sichert uns ab und signalisiert: Ich bin mit meiner Ansicht nicht allein. „Ich werde verstanden“ gibt meinem Leben einen Raum der Geborgenheit.

Gegenseitiges Verständnis bedeutet jedoch nicht nur, dass wir uns nur bestätigen, es bildet auch die notwendige Grundlage, dass wir uns auseinandersetzen können. Genauso wie wir Menschen brauchen, die uns verstehen, brauchen wir Menschen, mit denen wir auf echte und gute Weise unsere Kontroversen austragen und miteinander ringen können. Das gegenseitige Verständnis ist die beste Voraussetzung, dass ein Streit gelingt, denn wenn wir unsere gegenseitige Beziehung bestätigen und uns versichern, dass wir in unserem Wohlwollen aneinander festhalten, können wir uns auch zumuten – wir bleiben ja zusammen.

Gerade heute sind Kontroversen unbedingt nötig. Wir müssen ringen um unsere gemeinsame Meinung, uns immer wieder verständigen, wie wir es machen, was nötig ist und wie es gehen kann. Wir können uns dabei nichts ersparen. Wenn wir so täten, als wären wir einer Meinungen (obwohl das nicht stimmt), würden wir unsere Beziehung auf einem wackeligen und vor allem unwahrhaftigen Grund aufbauen. Das gegenseitige Verständnis stünde immer unter der Bedrohung, als unwahrhaftig entlarvt zu werden. Das bedeutet: Unser gegenseitiges Verständnis muss ehrlich sein und auch das beinhalten, was wir unterschiedlich sehen. Wenn wir uns verstehen, müssen wir uns auch mitteilen können, wo wir uns absolut nicht verstehen können – weil wir die Dinge ganz anders, ja vielleicht vollkommen kontrovers sehen.

Unsere Gesellschaft ist heute geprägt von der Unfähigkeit, Kontroversen in guter Weise auszuhalten oder auszuhandeln. Aufgrund dessen bemüht man sich um Harmonie und wählt den Weg eines oberflächlichen, pragmatischen Verständnisses. Aber wenn es wirklich schwierig wird, hält diese Übereinkunft nicht, das Verständnis zerbricht und das tut sehr weh, weil damit auch immer ein Vertrauensverlust verbunden ist. Ein einmal ausgesprochenes Verständnis aufzukündigen geht tief und verunsichert. Was passiert nun mit allem, was man voneinander verstanden hat – ist das nun nicht mehr gültig? Was macht der andere mit dem, was er von mir weiß? Ich fühle mich vielleicht verraten und verkauft.

Aus Angst, missverstanden zu werden, wählt man dann vielleicht den Weg, sich nur noch unter den Menschen zu bewegen, die ganz offensichtlich genauso sind wie ich. Man sucht sich Unterstützer, Bestätiger der eigenen Meinung und Menschen, die so denken wie ich. Dadurch verliert man den Bezug zur Realität, denn es fehlt ein Korrektiv. Man sucht nach seinesgleichen und schmort im eigenen Saft. Mit gegenseitigem Verständnis hat das nichts zu tun, höchstens mit gegenseitiger Bestätigung.

Wir sollten also zwei Dinge wieder lernen und einüben: 1. Dass wir bereit sind, uns aufeinander einzulassen, um uns von Herzen zu verstehen und 2. dass wir den Mut und die Bereitschaft haben, Kontroversen auszuhalten, beieinander zu bleiben, obwohl wir unterschiedlicher Meinung sind und manches auf krasse Weise anders sehen. Wenn uns beides in gleicher Weise gelingt – vertrauensvolles Verständnis und die klare, deutliche, ehrliche Ansage –, dann sind die Voraussetzungen für gesunde und starke Beziehungen gegeben, dann gelingt uns ein echtes, ehrliches und krisenfestes Miteinander. Und das Gute ist: Gott kennt uns durch und durch und versteht uns tiefer als wir uns selbst (Psalm 139).

Im Heute leben

„Gestern ist vorbei, morgen ist noch nicht da, heute hilft der Herr“, lautet ein sinniger Satz. Was bedeutet er?

Die Vergangenheit liegt hinter uns. Je älter wir werden, desto größer wird der Schatz unserer Erfahrungen und unserer Erkenntnisse. Mit jedem Augenblick kommt Weiteres hinzu. Unser Lebenskapital, das wir uns ansammeln, macht unser Leben wertvoll, wir schauen zurück und erkennen: „Das also war mein Leben!“ Was war, ist nicht vorbei, sondern steht nun für die Bewältigung der Gegenwart zur Verfügung. Egal, ob die Inhalte unseres Lebens positiv oder negativ waren, schwer oder leicht, fröhlich oder traurig – was war, gehört mir, ist mein Besitz und macht mein Leben reich. Niemand kann mir meine Vergangenheit stehlen. In der Jugend liegt mein Lebenskapital noch vor mir, ich weiß nicht, was auf mich zukommt, alles ist offen. Nun schaue ich zurück und erkenne, wie alles geworden ist. Erst im Rückblick verstehen wir unser Leben. Deshalb gehe ich sorgsam mit dem Schatz meines Lebens um: Ich verwahre ihn, pflege die Vergangenheit, werte sie aus, ordne sie ein und mache sie für die Zukunft fruchtbar. Nichts war umsonst, alles ist gespeichert, nicht alles ist mir bewusst, aber nichts ist verloren. Meine Vergangenheit ermöglicht mir meine Zukunft. Was war, zeigt mir, wie es weitergeht: Ich entdecke den roten Faden meines Lebens.

Die Vergangenheit fruchtbar zu machen ist wie die Arbeit eines Komposts¹: Durch die Kompostierung entsteht Humus und damit Potenzial für neues Leben. Alles Mögliche kommt zusammen, Schicht kommt auf Schicht. Nun ist es wichtig, dass Luft dazukommt, alles locker lagert und Kleinlebewesen ihre Arbeit der Umwandlung erledigen. Das Endprodukt ist lockere, fruchtbare Erde, die Grundlage für Neues. Das bedeutet: Die Bewältigung der Vergangenheit braucht Zeit, Druck oder Zwang sind kontraproduktiv. Viele Gedanken und Impulse müssen das, was war, durchdringen. Gespräche mit anderen vermitteln neue Blickwinkel und viele Fragen lockern meine Verslossenheit und erschließen mir den Sinn meines Werdens. Nicht zuletzt ist es Gott, der mir die Bedeutung meiner Vergangenheit eröffnet.

Schwierig wird es, wenn unverrottbare Dinge in den Kompost meines Lebens geraten. Dann fängt er an zu stinken, giftige Gase bilden sich. Tote Anteile führen zu Verwesungsgeruch und weisen auf eine unverarbeitete Vergangenheit hin. Was wir nun verdrängen, verhindert unsere Weiterentwicklung, die fruchtbaren, zukunftsfördernden Prozesse werden blockiert. Wir müssen uns mit unserer Vergangenheit auseinandersetzen: Was nicht verwertbar ist, muss ausgeräumt werden. Was sich dem Verwandlungsprozess zu wertvollem Humus widersetzt, braucht eine spezielle Behandlung: Gespräche mit einem Seelsorger oder Hilfsmittel, die eine Verwertung erleichtern (Arzneimittel zum Beispiel). Wenn in einer Lebensphase zu viel zusammenkommt, kann es passieren, dass das Verwertungssystem überlastet wird, dann braucht es eine Auszeit, die das System schont und Erholung ermöglicht.

Das Ziel unserer Vergangenheit ist also, dass unsere Erfahrungen und Erkenntnisse ausgewertet, verarbeitet und fruchtbar gemacht werden, damit sie uns helfen, unsere Zukunft zu gestalten. Unsere Vergangenheit ist bedeutsam, sie hat einen Wert – wenn wir ihn ihr zugestehen: Nichts war umsonst, alles hat eine Bedeutung – wir müssen sie nur entdecken. Gelingt uns das, fühlen wir uns reich beschenkt. Wir sind gewappnet und gut ausgerüstet für alles, was noch kommt. Heute sind wir das Ergebnis unserer Vergangenheit

¹ Die Metapher des Komposts habe ich von Stephan Marks – und er hat sie von William Randall, einem kanadischen Narrationsforscher und Gerontologen.

und deshalb stark genug, um uns der Zukunft zu stellen – egal, wie sie aussehen wird. In unserem Leben hat sich so viel Mut entwickelt, dass wir uns auch auf Unvorhergesehenes einlassen können. Wir haben gelernt, die Dinge richtig zu sehen – und die richtigen Dinge zu sehen. Wir können bewerten, was wichtig ist und was nicht. Wir begreifen, auf was es wirklich ankommt. Wir haben alles zur Verfügung, was wir für den Schritt in eine gute Zukunft brauchen: Geduld, Kreativität, Liebe, Flexibilität. Wir sind auch für kommende Schwierigkeiten vorbereitet und können ihnen deshalb optimistisch entgegensehen.

Die Zukunft ist unklar, wir haben sie nicht im Griff. Wir wissen heute nicht, was kommen wird. Wir können uns nur darauf verlassen, dass wir sie mit unseren Möglichkeiten so bewältigen können, dass es ein gute Zukunft wird. Je mehr wir uns unseres Selbstsicher sind, desto gelassener können wir in die Zukunft hineingehen. Wir können zwar Pläne machen, wie alles sein soll und wie wir uns den weiteren Verlauf unseres Lebens wünschen – aber wir haben keine Garantie und auch keinen Anspruch darauf, dass es so wird. Die Zukunft fordert uns heraus, locker zu sein, flexibel auf sie einzugehen. Sie verlangt von uns, dass wir mehrere Möglichkeiten haben, bereit sind zu Alternativen. Wenn wir auf eine bestimmte Zukunft festgelegt sind, sind wir entweder enttäuscht oder wir zerbrechen an der Wirklichkeit. Besser ist es, neugierig und offen in die Zukunft zu gehen, bereit zu sein für alles. Wir sind gespannt, was kommt, und lassen uns auf das ein, was sich tut. Das Leben darf auch ganz anders sein – denn es ist unser Leben. Und mit dem Schatz unserer Vergangenheit haben wir alle Werkzeuge, um ungeahnte und auch außerordentliche Situationen bewältigen zu können. Ich habe die Gewissheit: Gott schenkt mir jeden Tag ausreichend Kraft. So wie mir bisher mein Leben gelungen ist, so wird es mir auch in Zukunft gelingen. Ich erhalte in jeder Situation genau das, was ich brauche. Ich muss nicht vom Kapital der Zukunft leben – denn das würde mir später fehlen. Alle Versprechungen sind Vorauszahlungen aus der Zukunft, alle Kredite sind vorweggenommene Zukunft, die ich später erstatten muss. Wenn ich die Zukunft heute verbrauche, dann fehlt sie mir morgen. Ich muss nicht heute zulasten meiner Zukunft leben, denn ich habe für heute genug. Reicht es nicht, dann bin ich zu schnell und versuche mich selbst zu überholen. Der Schatz meiner Vergangenheit ist noch nicht groß genug, ich bin noch nicht so weit, ich bin noch nicht gerüstet für das, was kommen soll. Ich muss noch warten.

Die Zukunft, die vor uns liegt, soll uns nicht ängstigen, sondern herausfordern. Jeder Schritt nach vorn ist ein Herausgehen aus dem, was war. Und mit jedem Schritt machen wir neue Erfahrungen und lernen hinzu, weitet sich unser Horizont: Wir können die Zukunft, jeder Tag, der kommt, als ein Geschenk sehen, das wir empfangen, für das wir dankbar sind und das wir mit gespannter Erwartung auspacken. Manches ist nicht sofort erschließbar. Wir legen es zu anderem und warten, bis sich der Sinn erschließt. Für manches benötigen wir einen zeitlichen Abstand, um verstehen zu können. Anderes nehmen wir in die Hand, gehen damit um und setzen es ein, treffen Entscheidungen. Dabei haben wir es nie völlig im Griff, was daraus werden wird. Die letztliche Gewissheit haben wir nie im Voraus – nur im Rückblick erkennen wir (vielleicht) die Bedeutung. Wir brauchen also Hoffnung, Mut und eine gehörige Portion Offenheit. Wir vertrauen auf Gott, der mit uns in die Zukunft geht, der unser Leben kennt und deshalb auch das, was noch kommen wird. In unserer Unsicherheit und Ungewissheit nimmt er uns an der Hand und führt uns, Schritt für Schritt.

Das ist es, was uns heute zwischen der Vergangenheit und der Zukunft sicher sein lässt: „Heute hilft der Herr.“ Dieses Heute ist in jedem Augenblick neu, frisch, unmittelbar. Jetzt, in diesem Moment wird mir geholfen, ich kann mich darauf verlassen. Niemand steht einsam und verloren zwischen Gestern und Morgen. Das Heute ist der Zeitpunkt, in dem ich Gott begegne, ihn erfahre, mit ihm zusammen bin. Im Heute leben bedeutet also, mit Gott zu

leben, auf ihn zu blicken, in allem mit ihm zu rechnen, präsent zu sein in seiner Gegenwart. Wir machen uns keine Sorgen: „Darum sorgt euch nicht für morgen, denn der morgige Tag wird für das Seine sorgen. Es ist genug, dass jeder Tag seine eigene Plage hat“ (Matthäus 6, 34).

Im Heute geht es um das Reich Gottes und seine Gerechtigkeit (Matthäus 6, 33). Wenn ich meine ganze Aufmerksamkeit darauf richte, ergibt sich alles andere von selbst. Im Heute leben bedeutet deshalb ganz konzentriert und aufmerksam bei dem sein, was Gott jetzt gerade tut oder tun will. Was ich momentan mache, ist wichtig, ich bin im Hier und Heute bei mir – und bei Gott. Ich bin aufmerksam für die Umstände, für alles, was sich jetzt ereignet. Wachsam und bereit nehme ich wahr: die Menschen um mich herum, meine Aufgabe, die Notwendigkeiten, auf die ich reagieren soll. Ich achte darauf, für wen ich jetzt gerade wichtig bin, wer meine Aufmerksamkeit braucht. Ich spitze meine Ohren, damit ich hören kann – auch die feinen Stimmen oder unauffälligen Geräusche. Ich öffne die Augen, damit ich sehe und wahrnehme – auch das, was hinter den Dingen liegt. Ich stelle mein Herz auf Empfang, damit ich spüren kann, wo ich gebraucht werde: mit einem guten Wort, einer helfenden Tat, einem ermahnenden Hinweis. Diesen einzigartigen kostbaren Augenblick im Hier, Jetzt und Heute gilt es wahrzunehmen – und wenn möglich zu genießen. Er kommt nicht wieder. Wenn ich das Heute ganz bewusst erlebe, kann ich es dankbar einordnen in den Schatz meines Lebens. Ich bin wieder ein Stückchen reicher geworden.

Im Heute leben heißt, mit Gottes Hilfe leben, bei allem. Dadurch bin ich jetzt, mit den Herausforderungen der momentanen Aufgaben auch nicht überfordert. Ich erfahre Hilfe, ich bin nicht allein. Jetzt ist Gott da, gegenwärtig, unmittelbar und äußerst wirksam. Ich rechne mit ihm, ich schaue auf ihn. Wenn ich ihn nicht sehen kann, forsche ich nach ihm. Ich berge mich in seiner Gegenwart. Das Heute ist meine Zeit: Ich lebe im Heute und: Heute lebe ich. Das Heute ist die Realität meines Lebens, hier bin ich wirklich, echt und selbstbewusst. Etwas anderes gibt es nicht, denn das Leben lässt sich nicht auf morgen verschieben. Die Frage heißt: „Hast du heute schon gelebt?“

Vielleicht erfahren wir deshalb oft nichts von Gott, weil wir nicht im Heute sind. Gott ist gegenwärtig – aber wo bin ich? Heute begegne ich Gott – ich schaue nach ihm aus und suche seine Gegenwart. Ich finde ihn in Jesus Christus: „Jesus Christus gestern und heute und derselbe auch in Ewigkeit“ (Hebräer 13, 8).

Johannes Stockmayer

Aus Fehlern lernen: 10 Schritte

Fehler machen ist nicht schlimm – vor allem, wenn wir aus ihnen lernen und dadurch unser Verhalten verändern. Wie kann das geschehen?

1. Den eigenen Fehler ohne Beschönigung zugeben.

Um Entschuldigung bitten. Erklären, dass es einem von Herzen leid tut.

2. Mitteilen, wie es zu dem Fehler kam.

Keine Rechtfertigungen oder Schuldzuschreibungen an andere. Keine Halbwahrheiten, sondern schonungslose Offenheit.

3. Den Fehler wiedergutmachen.

Umgehend und sofort weitgehende und umfassende Maßnahmen ergreifen, die den Fehler ausgleichen oder schmälern. Unter Umständen Ersatz leisten. Einen neuen Versuch wagen, wiederholen, was falsch gelaufen ist und es besser machen.

4. Erklären, was man in Zukunft anders machen will.

Für sich Konsequenzen ziehen – dazu gehört die gründliche Auswertung des eigenen Anteils. Eindeutig festlegen, was man verändern will. Sich zu einem anderen Verhalten verpflichten.

5. Ein positives Verständnis des Fehlers gewinnen.

Durch den Fehler wurde etwas deutlich, wurde etwas offenbar. Die tiefe Bedeutung des Fehlers verstehen. Eine wichtige Erkenntnis aus dem Fehler ziehen. Gibt es ein Grundmuster, das immer wieder auftaucht? Sind Dinge im eigenen Leben grundsätzlich nicht im Lot?

6. Eigene Enttäuschung über sich ablegen.

Sich nicht selbst verurteilen. Beschämung anderer zurückweisen. Beurteilen: ja – aber verurteilen: nein. Sich nicht als Opfer sehen und selbst bedauern.

7. Den Fehler nicht verstecken, sondern darüber reden.

Zugeben, dass man nicht perfekt ist. Erlauben, dass einen andere hinterfragen. Sich nicht besser darstellen, als man ist. Offensiv mit seinen Schwächen umgehen – ohne mit ihnen zu kokettieren oder sie als Ausrede zu benutzen.

8. Gott um Vergebung bitten.

Auch wenn der Fehler die menschliche Ebene betrifft, berührt es doch auch das Verhältnis zu Gott. Mit dem Fehler zu Gott kommen, ihm das Versagen klagen und ihn bitten, dass er dich barmherzig ansieht und dich gnädig wieder aufnimmt. Gott ist gnädig und er vergibt gern. Er setzt dich wieder ein als seinen Sohn, seine Tochter.

9. Die Vergebung Gottes annehmen.

Gott glauben, dass er deine Schuld getilgt hat. Neu wieder anfangen. Den Fehler in Gottes Hand lassen und weitergehen.

10. Gott für den Fehler danken.

Durch deinen Fehler wird dir deutlich, wie bedürftig du bist. Du bist auf Gott und seine Hilfe angewiesen. Du bist nicht perfekt, sondern erlebst Begrenzungen. An diesen Grenzen begegnest du Gott und wirst immer abhängiger von ihm.

Johannes Stockmayer (www.bettina-johannes-stockmayer.de)

Das Dunkle in uns besiegen

Bei jeder Auseinandersetzung sollten wir uns überlegen, ob sich der Kampf lohnt – und zwar bevor sie beginnt. Besteht die Chance, dass eine Verbesserung geschieht, wenn wir miteinander streiten? Besteht die Möglichkeit, dass wir zu neuen, besseren Lösungen kommen? Oder verschwenden wir unsere Kräfte und die Lage wird nur noch schlimmer? Dann ist es besser, rechtzeitig auszusteigen und sich Maßnahmen zu überlegen, die uns helfen, mit dem ungeklärten Problem zu leben – sodass wir nicht in unseren Möglichkeiten beschränkt und behindert werden. Geht auch das nicht, ist vielleicht doch ein entschlossener und gut überlegter Rückzug das Beste: Wir wenden uns ab und schauen nach dem, was uns voranbringt.

Wir müssen lernen, mit Ungerechtigkeiten zu leben.

Wenn uns Menschen falsch bewerten oder die Unwahrheit über uns verbreiten, können wir meistens nichts dagegen machen. Es gehört zum Leben dazu, dass uns böse Menschen Übles wollen. Vielleicht geschieht das sogar ohne Grund. Der Anlass ist eine Kleinigkeit. Manchmal wissen wir gar nicht, warum wir abgelehnt oder vielleicht sogar bekämpft werden. Es gibt (nach meiner Beobachtung) immer mehr Menschen, die sich auf Kosten anderer stark fühlen wollen – oder die einfach jede Gelegenheit wahrnehmen, um zu streiten. Oft steckt dahinter eine grundsätzliche Verbitterung, der Wahn, benachteiligt worden zu sein, oder einfach nur das Bemühen, die Kontrolle nicht zu verlieren und immer im Recht sein zu wollen.

Wir dürfen uns nicht provozieren lassen.

Wir schütteln die ungerechtfertigten Vorwürfe ab. Wir tun so, als hätten wir sie nicht gehört, als beträfen sie uns nicht. Es gibt schließlich Wichtigeres zu tun. Wir kämpfen nicht um uns und um unsere Ehre. Das kostet uns sehr viel, denn jede Form von Beschämung trifft uns tief – vor allem, wenn wir bereits in der Kindheit Beschämung und Ablehnung erfahren haben. Es sind die alten Verletzungen, die uns kränken und zu einer – vielleicht übertriebenen und zu starken – Reaktion verführen. Besser ist es, sich den alten Wunden zu stellen, sie wahrzunehmen und als Teil unserer Persönlichkeit zu akzeptieren. Wenn wir uns schnell angegriffen fühlen, ist das ein guter Anlass, darüber nachzudenken, warum wir so reagieren. Der Angriff hatte dann einen guten Sinn: Er zeigt uns etwas über uns selbst. Statt zurückzuschlagen, „schlagen wir nach innen“ (Lukas 15,17).

Was wir nun in uns entdecken, ist wichtig für unsere Zukunft.

Wir stoßen auf alte Verletzungen und treffen vielleicht auf eine Wurzel von Bitterkeit und Verachtung. Darum kümmern wir uns nun. Wir suchen Hilfe bei Seelsorgern und Therapeuten. Wir bemühen uns, diese Fesseln loszuwerden. Wir wollen nicht durch die „Dämonen“ in uns zu einem Verhalten gezwungen werden, das uns nicht weiterbringt. Es sind die Stimmen der Vergangenheit, die wie Geister einer früheren Zeit ihr Unwesen treiben: Worte der Ablehnung, Hohngelächter über unsere Ungeschicklichkeit, Aussagen, die uns kleinmachen und uns zum Versager stempeln. Werden diese Stimmen in uns laut, vielleicht sogar überlaut, wehren wir uns – oft so, dass wir um uns schlagen und nun selbst auf erlittene Ungerechtigkeit mit Ungerechtigkeit reagieren. Wenn wir die Kontrolle über die Umstände verlieren, reagieren wir maßlos und überzogen. Dabei wäre es besser innezuhalten, um sich zu überlegen: Was meldet sich in mir? Kämpfe ich gegen Menschen oder will ich die Stimmen in mir besiegen?

Eine neue Würde bekommen.

Wenn wir die wunden Stellen in uns herausgefunden haben, ist es am besten, über sie zu trauern. Das ist auf jeden Fall besser, als sie mit Gewalt zu verteidigen. Wir bringen die alten

Verletzungen zu Gott. Wir bitten ihn um Heilung – oder wenigstens um sein Salböl der Linderung. Wir bitten ihn um seinen ganz besonderen Schutz für diese heiklen Bereiche in uns. Gott kennt uns, er kann mit seinem Segen, mit seiner heilenden Kraft bis tief hinein in unser Innerstes und bis in die unbekanntesten Winkel unserer Vergangenheit einwirken – und Veränderung schenken. Wir spüren eine übernatürliche Ruhe – den Frieden Gottes genau dort, wo es in uns am unfriedlichsten ist. Der Sturm verliert seine Kraft und wir begegnen Gott – mitten in den alten Verwundungen. Gott salbt das Haupt mit Öl – gibt eine neue Würde – im Angesicht der Feinde (Psalm 23).

Sich schützen.

Wenn wir Gott um sein Eingreifen in der Tiefe unseres Wesens bitten, dann schließen wir die Tore der Hölle. Denn es sind wirklich die Abgründe in uns, die unser Leben zu einem dunklen Ort machen. Von dort kommen Hass, Wut und Aggression. Unsere Ohnmacht ist die Quelle der Gewalt. Deshalb verbieten wir dem Teufel, unsere Schwachstellen auszunutzen. Wir unterstellen uns ganz und gar Gott. Der Teufel hat keine Macht über uns, er kann uns nicht überwinden und uns zu einem Handeln verführen, das uns noch mehr in Gefühle von Hilflosigkeit und Ohnmacht verstrickt – und uns dadurch abhängig macht von ihm. Wir entziehen den Mächten der Finsternis die Anrechte über unsere Schwachheit und Hilflosigkeit, indem wir das Dunkle in uns an Gott abgeben. Er soll die Finsternis in uns erleuchten mit seinem Licht, mit seiner Liebe und Barmherzigkeit. Wenn wir frei sind von uns selbst und den unbändigen Reaktionen auf die Angriffe anderer, dann sind wir wirklich frei. Gott will diese Freiheit für uns. Wir sollen mündig, verantwortlich leben können. Niemand darf uns bestimmen oder „verführen“, indem er unser Verhalten bestimmt.

Miteinander reden.

Umgekehrt beachten wir genauso, dass wir dort, wo wir bei anderen auf eine Überreaktion treffen, nicht den Druck erhören. Wir ziehen uns zurück, weil wir spüren, wir haben es im anderen nicht mit ihm, sondern mit alten Wunden, Verletzungen, Kränkungen oder sogar den „Dämonen in ihm“ zu tun. Wir eskalieren nicht, wenn wir spüren, dass Härte und Unnachgiebigkeit nur den Widerstand erhöhen und die Lage aussichtsloser machen. Wir lassen los und wenden uns ab, denn jedes weitere Wort würde zu einer Verschärfung führen. Es bringt nichts, dort weiterzukämpfen, wo es um eine unklare Gefühlslage geht, keine Lösungen möglich sind, weil der eigentliche Gegenstand der Auseinandersetzung außerhalb der beiderseitigen Zugänglichkeit liegt. Oft geht es in Konflikten um etwas ganz anderes als um das, was wir als Grund für die Auseinandersetzung angeben. Wir müssen uns dann nicht wundern, wenn bei unserem Streiten nichts herauskommt außer immer wieder neuer Ärger, weitere Verletzungen und großer Frust. Tiefe und alte Verletzungen heilen nur durch Liebe und Barmherzigkeit. Wenn wir freundlich agieren, geben wir Raum, in dem sie angeschaut und zugegeben werden können. Statt ständig neuen Vorwürfen schaffen wir einen Raum des Vertrauens und damit die Gelegenheit, dass wir endlich über das reden können, um was es wirklich geht.

Den Gegner gewinnen

Wo wir in einer Auseinandersetzung gewonnen haben, sollen wir umgehend alles tun, um unseren Gegner, der unterlegen ist, zu gewinnen. Wir gehen versöhnlich auf ihn zu, strecken ihm die Hand entgegen und sind bereit, neu mit ihm anzufangen. Wir nutzen unseren Vorteil aus, um nun dem anderen möglichst weit entgegenzukommen. Wir verstärken bei ihm nicht das Gefühl von Ohnmacht und Unterlegenheit, sondern im Gegenteil, wir geben ihm den Raum, den er braucht, um sich entfalten zu können. Wir gehen zwar nicht hinter das errungene Ergebnis zurück, aber wir setzen es ein, um nun mit dem anderen zusammen

gemeinsame Schritte zu entwickeln. Wo es möglich ist, sind wir vergebend und großzügig. Die Freiheit, die wir gewonnen haben, können wir einsetzen, um nun auch dem anderen Freiheit zu gewähren. Es geht um kein Prinzip und niemals um Machtpositionen, sondern durch den Sieg haben wir unsere eigene Handlungsfähigkeit und Unabhängigkeit zurückgewonnen, die wir nun einsetzen können, um neue, bessere Verhältnisse zu schaffen. Wir ermöglichen dadurch auch dem anderen ein neues selbstständiges Verhalten. Habe ich den andern zu einer gemeinsamen Zukunft in gegenseitigem Respekt und behutsamer Aufmerksamkeit gewonnen, dann ist der Streit wirklich gewonnen. Das Dunkle in unserem Miteinander ist besiegt. Das Licht des Sieges Gottes in unserem Leben erhellt nun unseren gemeinsamen Weg.

Johannes Stockmayer (www.bettina-johannes-stockmayer.de)

Das Ende des Krieges

Die kleine Schar der Christen steht dem feindlichen Heer gegenüber. Die Soldaten sind gerüstet und bis auf die Zähne bewaffnet, ihre Gesichter verborgen.

Die Christen sind unbewaffnet. Schweigend ziehen sie den Soldaten entgegen. Ihre Hände sind geöffnet, die Arme ausgebreitet. Sie gehen gemeinsam im Pilgerschritt (drei Schritte vor und einer zurück).

Kurz vor der bedrohlichen Mauer der Soldaten bleiben sie stehen. Fahnen werden entrollt: goldene Banner mit dem Löwen von Juda. Dann beginnen sie zu singen. Sie singen das Lied der Überwinder: „Groß und wunderbar sind deine Werke, Herr, allmächtiger Gott! Gerecht und wahrhaftig sind deine Wege, du König der Völker. Wer sollte dich, Herr, nicht fürchten und deinen Namen nicht preisen? Denn du allein bist heilig! Ja, alle Völker werden kommen und anbeten vor dir, denn deine gerechten Gerichte sind offenbar geworden“ (Offenbarung 5,3-4).

Immer mehr Christen kommen. Sie werden begleitet von vielen Gebeten – auch von Menschen, die bereits gestorben sind. Dann wird auf sie geschossen.

Nun kommen weitere hinzu, die sich um die Verletzten und Toten kümmern. Wo die Märtyrer fallen, wächst spürbar ein Kraftfeld der Liebe. Wo Lücken entstehen, stellen sich andere in die Bresche. Die Menge der Christen wird immer größer. Sie sind eins, sie stehen, sie halten stand, sie weichen nicht. Sie ermutigen sich gegenseitig, sie geben sich die Hand, sie lachen und singen. Ihre Freude gibt ihnen eine Kraft, die unüberwindlich ist.

Die Soldaten werden unsicher. Sie wissen nicht, was sie tun sollen. Dann kommen die Kinder: hüpfend, springend, jauchzend, singend. Da fliehen die Soldaten.

Johannes Stockmayer

Wo finden wir Sicherheit?

Ich beobachte, dass in unserer Gesellschaft alles immer komplexer wird. Die Vorgänge sind kaum noch durchschaubar. Die bürokratischen Hürden werden höher und eine Flut von Vorschriften und Ausnahmeregelungen verhindert den Überblick. Die Leute hängen ab und machen sich ihre eigene Ordnung. Die Gesellschaft zersplittert dadurch noch mehr. Das Gefühl wächst, dass man sich um sich selbst kümmern und eigene Wege finden muss. Jeder steht in dieser Situation für sich.

Gleichzeitig vergleicht man sich aber mit dem anderen und versucht herauszubekommen, ob er Vorteile hat, von denen ich nicht profitiere. Die Vorgänge zu bewerten erfordert Wachsamkeit: Hat der andere etwas, was ich nicht habe? Da die Umstände unsicher sind, sucht man beständig nach Vergewisserung: Wo bekomme ich die Bestätigung, dass ich auf dem richtigen Weg unterwegs bin? Ist jemand anderer Meinung als ich, führt das schnell zu einem tiefen Gefühl der Ablehnung. Das weist auf der einen Seite auf eine hohe Empfindlichkeit hin und auf der anderen, dass nichts nur noch sachlich neutral betrachtet wird, sondern sofort sehr persönlich aufgefasst wird.

Die hohe Empfindlichkeit kommt aus einer inneren Unsicherheit. Je bedrohlicher die Situation wahrgenommen wird, desto größer ist die Vorsicht: Ich weiß nicht, wem ich trauen kann, ich weiß nicht, was mir wirklich dient. Man fühlt sich allgemein in einer gefährlichen Lage, weiß aber gar nicht, woher die Gefahr kommt,. Die Angst ist unbestimmter Natur, nicht fassbar. Irgendetwas liegt in der Luft, die Lage könnte schnell kippen – aber ich weiß nicht, warum und wodurch. Dadurch ist alles irgendwie bedrohlich. Aus diesem Grund sucht man sich Unterstützer, sichere Bereiche und fordert Zustimmung und Bestätigung. Kommt das nicht, nimmt die innere Bedrohung zu: Ich allein gegen den Rest der Welt.

Wo gibt es Sicherheit? Die Hoffnung wächst, dass sie in den persönlichen Beziehungen gefunden wird. Der andere dient mir zur eigenen Bestätigung. Die Beziehung wird dadurch mit enormen Erwartungen überfrachtet. Das kann nicht gut gehen. Wer seine Selbstbestätigung vom anderen erwartet und vielleicht sogar einfordert, macht sich abhängig, denn er steht nicht auf eigenen Füßen. Dann bleibt nur noch der Schutz der Gemeinschaft, der Gemeinde. Hier treffen jedoch ganz unterschiedliche Erwartungen und Bedürfnisse aufeinander. Wenn jeder dort einen sicheren Schutzraum sucht, wer soll ihn bieten, wenn jeder bedürftig ist?

Wir finden den sicheren Ort nur in uns selbst, in unserem Herzen. Dort entdecken wir Gott. Dort hören wir seine Zusage, dass er die Welt überwunden hat (Johannes 16,33). Hier dürfen wir unsere Angst bekennen und ablegen. Vor Gott dürfen wir sein, wie wir sind. Wir gehören zu ihm und deshalb sind wir geschützt. Wir müssen uns nicht groß machen, sondern können ihn groß sein lassen.

Gerade in unsicheren Zeiten und Augenblicken, in denen wir unserer selbst nicht sicher sind, schauen wir auf Gott und machen uns fest bei ihm: Er ist unser Halt! Er ist unsere Burg! Er gibt unserem Leben Stabilität! Anstatt an allen möglichen Ort und in windigen Theorien Bestätigung und Sicherheit zu suchen, sollten wir zu ihm kommen. Anstatt in hektische Betriebsamkeit zu verfallen und unsere Zeit mit allem Möglichen zu füllen, sollten wir uns bei Gott niederlassen, auf ihn schauen und alles von ihm erwarten. Es ist wichtig, dass wir gerade heute die Nähe Gottes suchen, die Stille bei ihm und die Geborgenheit seiner Liebe zu uns.

Bei Gott werden wir ruhig, weil er uns freundlich begegnet. Wir spüren seine Zuwendung, das gibt uns Sicherheit. Wir hören Worte der Bestätigung, sein Ja zu uns. Es sind Kraftworte, die uns aufbauen und Mut geben, in dieser Welt der Angst zu begegnen. Wir finden zu dem Bekenntnis, dass Gott alles in seiner Hand hält und dass er mit seinen Plänen zum Zug kommt. Der Blick auf seine Allmacht befreit uns vom Zweifel und hilft uns, fest und sicher zu stehen – auch wenn alles um uns herum im Fluss ist: Gott ist der Ewige.

Auf dieser Grundlage müssen wir nicht alles so ernst nehmen, was uns begegnet. Wir können großzügig sein in unserer Bewertung: Wir fühlen uns durch gegensätzlich Meinungen, Widersprüche oder Ablehnung nicht existenziell bedroht. Das Ja Gottes zu uns stärker!

Johannes Stockmayer (www.bettina-johannes-stockmayer.de)

Geistliches Kämpfen

A. Warum geistliches Kämpfen?

1. Die Situation

Etliche Konflikte der letzten Zeit führen mich zu der Erkenntnis, dass es noch andere Problemlösungsmaßnahmen geben muss als unsere menschliche Methoden der Konfliktklärung. Ich erlebe beispielsweise Situationen, wo sich Menschen verschließen und nicht zugänglich sind. Die Wahrnehmung ist verzerrt und bizarr. Offensichtliche Tatsachen werden geleugnet oder vollkommen anders dargestellt. Veränderungen werden beschlossen, aber nicht umgesetzt – und sehr schnell komplett vergessen. Die Atmosphäre ist geprägt von Ratlosigkeit, vielleicht sogar Hoffnungslosigkeit bis hin zu Verzweiflung. Man ist konfrontiert mit Sachzwängen und weiß nicht, wie man sich entscheiden soll – es gibt nur schlechte Möglichkeiten. In diesem Dilemma spürt man seine Ohnmacht und Hilflosigkeit: Es gibt scheinbar keine Lösung, man resigniert.

Die normalen Module zur Konfliktklärung funktionieren in diesen Fällen oft nicht, denn sie setzen Gutwilligkeit und die Bereitschaft zur Veränderung voraus – und die Chance auf echte Alternativen. Aber wenn die Beziehungen verhärtet sind und gar keine Einsicht in die Problemlage besteht, wenn auch bei bestem Willen keine Lösung möglich scheint, wenn dann permanent die gleichen Forderungen gestellt werden und man gar nicht sehen will, was zu tun ist, laufen die gut gemeinten Versuche, die Lage zu retten, ins Leere. Dann müssen wir „geistlich kämpfen“. Denn es ist der Teufel, der Verwirrung stiftet. Er will uns handlungsunfähig machen, lähmen oder in die Flucht schlagen. Wir spüren, dass wir es nicht mit Fleisch und Blut, sondern mit den Mächten der Finsternis zu tun haben (Epheser 5,12). Entsprechend müssen wir agieren.

2. Menschlich oder geistlich kämpfen?

„Geistlich kämpfen“ ist ein Begriff, der eine andere Ebene anspricht als das „menschliche“, persönliche Ringen um eine Lösung. Ich bin vorsichtig mit diesem Begriff, denn ich habe eine Zeit erlebt, in der er fast inflationär verwendet wurde, man sah hinter jedem Busch einen Dämon und versuchte alle Schwierigkeiten durch geistliches Kämpfen zu eliminieren. Vielfach war man dann enttäuscht und frustriert, weil auch das nichts half. Wir müssen lernen, auf menschliche Weise zu streiten, erst wenn wir das beherrschen, können wir geistlich kämpfen. Menschlich heißt: mit unserem Wissen, unserer Erfahrung, sozialverträglich, gemeinschaftlich, einvernehmlich und kompromissbereit. Das können wir lernen – zum Beispiel in meinen Friedensstifterseminaren. Wir sollten es uns nicht zu leicht machen und Fachleute im Anwenden kluger Methoden sein. Geistliches Kämpfen darf kein Feigenblatt für unsere Bequemlichkeit oder Unfähigkeit sein, uns mit allen Mitteln um Frieden zu bemühen. Geistliches Kämpfen ist kein Allheilmittel für alle Schwierigkeiten, die wir damit auf fromme und einfache Weise aus der Welt schaffen wollen. Wir haben den christlichen Auftrag, mit allen Menschen im Frieden zu sein (Römer 12,18), dem Frieden nachzujagen (Hebräer 12,14) und als Friedensstifter in dieser Welt zu agieren (Matthäus 5,9). Jeder Christ hat die Aufgabe, zu einem friedlichen Miteinander beizutragen (1. Korinther 6,4).

3. Kämpfen für Gott?

Geistliches Kämpfen verführt schnell zum Einsatz von geistlicher Macht – und damit auch zu Machtmissbrauch. Wer sich als geistlicher Kämpfer sieht, steht ja auf der Seite Gottes, er ist unbesiegbar und unhinterfragbar. Geistliches Kämpfen ist oft von Hochmut und einem überzogenen Handeln begleitet. Ich habe das früher immer wieder so beobachten müssen – vor allem wenn jüngere, unerfahrene Christen sich als geistliche Kämpfer verstanden, die

Mächte des Bösen überall witterten und dabei Menschen in Angst und Schrecken versetzten. Geistliches Kämpfen – so denke ich heute – ist eine Angelegenheit für erfahrene und reife Christen mit der Gabe der Erkenntnis und einem profunden Wissen in Konfliktmanagement. Sie sollten als geistliche Kämpfer sehr demütig, dienstbereit, vorsichtig und emphatisch sein, erfahren darin, die Stimme Gottes zu hören. Sie sind geistliche Kämpfer an der Seite Jesu und wissen um die geistliche Kraft der biblischen Botschaft, kennen das Wort Gottes, leben in der Nachfolge Jesu. Sonst geht es ihnen wie den Söhnen des Skevas, die von einem bösen Geist übel zugerichtet wurden, als sie im Namen Jesu dem Teufel geboten: „Jesus kenne ich wohl – aber wer seid ihr?“ (Apostelgeschichte 19,15). Gott kämpft für sich, auch wenn wir in seinem Namen kämpfen stehen wir höchstens in seinem Dienst an seiner Seite. Es sollte uns immer bewusst sein: Gott ist der Starke. Geistliches Kämpfen ist ein Dienst für ihn in seinem Auftrag. Gott braucht uns nicht, er nimmt uns in den Dienst, damit er sich gerade in unserer Schwachheit und Bedürftigkeit stark und mächtig erweisen kann. Nicht die starken Haudegen werden von ihm beauftragt und bevollmächtigt, sondern die Schwachen, die in allem abhängig sind von ihm (1. Korinther 1,27).

4. Zunehmende Verwirrung

Wir haben die Aufgabe zu unterscheiden: Was ist göttlich, was menschlich – und was teuflisch. Das ist gar nicht so einfach. Wir benötigen den Geist Gottes, um klar erkennen zu können, was Sache ist (1. Korinther 2,10-16). Die menschliche und die geistliche Ebene vermischen sich oft, das trägt zur Verstärkung der Verunsicherung bei. Der Teufel will nicht, dass wir unterscheiden, er will nicht erkannt werden. Er will im Verborgenen sein Unwesen treiben, sich verstecken oder verkleiden. Wir sollen denken, dass alles ganz normal und natürlich ist. Der Teufel will unter allen Umständen verhindern, dass wir das zweischneidige Schwert Gottes in die Hand bekommen, um für Klarheit zu sorgen (Hebräer 4,12). Er will alles im Unklaren lassen, denn dadurch sind wir Christen geschwächt – oder sogar handlungsunfähig. Wir fuchteln lediglich mit dem Schwert Gottes in der Luft herum oder kämpfen wie einer, der mit der Faust in die Luft schlägt. Stattdessen sollten wir überlegt und gezielt agieren, mit Mut und Entschlossenheit (1. Korinther 9,26). Wir sollten wissen, worauf es ankommt und um was es geht. Das Schwert des Geistes ist keine Waffe gegen Menschen, es scheidet Seele und Geist, das Wort Gottes wirkt Erkenntnis: wir sehen, worauf es *wirklich* ankommt. Die Verwirrung nimmt dort zu, wo das Christentum harmlos geworden ist und es keine Unterscheidung zwischen geistlich und menschlich mehr gibt – denn das ist teuflisch. An der Verwechslung von Gottes Handeln mit menschlichem Agieren sind schon manche Erweckungen gescheitert (siehe mein Buch: Sehnsucht nach Erweckung). Wir dürfen nicht übersehen, dass der Teufel keine Zeit mehr hat angesichts der heranrückenden Wiederkunft Jesu. Deshalb geht er umher wie ein „brüllender Löwe und sucht, wenn er verschlingen kann“ (1. Petrus 5,8). Er imitiert dabei den Löwen von Juda in pervertierender Weise. Er gibt sich mächtig und unwiderstehlich und vereinnahmt die Menschen für sich, die ihm nicht widerstehen, er gaukelt ihnen vor, der Herr der Welt zu sein. Er verkleidet sich als Engel des Lichts (2. Korinther 11,14) und tut so, als wäre er auf der Seite des Guten, als wäre er Jesus selbst. Aber Jesus, der Löwe von Juda, ist gleichzeitig das Lamm Gottes, das für uns Menschen stirbt. Der Teufel ist *nur* Löwe, eine billige Imitation, sein Ziel ist der Tod. Jesu Absicht für alle Menschen ist jedoch das Leben. Wir sind bei Jesus geschützt vor der Macht des Teufels (1. Johannes 5,18). Wir bergen uns bei ihm.

Fazit

Die Gabe der Unterscheidung (1. Korinther 12,10) und ein prophetischer Durchblick sind wichtige Voraussetzungen für den geistlichen Kampf – sonst führt das Kämpfen nur zu einem

heillosen Durcheinander, der Teufel (diabolos), der Durcheinanderbringer, freut sich (Offenbarung 12,10). Gerade heute sind wir herausgefordert zu prüfen, was Gott will, was wir in seinem Namen tun sollen (und tun können) – und von was wir uns abwenden müssen. Wir sollen mündige, verantwortungsbewusste Christen sein, die das Böse mit Gutem überwinden (Römer 12,21). Wir wollen in allem Gott gehorsam sein und ordnen uns ihm unter. Dadurch entsteht Ordnung, die Verwirrung weicht.

B. Wo setzt der Teufel an?

1. Unsere Bedürfnisse

Das Verhängnisvolle ist, dass uns der Teufel an unseren Schwachstellen angreift. Er bietet Problemlösungen an, die uns plausibel und klug erscheinen. Er geht auf unsere tiefsten Bedürfnisse ein, greift sie auf und verspricht, sie zu erfüllen. Er gibt uns das, was wir uns wünschen. Gleichzeitig verknüpft der Teufel seine Geschenke mit Bedingungen, er verlangt eine Gegenleistung. Er bietet an, uns zu zeigen und dabei zu helfen, wie wir uns selbst retten können. In einer Welt, in der der Einzelne seinen Fokus stark auf sich selbst und die Optimierung seiner Möglichkeiten richtet, ist das sehr verlockend. Das ist also der erste und wichtigste Ansatzpunkt für den Teufel: Unsere tiefen und vielleicht auch berechtigten Bedürfnisse machen uns anfällig für die Angebote des Teufels – vor allem, wenn wir uns mit ihnen nicht an Gott wenden. Er hat einfache, umsetzbare Lösungen, die uns praktikabel erscheinen, uns aber von ihm abhängig machen. Unsere ungestillten Bedürfnisse, unsere Fragen und Wünsche sollten wir zu Gott bringen, sonst nutzt sie der Teufel, um unser Herz zu stehlen. Wir sollten unsere Hoffnung allein auf Gott richten und ihm in allem vertrauen, dann sind wir auf der sicheren Seite.

2. Rechthaberei

Die zweite Schwachstelle ist unsere Rechthaberei. Wir wissen ja, wie es geht. Wir haben gelernt, uns steht eine ganze Menge Wissen zur Verfügung, das gibt uns Überlegenheit: Wissen ist Macht. Wir haben unsere Erfahrungen gemacht, die werden nun verabsolutiert. Es ist der Stolz, der uns überheblich macht. Der Teufel unterstützt uns dabei und vermittelt uns Argumente gegen den anderen. Rechthaberei führt zur Vereinzelnung, das ist für den Teufel günstig. Wir sind die Guten, die anderen sind die Bösen. Wir sehen den Splitter im Auge des anderen und übersehen den Balken in unserem. Wir sind voll guten Willens, setzen ihn aber nicht *für* etwas ein, sondern *gegen* den anderen. Rechthaberei führt zum Machtkampf, die Lage eskaliert, der Friede rückt in weite Ferne, die Liebe wird kalt. Man zieht sich immer mehr in die eigene Blase zurück und kreist um sich selbst. Rechthaberei verhärtet eine Situation und macht sie unlösbar. Der Teufel freut sich. Wir sollten alles tun, um Einheit und Eintracht zu bewahren. Wenn wir zusammenstehen und zusammenhalten, hat der Teufel keine Macht über uns.

3. Verletzungen

Je länger, je mehr fühlen wir uns verletzt. Es sind die Wunden, die uns in unserem Leben geschlagen werden, die uns für den Teufel anfällig machen. Denn sie machen uns wehleidig, empfindlich, misstrauisch. Wir ziehen uns zurück und halten Gutes für unmöglich. Wenn jemand alte Wunden berührt, spüren wir erneut den Schmerz über erlittene Kränkungen. Wir verbittern oder werden aggressiv und schlagen zurück, wenn uns jemand zu nahe kommt. Der Teufel tut so, als würde er unsere Wunden heilen wollen, aber statt Öl gießt er Essig hinein: Er flüstert uns ein, dass uns Unrecht widerfahren ist und dass man mit uns nicht so umgehen darf. Er verhindert die Heilung, indem er unsere Wut und unseren Hass schürt – auf die anderen, auf das Leben, auf Gott, der das alles zugelassen hat. Ablehnung blockiert

uns, wir bleiben gefangen in einer negativen Sicht unseres Lebens, wir fühlen uns als Opfer anderer. Tiefe Verletzungen, die sorgfältig gepflegt werden, sind ein leichtes Eingangstor des Teufels, denn hier werden wir empfänglich für oberflächlichen Trost. Das Einzige, was uns wirklich retten könnte, wäre, dass wir denen vergeben, die uns übel mitgespielt haben. Diese Möglichkeit eröffnet Jesus. Der Teufel hetzt uns auf: „Lass dir das nicht gefallen!“ Wir sollten nicht auf ihn hören.

4. Schuld

Weil wir von Gott geschützt sind und bei ihm so sein dürfen, wie wir sind (er kennt uns durch und durch), müssen wir nicht den Schein wahren und anderen etwas vormachen, was nicht stimmt. Wir können uns unserer Erfolglosigkeit stellen und zugeben, wo wir Fehler gemacht haben. Wo wir in die Irre gegangen sind, gibt es für uns einen Rückweg. Der Teufel bekommt keine Anrechte an uns durch unsere Schuld – weil wir sie nicht verheimlichen und verstecken. Wir bekennen sie Gott und dadurch hat der Teufel keine Möglichkeit mehr, sie uns vorzuwerfen. Unsere Fehler kann der Teufel nicht dazu benutzen, uns zu erpressen. Wir tun Buße, räumen auf und kehren um. Wir lassen nicht zu, dass uns der Teufel alte Geschichten vorhalten kann, sondern fangen neu an – indem wir die Rechtfertigung Jesu für uns in Anspruch nehmen: Er ist für uns gestorben. Wir sind frei. Der Schuldschein, der gegen uns sprach, ist an sein Kreuz geheftet und durch ihn getilgt (Kolosser 2,14). Wenn uns der Teufel einreden will: „Du hast keine Chance, du hast es verbockt, du bist selber schuld“, stimmt das nicht. Seine Anklagen gegen uns sind bedeutungslos. Er muss verstummen. Ein geistlicher Kämpfer reinigt sich immer wieder von seiner Schuld, er heiligt sich seinem Herrn, dem er gehört. Das heißt: Der geistliche Kampf beginnt in uns, in unserm Herzen.

C. Wie handelt der Teufel?

1. Er lügt

Jesus macht uns darauf aufmerksam, dass der Teufel lügt, ja, dass er der Vater der Lüge ist (Johannes 8,44). Er verdreht die Wahrheit, er arbeitet mit Halbwahrheiten oder zwielichtigen Fakes. Die gute Wahrheit Gottes wird zerstört – dadurch ist nichts mehr sicher und eindeutig klar. Der Teufel schafft seine eigene Wirklichkeit und verkauft sie als Wahrheit. Überall dort, wo Tatsachen verdreht werden und wir den Eindruck bekommen, dass „genebelt“ wird, indem bewusst die Unwahrheit gesagt wird oder unbewusst Dinge verschleiert werden, ist der Teufel am Werk. Jesus sagt von sich: „Ich bin der Weg, die Wahrheit und das Leben“ (Johannes 14,6) Der Teufel führt in die Irre. Geistliches Kämpfen bedeutet, für die Wahrheit zu streiten, die Wahrheit zu sagen und die Lüge zu entlarven. Dazu hat Gott den Heiligen Geist geschickt, den Geist der Wahrheit (Johannes 14,17). Wo die Wahrheit gesagt wird – auch wenn sie viel kostet und eigene Nachteile nach sich zieht –, flieht der Teufel, entsteht Freiheit. Die Lüge dagegen verstrickt in Ausreden, Ausflüchte, erfindet Verschwörungstheorien und erzeugt eine Scheinwirklichkeit, die wie ein Gefängnis die Menschen festlegt, ihnen ihren Handlungsspielraum nimmt: Sie glauben, was sie sehen wollen. Lügen sind im Spiel, wo wir unruhig werden, weil wir nichts verstehen oder nicht begreifen, was geschieht. Es wird uns etwas vorgemacht. Wir werden mit Tatsachen konfrontiert, die wir nicht nachvollziehen können, wir bekommen das Gefühl zu schwimmen und haben den Eindruck, dass uns der Boden unter den Füßen wegrutscht. Jetzt sollten wir misstrauisch werden und uns fragen, wie Gott diese Situation sieht.

2. Er sät Zweifel

Gottes Wahrheit zu entdecken ist gar nicht immer einfach, da seine Wahrheit oft in Lüge

verwandelt und ins Gegenteil verkehrt wird (Römer 1,25). In uns keimt Zweifel auf: „Sollte Gott gesagt haben?“ (1. Mose 3,1). Mit dieser Frage hat der Teufel bereits im Paradies die Menschen verführt und Zweifel gesät – so wie das Unkraut unter den Weizen (Matthäus 13,39). Die Schwierigkeit dabei ist, man sieht es dem Samenkorn und dem ersten Spross gar nicht an, was dabei herauskommt. Unkraut und Weizen wachsen ähnlich heran und miteinander auf. Wir sollen misstrauisch und vorsichtig sein und genau hinschauen: Um was geht es wirklich? Das ist ein aktiver, konstruktiver Vorgang. Der Zweifel dagegen zwingt uns in die Defensive und macht uns vor, dass es unmöglich ist, die Wahrheit zu erkennen. So finden wir nicht zur Freiheit (Johannes 8,32) und bleiben gefangen in den Einreden des Teufels: „Du hast keine Chance! Du schaffst das nicht! Gott ist nicht auf deiner Seite! Du bist verloren! Das bringt doch alles nichts!“ Wir sollten uns gegen diese Einreden verschließen und immun machen, indem wir bekennen: „Gott hat den Überblick! Er weiß, um was es geht. Er hat alles im Griff.“ Wir schauen auf Jesus und nur auf ihn – so wie Petrus, als er Jesus auf den Wellen entgegenging (Matthäus 14,31). Wenn wir auf Jesus schauen, sind wir vor dem Lügengespinnst des Teufels geschützt und haben festen Boden unter den Füßen (Hebräer 10, 35-39). Notfalls sagen wir zu Gott: „Ich glaube, hilf meinem Unglauben“ (Markus 9,24).

3. Er versetzt in Hektik

Wir entlarven die Machenschaften des Teufels. Er ist am Werk, wenn wir unter Zeitdruck kommen, Hektik und Stress erleben. Er will uns weismachen, dass wir zu wenig Zeit haben für all das, was uns das Leben bietet. Wir müssen uns beeilen, damit wir nichts versäumen, nicht zu spät kommen. Wir sollen in Unruhe geraten, denn dadurch haben wir keine Zeit zum Nachdenken. Der innere Friede geht verloren, die große Gelassenheit, die aus dem Vertrauen kommt, dass Gott uns alles gibt, was für uns vorgesehen ist. Die große Ruhe ist ein Zeichen für die Gegenwart Gottes, die schnelle Hektik für das Wirken des Teufels. Ruhe hat mit Gottes Allmacht zu tun, dem großen Vertrauen in ihn, dass er alles recht macht und wir uns bei ihm genau am richtigen Platz befinden. Diese Gewissheit will uns der Teufel rauben. Er will nicht, dass wir zur Ruhe kommen, zufrieden sind und dankbar. Deshalb treibt er uns an und macht uns unzufrieden. Die Eile suggeriert, dass immer noch etwas fehlt. Wir rennen uns hinterher, ohne uns jemals einholen zu können, wir denken, dass uns etwas vorenthalten wird. Angestrengt irren wir Zielen, Visionen und Vorgaben hinterher, die uns ständig auf Trab halten. Die Stille Zeit bleibt auf der Strecke, der Sonntag wird gefüllt mit vielen Events. Der Stress raubt uns Kraft und Gesundheit, wir sind nie fertig. Das ist teuflisch. Dabei steht uns Gottes Ruhe jederzeit zur Verfügung. Wir müssen nur in diesen Raum der Geborgenheit bei Gott eintreten (Hebräer 4, 9-11).

4. Er erzeugt Druck

Der Teufel setzt uns unter Druck. Wir müssen Geld verdienen, um uns einen hohen Lebensstandard erhalten zu können. Wir sollen mitreden, überall dabei sein, wichtig sein, Karriere machen. Wir streben nach dem Fortschritt, wählen das Wachstum, wissen überall Bescheid, sind ständig informiert – aber nichts erfüllt uns. Wir wollen immer mehr. Das setzt uns gewaltig unter Spannung. Wir werden dabei zu Sklaven unserer Vorstellungen von einem guten Leben – aber gut ist das Leben, das wir führen, wahrlich nicht. Deshalb setzen wir nun andere unter Druck, die tun müssen, was *wir* wollen. Wir fordern und verlangen – notfalls klagen wir ein und beauftragen Anwälte oder Berater, die uns den Erfolg garantieren. Erfolg ist wichtig – er ist die Bestätigung, der große Gewinn. Der Erfolg gibt uns recht und zeigt, dass wir zu den Gewinnern gehören. Alles muss perfekt nach Plan laufen. Wenn sich jemand in den Weg stellt, wird er zur Seite geschoben. Zuletzt bleibt man selbst auf der Strecke. Es ist der Teufel, der uns einredet, dass ein gutes Leben leistungsbezogen, erfolgsverwöhnt ist,

dass man sich auf der guten Seite des Lebens bewegen muss und dass es niemals Misserfolge und Rückschläge geben darf. Der Teufel verspricht uns ewige Jugend, ständige Beliebtheit, ein Leben auf der Gewinnerstraße ohne jegliche Hindernisse. Auf diese Weise hält uns der Teufel bei der Stange. Er macht uns zu Sklaven unserer Vorstellungen. Bei Gott jedoch sind wir Kinder, beschenkt mit der herrlichen Freiheit der Kinder Gottes (Römer 8, 21). Der Teufel mag keine Kinder, vor allem keine Gotteskinder. Der geistliche Kämpfer ist ein Gotteskind. Er vertraut und gewinnt seine Identität durch seinen himmlischen Vater, der jederzeit für ihn da ist und ihm alles gibt, was er braucht.

D. Der geistliche Kampf

Wir haben uns nun als Erstes überlegt, warum geistliches Kämpfen wichtig und wo es angebracht ist. Wir haben gesehen, dass wir Christen gerade heute herausgefordert sind, „den Unterschied“ zu machen (A.). Dann haben wir vier Bereiche identifiziert, wo der Teufel bei uns ansetzen kann. Hier müssen wir wachsam sein und uns schützen. Wir beobachten uns kritisch und offen im Licht Gottes und verschließen alle Einlasstore, durch die der Teufel über uns Gewalt bekommen könnte (B.). Im dritten Abschnitt haben wir einige der gängigsten Machenschaften des Teufel entlarvt (C.). Nun überlegen wir uns im Folgenden, wie wir uns aktiv dem geistlichen Kampf stellen können – denn bisher ging es mehr darum, wie wir uns schützen können, nun geht es um den Angriff. Wie sieht er aus? Was können wir tun?

1. Lieben

Die wichtigste Waffe ist die Liebe. In einer Welt, in der die Liebe erkaltet, liebt der geistliche Kämpfer ohne Maß und grenzenlos. Er steht an der Seite Jesu, der die Welt überwunden hat – durch Liebe (Johannes 16,33). Der geistliche Kämpfer ist ein Überwinder – indem er liebt, barmherzig ist, freundlich, geduldig und ohne Vorbehalte den Menschen begegnet (1. Korinther 13,4-7). Wenn die Liebe in unserem Leben, in unserer Umgebung abnimmt, ist es nicht damit getan, dass wir Gott bitten: „Herr, erfülle diese Welt mit deiner Liebe!“ Wir sollen selbst lieben. Gott braucht uns, um seine Liebe in die Welt zu bringen. Wir sind herausgefordert, uns von Gott mit Liebe beschenken zu lassen, um diese Liebe dann weiterzugeben. Geistliches Kämpfen schiebt nicht die ganze Verantwortung an Gott ab, sondern bezieht uns mit ein – an erster Stelle bedeutet dies, dass wir Liebe üben, wo man sich hasst. Wir öffnen unser Herz, wir machen uns weich, wir lassen zu, dass wir verletzt und missverstanden werden, wir halten Ablehnung und Ausgrenzung aus. Wir lieben unbegrenzt und grundsätzlich jeden und in jeder Situation. Wenn wir dazu nicht bereit sind, ist „geistliches Kämpfen“ nicht unser Thema. Wir lassen uns mit Gottes Liebe beschenken und geben sie weiter. Gottesliebe ist das beste Mittel gegen die Macht des Teufels und der beste Schutz für uns, um nicht in seinen Einflussbereich zu geraten (1. Johannes 4,16).

2. Im Namen Gottes

So beginnt der geistliche Kampf. Er geschieht ganz einfach und unspektakulär. Wir rüsten nicht auf, wir stellen kein Heer zusammen, wir strotzen nicht vor Waffen. Wir stellen uns, wie David seinem Gegner Goliath, dem Teufel entgegen: „Du kommst zu mir mit Schwert, Lanze und Speiß, ich aber komme zu dir im Namen des Herrn Zebaoth, des Gott des Heeres Israel“ (1. Samuel 17,45). Wir ziehen die Waffenrüstung Gottes an. Sie besteht vor allem aus der Wahrheit: aus einem in Gott verwurzelten Gerechtigkeitsempfinden. Wir sind bereit, für den Frieden Gottes einzutreten – nicht für unsere eigene Selbstgerechtigkeit. Wir ergreifen den Schild des Glaubens, setzen den Helm des Heils auf den Kopf und nehmen das Schwert des Geistes in die Hand (Epheser 6,13-17). Das heißt: Gott rüstet uns aus. Weil wir an Jesus glauben, sind wir geschützt, er ist unsere Sicherheit. Der Helm des Heils bewahrt uns vor

eigensüchtigen und ungöttlichen Gedanken. Das Schwert des Geistes ist das Wort Gottes. Gott selbst kämpft, nicht wir. Es ist Gottes Sache. In allem schauen wir auf ihn. Wir handeln nicht selbstherrlich, sondern bleiben in allem hinter Jesus. Er gibt uns Deckung, wenn es für uns gefährlich wird.

3. Mit dem Wort Gottes

Konkret heißt das: Wir stellen uns unter den Schutz Gottes. Wir beten: „Bitte bewahre du mich jetzt, sei bei mir, sei meine Kraft. Schütze mich vor den Angriffen des Teufels. Lass mich nicht auf seine betrügerischen Tricks hereinfliegen!“ Dann erklären wir eindeutig, dass wir zu Jesus gehören. Er ist unser Herr. Wir wollen nichts ohne ihn tun. Ihm folgen wir, ihm haben wir uns Leben gegeben. Wir bekennen: „Jesus, ich gehöre dir – für immer. Ich bin dein Kind!“ Wir sagen es laut, so dass *wir* es hören, das macht uns Mut. Und wir sagen es auch dem Teufel, damit er weiß, dass er es nicht nur mit mir, sondern mit Jesus zu tun hat. Die Besitzverhältnisse und Zuständigkeiten sind nun geklärt. Jetzt kümmern wir uns auch um unsere Schwachstellen und schließen die Löcher in unserem Leben, die dem Teufel eine Möglichkeit bieten würden anzugreifen. Wenn uns Schuld bewusst ist, dann bitten wir Gott um Vergebung und bringen alles in Ordnung, was noch offen ist. Wir halten Jesus unsere Verletzungen hin und bitten ihn, dass er unsere Wunden mit seiner Liebe bedeckt. Als Letztes halten wir dem Teufel die Wahrheit vor. Wir müssen ihn nicht besiegen. Wir müssen ihm lediglich die Wahrheit sagen. Denn die verträgt er nicht. Die Wahrheit ist Gottes Wahrheit. Die Wahrheit ist Gottes Wort. Wir schauen in der Bibel nach treffenden Worten, die wir ihm vorhalten. So hat es Jesus auch gemacht (Matthäus 4,10). Wir entlarven die Machenschaften des Teufels als Lüge. Wir überführen ihn mit dem Wort Gottes der Unwahrheit. Wir reden Klartext, wo er Verwirrung stiftet und sagen ihm, was Sache ist: „Jesus ist der Sieger! Tod, wo ist dein Stachel, Hölle, wo ist dein Sieg?“ (1. Korinther 15,55). Den Teufel überwinden wir nicht durch horizontale Kommunikation (auf einer Ebene), sondern nur auf der vertikalen Ebene: Indem wir ihn darauf hinweisen, wer der Herr ist und wie die wirklichen Machtverhältnisse aussehen: Jesus ist stärker (Matthäus 12,25-39).

4. Gebieten

Wir müssen mit dem Teufel nicht diskutieren, wir können ihn nicht argumentativ überwinden. Mit dem Teufel verhandelt man nicht. Beim geistlichen Kämpfen ist „Basic Talk“ angesagt: Wir sagen, was wir denken und für richtig halten, und bleiben dabei. Wir wiederholen höchstens unsere Aussagen. Wir begründen sie nicht, sondern beharren. Wir widerstehen – das heißt: wir bleiben stehen, wir bleiben bei unserer Meinung. Unser Motto heißt: „Wir widerstehen dem Teufel, so flieht er“ (Jakobus 4,7). Es ist nicht nötig, dass wir Strategien wählen und uns eine komplizierte Kriegsführung überlegen. Wir sagen: „Halt, Teufel! Hebe dich hinweg! Verschwinde!“ Dabei bleiben wir konsequent und ausdauernd. Wir lassen uns nicht beirren durch Ausflüchte (von Menschen), von einer Zuspitzung der Lage, durch Beschämung oder dem Empfinden von Schwachheit. Wir schauen nicht auf den Teufel, sondern auf Jesus. Wir kämpfen nicht *gegen* etwas, sondern *für* Gottes Reich und seine Gerechtigkeit. Wir wollen nicht gewinnen, sondern siegen. Wir rufen den Sieg Gottes in Jesus Christus über dieser konkreten Situation aus und proklamieren ihn als den König des Lebens, den Herrn der Welt, den Sohn Gottes, den Heiland, den Friedefürst, das Lamm Gottes. Am Ende der Welt wird der Sieg Jesu offenbar werden. Wenn alle Kämpfe gegen die Mächte des Böses überstanden sind, dann wird es klar und offensichtlich sein, wer der Herr der Welt ist: Jesus. Von diesem endgültigen Sieg leben wir bereits jetzt, heute. Der Teufel fürchtet dieses Ende, er weiß, dass er bereits besiegt ist. Wir haben es mit einem besiegt

Gegner zu tun. Der Teufel will das nicht wahrhaben – aber wir sagen es ihm unaufhörlich und sehr deutlich.

5. Auf der Seite des Siegers

Wie können wir Gottes Sieg in einer Welt proklamieren, die dem Ende entgegengeht und in der das Chaos immer größer wird? Wir sind ja selbst ein Teil dieser Welt. Wir sind angefochten und fühlen uns schwach, den Mächten der Welt ausgeliefert. Es ist die Freude, die uns überleben lässt – eine übernatürliche und tiefe Freude. Sie kommt von Gott und hat ihren Grund darin, dass unsere Namen im Himmel geschrieben sind – nicht darin, dass uns die Geister untertan sind (Lukas 10,17-20). Wir halten in allen Kämpfen, in denen wir uns bereits befinden und die uns noch bevorstehen, nur dann aus, wenn wir in der Freude Gottes sind. Die Freude im Herrn ist unsere Stärke und unser Schutz (Nehemia 8,10). In der Lieblosigkeit dieser Zeit achten wir darauf, dass uns die Freude nicht verloren geht. Wir suchen nach ihr und leben sie. Wie trachten nach dem Schönen, das von Gott kommt, wir sehen nicht nur die Schwierigkeiten, sondern genauso das, wofür wir dankbar sein können. Die Freude, die von Gott kommt und in unserem Herzen lebt, macht uns resilient und widerstandsfähig. Deshalb will der Teufel, dass uns das Lachen vergeht, er will uns die echte Freude vermiesen. Wir lassen uns aber diese tiefe Freude nicht rauben, wir halten sie fest und bewahren sie. Weil der Teufel weiß, dass die Freude uns stark macht, bietet er uns künstliche Freude an, Surrogate der tatsächlichen Freude: billige Freuden, vorübergehende Begeisterung, momentane, oberflächliche Befriedigung. Das ist nicht die Freude, die uns satt macht. Die wirkliche, echte Freude kommt von Gott: im Singen, im Lobpreis, im Wort Gottes, in der Gemeinschaft, im Gebet, in der Natur, in Momenten inniger Begegnung mit anderen Menschen – in der Dankbarkeit über das Glück, dass unser Leben Gott gehört und dass jeder Augenblick sein großartiges Geschenk ist.

Wenn wir diese Freude leben, sind wir gewappnet für geistliche Kämpfe, können wir dem Teufel mit Gelassenheit und Leichtigkeit begegnen. Er hat verloren! Wenn wir in der Freude Gottes bleiben, hat der Teufel keine Macht über uns. Wenn wir ihm mit einem selbstbewussten Lachen begegnen, flieht er. Das ist geistliches Kämpfen: dass wir der Finsternis mit Freude begegnen, der Traurigkeit mit Lachen, der Gewalt mit Leichtigkeit, der Macht mit Unbeschwertheit – dem Tod mit der Hoffnung des Ostermorgens. Wir kämpfen mit der Gewissheit: der Kampf gegen den Teufel ist bereits gewonnen!

Johannes Stockmayer (www.bettina-johannes-stockmayer.de)

Konsequent sein!

Wir brauchen heute ein neues Verständnis – nicht nur ein bisschen Umdenken. Unsere Sicht von uns und von unserer Welt muss sich grundsätzlich ändern. Wir sind an einem Punkt angekommen, wo es so wie bisher nicht mehr weitergehen kann.

Wir wollen das noch nicht erkennen und wehren uns gegen die Konsequenzen, die wir ziehen müssten. Wir tun so, als wären die dringend notwendigen Veränderungen zu erreichen, indem wir das Alte behalten. Wir wollen beides: die Bewahrung des Bisherigen und die Herausforderungen einer neuen Zeit. Das geht nicht!

Das Bisherige ist unser bequemer Lebensstil, unser komfortables Leben, die Unbegrenztheit unserer Möglichkeiten. Die Herausforderungen, die unmittelbar vor uns stehen, bedeuten dagegen Einschränkungen, Verzicht – weniger statt mehr. Dieser grundsätzliche Wechsel tut weh, deshalb wehren wir uns dagegen. Das neue, andere Verhalten, das ansteht, bedeutet einen gravierenden Wohlstandsverlust – dazu sind wir noch nicht bereit. Deshalb reden wir über das eine und tun das andere. Unsere Worte und unsere Taten stimmen nicht überein. Wir versuchen zweigleisig zu fahren. Aber das verkompliziert unser Verhalten, wir verlieren den Überblick und werden unwahrhaftig. Es ist so, als würde sich ein dicker Nebel über uns legen. Wir tun alles, um die Wahrheit nicht sehen zu müssen, und stürzen uns in zusätzliche Aktivitäten. Mark Twain sagte treffend: „Als wir das Ziel aus den Augen verloren, erhöhten wir unser Tempo.“

Wir müssen verstehen, dass der Wohlstandsverlust ein Lebensgewinn ist. Wir verzichten auf Konsum und erleben, wie einzelne Dinge an Wert gewinnen. Wir beenden einen blinden Aktivismus und kommen bei uns selbst an. Wir hören auf, uns selbst verwirklichen zu wollen, und entdecken den anderen Menschen. Anstatt alles zu wollen und immer mehr zu fordern, finden wir zur Ruhe. Jetzt erst sind wir wirklich bei uns, spüren unser Leben ganz neu.

Was heißt das konkret für unser Verhalten?

Wir leben in einer Zeit, in der wir uns ständig entscheiden müssen, nichts ist mehr selbstverständlich. Wir bedauern das nicht, sondern nehmen diese Tatsache als Möglichkeit an, notwendige Kurskorrekturen vorzunehmen. Wir verlangsamen unser Tempo und treffen endlich neue, gravierende Entscheidungen. Wir sortieren unser Leben und überlegen uns, was wirklich wichtig ist. Unsere innere Prioritätenliste wird neu sortiert und erfährt eine eindeutige Aufstellung: In allem geht es um den Menschen, nicht um Sachen oder Strukturen. Wir entdecken unsere Verletzlichkeit und lernen, auf tiefere Weise in Beziehungen zu leben. Das Ziel unseres Lebens ist nie abstrakt, sondern immer persönlich. Wir arbeiten zusammen, wir sind nicht allein. Wir verständigen uns in einem fortwährenden Prozess, denn wir sind gemeinsam auf dem Weg.

Wir führen keine Monologe, sondern erproben den Dialog. Statt nur eigene Gedanken zu äußern und persönliche Statements zu verbreiten, hören wir zu und nehmen auf, was der andere sagt. Wir lassen uns aufeinander ein, indem wir verstehen, was der andere meint. Wir nehmen ihn wahr in seinen Bedürfnissen, Ängsten und nehmen seine Anliegen ernst. Das schafft eine neue Qualität des Miteinanders. Statt Abgrenzungen und Forderungen werden wir stark in Ermutigung: Wir unterstützen einander, damit ein neues Verhalten gemeinsam gelingt.

Zuletzt trainieren wir den Blick auf das Gute. Wir leben nicht problemorientiert, sondern sehen auf die Möglichkeiten, die sich auftun. Statt überkritisch und ungeduldig sind wir locker, kreativ und fröhlich. Wir strahlen Zuversicht aus. Denn wir wissen: Auf diesem Weg des Loslassens und Neuwerdens ist Jesus auf unserer Seite. Wenn wir ihn haben, so haben

wir alles (Psalm 73). Er schenkt uns einen neuen Zugang zum Leben: Durch ihn leben wir wirklich.

Johannes Stockmayer (www.bettina-johannes-stockmayer.de)

Lieben statt siegen - Machtkämpfe erkennen und vermeiden

Grundsätzliche Gedanken

Macht muss zur Sprache kommen. Wir sind Machtstrukturen ausgeliefert und üben selbst Macht aus. Problematisch ist die Macht, die sich versteckt und aus dem Hintergrund agiert - durch Provokationen, Manipulation, Sarkasmus, Ironie oder Beschämung. Worte wirken mächtig, durch Wissen wird eine „Deutemacht“ erzeugt, fromme Macht führt zu Machtmissbrauch. Die „weiche Macht“ ist schwer zu greifen. Sie ist subtil, larviert. Sie äußert sich nicht nur dominant, sondern auch durch Verweigerung, Schweigen, Ignorieren, Rückzug. Wir müssen aufmerksam sein: Wer oder was übt in unserem Leben Macht aus? Die Sprache entschärft die Macht, macht sie greifbar. Sie wird hinterfragbar und muss sich rechtfertigen. Sie kann dann nicht mehr wie ein Gespenst ihr Unwesen treiben und Angst erzeugen.

Begriffsklärungen

Dominanz ist nicht gleich Macht: Während Dominanz ein Begriff aus der Psychologie ist und ein Verhalten beschreibt, ist Macht ein Begriff aus der Soziologie und hat ihren Platz in einer Struktur.

Macht ist auch nicht gleichzusetzen mit Gewalt. Macht ist der Überbegriff und Gewalt ihre Extremform. Macht muss sich nicht automatisch in gewaltvollem Verhalten äußern.

Wie verhalten wir uns zur Macht?

Entweder sind wir 1. *Täter*: Wir üben Macht aus. Oder wir sind 2. *Opfer* und erleiden Macht. Oder wir sind 3. *Retter* und stehen zwischen Täter und Opfer (Dramadriek nach Karpman). Gibt es also eine „gute Macht“ (Retter) neben der „bösen Macht“ (Täter) und der Ohnmacht (Opfer)? Ein Problem ist, wenn sich der Helfer (Seelsorger, Therapeut) als mitleidige „Retterseele“ auf die Seite der Opfer stellt. Er wird so zum Mitspieler in einem Spiel, das nicht seines ist, er wird seinerseits zum Angreifer - also zum Täter und der Täter zum Opfer. Diese Dynamik ergibt sich häufig, wenn wir von außen versuchen, Machtstrukturen aufzubrechen und damit nach „innen“, zwischen die Fronten geraten und zum Teil eines Konfliktes werden. Besser ist es, beide, Täter und Opfer, aufzufordern aus dem Spiel auszusteigen und Verantwortung zu übernehmen - jeder für sich und für seine Situation. Dabei wird deutlich, dass es für beide, Täter und Opfer, den gleichen Grund für ihren Machtkampf gibt: die Scham. Die Scham zeigt, dass etwas nicht stimmt, die Persönlichkeit nicht kongruent ist. Es ist etwas vorgefallen, was den Menschen von sich selbst entfernt hat (Schuld, Beschämung, Gewalterfahrung, Bedrohung, Hilflosigkeit, Ohnmacht). Beide versuchen nun, ins Gleichgewicht zu kommen, den inneren Ausgleich wieder herzustellen - allerdings mit unterschiedlichen Mitteln: Der Täter sagt: „Du bist schuld!“ und versucht die Beeinträchtigung zu eliminieren. Das Opfer sagt: „Ich kann nichts dafür! Es lag nicht an mir!“ und versucht die Beeinträchtigung von sich wegzuschieben. Beide verlagern das Gefühl der Scham nach außen und bekämpfen es außerhalb ihrer selbst. Besser wäre, sich der Scham zu stellen, sie in sich selbst wahrzunehmen und ins eigene Leben zu integrieren, indem sie danach suchen, was sie in ihrem Leben verändern sollten.

Formen der Macht

Es gibt drei Formen der Macht (wenn wir im psychologischen Bereich bleiben und den soziologischen außen vor lassen):

1. *Die natürliche Macht*. Es gibt „Machtmenschen“, die durch ihre Persönlichkeit überzeugend wirken und ohne große Anstrengung Einfluss auf andere ausüben. Was sie sagen, wird gern und oft unhinterfragt akzeptiert. Es sind die geborenen Leitertypen, denen man gern folgt. Oft spielt bei ihnen eine narzisstische Persönlichkeit eine Rolle: Sie erzeugen

ihre eigene Wirklichkeit und machen andere Menschen von sich abhängig. Nur sie haben die Macht, die sie oft charmant und auf faszinierende Weise ausleben - und dabei andere entmündigen. Bemerkt man, dass man zu blauäugig auf seine eigene Macht verzichtet hat, ist es oft zu spät, man ist in ihrem Einflussbereich gefangen und ihnen ausgeliefert.

2. *Die verordnete Macht.* Das ist die Macht kraft Amtes, man übt sie aus, weil man dazu beauftragt ist. Man ist berechtigt, Unterordnung und Gehorsam zu verlangen. Darunter zählen alle Berufe, die Machtbefugnis haben: Polizei, Richter, Soldaten. Aber darunter zählen auch alle Lehrer, Erzieher, Chefs oder Leiter - seien sie nun in ihre Funktion berufen oder per Anstellung eingesetzt, per Mehrheitsentscheidung gewählt oder mit einem (starken oder schwachen) Mandat ausgestattet.

3. *Die angemäßte Macht.* Das sind Menschen, die in eigener Machtvollkommenheit Macht ausüben, willkürlich und beherrschend agieren und andere dazu zwingen, ihnen zu gehorchen - weil sie sich einbilden, sie wären dazu berechtigt. Das sind beispielsweise Männer, die denken, ihr Geschlecht würde ihnen machtvolle Privilegien geben („toxische Männlichkeit“), Chefs, die übergriffig agieren und mehr bestimmen, als ihnen zusteht. Das sind Menschen, die unterschwellig Macht ausüben, im Verborgenen agieren und die „Seile“ nach ihrer Vorstellung ziehen - die anderen müssen wie Marionettenfiguren reagieren. Diese drei Machtformen machen deutlich: Macht braucht 1. *Empathie und Barmherzigkeit*, sonst wird sie ausbeuterisch und unmenschlich. Sie erfordert 2. *Kontrolle und Begrenzung* dadurch, dass sie Rechenschaft gibt. Sie muss sich erklären und ihr Handeln und Entscheiden begründen. Und sie bedarf 3. der *Legitimierung*, also der Genehmigung und des Auftrags. Sie muss wissen, in welchem Rahmen sie agiert und wo ihre Grenzen sind. Das heißt: Macht darf sich nicht selbstständig machen. Sie hat ein Ziel, das sie immer wieder transparent macht und sie erträgt Kritik oder deutliches Feedback und lässt sich hinterfragen.

Definition von Macht

Macht ist der begründete, berechnete, legitimierte Anspruch über die Situation, die Umstände oder Menschen bestimmen zu können. Macht hat ein Ziel, das klar kommuniziert wird. Sie gibt Rechenschaft wie dieses Ziel erreicht werden soll. Sie ist nicht absolut, sondern setzt sich auseinander, begründet, erklärt und bezieht die Menschen mit ein. Sie zwingt nicht, sondern ermöglicht und respektiert dabei die Verantwortung, die jeder Mensch für sein eigenes Leben hat.

Machtmissbrauch

Wo Macht Menschen überfährt, zwingt, entmündigt und ihre Eigenständigkeit nicht achtet, überschreitet sie ihre Kompetenz und missbraucht ihre (an sich guten) Möglichkeiten. Der Missbrauch der Macht muss möglichst frühzeitig gestoppt werden: ein klares Nein, sich abwenden, den Gehorsam verweigern. Missbrauchte Macht muss entlarvt und entmächtigt werden. Widerstand und Widerspruch sind angesagt. Mit überzogener Macht kann nicht taktiert werden.

Da gewalttätige Macht ihr Regime durch Angst, Beschämung oder sogar Bestrafung absichert, ist es schwierig, sich gegen sie zu wehren. Angst muss überwunden werden. Beschämung wird nicht angenommen und (möglichst gemeinsam mit anderen zusammen) abgewehrt. Gegen Bestrafung und Übergriffigkeit gibt es rechtliche Schritte - die in Anspruch genommen werden sollten.

Gesellschaftliche Entwicklungen

Heute werden Machtstrukturen mehr und mehr abgeschafft. Macht wird entmächtigt - kommt aber durch die Hintertür wieder herein. Statt der „harten Macht“ wirken die weichen Faktoren der Macht: die Macht der Schwachen und Bedürftigen. Bedürfnisse herrschen,

nicht die Regeln. Gefühle haben Vorrang: „Wie geht es mir? Was brauche ich?“ Das eigene Empfinden, die Angst, die Sorge bestimmen das Miteinander. Der Schwächste bekommt das größte Recht. Die Empfindlichkeit des Einzelnen wird zum Maß für alle. Statt strukturierter Macht, regiert die weiche Macht. Strukturen: das sind klare Regeln, festgeschriebene Abläufe, Organigramme, Zuständigkeiten, Entscheidungen, die anhand von deutlichen Vorgaben getroffen werden und transparente Kommunikation. Bei „weicher Macht“ bestimmt die momentane Befindlichkeit, die aktuellen Bedürfnisse spielen die größte Rolle. Aber das heißt: Der Willkür sind Tür und Tor geöffnet. Wer am lautesten jammern kann, übt die größte Macht aus. „Likes“ und Bewertungen bestimmen den Kurs nach den Vorlieben einzelner, subtiler Einfluss zählt mehr als eindeutige Absprachen.

Konsequenzen für die Seelsorge

Seelsorger und Therapeuten müssen sich im Blick auf ihren Ansatz hinterfragen lassen: Geht es ihnen vor allem darum, zu ermutigen? Setzen sie sich für Ich-Optimierung ein, dafür, dass einzelne sich durchsetzen? Stärken sie den Eigenwillen und die Selbstverwirklichung? Nach meiner Einschätzung hat sich im Therapiebereich in den letzten Jahren diese Tendenz verstärkt. Oder: Geben sie Hilfen zur Einordnung, zum Nachgeben, zum Loslassen. Fördern sie den Verzicht auf sich selbst und machen Mut, eigene Bedürfnisse zurückzustellen - um der Sache willen? Hier müssen wir neu herausfinden, wie Nachgeben und Verzichten gelingen können, ohne psychische Beeinträchtigung. Wie Nachteile anderweitig kompensiert werden können. Was wir gewinnen, wenn wir verlieren.

Soziale Kompetenz ist die Fähigkeit, herauszufinden, wo Widerstand Sinn macht - und wo nicht, wo es darum geht, sich durchzusetzen und wo es besser ist, nachzugeben. Seelsorge hilft, hier die Unterscheidung zu machen und die richtige Entscheidung zu treffen. Sie macht Mut Ich zu sagen - aber genauso hilft sie, sich selbst zurückzustellen - vor allem dort, wo Machtkämpfe nichts bringen. Sie hilft, in der jeweiligen Situation herauszufinden, was dran ist. Und: Seelsorge begleitet bei der Umsetzung der getroffenen Entscheidung.

Was tun bei Machtkämpfen?

Wir finden zu einem guten Miteinander, wenn wir uns klar machen, dass es nicht darum geht, dass wir uns durchsetzen: weder du noch ich. Genauso viel wie ich für mich fordere, gebe ich dem anderen. Das Recht, das ich dem anderen gewähre, gilt auch für mich. Wir sind gleichberechtigt in unseren Bedürfnissen. Wir müssen Vereinbarungen treffen und dazu wertschätzende, offene Verhandlungen führen. Es ist wichtig, dass wir einander in unseren Bedürfnissen verstehen, damit wir einander entgegenkommen können. Dazu gehört, dass wir uns von den Festlegungen freimachen, wie es unbedingt gehen müsste und dass wir eine neue, unbefangene Sichtweise vom anderen gewinnen. Dann sind wir zu Kompromissen bereit: jeder kommt dem anderen entgegen. Ein Konsens ist dann möglich, wenn wir letztlich alles zur Verfügung stellen und für ganz neue Ideen und Möglichkeiten offen sind.

Seelsorge hilft, dass bei diesem Prozess, die Waage zwischen Mir und Dir ausgewogen bleibt. Sie gibt einen Rahmen, in dem es möglich ist, einander ehrlich und offen zu begegnen. Sie begrenzt die eigenen, überzogenen Machtansprüche und fördert das gegenseitig Verstehen. Sie hilft, die Andersartigkeit des anderen zu akzeptieren - und wo nötig zu ertragen. Sie verdeutlicht, um was es geht, indem sie Fragen stellt und Unterschwelliges anspricht. Sie hilft, dass jeder eine klare Entscheidung treffen kann: für sich *und* für den anderen. Denn bei Machtkämpfen geht es meist nicht um richtig oder falsch - sondern um eine ganz eigene Sichtweise der Wirklichkeit. Das ist der Grund, warum wir mit rationalen Argumente nicht weiterkommen. Machtkämpfe sind nur zu befrieden, indem jede Seite loslässt - und bereit ist, sich auf den anderen und seine Sichtweise einzulassen. Warum ist das so schwierig?

Was steht hinter der Gewalt?

Der Gewalttätige will sich das nehmen, was er meint, dass es ihm zusteht und was er nicht anders bekommen kann. Er fühlt sich als Betrogener, der für sich kämpfen muss, sonst kommt er zu kurz. Er will nicht verloren sein und auch nicht als Verlierer dastehen. Hinter Gewalt stecken Hilflosigkeit und Heimatlosigkeit. Hinter überzogener Macht steckt ein kleines, schwaches Ich. Deshalb werden nicht nur aggressive Rambos gewalttätig, sondern auch hilflose, eher schwach wirkende Typen, von denen man es nicht vermuten würde. Das Problem ist: Je mehr ein schwaches Ich Widerstand bekommt, desto mehr wird es sich in Macht und Gewalt flüchten, sich groß und mächtig gebärden. Es ist also wichtig, sich nicht gegen das große Ich zu stellen, das würde nur zu einer Eskalation und einer Ausweitung des Machtkampfes beitragen, sondern dem schwachen, kleinen Ich zu helfen, dass es stark wird. Es geht um das starke Ich, nicht um das große, das sich nur aufbläst und groß macht - es aber nicht ist. Es fordert und gibt nicht, es übt Macht aus, ohne tatsächlich „vollmächtig“ zu sein. Das starke Ich dagegen kann nachgeben, verzichten, den anderen in den Blick nehmen, ohne sich selbst zu verlieren. Es ist großzügig, emphatisch, barmherzig und kann sich selbst zurückstellen.

Gottes Ziel ist: „Ich will das Schwache stärken“ (Hesekiel 34,16). Es ist also ein großer Gewinn, wenn der scheinbar Starke, das große Ich, seine eigentliche Schwachheit einsehen und zugeben kann. Er wird an Stärke gewinnen und durch seine Ehrlichkeit sich selbst und anderen gegenüber wirklich mächtig (wirkmächtig) sein. Er bittet Gott um echte Stärke und bekommt die Kraft, die in den Schwachen mächtig ist (2. Korinther 12, 9). Das ist die Macht der Liebe.

1. 8. 2022, Johannes Stockmayer (www.bettina-johannes-stockmayer.de)

Sich durchsetzen oder nachgeben?

Voraussetzungen

Einen festen und sicheren eigenen Standpunkt haben, sein Fähnchen nicht nach dem Wind hängen und abhängig sein von der Meinung anderer Menschen. Nicht wie ein Woge sein (Jakobus 1,6).

Sich festmachen an Jesus Christus: „Ich bin gewiss ...“ (Römer 8,38-39). Dadurch unabhängig und sicher sein in sich selbst. Aus Gelassenheit erwächst Ruhe und die Gewissheit, dass Gott für mich streitet.

Mit Ungerechtigkeit umgehen lernen, sie aushalten. Das Leben ist nicht gerecht und niemand kann immer nur gewinnen. Die eigenen Nachteile ertragen können – ohne das Gefühl zu haben, Opfer zu sein.

Geduld haben – Gottes Gerechtigkeit wird sich durchsetzen – auf seine Weise. Gott schafft Gerechtigkeit und sorgt für den gerechten Ausgleich (2. Thessalonicher 1, 3-12).

Lernen, in der Leidensgemeinschaft mit Jesus zu sein. Er nimmt unsere Lasten auf sich und wir sein Joch (Matthäus 11,28-30). Unsere Nachteile verwandelt er in Herrlichkeit (2. Korinther 4, 17-18).

Von Jesus lernen

Jesus kommt in einem Stall zur Welt, wer kennt die Position der Schwachheit – gleichzeitig wird von ihm gesagt, dass er die Mächtigen vom Thron stößt und die Niedrigen erhebt (Lukas 1,51).

Er fügt sich seinen Eltern (Lukas 3,51) und widersteht dem Teufel (Lukas 4,1).

Er predigt mit Vollmacht und heilt Kranke (Lukas 4,40).

Er provoziert die Schriftgelehrten, lässt sich aber selbst nicht provozieren (Lukas 10,25-37).

Er wird bedroht (Lukas 4,29), aber liebt die Menschen (Lukas 5,31).

Er prangert die Sünde an (Lukas 5,32), aber vergibt dem Sünder (Lukas 5,20).

Er hält sich an das Gesetz (Lukas 6,5), aber heilt am Sabbath (Lukas 6,6).

Er treibt die Händler aus dem Tempel (Lukas 19,45), aber schweigt, als man ihn beschuldigt (Lukas 23,9).

Er befiehlt, nicht das Schwert zu ergreifen (Lukas 22,51), macht aber deutlich, dass es nicht ohne Auseinandersetzungen geht (Lukas 22,8).

Er ist dafür, offen zureden (Lukas 12,3), fordert aber gleichzeitig dazu auf, abzuwarten, was der Heilige Geist sagt (Lukas 12,12).

Er fordert die Menschen auf Salz zu sein (deutlich, scharf, unterscheidbar), gleichzeitig sollen sie aber auch Licht sein (erhellend, dienend, Orientierung gebend) (Markus 9,50).

Fazit

Als Jünger Jesu sollen wir in der Lage sein, beides zu tun: nachzugeben und uns durchzusetzen – je nachdem, was in der augenblicklichen Situation das richtige Verhalten ist. Richtig ist, was Jesus entspricht und dem Ziel dient, das Reich Gottes zu bauen. Wir bauen das Reich Gottes, wenn wir die Menschen lieben und ihnen dienen.

Das Ziel vor Augen

Vielleicht geht es heute um einen großen Endspurt. Bevor wir das Ziel erreichen, kommt noch eine schwierige Etappe. Ich beobachte eine zunehmende Zuspitzung der Gegensätze und erlebe in unterschiedlicher Weise, dass latente, verdrängte und längst vergessene Konflikte mit Vehemenz ausbrechen.

Latente Konflikte

Lange Zeit ist es uns gelungen, anstehende Klärungen zu verdrängen. Ich würde sogar sagen: Wir haben eine Meisterschaft im Verdrängen entwickelt. Was es nicht geben durfte, gab es nicht. Die Umstände haben es uns leicht gemacht: Es war vieles möglich, wir konnten uns beschäftigen – vielleicht sogar vergnügen – und dabei so tun, als wäre alles gut. Wir wollten nicht sehen und haben die Augen zugemacht. Wir haben uns eingebildet, dass es immer so sein würde. Wir wollten uns nicht beeinträchtigen lassen durch irgendwelche Probleme oder dringend notwendige Auseinandersetzungen. Es sollte uns gut gehen - und es ging uns gut. Das ist nun vorbei. Wir müssen uns stellen!

Dass sich unterschwellige Konflikte melden, sehe ich weltweit, genauso wie im kleinen Bereich der christlichen Gemeinden. Weltweit: Die dunklen Schatten einer menschenverachtenden Kolonialzeit melden sich. Ungeklärte Gebietsansprüche explodieren in einem Gefühl von Ungerechtigkeit. Was einst nur oberflächlich geregelt wurde, wird nun infrage gestellt. Kriegerische Auseinandersetzungen sollen die Gerechtigkeit wieder herstellen, verschärfen aber nur das Unrecht. Jede frühere Überheblichkeit rächt sich nun. Im Kleinen: In Gemeinden tritt zutage, was wir bislang versäumt haben. Es zeigt sich, wie wackelig unsere Beziehungen, wie wenig klar Strukturen sind und auf welch schwachen Beinen die Leitung steht. Geht es uns gut, spielt das alles keine Rolle, können wir die Schwächen überspielen – oder einfach nicht ernst nehmen. Nun wird es eng und zeigt sich, wo wir unsere Hausaufgaben nicht gemacht haben. Alte Konflikte brechen wie bei einem Vulkan unvermittelt an die Oberfläche. Vor allem müssen wir erkennen, wie dünn unser Vertrauen in Gott ist, wie wenig unser Glaube aushält. Wir kämpfen um uns und um unser Recht, als ob es keine Rechtfertigung Gottes gäbe, als hätten wir noch nie etwas von Gnade gehört und als wären Barmherzigkeit und Liebe Fremdworte.

Sich zuspitzende Gegensätze

Der Individualismus ist in seine Endphase getreten. Die totale Selbstverwirklichung des Einzelnen ist nicht mehr im bisherigen Maß möglich, der Gegensatz zwischen Einzelinteressen und gemeinsamen Interessen verschärft sich. Wer gibt nach? Wer tritt zurück? Sind wir bereit, unsere – auch berechtigten – Bedürfnisse zugunsten eines umfassenden Miteinanders aufzugeben? Überhaupt: Wie sieht ein Miteinander aus lauter exzentrischen, selbstbewussten, starken Individuen aus? Es geht nicht anders: Wir sollten auch die schwierigsten und seltsamsten Menschen einen Platz in unserer Mitte geben – aber diese müssen bereit sein, sich in ein großes Ganzes einzuordnen. Unser Miteinander funktioniert nur dann, wenn beides geschieht. Die Voraussetzung ist, dass wir uns grundsätzlich akzeptieren. Die notwendige Eigenschaft dafür heißt Toleranz, wir brauchen ein sehr weites Herz. Im christlichen Bereich bedeutet das: Wir brauchen eine riesige Portion Liebe. Aber gleichzeitig müssen wir in neuer Weise lernen, verantwortlich zu leben – also das Ganze zu sehen und nicht nur sich selbst. Die Mündigkeit des Menschen müsste neu entdeckt werden – das sind nicht nur Menschen mit einem großen Mund, die viel reden und wenig tun, sondern das bedeutet vor allem ein Handeln mit Respekt, Zuverlässigkeit und deutlichem Gemeinsinn. Absprachen, gemeinsames Handeln, klare Kommunikation im Hören aufeinander und ein eindeutiges Zielbewusstsein sind in kritischen Zeiten erforderlich: Nur

gemeinsam schaffen wir es. Ich beobachte im Gegensatz dazu eine Gesellschaft, die immer mehr in ihre Einzelteile zerfällt, die Differenzierung wird zur Polarisierung. Gegensätze spitzen sich zu – das heißt: jeder kämpft für sich, um sein Recht, um seine eigene Komfortzone, um sein Überleben. Wir überleben aber nur gemeinsam.

Der Kampf um die besten Plätze

Wer vorn ist, gewinnt. Wer am meisten Kapital besitzt, kommt durch. Wer sich am besten durchsetzen kann, wird sich behaupten – alle anderen bleiben zurück. Es ist ein Kampf um die besten Plätze entbrannt. Der Egoismus nimmt zu: Hauptsache, ich überlebe, Hauptsache, ich komme ins Ziel. Wer sich schwach fühlt, sucht sich Unterstützer. Wichtig ist, dass ich zur Gruppe der Sieger gehöre. Ich bin stark, wenn wir uns gemeinsam stark machen. Einseitige Ideologien breiten sich aus, denn sie verbünden uns mit denen, die die lautesten Argumente haben. Ein neuer Nationalismus vermittelt Werte: mein Besitz, mein Leben, mein Volk, mein Land. Das gilt es nun zu behaupten und zu verteidigen – notfalls mit Waffengewalt.

Genauso prallen gegensätzliche Kulturen aufeinander. Das sind Traditionen, die eine Identität geben: Es muss doch eindeutig *so* sein und nicht anders! Was mich prägt, ist richtig, meine Glaubensüberzeugung ist absolut. Der Islam behauptet sich auf aggressive Weise – manche Christen auch. In offensiver Weise kämpfen verschiedene Religionen um die Vorherrschaft. Die Christen geraten dabei ins Hintertreffen, da ihr Glaube eine dienende Haltung verlangt. Die Christenverfolgungen nehmen zu. Erschwerend kommt hinzu, dass die Christen untereinander nicht eins sind und dass auch in ihren eigenen Reihen die Gegensätze zunehmen. Es sind nicht nur die konfessionellen Unterschiede, die die Christen schwächen, sondern mehr noch ihre jeweils eigene Interpretation der Bibel. Jeder weiß es anders, jeder weiß es besser.

Auseinandersetzungen finden heute auf vielen, ganz unterschiedlichen Kampfplätzen statt:

- Da ist die Auseinandersetzung zwischen Jung und Alt: Die Alten wollen bewahren, was sie sich ein Leben lang erarbeitet haben, und nun die letzte Phase ihres Lebens genießen. Die Jungen haben den Eindruck, dass ihre Möglichkeiten schwinden und sie weniger Chancen haben als frühere Generationen – die Ressourcen sind verbraucht. Das äußert sich in einer schärfer werdenden Diskussion um die Klimaveränderung. Die Jungen fühlen sich als „letzte Generation“ und wehren sich gegen Perspektivlosigkeit – oder resignieren.
- Da ist die Auseinandersetzung zwischen Arm und Reich: Die einen besitzen immer mehr, die anderen sind mit ihrem Existenzminimum konfrontiert. Medizinische Behandlungen über die Grundversorgung hinaus können sich bald nur noch Privilegierte leisten. Der „Wohl-Stand“ scheint für Einzelne unerreichbar. Flüchtlinge kommen zu uns, weil sie von unserem Überfluss profitieren wollen. Das Gefühl von Ungerechtigkeit macht sich aggressiv Luft. Wer keine Chance hat, hat nichts zu verlieren. Trotzdem protzen die, die weit mehr haben, als sie brauchen, mit ihrem Besitz. Wie lange kann das gut gehen?
- Da ist die Auseinandersetzung zwischen oben und unten. Wer oben ist, möchte es bleiben, wer unten ist, fühlt sich abgehängt. Es wird von „denen da oben“ verlangt, dass sie die „da unten“ versorgen – aber gleichzeitig werden sie infrage gestellt und, wenn die Erwartungen nicht erfüllt werden, scharf kritisiert. Leitungseliten, demokratisch gewählte Regierungen oder allgemein die Staatsmacht wird abgelehnt, schlimmstenfalls aktiv bekämpft. In einer Gesellschaft, in der die Prinzipien von Recht, Gesetz und Ordnung nicht akzeptiert werden, sind Willkür und Chaos Tür und Tor geöffnet.
- Da ist die Auseinandersetzung zwischen fromm und beliebig. Während die einen an ihren festen Werten festhalten und sich hinter ihnen wie hinter einer Mauer verschanzen, ist für die andern alles möglich, sie leben ohne Vorgaben. Frömmigkeit wird zum Geschäft,

Beliebigkeit zum Prinzip. Dazwischen eröffnen sich tiefe Gräben, eine Begegnung zwischen den Fronten scheint unmöglich. Der Glaube wird zum Machtkampf, es geht um die richtige Überzeugung: Der eine glaubt an *seinen* Gott und wird dabei leicht selbstgerecht – der andere glaubt an sich selbst und hält alles für recht, was ihm nützt – stürzt sich dabei aber ins Unrecht. Die Gesellschaft leidet an einem Glaubwürdigkeitsproblem. Ein gemeinsames Fundament bröckelt, es gibt keine Verlässlichkeit mehr.

Alle diese Auseinandersetzungen (und noch einige andere) müssen bearbeitet werden. Wir sind insgesamt herausgefordert, uns zu stellen, um neue Vorgaben und Verhaltensweisen zu entwickeln. So wie es bisher war, geht es nicht weiter. Nur: Was kommt jetzt? *Wie* geht es weiter? Die Unsicherheit verschärft die schon schwierige Lage noch mehr, ein Konglomerat des Schreckens nimmt zu: Woher bekommen wir Hilfe? Das müsste jetzt unsere vorrangige Frage sein, wenn wir uns einmal in aller Ruhe darauf besinnen würden, was wir tun könnten – ohne panisch zu reagieren. Wir müssen diese Frage stellen und intensiv nach Antworten suchen. Für Christen heißt sie: „Unsere Hilfe kommt von Gott, der Himmel und Erde gemacht hat“ (Psalm 121,2).

Um was geht es wirklich?

Die vielen Kampfplätze ermüden und rauben alle Kraft und Freude am Leben. Viele Menschen fühlen sich erschöpft und ausgelaugt und haben keine Lust mehr, sie ziehen sich am liebsten ins Privatleben zurück. Wer mag es ihnen verdenken? Es scheint, als ob nichts mehr klar wäre, als sei alles in Bewegung, wären die Veränderungsprozesse wie ein gewaltiger Sturm, der alles durcheinanderbringt, würden die entfesselten Mächte des Bösen ihr Unwesen treiben. Jede Kleinigkeit mündet in eine heftige Auseinandersetzung, jeder Vorgang muss neu geregelt werden, nichts ist mehr gewiss, nichts so, wie es einmal war. So scheint es wenigstens. Das Deprimierende dabei ist: Das ist alles erst der Anfang. Es wird noch schlimmer kommen. Die Gegensätze werden jetzt erst anfänglich deutlich, sie werden sich noch offensiver zeigen. Und die Erkenntnis, dass wir nichts an diesen Entwicklungen ändern können, macht die Lage nicht einfacher. Tatsächlich: Die Gegensätze müssen sich zeigen. Es muss offenbar werden, was nicht in Ordnung ist, wo wir nacharbeiten müssen. Wir müssen mit den Konsequenzen unseres bisherigen Lebensstils konfrontiert werden, damit wir uns endlich ändern. Werden wir das? Die Auseinandersetzungen müssen sich zuspitzen, damit wir endlich feststellen, auf was es wirklich ankommt.

Wir müssen lernen loszulassen: unser Recht, unsere Ansprüche, unseren Besitz. Es geht nicht mehr um den Erhalt des Bisherigen, sondern um die Freiheit für das Neue. Unsere Hände müssen leer werden. An was wir uns klammern, muss sich als brüchig erweisen. Wir können nicht mehr so weitermachen mit unbegrenzter Mobilität, wir müssen lernen, uns zu beschränken. Wir können unseren Lebensstandard nicht mehr auf der bisherigen Höhe halten, wir müssen bereit sein, ärmer zu werden und die Komfortzone verlassen. Verzicht ist angesagt, der grenzenlose Konsum ist vorbei. Und dabei stellt sich die Frage: Was brauchen wir wirklich und was können wir auch lassen:

- Wir müssen lernen, den anderen wahrzunehmen und neu zu achten, damit wir sehen, was er wirklich braucht. *Gerechtigkeit ist nicht das Gleiche für alle, sondern die Zufriedenheit des Einzelnen. Was macht mich zufrieden?*

- Wir müssen lernen, die Kleinigkeiten zu schätzen, und mit weniger auskommen. Wir dürfen uns nicht mehr an unseren Besitz klammern: unser Haus, unser Auto, unser Konto, unsere Aktien, sondern sollten verstehen, dass das alles nur vorläufige Dinge sind. Unsere Heimat ist im Himmel bei Gott (Philipper 3,20). Dorthin führt unser Weg und dort bekommen wir alles, was wir brauchen. Wir nehmen nichts von unseren irdischen Gütern mit.

- Wir müssen unsere Angst vor dem Existenzminimum verlieren, die große Sorge, wie es wird und ob wir überleben können. Letztlich heißt das: Wir müssen unsere Angst vor dem Tod verlieren. Dabei hilft uns, dass wir uns klarmachen, dass dieses Leben nicht alles und der Tod nicht das Ende ist. Vor uns liegt die Ewigkeit bei Gott, in seinem himmlischen Reich. Mit diesem Ziel vor Augen können wir loslassen und ertragen, dass wir heute Mangel leiden und wir jetzt nicht alles bekommen, was wir uns wünschen. Wir verstehen langsam, dass unser Glaube an Gott nicht auf Ansprüchen oder Argumenten beruht, sondern auf der Kraft seiner Liebe. Es gibt mehr als das Heute, mehr als mich, mehr als meine Vorstellungen. Unser Blick muss weiter werden – über uns hinaus.

Es geht um Gott

Der letzte und der größte Gegensatz ist der zwischen Tod und Leben. Wer gewinnt in dieser Auseinandersetzung? Im Augenblick scheinen die Mächte des Todes zu triumphieren. Der Tod ist der letzte Feind (1. Korinther 15,26). Aber er ist besiegt: durch Jesus Christus (1. Korinther 15, 55-57). Wir stehen vor einer finalen Auseinandersetzung: In ihr geht es um den Herrschaftsanspruch Gottes. Es geht um Gott! Und seinen Anspruch an uns. Letztlich läuft alles darauf hinaus, dass Gott sich als der ewige und mächtige Herr dieser Welt erweist – und wir seine Macht anerkennen. Daraufhin spitzt sich alles zu. Gott kommt, um die Gegensätze aufzuheben, um eine grundsätzliche Versöhnung zu bringen. Er versöhnt die Gegensätze in sich. Und zuletzt wird es sein wie am Anfang: Es ist alles gut! Gott tritt seine Herrschaft an, er ist alles in allem. Die Menschen erfahren Frieden und Geborgenheit in seinem Reich, in seiner Gegenwart: „Gott wird bei ihnen wohnen, und sie werden sein Volk sein und er selbst, Gott mit ihnen, wird ihr Gott sein ...“ (Offenbarung 21,3).

Aber vorher geht es nicht ohne schwere Auseinandersetzungen, sogar Kämpfe ab. Es sind Machtkämpfe: Wer ist unser Gott? Welche Macht beherrscht uns? Die Götzen, an die wir glauben, müssen ausgerottet werden. Gesundheit, Auto, Besitz, Wohlstand und der persönliche Egoismus können zu Götzen werden. Wir sollen frei werden von ihnen – frei von uns selbst. Wir sollen lernen, alles von Gott zu erwarten, ihm unsere Hände hinstrecken und ihn um seine Hilfe und seinen Beistand bitten. Wir sollen verstehen, dass wir nichts sind, damit Gott alles sein kann. Das ist ein Sterbeprozess – und diesen Sterbeprozess erfahren wir jetzt gerade. Er ist notwendig, damit der Neufang Gottes möglich wird, sein Leben sich durchsetzt. Der Sterbeprozess tut weh, ist unangenehm und beängstigend. Wir werden konfrontiert mit unserem Ende, mit unseren Unmöglichkeiten. Aber das ist gut für uns. In dem Maß, indem wir einwilligen in unser Sterben und es uns gelingt, uns selbst loszulassen, wird Gott sichtbar und stark sein. Unser Eigenwille muss sterben, das selber machen Wollen, das dickköpfige Ich – damit Gott die Kontrolle übernehmen und alles so verändern kann, wie er es möchte.

Sicher ist: Gott kämpft für sich und er wird siegen. Er wird letztlich den Kampfplatz der Unterschiede als Sieger verlassen. Sämtliche Gegensätze haben dann keine Bedeutung mehr. Die latenten Konflikte sind entmachtet. Es gibt nur noch ihn: den mächtigen, allmächtigen liebenden Gott. Aber bevor Gott sichtbar auf den Plan tritt, müssen wir uns auf heftige Auseinandersetzungen einstellen. Wir müssen sie führen, wir müssen sie durchhalten. Sie dienen dazu, uns zu zeigen, dass wir am Ende sind. Wenn wir das verstanden haben, kann das Neue beginnen.

Das Ende ist ein neuer Anfang

Wenn wir die Weltlage anschauen, erfüllt uns berechtigte Sorge. Wir spüren, wie globale Entwicklungen, Katastrophen, geopolitische Veränderungen und Klimaverschlechterungen auch unsere kleine Welt berühren und uns ganz persönlich bedrohen.

Aus der Sorge entsteht Unsicherheit, das Vertrauen in eine heile Welt, in der alles immer besser wird und in der das Wachstum unbegrenzt scheint, verschwindet. Die guten Jahre scheinen grundsätzlich vorbei zu sein und die Pläne eines unbeschwertem Lebens bis ins hohe Alter sind Makulatur.

Angst macht sich breit – und tatsächlich nehmen die Ängste zu. Ängste erzeugen Erstarrung, Rückzug oder machen sich in panischen Reaktionen Luft. Man ruft nach Sicherheit und fordert vom Staat die nötige Unterstützung. Eine nachhaltige Absicherung gibt es aber nicht mehr, man fühlt sich ausgeliefert.

Andere verdrängen ihre Sorgen und leben nach dem Motto: „Lasst uns essen und trinken, denn morgen sind wir tot“ (1. Korinther 15,32). Die Bedrohung wird unter den Teppich geschoben – aber dort sammelt sie sich. Ich beobachte, dass sich unterschwellige Konflikte anhäufen und verborgene Aggressivität eine gefährliche Gemengelage an eruptiver Energie anstaut. Es erfordert viel Anstrengung, um sie im Verborgenen zu halten und ihren Ausbruch zu verhindern. Treten krisenhafte Ereignisse auf, wird der Boden dünn, bröckelt der Schutzschild und alles, was sich angesammelt hat, entlädt sich, der versteckte Schrecken wird offenbar.

Den einzigen sicheren Raum gibt es bei Gott. Wir müssen uns diesen Raum neu erschließen. Es ist „der andere Raum“ mitten in der Welt, das Besondere inmitten des Gewöhnlichen. Der Raum der Geborgenheit inmitten von Unsicherheit, das Leben im Tod, die Ruhe im Sturm. Der Raum bei Gott ist ein außergewöhnlicher Raum, den wir nur finden, wenn wir unsere eigenen Kontroll- und Absicherungsmaßnahmen loslassen. Wir finden ihn in Beziehungen, im aufbauenden und ermutigenden Gespräch mit anderen, in der Gemeinde, im Hauskreis, im Gottesdienst. Wir finden ihn unvermittelt wie eine Hütte im Gurkenfeld (Jesaja 1,8) oder wie ein kleines Kirchlein an einem heißen Sonnentag nach einer anstrengenden Wanderung. Wir treten ein und sind woanders (Heterotopie). Wir erfahren Stille, Geborgenheit, Sicherheit, kühle Erfrischung, Ruhe, die neue Kraft schenkt.

Wir finden den Raum in unserem Herzen – denn hier in unserer Mitte ist Gott. Manchmal ist er verborgen, unerkannt, schweigend. Aber er ist da und lässt sich ansprechen und wir erkennen: In uns ist Geborgenheit, Sicherheit, Ruhe. Wir müssen nur zu uns kommen, in uns gehen und alle Bestrebungen aufgeben, die uns außer uns sein lassen – dann finden wir Gott und treten ein in den Raum seiner Gegenwart. Im Buch Prediger in der Bibel steht die Aufforderung: „Wenn des Herrschers Zorn wider dich ergeht“ (das sind die Umstände), „dann verlasse deine Stätte nicht“ (das ist das Herz), „denn Gelassenheit wendet großes Unheil ab“ (Prediger 10,4).

Wir treten ein in den Raum Gottes, wenden uns ab von allem, was auf uns einströmt und uns bestimmt. Wir gehen in dieses Kämmerlein (Matthäus 6,6), in die Verborgenheit. An diesem Ort legen wir unsere Sorgen ab. Wir wenden unseren Blick von der Angst ab und schauen nicht mehr auf die Bedrohung. Wir wenden uns Gott zu. Wir werden still und hören auf ihn, wir warten ab und verweilen in Geduld, wir beten ihn an. Wir widerstehen den Fliehkräften. Wir geben unsere mühseligen und erfolglosen Versuche auf zu retten, was zu retten ist, und auch unsere Erwartungen an andere Menschen. Wir erwarten alles von Gott. Wir stellen fest, dass er der Herr ist, und bekennen ihn als den Herrscher der Welt. Wir proklamieren seine Größe und beharren unverzagt darauf, dass er alles im Griff hat. Er ist der Größte, nicht die

Mächtigen dieser Welt. Er regiert, nicht die Umstände einer zu Ende gehenden Welt. Diese Feststellung, dieses Bekenntnis macht uns stark und hilft uns, der Unsicherheit und Bedrohung zu widerstehen. Nun ordnet sich unser Leben neu: Wir verstehen, was wichtig ist und was nicht. Das Gleichgewicht zwischen Geben und Nehmen wird wiederhergestellt: Ich empfangen und kann austeilen. Ich werde versorgt. Ich habe alles, was ich brauche.

Der Raum bei Gott ist allerdings nicht der fromme Raum der eigenen persönlichen Religiosität, in den wir uns zurückziehen. Wir hören Jesu Feststellung: „In der Welt habt ihr Angst, aber seid getrost, ich habe die Welt überwunden“ (Johannes 16,33). Wir bekommen den Mut und auch die Lust, in diese überwundene Welt hinauszugehen. Wir proklamieren nun den Sieg Gottes über diese Welt mit ihren bedrohlichen Umständen und lassen uns nicht in die Flucht schlagen. Wir widerstehen der Angst, wir schauen sie an – und dabei bekommt die Angst ein Gesicht. Wir sehen in das Gesicht einer leidenden Kreatur. Wir beginnen zu trauern über alles, was vergeht. Das Bedrohliche ist nicht mehr bedrohlich – höchstens noch komisch, aber auch zutiefst erbarmungswürdig. Wir sehen die Not und klagen sie Gott. Wir sind nicht mehr erschreckt und bedroht, sondern betroffen. Unsere tiefe Trauer ist der Anfang zu Neuem, unsere Betroffenheit führt zur Umkehr: Wir haben Gott vergessen, wir haben nur auf uns geschaut und unseren Vorteil im Sinn gehabt, wir wollten in unserer Komfortzone bleiben und ein schönes Leben führen. Das ist nun vorbei. Wir können uns nicht mehr in dieser Welt einrichten und alle Vorteile genießen. Wir geben auf, immer mehr zu wollen.

Wenn wir frei sind von uns selbst und uns nicht mehr um uns selbst drehen müssen, können wir aufsehen und unser Köpfe erheben (Lukas 21,28). Wir sehen und nehmen wahr: was wir wahrnehmen, wird wahr, es wird wirklich. Wir erkennen, dass Jesus kommt. Wir schauen ihm entgegen. Das Ende ist ein neuer Anfang. Daraus schöpfen wir nun unsere Zuversicht, unseren Mut und unsere Kraft. Wir leben in einer Zeit, in der das Kommende, das Reich Gottes, immer näher kommt und offener wird. Aber das bedeutet, dass Neues und Altes in eine immer schärfere Konfrontation zueinander kommen. Polarisierungen nehmen zu, Emotionalität erhöht sich, Ungeduld wächst. Die Auseinandersetzungen werden größer. Letztlich spitzen sie sich auf die Frage zu: Wer hat die Macht? Wer ist stärker? Wer ist der Herr? Gewalttätige Menschen werden behaupten, dass es von ihnen abhängt, wie es weitergeht. Die Umstände werden ihre Eigendynamiken entfalten. Egoismus und Lieblosigkeit werden behaupten, dass es gar nicht anders geht, weil jeder sich selbst der Nächste ist. Wie ein Heer versteckter Dämonen werden die Altlasten der Vergangenheit, die verdrängten und unbearbeiteten Sünden, hervorbrechen und uns mit allem konfrontieren, was wir versäumt haben. Genau in diese Situation hinein bekennen wir Gott als den Höchsten, den Allmächtigen. Wir machen ihn groß, größer als alles andere: die Umstände, die Versäumnisse, die Machtmenschen. Wir lassen uns von nichts beeindrucken, sondern schauen auf den Herrn der Welt, der aufgebrochen ist, um zu uns zu kommen – um uns heimzuholen.

Jetzt haben wir noch Zeit: Zeit, Dinge in Ordnung zu bringen, die bisher unerledigt geblieben sind. Jetzt ist die Zeit, unseren Glauben zu stärken, unseren Mut und unsere Hoffnung auf eine feste Grundlage zu stellen. Jetzt ist es wichtig, gute und sichere Beziehungen aufzubauen, den Raum bei Gott zu beziehen. Jetzt sollten wir dort Heimat finden. Dazu ist es notwendig, dass wir uns versöhnen, alles beiseiteräumen, was zwischen uns steht. Wir sollten jetzt die Altlasten zu Gott bringen, die uns bewusst sind. Jetzt sollten wir uns frei machen von allem, was uns bestimmen und festlegen möchte. Dann können wir die Kontrolle aufgeben – um sie ganz Gott zu überlassen. Wir lassen uns auf ihn ein und vertrauen ihm.

Wir können ihm alles geben, weil wir wissen, dass wir alles von ihm bekommen. Sogar unser Leben können wir ihm geben, weil er uns neues Leben schenkt. Wir stehen nicht am Ende, sondern am Anfang!

Johannes Stockmayer (www.bettina-johannes-stockmayer.de)

Die Zeichen der Zeit erkennen

Wenn ich genau hinschaue, fallen mir drei gesellschaftliche Entwicklungen auf – die ich als Endzeitzeichen interpretiere:

1. Das Tempo nimmt zu

Die Entwicklungen laufen immer schneller, eine Veränderung löst die andere ab, alles scheint in Bewegung zu sein. Termine überstürzen sich, eine Fülle an Veranstaltungen macht sich gegenseitig Konkurrenz, es wird nicht deutlich, was vorrangig wichtig ist. Vieles läuft sehr kurzfristig – wird dann aber auch wieder gecancelt oder verschoben. Es gibt eine Menge an Vorschriften und Bedingungen, Regelungen und neuen Bestimmungen, der Überblick geht verloren, man schwimmt und hat den Eindruck, dass man keine Kontrolle mehr über sein Leben hat. Das Gefühl von Ausgeliefertsein wächst, Ohnmacht und Hilflosigkeit angesichts einer komplexer werdenden Welt gewinnen die Oberhand. Ermüdungserscheinungen nehmen zu, ein hoher Krankenstand führt zu betrieblichen Ausfällen. Verwirrung macht sich breit, die Lust am Leben versiegt – man will nicht mehr, sieht aber keine Möglichkeit für ein anderes Leben.

2. Die Liebe nimmt ab

Der Egoismus wird zum vorherrschenden Lebensstil: Man muss nach sich schauen, sonst geht man unter. Die Selbstbezogenheit treibt seltsame Blüten: Lebensgenuss wird bis zum Anschlag ausgelebt (Hedonismus). Exzentrisches Verhalten wird zum Markenzeichen: Jeder ist irgendwie auf seine Weise seltsam und komisch – und pflegt das auch ganz bewusst und intensiv. Man sieht vor allem sich selbst und seine eigenen Bedürfnisse. Die Sonderlichkeiten nehmen zu. Ich beobachte ältere Menschen, die stur auf ihrer Ansicht beharren und nicht mehr bereit sind, sich auf andere Menschen einzulassen. Lläuft etwas anders, als sie es sich vorstellen, wird gemauert oder auf unverblümte Weise kritisiert. Auch im religiösen Bereich geht es zunehmend um Rechthaberei: Man benutzt die Bibel, um die eigene Position gegen den anderen zu verstärken. Man zieht sich in seine Blase zurück und verfolgt die eigene Weltsicht bis zum Extrem. Ich bewerte dieses Verhalten als Folge der Verunsicherung: Man versucht Ängste in den Griff zu bekommen, um die Kontrolle über sein Leben zurückzugewinnen. Dabei macht man alles nur noch schlimmer.

3. Versöhnung geschieht

Es gibt auch eine deutlich positive Entwicklung: Alte Unterschiede spielen keine Rolle mehr, Gräben werden überwunden. Auch extreme Position dürfen nebeneinanderher existieren, man lässt sich stehen. Unterschiedliche Kulturen verbünden sich zu einem neuen Miteinander, Völker rücken aufeinander zu. Die Entfernungen zwischen fremden Bereichen werden kleiner. Unterschiedliche Generationen finden zueinander. Es entsteht ein neues Miteinander zwischen Eltern und Kindern: Sie leben Freundschaft (Maleachi 3,24). Integration wird großgeschrieben, jeder darf seinen Platz finden und sich auf seine Weise entfalten. Ein Raum der Freiheit entsteht, Ablehnung und Vorurteile haben hier keinen Platz. Alte Geschichten haben keine Auswirkung mehr, auch in christlichen Gemeinden drängen latente Konflikte nach oben, damit sie endgültig bewältigt und abgeschlossen werden. Man sucht nach Versöhnung mit der Vergangenheit, man will sich nicht mehr von Früherem bestimmen lassen. Eine neue Generation sucht nach neuen Wegen: sozialverträglich, allgemein, verbindlich, nachhaltig. Die Zukunft spielt eine größere Rolle als die Vergangenheit.

Fazit:

Wenn wir diese drei Entwicklungsstränge gleichzeitig sehen, dann wird deutlich, warum in

unserer heutigen Zeit so viel in Bewegung ist und warum alles so anstrengend erscheint. Altes und Neues stoßen aufeinander, eine Entwicklung geht zu Ende, die andere beginnt. Symptomatisch für diesen Kulminationspunkt ist, dass er als chaotisch empfunden wird. Altes funktioniert nicht mehr (richtig), Neues greift noch nicht. Man steht irgendwo dazwischen und weiß nicht genau, wohin es geht. Das verstärkt eine allgemeine Unsicherheit. Man fordert sichere Bereiche, ruft nach einer starken, verlässlichen Macht, die eine Garantie gibt, dass alles gut wird. Von Verantwortlichen erwartet man viel, stellt sie aber gleichzeitig permanent infrage. Man bewegt sich in kurzen Intervallen zwischen Hoffnung und Schrecken. Insgesamt aber nimmt der Schrecken zu. Die Folge ist: Angst.

Angst lähmt

Weil die Angst zunimmt und alles zu überschwemmen droht, sucht man nach Auswegen. Aber statt sich zu stellen und die Angst anzuschauen – um sie bewältigen zu können –, wird sie verdrängt. Man stürzt sich in Termine, lenkt sich ab, plant, entwickelt Visionen, gerät in Hektik. Man nimmt sich keine Zeit, um nachzudenken – denn das könnte gefährlich werden. Man lässt sich treiben oder wird getrieben. Man möchte schließlich den momentanen Augenblick bis zum Letzen auskosten, viel erleben, mehrere Leben gleichzeitig führen und alles mitnehmen, was sich bietet – bis zur Erschöpfung. Aber dann kann man sagen, dass man seine Tage wenigstens gut und erfolgreich verbracht hat. Geht das eine zu Ende, kommt gleich das Nächste. Letztlich hat man Angst vor dem Sterben, alles hergeben zu müssen, nichts mehr zu haben. Es ist die Angst vor dem Tod, dem Nichts.

Weil das Nichts offensichtlich alternativlos ist, wird es verdrängt. Was es nicht geben darf, gibt es nicht. Wir leben in einer Zeit starker Verdrängungen: Wir sehen nur das, was wir sehen wollen. Das Böse, die Schwierigkeit, die Not gibt es nicht.

Suche nach Geborgenheit

Auch viele Christen ziehen sich in eine fromme (Schein-)Welt zurück und führen ein Privatleben für sich, sie sind sich selbst genug. Dabei wäre es dringend angesagt, gegen den Egoismus Altruismus, Liebe und Freundlichkeit zu stellen. Das haben die Christen im Übermaß, weil Gott es ihnen schenkt: Sie werden geliebt, versorgt und wertgeschätzt. Sie müssen sich nicht um sich und ihre Bedürfnisse kümmern. Sie können austeilen, was sie von Gott geschenkt bekommen – stattdessen verbrauchen sie es für sich selbst. In dieser materialistischen Welt fällt jeder auf, der freundlich ist. Zugewandte, interessierte, zuhörende Menschen sind etwas ganz Besonderes. Könnte nicht tatsächlich die Liebe und das Interesse am anderen ein Kennzeichen für die Christen sein? Könnten sie nicht tatsächlich Alternativen gegen die negativen Trends aufzeigen? Sie leben im Heute die Zukunft Gottes. Sie haben Hoffnung und zeigen das auch. Sie sind nicht nur mit sich selbst und ihrer Optimierung beschäftigt, deshalb können sie sich für andere Menschen engagieren. Sie sind frei von den Bedingungen dieser Welt, deshalb sind sie sichtbar anders. Ihr Miteinander in der Gemeinde ist etwas ganz Besonderes: „An eurer Liebe zueinander wird die Welt erkennen, dass ihr meine Jünger seid“ (Johannes 13,35). In der Gemeinschaft der Christen ist das zu finden, was die Welt sucht: Geborgenheit. Am Ende wird der Unterschied deutlich werden zwischen denen, die Gott gehören und denen, die ihre eigenen Wege gehen: „Ihr werdet am Ende doch sehen, was für ein Unterschied ist zwischen dem Gerechten und dem Gottlosen, zwischen dem, der Gott dient, und dem, der ihm nicht dient“ (Maleachi 3, 18).

Gemeinde sein in schwierigen Zeiten

Angst frisst Vertrauen auf. Sorgen breiten sich aus, Hoffnung schwindet, Freude wird geraubt. Genau das passiert in schwierigen Zeiten – in denen wir uns heute befinden. Entweder sind Verzweiflung und Resignation die Folge oder eine hektische Überaktivität, um zu retten, was zu retten ist – oder um zu vergessen nach dem Motto: „Lasst und essen und trinken, denn morgen sind wir tot“ (1. Korinther 15,32). Beides beobachte ich in zunehmenden Maß – auch in unseren christlichen Gemeinden. Müdigkeit und Lustlosigkeit greifen um sich, die Begeisterung für die Gemeinde geht auf null und man zieht sich ins Privatleben zurück. Oder eine Fülle unterschiedlichster Aktivitäten und Termine zeigen in übertriebener Weise: „Wir sind noch da!“ – man lebt heute so, als ob es kein Morgen gäbe.

Wie verhält sich eine Gemeinde in schwierigen Zeiten?

Ich sehe vier wichtige Grundsätze, die wir heute in unseren christlichen Gemeinden befolgen sollten, um nicht in Agonie zu versinken, aber auch nicht einer Überaktivität bis zum Burn-out zu erliegen. Wir sollten uns vor allem jetzt gemeinsam und in aller Ruhe überlegen: Was ist dran? Was will Gott? Was ist nun *wirklich* wichtig?

1. Zur Ruhe kommen

Wir stärken den Glauben in Gott. Wir kommen zu ihm und sprechen ihm unser Vertrauen aus. Wir schauen nicht auf die Umstände, sondern auf ihn. Wir zwingen uns, alle Sorgen und Ängste loszulassen. Wir legen sie in Gottes Hand: Er ist stärker als alles, was uns bedrängt. Das geht nur, indem wir unsere übertriebenen Aktivitäten aufgeben und zur Ruhe kommen. Wir lassen uns nicht von der allgemeinen Hektik anstecken, sondern verringern unser Tempo. Wir öffnen in der Mitte der Gemeinde einen Raum der Begegnung mit Gott. Wir nehmen uns Zeit für die Stille (auch wenn es um uns herum und in uns tobt). Wir halten aus, dass wir nichts in der Hand haben. Wir lernen, alles von Gott zu erwarten. Die Gemeinde schafft sich Zeiten, in denen sich die Gemeindeglieder vor Gott niederlassen, um Geborgenheit bei ihm zu erfahren: Wir sind sicher in seiner Nähe. Es kann sein, dass das etwas ganz Neues und Ungewohntes ist. Aber das ist das Gebot der Stunde: Wir treten erwartungsvoll in das Heiligtum Gottes, kommen zu ihm und beten. Wir nennen ihm unsere Sorgen und Ängste und bekennen gleichzeitig unser Zutrauen in seine Hilfe (2. Chronik 7, 12-16).

2. Zuspruch bekommen

Viele Menschen sehnen sich nach einem persönlichen Zuspruch, nach einem Wort der Vergewisserung. Sie wollen erfahren, dass sie gesehen werden, gehalten und wirklich sicher bei Gott sind. Sie suchen nach einem ganz persönlichen Zugang zur Geborgenheit bei ihm. Gerade in schwierigen Zeiten müssen sie hören, dass sie geliebt und gehalten sind. Die Predigt im Gottesdienst ist wichtig, aber oft zu allgemein. Viele Menschen brauchen die absolute Gewissheit, dass es sie betrifft, dass sie wirklich gemeint sind. Es gibt so viele Worte und Meinungen in dieser Zeit – wo ist das persönliche Wort, an dem man sich festhalten kann wie an einem Rettungsseil? Dafür sind Mitchristen nötig, die zuhören und Hoffnung geben. Auf einer ganz persönlichen Ebene sprechen sie die Verheißungen Gottes zu und vermitteln seine Kraft und neuen Mut, indem sie für die Menschen beten und sie segnen. Sie geben keinen Rat, sondern nehmen auf und helfen, die Lasten vor Gott zu bringen. Sie sprechen das Wort Gottes in die Not der Einzelnen hinein. Sie legen dem Bedürftigen die Hände auf und schaffen so einen ganz besonderen Zugang in seine Abgeschlossenheit hinein. Ein biblisches Wort wird zur persönlichen Zusage. Friede breitet sich aus und wird zu erlebbarer Gelassenheit, durch die Wahrheit Gottes wächst der Glaube. Die ermutigende Liebe Gottes wird spürbar. Am besten geben sie diesen Zuspruch in Form eines

Segenskartchens mit. Wie die Kreditkarte im Geldbeutel ist es eine ständige Bekräftigung, die unverbrüchliche Vergewisserung: Gott ist mit dir. Diese Tatsache kann jederzeit eingesetzt und aufs Neue aktiviert werden. So ist die Zuwendung von Mensch zu Mensch auf einer sehr tiefen, persönlichen Ebene die Bekräftigung der Gegenwart Gottes – ein wichtiger, lebenserhaltender Dienst in schwierigen Zeiten. Neben Not und Zweifel wächst die Gewissheit: Der starke Gott ist an meiner Seite!

3. Zusammenstehen

Die entscheidende Grundvoraussetzung für das Gemeindeleben in schwierigen Zeiten ist, dass die Menschen ihren Ärger an ihren Mitmenschen oder sogar Mitchristen aufgeben. Wir können nur gemeinsam, miteinander, in großer Einheit vor Gott sein und seinen großen Segen empfangen, der jedem zusteht. Niemand wird ausgeschlossen, keiner ausgegrenzt. Jetzt ist es dringend an der Zeit, alte Fehden zu beenden. Auch wenn eine grundsätzliche Aufarbeitung alter Verwerfungen auf die Schnelle nicht möglich ist, wendet man sich doch einander zu und fängt grundsätzlich neu miteinander an. Die Hürden der Antipathie und die theologischen oder persönlichen Unterschiede werden überwunden. Sie werden einfach für unbedeutend erklärt. Und angesichts aller Schwierigkeiten sind sie tatsächlich nicht mehr relevant, anderes ist wichtiger. Die Not führt zueinander, denn wir bewältigen sie nur in Einheit. Unterschiede sind nicht mehr entscheidend, die Bewältigung der Schwierigkeiten verbindet. Gerade auf die Einmütigkeit der unterschiedlichen, verschiedenen, so ganz eigenen Menschen hat Gott eine besondere Verheißung gelegt: „Wenn ihr euch einig werdet, was wichtig ist und was ihr wollt – will ich eure Bitten erhören“ (Matthäus 18,19). Wir können uns heute angesichts der Probleme keine Gräben mehr leisten, wir müssen zueinanderfinden – auch wenn die Bewertung der Lage ganz unterschiedlich ausfällt. Was der Einzelne denkt, meint und fühlt, ist nicht so wichtig, bedeutender ist die gemeinsame Not und die Hilfe, die alle von Gott erhoffen und erbitten. Seine Hilfe ist nicht individualistisch, sondern nur gemeinschaftlich, sie gilt allen auf gleiche Weise. So schauen wir nicht auf unsere speziellen Bedürfnisse, sondern auf Gott. Wir wenden unseren Blick von uns weg und schauen auf ihn: Von ihm erwarten wir Hilfe. Wir verzichten auf unsere eigenen Erklärungsmodelle und Lösungsmöglichkeiten. Wir geben unser Vorlieben auf und kommen miteinander als Bedürftige vor Gott. Unsere Bedürftigkeit eint uns, in unserer Hilflosigkeit sind wir gleich.

4. Gutes tun

Die Gemeinde ist anders als die Welt, die Christen machen den Unterschied. Während in der Gesellschaft Egoismus und Individualismus zunehmen, geht es in diesen schwierigen Zeiten um den anderen. Wir Christen ziehen uns nicht in den frommen Bereich unserer privaten Religiosität zurück. Wir sind präsent. Wir helfen einander, wir stehen uns bei. Wir lieben – mit einer großzügigen und umfassenden Liebe. Das geht nur, wenn wir von uns wegsehen und den anderen höher achten als uns selbst (Kolosser 2,3-4; Römer 12,9-21). Dem Nächsten soll es gut gehen, denn dann geht es auch mir gut. Zuerst kommt der bedürftige Mensch, dann ich. Ein solches Verhalten fordert uns persönlich heraus, ist aber auch ein deutliches Zeichen in unserer Gesellschaft. Es geht auch anders! Wenn die Menschen wahrnehmen, dass in der Gemeinde der Christen Hilfe zu bekommen ist, dann werden sie dort hingehen. Viele sind auf der Suche nach Wärme, Geborgenheit, Zuwendung, sie sehnen sich nach wirklicher Liebe und Annahme. Die Christen helfen grundsätzlich gern und bedingungslos. Ohne Klage und Bedauern, selbst zu kurz zu kommen (das geschieht nämlich nicht), wenden sie sich der Not zu – vor allem den Menschen, die unter die Räder geraten. Die Gemeinde opfert ihre Ressourcen (Zeit, Geld, Räume, Begabungen), um Not zu lindern

und das Schlimmste abzuwenden. Das ist besser als viele andere Projekte, die letztlich nur der Gemeinde selbst dienen. Die Investition in die Bedürftigen ist kein verlorenes Kapital – im Gegenteil: Sie ist nachhaltiger als alles andere. Jede Investition in Barmherzigkeit vergrößert das Reich Gottes, ehrt Gott und ist ein wirksames Gegenmittel für die zunehmende Kälte in unserer Welt: Es wird wärmer, heller, hoffnungsvoller. Neues entsteht, Möglichkeiten brechen auf.

Konkret heißt das für die Gemeinde der Christen:

- Arme unterstützen
- Hungrige versorgen
- Ängstliche und Depressive begleiten
- Flüchtlinge beherbergen
- Kranke besuchen
- Einsame in die Mitte nehmen
- Alten helfen
- Sterbenden beistehen

Zusammenfassung

Es ist die langmütige und freundliche Liebe (1. Korinther 13,4-7), die die Angst besiegt und Türen öffnet. Es ist die Liebe Gottes, die durch uns in diese Welt fließt und Schwierigkeiten überwindet – oder zumindest abmildert. Wir handeln in Vollmacht in der Kraft Gottes – dadurch verwandelt sich das Böse in Gutes, erwachsen aus der Krise neue Möglichkeiten (1. Petrus 3,8-17). Wir sind in seinem Namen unterwegs – nicht im eigenen und nicht im Auftrag einer Gemeinde, die sich gern als ideale Gemeinschaft präsentieren möchte. Wir arbeiten für Gott und in seinem Namen können wir Großes tun, gebieten wir den Mächten der Finsternis und überwinden Verzweiflung und Todesangst. Aber handeln im Namen Gottes kann nur jemand, dessen Namen im Himmel aufgeschrieben ist (Lukas 11,17-20), der zu Gott gehört und alles von ihm erwartet – und bekommt: den neuen Himmel und die neue Erde (2. Petrus 3,13). Wir sollten uns also gerade jetzt in diesen schwierigen Zeiten im Himmel als Bürger des Reiches Gottes einschreiben. So gehören wir zu Gott, so sind wir auf der sicheren Seite!

Johannes Stockmayer (www.bettina-johannes-stockmayer.de)

Hinweise auf die Endzeit in der Bibel

Negative Umstände:

Verwirrung (Sacharja 14,13).

Wunderzeichen am Himmel und auf der Erde, Ereignisse, die Aufmerksamkeit erregen (Matthäus 24,29).

Verzagtheit, Furcht, Schrecknisse (Lukas 21).

Bedrängnis (Matthäus 24,21).

Krieg, Erdbeben, Hungersnöte, Seuchen (Lukas 21,11).

Verfolgung der Christen, gehasst werden (Matthäus 24,9).

Falsche Propheten (Matthäus 24,11 und 24).

Belagerung und Zerstörung Jerusalems (Lukas 21,24).

Verwirrung, falsche Lehre (Lukas 21,8).

Verführung (Matthäus 24,5).

Gräuelbild der Verwüstung an der heiligen Stätte (Matthäus 24,15).

Die Liebe erkaltet (Matthäus 24,12).

Gleichgültigkeit nimmt zu (Matthäus 24,38).

Das Zeichen des Menschensohns erscheint am Himmel (Matthäus 24,30).

Diese Ereignisse sind schrecklich – haben aber eine positive Bedeutung: Sie sollen uns auf das Kommen Jesu hinweisen. Wir sollen aufwachen und uns bereiten: die Erlösung naht (Lukas 21,28) – wir sollen nicht erschrecken (Matthäus 24,6).

Positive Umstände:

Das Evangelium wird aller Welt gepredigt (Matthäus 24,14).

Es gibt eine besondere Gnade der letzten Zeit: Wir werden bewahrt (1. Petrus 1,5).

Lehrer geben Licht und Orientierung (Daniel 12,3).

Die Zerstreuung des heiligen Volkes ist zu Ende (Daniel 12,7).

Das Verständnis und die Erkenntnis nehmen zu (Daniel 12,10).

In den Erschütterungen zeigt sich, was unerschütterlich ist: das Wort Gottes (Haggai 2,6ff; Hebräer 12,27).

Eine neue Generation wächst heran wie edle Steine (Sacharja 9,16).

Ein geläuterter Rest bleibt übrig, der zu Gott gehört und engen Kontakt zu ihm hält (Sacharja 13,9).

Der Herr wird König sein über alle Lande (Sacharja 14,9).

Kein frommer Betrieb (Sacharja 14,21).

Versöhnung zwischen den Generationen (Maleachi 3,24).

Neue Geistausgießung, Zunahme von Prophetie (Joel 3,1).

Weitere Hinweise:

Wir wissen nicht, wann das alles geschieht (Matthäus 24,42).

Nötig ist Wachsamkeit, Aufmerksamkeit, Geduld (Lukas 12,56 und Lukas 17,26-30).

Wir brauchen Glaubensvorräte (Matthäus 15,1-13).

Wir sollen die uns anvertrauten Gaben einsetzen und uneigennützig tun, was jetzt nötig und möglich ist: im Heute leben (Matthäus 25,14ff.).

Unsere Aufgabe ist, Gutes zu tun, dem Geringsten zu dienen, einander zu helfen und zu fördern: Hungrige sättigen, Durstigen zu trinken geben (Durst nach Leben, Wissen, Glauben), Fremde aufnehmen, Nackte kleiden (beschämte, verfolgte, ausgegrenzte Menschen), Kranke besuchen (Krankheit gibt es bis zu Jesu Wiederkunft: Offenbarung 21,4), Tränen abwischen, Gefangene aufsuchen (nicht verurteilen), Lasten abnehmen (Schuld, Vergebung).

Lehrer vermitteln eine heilsame Lehre (2. Timotheus 4,3): die gesunde Lehre des Evangeliums von Freiheit, Frieden und Freude. Die Menschen spüren, dass dies die Wahrheit ist.

Der Schwerpunkt der christlichen Verkündigung ist Ermutigung und Ermahnung, nicht Belastung und Gesetz.

Unser Verhalten:

Wenn alles in Bewegung gerät, dürfen wir nicht starr und unbeweglich sein. Wir sollen die Kontrolle aufgeben (Jesaja 3) und uns „stören“ lassen, flexibel auf die Umstände eingehen, Unnötiges aufgeben, arm werden, ganz zur Verfügung stehen.

Der Schrecken Gottes weckt uns auf aus einer gefährlichen Ruhe (Jesaja 3,19).

Bevor Jesus kommt, wird alles Hohe und Erhabene erniedrigt (Jesaja 2). Was Wert hat, wird seinen Wert verlieren.

Die Christen rücken zusammen, sie akzeptieren einander und nehmen die Umstände an. Sie jammern nicht, sondern loben Gott. Sie halten an dem fest, was sie haben, und benötigen nicht mehr. Sie lassen sich nicht von den Entwicklungen beeindrucken, sind nicht aufgeregt, sondern gelassen. Sie bewerten, was wichtig ist und was nicht. Sie halten an der Wahrheit Gottes fest, ohne die Liebe zu vernachlässigen. Sie sind stark im Verbinden von Gegensätzen. Sie lassen sich nicht gegeneinander aufhetzen, sondern halten zusammen. Sie suchen in allem die gemeinschaftliche Einheit.

Wann wird das geschehen?

Das Ende beginnt, wenn wir denken, es könnte alles so weitergehen wie bisher und wir hätten die gewohnten Abläufe im Griff (Matthäus 24,38).

Wenn es anfängt schön zu werden und wir uns eingerichtet haben in unserer Wohlfühlzone (Matthäus 24,32).

Wenn wir nicht damit rechnen (Matthäus 24,44).

Wenn wir mit unseren alltäglichen Tätigkeiten beschäftigt sind (Matthäus 24,40).

Wenn uns die Geduld und die Glaubenskraft ausgeht (Matthäus 25,1-13) und wir verzagen (Matthäus 22,24).

Die Wiederkunft Jesu geschieht dann schlagartig und plötzlich – aber für alle sichtbar (Matthäus 24,27).

Fazit:

Eine gute Zukunft steht uns bevor: Wir dürfen erwartungsvoll, hoffnungsvoll, freudig, gespannt sein – Jesus kommt!

Wir können Gottes Türen nicht mit Gewalt öffnen. Aber wir können dafür beten, dass Gott seine Türen auftut. Vielleicht öffnen sie sich ein Stück weit und wir können hineinlinsen oder der Schein des Neuen fällt durch den Türspalt. Das macht uns Mut zu beten, dass Gott noch mehr Offenbarung schenkt. Wir können das Kommende betend erwarten, und indem wir beten, machen wir uns bereit – die Türen öffnen sich weiter.

Bis die Türen ganz aufgehen, gehen wir behutsam mit allem um, was wir durch den Türspalt erkennen können. Wir interpretieren nichts und malen uns nicht aus, wie es einmal sein wird, wenn die Türen ganz geöffnet sein werden.

Wir dürfen eine neue Sicht gewinnen: mit Gottes Augen sehen. Unser Gebet wird dadurch anders: aktuell, frischer, glaubender. Wir beten mit wachsender Überzeugung: „Komm, Herr Jesus“ (Offenbarung 22,20).

Johannes Stockmayer (www.bettina-johannes-stockmayer.de)

Wissen ist Macht

Das Wissen nimmt zu: Alle 73 Tage verdoppelt sich der Umfang unserer Erkenntnisse – und dieser Zeitraum wird immer kürzer (laut Wikipedia am 6.10.22). Im Internet steht uns alles zur Verfügung. Auch das, was wir nicht unbedingt wissen müssen. Wenn wir nach einer Information suchen, stoßen wir auf eine ganze Fülle von wichtigen oder auch unwichtigen Fakten. Was tun wir mit unserem Wissen?

Wir verwenden unser Wissen in unseren Gesprächen, um den anderen zu zeigen, wie informiert wir sind. Wir trumpfen auf mit dem, was wir gelesen, gehört, im Fernsehen gesehen oder in den verschiedenen Medien erfahren haben. Dadurch werden unsere Gespräche zu einem Austausch von mehr oder weniger aktuellen, mehr oder weniger wichtigen Fakten. Hinter unserem Wissen können wir uns verstecken, wir müssen nicht persönlich werden.

Wissen bähnt auf (1. Korinther 8,1). Wir machen uns wichtig. Wir setzen das, was wir wissen, gegen den anderen ein. Wir zeigen ihm, wie bedeutend wir sind – und er nicht. Wehe dem, der nicht topinformiert ist!

Dabei kommt es nicht unbedingt auf einen großen Wahrheitsgehalt dessen an, was wir behaupten. Wichtig ist, dass wir unsere Kenntnisse mit Überzeugung verbreiten. Unser Wissen wird zur Glaubensüberzeugung. Wir teilen es als unsere Meinung mit, wer anderer Meinung ist, hat unrecht und wird mit vielen Argumenten zum Schweigen gebracht. Wissen ist beliebig. Wissen ist Trug, es dient zu unserer eigenen Bestätigung. Wir wissen, was wir wissen wollen und was uns nützt.

Statt uns mit unserem Wissen wichtig zu machen, sollten wir danach fragen, welche relevante Erkenntnis hinter den Fakten steht. Das bedeutet: Wir müssen bewerten und filtern, was wichtig ist und was nicht. Wir müssen überlegen, was wir mit alledem anfangen und was es für uns persönlich bedeutet, was wir verstanden haben. So wird das Wissen zu einem Teil von uns. Was keine Bedeutung für uns hat, können wir getrost beiseitelassen.

Wenn wir nun anfangen auszusortieren und dabei feststellen, was für uns wirklich wichtig ist, bemerken wir, dass das gar nicht so viel ist: Unser Wissen ist Stückwerk (1. Korinther 13,9). Der Bereich unsres Nichtwissens ist größer als der unseres Wissens – und das ist überhaupt nicht schlimm: Wenn wir das erkennen, werden wir demütig. Wir kommen vielleicht dabei zu der Feststellung, dass wir durch unser Wissen vom Wesentlichen abgelenkt werden, von dem, was wirklich für uns wichtig ist. Denn viel Erkenntnis macht sich nur wichtig, ist es aber nicht. Die Aussage „Ich weiß, dass ich nichts weiß“ führt zur Realität, denn sie zeigt unsere Begrenzung und weist uns zu Gott.

Ich muss letztlich nur wissen, dass Gott mein Herr ist und ich zu ihm gehöre – alle andere Fakten ordnen sich dann ganz automatisch in wichtig und nicht wichtig. Durch den Heiligen Geist steht mir Gottes Wissen zur Verfügung. Durch ihn erkenne ich, was jetzt wirklich wichtig ist. Er weist mich auf die relevanten Punkte hin – präzise und im richtigen Augenblick. Der Heilige Geist leitet uns in alle Wahrheit (Johannes 16, 12-15). Durch den Heiligen Geist habe ich Zugang zum ewigen Wissen. Und dieses Wissen sind nicht beliebige Fakten, sondern Wahrheit – geprüftes Wissen, das anwendungsfähig ist und deshalb mein Leben verändert.

Bevor wir uns mit Wissen „füttern“, sollten wir die Fragen kennen, auf die wir Antworten suchen. Sonst bleibt alles beliebig. Wir müssen sehen, auf was es ankommt, und verstehen, was für uns jetzt wichtig ist. Damit das gelingt, müssen wir zu sehenden Menschen werden. Das bedeutet nicht nur, dass wir in uns hineinschauen und Introspektion betreiben, um

herauszufinden, was uns gerade beschäftigt. Die Gefahr dabei wäre, dass wir doch wieder nur bei uns selbst stehenbleiben und uns in unserer kleinen Welt verlieren.

Wir müssen aufmerksam sehen und aufnehmen, was uns umgibt. Dazu sollten wir innehalten, stehen bleiben und mit einem offenen Blick herumschauen: Was nehmen wir wahr? Was sehen wir mit unseren Augen? Wir nehmen uns Zeit für jede Kleinigkeit und betrachten unvoreingenommen und neugierig auch die Details. Dann fragen wir: Was bedeutet das für uns? Wir beginnen hinter die Dinge, die wir sehen, zu schauen. Wir fangen an, auch das zu sehen, was im Verborgenen liegt. So wächst in uns ein Verständnis: für uns, unsere Welt – und für Gott.

Wenn wir dem auf die Spur kommen, was wir um uns herum wahrnehmen, und wenn es uns zu einer Erkenntnis werden darf, begreifen wir mehr als alles Wissen dieser Welt. Dann verstehen wir, was wirklich wichtig ist. Dann nehmen wir die Fragen wahr, auf die wir eine Antwort finden sollen – unsere Antwort, die Konsequenz unseres Lebens, das, was uns Bedeutung gibt. Alles andere ist dann unwichtig oder nebensächlich.

Johannes Stockmayer (www.bettina-johannes-stockmayer.de)

Sich unterbrechen lassen

Wir machen Pläne und doch kommt es anders: es kommt etwas „dazwischen“. Unsere Planungen sind zwar gut, aber es gibt offensichtlich wichtigeres – und das ist jetzt dran. Es ist gut, wenn wir flexibel reagieren und auf unsere eigenen Vorhaben verzichten können. Wenn wir uns auf das, was sich uns in den Weg stellt, einlassen können. Denn in dieser Unterbrechung redet Gott.

Es ist heute kaum noch möglich, zuverlässig zu planen. Die Abläufe und Dynamiken unserer zeitlichen Entwicklungen sind unberechenbar geworden. Sehr rasch und vielleicht sogar unvermittelt werden unsere Planungen über den Haufen geworfen: es läuft anders als gedacht. Da sind Menschen, die etwas wollen, dringende Anfragen tauchen auf oder unerwartete Möglichkeiten eröffnen sich. Kinder verlangen oft ganz unbekümmert unsere Aufmerksamkeit, oder alte und hilfsbedürftige Menschen erheben Ansprüche. Das Leben spielt oft anders, als wir es uns vorstellen – denn das Leben ist eigenständig, eben lebendig. Es lässt sich nicht in unsere Abläufe einfügen. Aber dem Lauf des Lebens nicht zu folgen wäre sträflich, wir gingen an ihm vorbei. Das Leben mit seiner Energie und Kraft hat Vorrang. Die wichtigste Frage, die sich im Blick auf unsere Planungen stellt ist also: Wo „spielt“ das Leben? Welche Impulse vermittelt mir der Fluss des Lebens?

Wenn ich das herausfinde, entdecke ich Gott, seine Möglichkeiten, seine Chancen. Denn es ist oft Gott, der sich uns in den Weg stellt und uns auf wesentliche Dinge hinweist, die wir sonst übersehen würden. Er macht uns darauf aufmerksam, was wirklich wichtig ist. Und das ist oft nicht das, was wir für wichtig ansehen. Wichtig ist für Gott: seine Ehre, sein Wirken, die Liebe zu den anderen Menschen. Er hilft uns den kleinen Kokon unsere Selbstzentrierung aufzubrechen, um anderes wahrzunehmen. Das Andere liegt außerhalb von uns selbst. Das andere sind Menschen, mit ihren grundlegenden Wünschen und Bedürfnissen, mit ihrer Not und ihren Fragen. Die sind wichtiger als meine eigene Bedürftigkeit. Wenn wir uns auf ihre Bedürfnisse einlassen, lassen wir uns auf das Leben ein. Unsere eigenen kleinen Möglichkeiten weiten sich aus, das, was wir uns nicht vorstellen konnten, geschieht. Unser eigenes Leben wird weiter, größer, tiefer.

Das Wichtig in unserem Leben können wir nicht planen, es ereignet sich. Wir müssen nur offen dafür sein. Das was unvermittelt und plötzlich geschieht ist das, was uns Gott schenkt. Alles andere wollen wir selbst gestalten. Wir erfahren, dass wir an unsere Grenzen stoßen und mit unseren Möglichkeiten nicht weiterkommen. Dann öffnet Gott eine Tür und wir finden heraus, wie es weitergeht., Unerwartet, überraschend, ganz anders als gedacht. Und wenn wir im Rückblick auswerten erkennen wir: das Ungeplante hat uns weitergebracht Es waren die Schicksalsschläge, die unvermuteten Begegnungen, die Ereignisse, die alles bisherige in meinem Leben durchkreuzten – aber nun bin ich auf der richtigen Spur angekommen. Nun wurde mir die Richtung gesetzt. Nicht ich habe sie mir ausgedacht und geplant, sondern ich habe sie bekommen – ich wurde auf die Spur gesetzt. Es war Gott, der mir meine Vorhaben durchkreuzte und mir gezeigt hat, wie es weitergehen soll. Er machte die Pläne für mich. Und das war gut so. Auf diese Weise bin ich wirklich weitergekommen.

Natürlich sind es oft auch andere Menschen, die meine Planungen durchkreuzen: sie haben andere Vorstellungen als ich, sie vergessen einen wichtigen Termin oder verlegen ihn kurzfristig. Das ist ärgerlich – aber ist das Gott? Oder es sind Umstände, die sich ändern – bis hin zu globalen Grossereignissen, die uns blockieren und in unserem Eigenen unterbrechen. Wir spüren dann unsere Abhängigkeit von den Bedingungen, die wir nicht ändern können. Trotzdem können wir in allem, was mit uns passiert, das Handeln Gottes erkennen. Es ist

letztlich immer Gott, der das Beste für uns will und der uns auch durch Unvorhersehbares leiten kann. Er bringt uns zum Ziel – zu seinem Ziel. Seine Pläne sind fix. Und seine Pläne sind gut: „Gott leitet mich auf ewigem Weg“ (Psalm 139).

Ich bitte Gott: „Herr, leite mich an diesem Tag. Lass mich offen sein für Unterbrechungen und Überraschungen. Lass mich in allem, was geschieht, dein Handeln erkennen. Dein Pläne sollen sich in meinem Leben umsetzen, nicht meine eigenen. Amen“

Johannes Stockmayer