

BRENNPUNKT
SEELSORGE
BEITRÄGE ZUR BIBLISCHEN LEBENSBERATUNG

JULI - DEZEMBER • 2/2015 • NR. 168

OJC



FREUDE ZU RISIKEN
UND NEBEN-
WIRKUNGEN
LESEN SIE
DIESES HEFT

- 35 **LIEBE MITCHRISTEN**
MARIA KAISSLING
- 36 **HEUTE EIN KÖNIG**
REBEKKA HAVEMANN
- 39 **IN DIR IST FREUDE**
CYRIAKUS SCHNEEGASS
- 40 **IN MIR IST FREUDE**
VERENA KAST
- 44 **FREUDE DURCH DIE HINTERTÜR**
CAROLIN KOCH
- 47 **FREUET EUCH IN DEM HERRN**
KLAUS SPERR
- 48 **DAMIT EURE FREUDE VOLLKOMMEN SEI**
RUDOLF J. M. BÖHM
- 54 **ICH BRINGE DICH ANS ZIEL**
FREDI UND MARIANNE RINGLI
- 58 **GEFÄSSE DER GNADE**
WOLFGANG BREITHAUPT
- 61 **BUCHVORSTELLUNG**
ANIK A SCHANZ
- 62 **TAGUNGEN UND INFORMATIONEN**
- 64 **DER MANTEL DER FREUDE**
DOROTHEE SANDHERR-KLEMP

BRENNPUNKT
SEELSORGE
BEITRÄGE ZUR BIBLISCHEN LEBENSBERATUNG

Redaktion: Maria Kaißling (V.i.S.d.P), Greifswald, mit Rebekka Havemann, R. J. M. Böhm und dem Seminar für Biblische Seelsorge, B. Undeutsch, Í. Sipos

Produktion/Layout: Martha Hummel mit B. Undeutsch + Í. Sipos

Bildnachweis: Titel © Giuseppe Milo, www.flickr.com

Verlag u. Vertrieb: Offensive Junger Christen – OJC e.V.
Pf. 1220, 64382 Reichelsheim, Tel.: 06164/9309-0, Fax: 06164/9309-30

Bestellung u. Adressänderung bitte an OJC-Adresse oder E-Mail: versand@ojc.de

Druck: Lautertal-Druck Bönsel GmbH

Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit schriftlicher Genehmigung.
Brennpunkt Seelsorge erscheint 2 x pro Jahr und wird kostenfrei weitergegeben.

Zuschriften an den Herausgeber:
Maria Kaißling, Burgstraße 30, 17489 Greifswald
Tel.: 03834/504092, Fax: 03834/504085, E-Mail: kaißling@ojc.de

Spendenkonto: Offensive Junger Christen, Volksbank Odenwald eG
Kto.-Nr.: 109 550 (BLZ 508 635 13)

Für SEPA-Überweisungen:

BIC: GENODE51MIC; IBAN: DE04 5086 3513 0000 1095 50

Wichtig für Ihre Überweisung: Bitte geben Sie bei Ihrer Spende im Feld „Verwendungszweck“ Ihre Adresse oder Freundesnummer (siehe Adressaufkleber) an. Nur so können wir Ihre Spende eindeutig zuordnen und Ihnen die **Zuwendungsbestätigung** ausstellen. **Danke!**

Meine Hoffnung und meine Freunde
Meine Stärke, mein Licht,
Christus, meine Zuversicht:
Auf Dich vertrau ich und fürcht mich nicht!
Aus Taizé

Liebe Mitchristen,

ich sehe sie noch ganz lebendig vor mir – Mother Pia Nazareth, die Direktorin aller katholischer Mädchengymnasien in Indien. Sie hatte uns wieder einmal für einige Tage in der OJC besucht; beim Abschiedessen fragten wir sie nach ihrem Resümee. Viele gute und ermutigende Gedanken gab sie uns mit auf den weiteren Weg. Dann lehnte sie sich kurz zurück und sagte: Ihr habt in eurem Alltag zu wenig Freude. „To get joy, count your blessings. You have got so many“ (Um Freude zu empfangen, zählt eure Segnungen. Ihr habt so viele). „Count your blessings“ wurde für einige von uns nicht nur zu einem geflügelten Wort gegen das unvermeidliche Alltagsgrau. Diese Aufforderung sich zu erinnern durchzieht schon das Alte Testament wie ein roter Faden: „Lobe den Herrn, meine Seele, und vergiss nicht, was Er dir Gutes getan hat...“ Die guten Gaben Gottes, ebenso die Freundlichkeiten in Worten und Gesten, die einem die Tage erhellen – sollen nicht in Vergessenheit versinken. In Erinnerung gerufen werden sie zur Quelle des Dankens und der Freude im Alltag.

Dass geteilte Freude sich verdoppelt, weiß schon der Volksmund. Wir freuen uns, wenn wir mit uns und der Welt einverstanden und zufrieden sind. Doch wie oft sind wir das nicht! Meist liegen uns Ärger, Ängste, Unzufriedenheiten näher. Schwierigkeiten, auch mit unseren Nächsten, scheinen sich leichter erzählen zu lassen. Doch nicht die Ängste, sondern die Freude, die sich frei und gerne mitteilt, steht am Anfang des Evangeliums: Fürchtet euch nicht. Siehe, ich verkündige euch große Freude... Diese Freude ist das tragende Fundament für Verbundenheit und Solidarität, daraus können Lösungen miteinander entwickelt und Nöte überwunden werden.

„Freude, schöner Götterfunke“ – wäre das alles, was über die Freude zu sagen ist, dann hätten wir wenig bis nichts davon. „Jesus ist kommen, Grund ewiger Freude“ – in diesem Glaubensbekenntnis nimmt Freude Gestalt an: Jesus Christus ist der Grund der Freude, die Berge versetzt und Brücken über Abgründe spannt, die Herzen höher schlagen lässt und die „Augen des Herzens erleuchtet, damit ihr versteht, zu welcher Hoffnung ihr durch ihn berufen seid“ (Eph 1.18a). Berufen, Christus anzugehören, das engt nicht ein. Diese Verbundenheit macht weit, befreit zur Freude am Miteinander auch in dieser Welt.

Der indische Philosoph und Buchautor Vishal Mangalwadi, der kürzlich auch in den deutschsprachigen Ländern eine Vortragsreise machte, sagt: „Bachs Eltern starben, als er nur neun Jahre alt war. Bach wusste, dass das Leben auch Leiden bedeutet. Aber seine Musik zeichnet sich dadurch aus, Freude zu verbreiten. Woher kam diese Freude? Aus der Bibel! Ein Buddhist kann solche Musik nicht komponieren!“ Wie erfrischend und aufmunternd kann es wirken, wenn wir miteinander den Bachsatz zu „In dir ist Freude, in allem Leide ... durch dich wir haben himmlische Gaben...“ singen! Da kommt mancher Seelensturm zur Ruhe!

Wieder von einem Inder, dem Theologen Anthony de Mello stammt die Empfehlung, sich von Zeit zu Zeit in sein „Erinnerungsalbum“ zu vertiefen. Die frohen Lebensereignisse liegen wie eine verborgene Schatzkammer in uns. Jederzeit können wir eintreten und die Schätze hervorholen. Es lohnt sich, Zeit und Muße mitzubringen: „Kehre zu einem Augenblick zurück, in dem du Freude empfunden hast...wie kam die Freude zustande? Durch eine gute Nachricht? Durch die Erfüllung eines Wunsches, den Anblick der Natur? ... Erlebe den Augenblick nach und spüre, was du damals gefühlt hast, von neuem... Verweile bei diesem Augenblick, solange du kannst.“ Diese Augenblicke, in denen wir Liebe und Freude erfahren haben, so fährt de Mello fort, gehören zu den wertvollsten Übungen für die Entwicklung unserer seelischen Gesundheit.

Welche seelsorgerliche Bedeutung hat diese „Erinnerungsübung“? Unter anderem „hilft sie allen, ihr eingefleischtes Gefühl, wertlos und unwürdig zu sein, zu überwinden, das ein wesentliches Hindernis ist, das wir zwischen uns und die Gnade Gottes

stellen“. Doch darüber hinaus erhöht diese Betrachtung unsere Fähigkeit, im Vertrauen zu wachsen. Außerdem macht sie uns empfänglicher für alles Gute, was Gott noch in unser Leben hineinlegen will. Freude ist ansteckend, eine Infektion, die uns reifen lässt und kräftigt – im Vertrauen, im Hoffen und im Lieben.

Wie wir Anschluss finden können an die Quellen der Freude in den unterschiedlichen und oft so tragischen Lebensereignissen, davon legen einige Beiträge von jungen und schon älter gewordenen Christen in diesem Heft (S. 44, S. 54) Zeugnis ab.

Verena Kasts „Freudenbiografie“ (S. 40) begleitet mich schon länger. Ich bin froh, hier einen Auszug aus dem inspirierenden Aufsatz nachdrucken zu können; er ist wie die reife Frucht eines langen Psychotherapeutenlebens – ermutigend.

Am 22. August wurden die Freunde Elke und Wolfgang Breithaupt offiziell aus den Diensten in der Leitung des Hauses der Stille und der Kirchengemeinde Weitenhagen entpflichtet. Breithaupts waren unserer OJC Zelle in Greifswald treue Freunde und großzügige Begleiter in diesen 16 gemeinsamen Jahren. Dafür sind wir sehr dankbar. Gerne legen wir Ihnen Pfarrer Breithaupts Predigt aus dem Festgottesdienst vor. Sie erinnert uns an das „Fundament“, auf dem unser Christsein gründet.

Am Ziel unseres Lebens erwartet uns wieder die Freude – die Bibel braucht dazu das Bild des Hochzeitsmahls! Darauf weist schon Jesu erstes öffentliches Wunder bei der Hochzeit von Kana hin: „Nicht das Leid, nein, die Freude der Menschen suchte Jesus auf, als er sein erstes Wunder vollbrachte, zur Freude verhalf er ihnen. Wer die Menschen liebt, liebt auch ihre Freude. ... Ohne Freude kann man nicht leben.“ (Dostojewski, Die Brüder Karamasow) Mit diesem Zitat grüße ich Sie zu den letzten Monaten dieses Jahres – auch im Namen des ganzen Redaktionsteams.

Herzlich, Ihre



Maria Kaißling,

Greifswald, den 25. September 2015

REBEKKA HAVEMANN

HEUTE EIN KÖNIG

ERMUTIGUNG ZU EINEM LEBENSSTIL DER FREUDE

Froh zu sein bedarf es wenig,
doch wer froh ist, ist ein König.

Wer wollte das nicht, ein König sein im Land der Freude? Und doch ist das mit dem Frohsein und der Freude so eine Sache. Jeder hat sie schon einmal empfunden, es braucht manchmal nicht viel dazu, doch machen kann man sie nicht, nicht festhalten oder konservieren und auch nicht vielfältigen.

WAS IST FREUDE EIGENTLICH GENAU?

Naturwissenschaftliche Quellen belehren uns darüber, dass Freude eine Sache der Chemie ist, denn als Neurotransmitter sind Dopamin und Serotonin verantwortlich für unser Glücksempfinden. Wikipedia sagt uns, dass Freude der Gemütszustand ist, der als Reaktion auf eine angenehme Situation oder die Erinnerung an eine solche entsteht.



Also ist Freude ihrer Natur nach etwas Nachgeordnetes, ein Widerhall. Es braucht einen Grund, um sich zu freuen. Und es gibt unzählige Gründe. Man erkennt sie daran, dass sie uns froh und dankbar stimmen und wir sie als Geschenk erleben.

Auch in der Heiligen Schrift ist Freude eine ernst zu nehmende Angelegenheit, immerhin kommt sie in der Übersetzung von Luther mehr als zweihundert Mal vor und die Aufforderung, sich zu freuen mehr als achtzig Mal.

Doch hier wird die Freude weniger als bloßes Gefühl beschrieben, sondern als eine Wirklichkeit um Gottes Thron herum, an der wir teilhaben können. Sie ist Ausstrahlung Seiner Nähe und Zuwendung, ein Widerschein Seiner Wirklichkeit, der sich in Lob und Anbetung niederschlägt. „*Das ist meine Freude, dass ich mich zu Gott halte*“ (Ps 73,28). Die Freude ist göttlichen Ursprungs: „*Du weckst lauten Jubel, du machst groß die Freude*“ (Jes 9,2).

Das Lukasevangelium beginnt mit dem Engelskonzert für die Hirten „*Siehe, ich verkündige euch große Freude*“ (Lk 2,10) und endet mit Lk 24,52: „*Sie (die Jünger) aber kehrten mit großer Freude nach Jerusalem zurück*“. Dazwischen wird uns u.a. von der großen Freude erzählt, die den Vater erfüllt, als der verlorene Sohn nach Hause zurückkehrt (Lk 15,11-32) – das ganze Evangelium ist ein Widerhall davon.

In der Apostelgeschichte lesen wir, dass Petrus und Johannes den Hohen Rat fröhlich verließen, nachdem sie ausgepeitscht und bedroht worden waren, *weil sie würdig gewesen waren, um des Namens Christi willen Schmach zu erleiden* (Apg 5,41). Es ist bemerkenswert, wie oft im Neuen Testament Freude und Leid verknüpft sind. Trotz

der Verfolgung waren die Christen in Antiochien mit dem *Heiligen Geist und mit Freude erfüllt* (Apg 13,52). Auch in Thessalonich zog die Verkündigung des Evangeliums sofort Leiden nach sich, aber zugleich bewirkte sie auch große Freude bei denen, *die das Wort aufnahmen* (1Thess 1,6).

Was ist das Geheimnis dieser ersten Christen? Wie bekommen wir heute Anteil an der Freude, die sie damals auch in größten Notlagen nicht verlassen hat?

Richtig ist, dass man Freude nicht einfach produzieren kann, aber genau so richtig ist, dass es einen Lebensstil gibt, der Freude – unabhängig von äußeren Ereignissen – fördert und möglich macht. Was gehört dazu und wie kann ich diesen im eigenen Leben etablieren?

1. DANKBAR

Dass wir für die Gaben, von denen wir leben, danken können, unterscheidet uns von allen anderen Kreaturen der Schöpfung. Es ist ein Vorrecht zu wissen, wem wir unser Leben zu verdanken haben und das auch auszudrücken. Indem wir Gott für alles, was uns umgibt und für alles, was uns widerfährt, danken, bejahen wir es und bringen es ihm dar und tun damit einen priesterlichen Dienst vor Gott. Damit nehmen wir unsere ureigene Stellung in der Schöpfung ein, die uns von Anbeginn an zugehört war. Wenn ich dieses Ja, aus welchen Gründen auch immer, nicht sprechen kann oder will, schneide ich mich von meiner Bestimmung ab, denn wir sind dafür geschaffen, auf etwas Größeres als uns selbst, auf unseren Schöpfer bezogen zu sein. Selbstzentriertheit lässt die Freude verkümmern, denn sie braucht eine Quelle, die außerhalb unserer selbst liegt.

C. S. Lewis schreibt: *Hölle ist ein Gemütszustand. Und jeder Gemütszustand, jedes sich Verschließen des Geschöpfes in dem Verlies seines eigenen Gemüts, ist am Ende Hölle. Aber der Himmel ist kein Gemütszustand. Der Himmel ist Wirklichkeit selbst.* In diese Wirklichkeit wollen wir eintreten und in ihr leben lernen.

Dazu kann folgende Übung helfen: Jeden Morgen, vor allem an den grau verregneten, überlege ich mir fünf „Dankpunkte“, ganz konkrete Dinge, für die ich danken kann, spreche sie laut aus, schreibe sie ggf. auf und zünde fünf Kerzen dafür an. Ich habe selbst die Erfahrung gemacht, dass es „funktioniert“, so dass fünf Kerzen bald nicht mehr ausreichen. Denn, um mit Bodelschwingh zu sprechen: *Da wird es hell in einem Menschenleben, wo man fürs Kleinste danken lernt.*

2. UNBEKÜMMERT

Warum sollte ich mir Sorgen machen? Es ist nicht meine Angelegenheit, an mich zu denken. Meine Angelegenheit ist es, an Gott zu denken. Es ist Gottes Sache, an mich zu denken. (Simone Weil)

Weil das so ist und weil Gott seine Sache gut macht, brauche ich mir keine Sorgen um mich zu machen. In diesem Punkt ist Jesus streng: In Matthäus 7,25ff ermahnt er uns eindringlich, den Sorgen keinen Raum zu geben, wahrscheinlich weil er weiß, dass diese die Eigenheit haben, zu wuchern und sich breit zu machen und alles andere, zuerst aber die Freude, zu ersticken. Daran, dass uns Sorgen anfliegen, können wir nichts ändern. Jesus selbst sagt: *In der Welt habt ihr Angst.* Doch es steht in unserer Macht, den Sorgen den Raum zum Einwurzeln zu verwehren.

Da sie das am liebsten in einem stillen, unbeobachteten Fleckchen unseres Herzens versuchen, ist die Übung hier, sie jedes Mal, wenn wir sie in uns wahrnehmen, mit einem einfachen Satz beim Namen zu nennen und sie Jesus und seinem Licht hinzuhalten. Dann wird es ihnen ergehen, wie einem ausgejäteten Unkraut, das am Wegrand liegen bleibt – sie vertrocknen.

3. KONZENTRIERT

Das Gegenteil von Freude ist nicht etwa Traurigkeit, sondern Gleichgültigkeit. Dass mich nichts mehr berühren kann und ich gegen Emotionen abstumpfe, ist oft ein Zeichen von „zu viel“ – zu

viele Impulse, Eindrücke, Kontakte und Ansprüche, auf die ich jeweils reagieren muss. Die Zerstreuung durch die schnellen Kommunikationsmedien, über die wir heutzutage agieren und reagieren, macht es leicht, uns zu verlieren und schwer, uns selbst zu finden. Dabei kann ich Freude nur im Hier und Jetzt erleben, wenn ich ganz da bin, wo ich bin, wenn ich das Dasein bejahend wahrnehme. Gott ist gegenwärtig, aber wo bin ich? Es ist eine Lebenskunst, wirklich „da zu sein“, präsent zu leben.

Um in diese Achtsamkeit hineinzufinden, könnte es eine hilfreiche Übung sein, mir wenigstens einmal am Tag, morgens nach dem Aufstehen oder abends als Tagesabschluss, Zeit zu nehmen, um innezuhalten, ganz still zu sein und mich nicht ablenken zu lassen: ich bin einfach da. Ich spüre, wie ich sitze oder stehe, halte die äußere Stille aus und lausche nach innen. Alle Gedanken, Bilder oder Sätze, die mir durch den Kopf gehen, dürfen sein, ich muss sie weder bewerten noch verwerten. Selbst wenn es nur fünf oder zehn Minuten sind, die ich so bei mir selbst verbringe, werden sie mir auf Dauer zu einem konzentrierteren Leben und damit zu einem Lebensstil der Freude helfen.

Durch Freude ehren wir Gott, denn „*sein Reich ist Gerechtigkeit, Friede und Freude im heiligen Geist*“ (Röm 14,17). Freude ist der existenzielle Zustand des Menschen, der seine Bestimmung lebt: ganz bei sich selbst, authentisch, an dem Ort und in der Weise, wie Gott es für ihn vorgesehen hat. In der Freude zu leben, heißt nicht, gegen Depressionen gefeit zu sein oder keinem Leid mehr zu begegnen. Vielmehr geht es darum, allen Schmerz, Klage, Ängste und Tränen hineinfließen zu lassen in das Gespräch mit Gott und sich aus diesem Gespräch heraus immer wieder neu für die Freude zu entscheiden und dafür, Gott zu glauben, dass Er gut ist und es gut mit uns, mit mir, meint. Auf diese Weise der Freude Raum zu geben, gerade auch in schweren Zeiten, ist ein starkes Zeichen vor der sichtbaren und der unsichtbaren Welt. Und wenn ich sie mir auch nicht selbst verordnen kann, so kann ich mich doch mit ihr beschenken lassen; sie wird uns in vielerlei Gestalt geschenkt.

Ich bin sicher, dass jeder, der nach der Freude sucht, sie finden wird – eine tiefe, unzerstörbare Freude. Wie ein König eben.

Schutzmantel-Christus
(um 1500)
Stiftskirche Stuttgart

GYRIAKUS SCHNEEGASS (1546-1597)

IN DIR IST FREUDE

IN DIR IST FREUDE IN ALLEM LEIDE,
O DU SÜSSER JESU CHRIST!
DURCH DICH WIR HABEN HIMMLISCHE GABEN,
DU DER WAHRE HEILAND BIST;
HILFEST VON SCHANDEN, RETTEST VON BANDEN.
WER DIR VERTRAUET, HAT WOHL GEBAUET,
WIRD EWIG BLEIBEN. HALLELUJA.
ZU DEINER GÜTE STEHT UNSER G'MÜTE,
AN DIR WIR KLEBEN IM TOD UND LEBEN;
NICHTS KANN UNS SCHEIDEN. HALLELUJA.

WENN WIR DICH HABEN, KANN UNS NICHT SCHADEN
TEUFEL, WELT, SÜND ODER TOD;
DU HAST'S IN HÄNDEN, KANNST ALLES WENDEN,
WIE NUR HEISSEN MAG DIE NOT.
DRUM WIR DICH EHREN, DEIN LOB VERMEHREN
MIT HELLEM SCHALLE, FREUEN UNS ALLE
ZU DIESER STUNDE. HALLELUJA.
WIR JUBILIEREN UND TRIUMPHIEREN,
LIEBEN UND LOBEN DEIN MACHT DORT DROBEN
MIT HERZ UND MUNDE. HALLELUJA.

EG 398

IN MIR IST FREUDE

KRAFT AUS DER LEBENS BIOGRAFIE

Meistens erzählen wir unsere Lebensgeschichte unter dem Aspekt von Schwierigkeiten: Wir erzählen, wie die Schwierigkeiten, die wir heute haben, entstanden sind, vielleicht noch, welche Schwierigkeiten wir überwunden haben, wie wir das Leben dennoch gemeistert haben, und das kann dann auch mit etwas Freude und Stolz verbunden sein. Die Freudenbiografie nimmt eine ganz andere Perspektive ein: Es wird danach gefragt, wie und in welchen Situationen im Leben Freude und freudiger Stolz erlebt worden sind: wie wir uns die Freude bewahrt haben, wie wir sie abgewehrt haben, wie sie einem verloren wurde und was aus ihr im Laufe des Lebens geworden ist. Ist sie weniger geworden, ist sie mehr geworden? Diese freudigen Situationen werden in der Vorstellung noch einmal erlebt, man versenkt sich imaginativ in diese Situationen – und erlebt dabei wieder Freude. Dabei werden auch wichtige, schwierige Veränderungen im Leben sichtbar, ja in ihrer emotionalen Bedeutung sogar greifbarer. Da die Emotion der Freude das Selbstwertgefühl stärkt, ist es leichter, auch zu schwierigen Situationen zu stehen.

FREUDENAUSLÖSER

Das Gefühl der Freude erleben wir dann, wenn etwas besser ist als erwartet, uns mehr zukommt, als zu erwarten war. Wenn wir uns freuen, sind wir einverstanden mit uns, mit der Welt, mit den Mitmenschen. In der Freude strahlen unsere Augen auf, Gesichter leuchten auf: In der Freude vermitteln Menschen den Eindruck von etwas Strahlendem, Leuchtendem, Lichtem. Die Bewegungen, die wir mit der Freude verbinden, sind Bewegungen zur Höhe und zur Weite hin: So gehen die Mundwinkel nach oben, wenn wir uns freuen oder wenn wir lächeln. Wir könnten vor Freude Luftsprünge machen oder wir werfen etwas hoch



© Peanuts Worldwide LLC, Dist. by Universal Uclick / Distr. Bulls

in die Luft. So wird deutlich, dass in der Freude ein Gegengewicht zur Erdschwere und zur Dunkelheit ist. Freude suggeriert uns eine mögliche Verbundenheit mit etwas, das über uns hinausgeht.

Wenn wir uns freuen, dann fühlen wir eine Wärme in uns aufsteigen, eine körperlich erfahrbare, aber durchaus auch eine seelische Wärme. Diese lässt uns offener und lebendiger, aber auch erregter werden. Das Selbstgefühl, das wir bei der Freude erleben, ist ein Gefühl des selbstverständlichen Selbstvertrauens, das daraus resultiert, dass wir im Moment der Freude uns selbst, die Innenwelt, die Mitwelt akzeptieren können, wie sie ist. Die Welt, das Leben – sie sind besser, als wir gedacht haben. ... Dieses selbstverständliche Selbstvertrauen, das wir als Menschen im Zustand der Freude erleben, lässt uns offen sein für andere und die Welt.



Wir betrachten andere Menschen mit freundlichen, akzeptierenden Augen. Wir können dann auch etwas hergeben, gönnend sein: Wir müssen unsere Ich-Grenzen nicht stur behaupten, wir können sie öffnen. ...

Selbstverständliches Selbstvertrauen, Bedeutsamkeit, auf der man nicht beharren muss, Offenheit und die Möglichkeit des Sich-Öffnens: Dies alles ergibt ein Selbstgefühl der Vitalität und der Kompetenz, mit dem Leben umgehen zu können. Wir spüren neue Lebensenergie. Daraus resultiert, dass wir den Menschen nahe sein möchten, dass wir teilen möchten, dass wir den Mut finden, miteinander Lösungen zu erproben. Freude ist die grundlegende Emotion für Verbundenheit und Solidarität. Das Erleben von Freude, das Erinnern von Freude ist eine zentrale Ressource auch in schwierigen Zeiten – und für den Lebensrückblick.

Fast alles, was es gibt auf der Welt, kann auch Freude auslösen. Dabei ist zu beachten, dass es vor allem die kleinen Freuden sind, die uns den Alltag entscheidend verschönern und beleben können.

Bei einer Befragung stellte sich heraus, dass, statisch gesehen, je nach Geschlecht und Alter andere Freuden dominierten. Männer zwischen 30 und 40 erwähnten an erster Stelle die Freude an Leistung und Kompetenz. Die gleichaltrigen Frauen stellten an die erste Stelle die Freude an Erfahrungen in Beziehungen, besonders die Freude daran, bei anderen Menschen Freude ausgelöst zu haben. Bei Frauen steht die Freude an der Kompetenz und an der Leistung an zweiter Stelle, bei Männern die Freude an der Freude anderer Menschen an dritter Stelle. Freude wird weiter erlebt im Zusammenhang mit Essen, Trinken und Sexualität.

Arbeit, die herausfordert, aber nicht überfordert, löst dann, wenn man sich so richtig in sie vertiefen kann, bei Jung und Alt eine stille Freude aus. Auch das „Finden“ ganz allgemein, geht es nun um das Erfinden von etwas oder um das Finden eines besonders günstigen Angebots, löst viel Freude aus und scheint weder geschlechts- noch altersabhängig zu sein. Dies gilt auch für Situationen, in denen man Geschenke macht und Geschenke bekommt, besonders dann, wenn es unerwartet geschieht. Damit in engem Zusammenhang steht die Freude am Wachsen und Werden von Menschen, von Ideen, von Zusammenarbeit usw. Das Erleben von Freude hat deutlich etwas damit zu tun, dass wir „mehr“ bekommen oder erleben, als eigentlich vorausgesehen war. Für ältere Befragte stand die Freude an der Natur, am Wachsen, am Grünen, die Freude an der Kultur, an Schönheit, die Freude am Austausch mit anderen Menschen im Vordergrund. Auch die Abwesenheit von Schmerz, nachdem dieser lange dominiert hat, kann als Freude erlebt werden.

Es geht also darum, bei sich selbst im Leben herauszufinden, wo und wann wir am meisten Freude empfinden können oder auch empfunden haben. Dies ist möglich, indem wir den freudigen Situationen in unserem Leben nachspüren und sie in der Erinnerung imaginativ nacherleben, auch die aktuellen Freuden. ...

VORFREUDE

Die Vorfreude ist eine besonders intensive Freude. Sie ist verbunden mit einer etwas ängstlichen Erwartung, ob es denn auch so kommen könnte, wie man es sich in der Vorstellung ungehindert ausmalt. Oder man meint zumindest, dass niemand einem die Vorfreude nehmen kann, auch wenn das Ersehnte nicht eintrifft oder vermutlich in einer anderen Form eintrifft, als man es sich ausmalt. Die Vorfreude, diese erregte Freude, bezieht ihre spezielle Qualität gerade daraus, dass sie nur in der Imagination dieses „besser, als zu erwarten ist“ ausmalt. Sie zeigt damit aber sehr deutlich, wie denn unsere Wünsche aussehen könnten. Wer den Gewinn aus der Vorfreude ziehen kann, wird die Vorfreude als die beste aller Freuden bezeichnen. Wer in der Vorfreude Erwartungen konstruiert, von denen er oder sie denkt, dass sie auch ganz und gar erfüllt werden müssen, wird diese Freude als riskanteste der Freuden zu vermeiden wissen oder ständig enttäuscht sein. Sicher, das Realitätsprinzip ist auf der Seite der zuletzt genannten, aber nicht die ungefährliche Lust am Leben.

Also: Wo sind die Vorfreuden? Es gibt auch ganz ungefährliche Vorfreuden: etwa, wenn man sich darauf freut, dass es bald wieder Spargel geben wird, dass der See warm genug zum Schwimmen sein wird oder dass man sich einen schönen Blumenstrauß aussuchen wird.

FREUDENBIOGRAFIE

Es geht darum, diese Emotion immer wieder zu finden und zu erweitern. Situationen, die Freude ausgelöst haben, müssen dazu immer wieder in die Erinnerung zurückgeholt werden, man muss sie sich immer wieder ins Gedächtnis rufen und sie auch auskosten. Viele Freuden werden mehr, wenn man sie mit anderen Menschen teilt, vorausgesetzt, diese sind nicht neidisch und müssen einem die Freude nicht verderben. Kann man Freude teilen, dann ist es doppelte Freude. Dann gewinnt man Freude durch Ansteckung. Emotionen sind ansteckend: Es ist zum Beispiel sehr schwierig, sich bei ärgerlichen Menschen aufzuhalten und dabei selber nicht ärgerlich zu werden. Mit

der Emotion Freude könnte man sich bei freudigen, heiter gestimmten Menschen anstecken: Es ginge also darum, sich von freudigen Menschen, aber auch von Texten, die Freude bereiten, oder von Musik, bei der es uns kalt den Rücken hinunter läuft, anstecken zu lassen. Auch Träume können, besonders wenn sie imaginativ ausgearbeitet werden, nicht nur auf Konflikte hin befragt werden, sondern auch auf Situationen, die Freude auslösen. Und diese Situationen dürfen ausgekostet werden. Und wenn das zu wenig ist: Es gibt darüber hinaus die Methode der „Selbstansteckung“ durch die Rekonstruktion der Freudenbiografie.

Können Sie sich erinnern, mit wem Sie als Vorschulkind oder als junges Schulkind Spiele gespielt haben, die große Freude ausgelöst haben? Können Sie sich eine solche Situation, die ihnen gefallen hat, in Erinnerung rufen? Die Beantwortung dieser Fragen kann eine Freudenbiografie einleiten.

Ein 68-jähriger Mann erinnert sich, wie er mit den Großeltern Mühle gespielt hatte. Sie ließen ihn manchmal gewinnen. Später, als er es besser konnte, wollte er nicht mehr, dass sie ihn gewinnen ließen.

Er erinnerte sich daran, dass es bei den Großeltern nach gebratenen Äpfeln geduftet hatte. Er ließ sich länger über diesen Duft aus. „So hat es nur bei den Großeltern geduftet. Wenn es annäherungsweise so bei jemandem duftet, dann bin ich emotional verloren: Dann vertraue ich blind ...“

...

So kann der Beginn einer Rekonstruktion der Freudenbiografie aussehen. Sie kann dann ergänzt werden durch Erzählungen von Eltern, Geschwistern usw.; auch Fotos können weitere Erinnerungen wecken, Kinderbücher, die man besonders geliebt hat, alte Spielsachen, Zeichnungen, Träume usw. Zu einer Freudenbiografie gehören natürlich auch die aktuellen Freuden. Was löst aktuell Freude aus, gibt uns dieses beschwingte Gefühl der Leichtigkeit und der Wärme? Auch diese aktuellen Freuden können in der Vorstellung verlebendigt werden. Oft ist es uns nämlich nicht bewusst, dass wir uns freuen, denn wir nehmen die Qualität dieser Emotionen und dieser Gefühle zu wenig

wahr. Die Gefühle von Angst und Wut etwa bleiben uns wesentlich präsenter – sie sind ja auch Emotionen angesichts einer Gefahr. Freude, freudiger Stolz aber lässt uns nur gut fühlen. Dass das auch lebenswichtig sein kann, vergessen wir zu leicht. Dem kann man mit einem Freudentagebuch begegnen. Oder wir erinnern uns während eines Spaziergangs an die Freuden der letzten vierzehn Tage, das bringt auch einiges in Bewegung.

Durch solche Rekonstruktion und vielleicht noch öfter durch die Konstruktion der Freudenbiografie kommt man in Kontakt zu sich selbst als auch freudigem Menschen. In der Erinnerung wird die Freude wieder belebt. Damit werden Situationen erneut lebendig, in denen man mit sich und mit der Welt einverstanden war, in denen das Leben besser als zu erwarten war, in denen man bereit war, sich zu öffnen und mit anderen zu teilen. Wir fühlen uns ganz, im Modus des Verbundenseins mit anderen Menschen, in einem Welterleben, das uns das Leben in seiner unerwarteten Fülle auch zeigt. Wir können gönnend sein, brauchen nicht geizig auf unserem zu beharren, nicht neidisch anderen Menschen ihr Glück missgönnen.

FREUDE BRAUCHT MUSSE

Durch das Erstellen einer Freudenbiografie werden wir auch für die aktuellen Erfahrungen von Freude sensibilisiert, können sie stärker wahrnehmen, achtsamer sein und sie auch mehr genießen. Auf diese Weise kann man erlebte Freuden wieder reaktivieren: Sie sind eine wichtige Ressource, möglicherweise verbessern sie sogar unsere Immunabwehr. Vor allem aber hilft die emotionale Erinnerung an Freuden auch, das Leben nicht nur mit den Schwierigkeiten, sondern auch im Glücktsein wahrzunehmen. Das Erstellen einer Freudenbiografie ist in jedem Alter sinnvoll, besonders aber in höherem Alter, wenn man sich mit Gewinn und Verlust auseinandersetzt. Die Freude ist auf der Seite des Gewinns. Und: Viele Freuden sind zugedeckt von den Alltagssorgen, von der Geschäftigkeit. Freude braucht Muße, auch Erinnerungsmuße. Es geht dabei nicht darum, einen Konflikt zu lösen, sondern sich einfach zu freuen. Gelingt das, dann fühlen wir uns verbunden mit

anderen Menschen, mit der Natur, mit dem Ganzen. Die Erfahrung von Freude, aktuell oder aktuell in der Erinnerung, kann zu einer wichtigen spirituellen Erfahrung werden.

Wenn wir uns freuen, schaffen wir uns eine ganz andere Welt als wenn wir ärgerlich sind. In der Freude erzählen wir auch von uns ganz andere Geschichten, eben Freudengeschichten. Das sind Geschichten von selbstverständlichem Selbstvertrauen, von Bedeutsamkeit, auf der man nicht beharren muss, von Offenheit und der Möglichkeit des Sich-Öffnens, von einem Selbstgefühl der Vitalität und der Kompetenz, mit dem Leben umgehen zu können, von Lebensenergie. Es sind Geschichten, die meistens von Nähe zu anderen Menschen geprägt sind, von Großzügigkeit, von der Überzeugung, miteinander Lösungen zu finden. Freude ist eben die grundlegende Emotion für Verbundenheit und Solidarität.

Bei der Rekonstruktion der Freudenbiografie kann aber auch Wehmut auftauchen, darüber, dass einige Freuden zwar noch in der Erinnerung, aber nicht mehr aktuell zu erfahren sind. ... Dann kann man sich vielleicht neuen, noch möglichen Freuden zuwenden. Gelingt es, das Bleibende, die Erinnerung, zu sehen, oder erleben wir nur den Verlust? Und kann man die noch möglichen Freuden, vielleicht auch ganz neue Freuden, sehen und auch wertschätzen?

In den Freudenbiografien fällt auf, das es offenbar vor allem stille Freuden, kleine Freuden sind, die die Lebensqualität ausmachen. Freuden, die sich ohne viel Aufwand im täglichen Leben immer wieder ereignen können. Oft sind es Freuden, die selber hergestellt werden können und die möglichst wenig abhängig von gewissen Lebensumständen sind oder davon, dass andere Menschen uns etwas Gutes tun. Das heißt nicht, dass man sich über diese unverhofften Gaben nicht freut. Aber die Freuden, die wir selber herstellen können, sind Freuden, auf die wir uns verlassen können. Sie bilden eine zuverlässige, nachhaltige Ressource.

aus: Was wirklich zählt, ist das gelebte Leben. Die Kraft des Lebensrückblicks © Verlag Herder GmbH, Freiburg i. Br. 2015, S. 75f, leicht gekürzt

CAROLIN KOCH

FREUDE DURCH DIE HINTERTÜR

WENN KRANKHEIT DIE FREUDE AUSSPERREN WILL





Mein Name ist Carolin und ich bin inzwischen 35, bald sogar 36 Jahre alt.

Warum ich das so betone? Na, weil es nicht selbstverständlich ist.

Aber der Reihe nach!

Als Kind war ich Geräteturnerin, später habe ich jahrelang Jazzdance gemacht, bin gern geschwommen, habe mich am Strand in der Sonne geaalt. Ich habe sogar einen Tauchschein. Ich war stolz auf meinen jungen, schönen und beweglichen Körper. Bewegung hat mir immer viel Freude gemacht, ich war gut darin und wurde gesehen. Ich konnte mich auf meinen Körper verlassen. Außerdem bin ich ein sinnliches Wesen – fühlen, hören, schmecken, riechen. Wenn sich Kopf und Bauch im Herzen treffen, fühle ich mich ausgeglichen, fröhlich und von Gott geliebt.

DURCHGANG VERSPERRT

Mit 30 erkrankte ich zum ersten Mal an Brustkrebs. Es folgten zwei Operationen, Chemotherapie, Bestrahlung, danach Reha, beruflicher Wiedereinstieg, ich war gesund – Gott sei Dank!

Mit fast 35 dann die niederschmetternde Botschaft: wieder ein Tumor! Inzwischen liegen weitere Operationen und ein Chemotherapie-Marathon hinter mir. In dieser Zeit hat sich mein Körper sehr verändert. Ich habe viele Narben, die die Beweglichkeit einschränken. Ich habe oft Schmerzen gehabt und mit ihnen zogen finstere Gedanken ein, die jeder Lebensfreude den Boden entzogen. Gedanken wie diese:

„Heute ist der Tag nach der dritten Chemo und ich fühle mich beschissen! Der Kopf ist schwer und tut weh, der Mund trocken, alles schmeckt irgendwie dumpf, ich kann nichts essen und kaum trinken, ich bin schlapp und dazu reizbar und gefrustet. Wenn ich liege, denke ich, es sei gut, aber wenn ich mich aufrichte, bekomme ich Schüttelfrost. Innerlich bin ich zerrissen: Ich habe den dringenden

Wunsch, in diesem Elend nicht allein zu sein und gleichzeitig bin ich dankbar, dass ich mich heute nicht noch um meine kleine Tochter oder sonst jemanden kümmern muss. Es zermürbt mich, meine Nerven liegen blank und irgendwie kein Land in Sicht! Wie soll das nur weitergehen?? – Scheiße, noch 13 weitere Therapien stehen aus! Wir haben mit vielen engen Vertrauten schon so viel gebetet. Ich habe Jesus nachts angefleht – und ER?! Schweigt fein still! Ich bin darüber wahnsinnig wütend, fühle mich ohnmächtig, vergessen, abgelegt. Wo ist denn jetzt seine unendliche Güte, Heilkraft, Liebe? Ich merke jedenfalls nichts davon!“

Von Lebensfreude also keine Spur – gefühlt nicht mal von Leben und auch nicht von Gott.

Aber wie kommt die Freude zurück? Ist sie von körperlichem Wohlbefinden abhängig? Überhaupt – ist Freude nur ein Gefühl, das unberechenbar kommt und geht? Und, haben wir einen Anspruch darauf?

VERKANNTER SCHLÜSSEL

In meinem Elend war es mir oft nicht möglich, so zu beten, wie es mir eigentlich angemessen erscheint. Manchmal war ich zu wütend und oft schlicht zu schwach. Lobpreis, Lieder, andächtiges Verweilen in Gottes Gegenwart und festen Herzens darauf vertrauend, dass wir das, worum wir bitten, bereits empfangen haben – ich konnte es nicht! Aber eines konnte ich: klagen!

Und damit meine ich nicht vorsichtiges Vorbringen meiner Befindlichkeiten; nein, ich habe mich bei Jesus wirklich „ausgekotzt“. Öfter habe ich meinen Frust Jesus in Briefen geschrieben. Wenn ich diese mit Abstand lese, bin ich erschrocken, mit welcher Heftigkeit ich Gott meine Wut, meine Schmerzen und meine Vorwürfe an den Kopf geknallt habe. Aber in der Rückschau weiß ich, dass es oft diese Momente waren, die den Wendepunkt gebracht haben.

Die Klage hat zwar die Situation äußerlich nicht verändert, aber der innere Sturm konnte sich entladen. Nach solchen Ausbrüchen war es oft so, als sei eine kleine Tür aufgegangen und durch sie nicht nur die Beziehung zu Gott wieder hergestellt, sondern auch zu Menschen wieder möglich. Erst dann war ich bereit, mich in meinen Schmerzen begleiten und schließlich trösten zu lassen. Immer wieder hat Gott mich dann beschenkt mit tiefen Erfahrungen des Friedens.

Die Klage hat den Blick von mir weg, hin zu Gott gerichtet und wer eine Weile in den Himmel schaut, kommt gar nicht drum herum, eben auch das andere zu sehen.

Etwas wie das hier:

„Es ist Juli und die Kirschbäume tragen so viel Laub, dass sie die heiße Sonne abschirmen und gerade genug Strahlen durchlassen, dass es trotzdem angenehm warm ist. Der Lavendel duftet und im Schmetterlingsflieger tanzen weiße, braune und bläuliche Falter. Die Wärme steigt vom erhitzten Feldrand auf und am blauen Himmel sorgen kleine weiße Streifen und Tupfen dafür, dass dem Auge das Blau nicht zu eintönig wird. Es ist ruhig, aber nicht stumm, Vögel zwitschern und ganz in der Ferne hört man das Plätschern des Sees und das Lachen der Kinder, die im Wasser planschen.

Die Hängematte meiner lieben Freundin ist zwischen zwei Kirschbäumen aufgespannt. Das Polster in dem dicht geknüpften Netz ist ebenso kirschrot, genau wie meine lackierten Fußnägel. Und während ich da so rumdöse, kommt mir der Gedanke: Ich liege in Gottes Hängematte! Unter mir ist ein Netz, geflochten aus Anteilnahme, Fürbitten und Gemeinschaft. Es reißt nicht, selbst wenn gelegentlich der eine oder andere Knoten aufgehen würde. Nicht nur, dass es mich trägt, es passt sich meinem Körper perfekt an, wie es das an einem anderen nicht auf die gleiche Weise tun könnte. Die Hängematte ist bequem und die ideale Mischung: Ich bin mitten in der Natur, aber nicht schutzlos, in der Wärme, aber nicht zu heiß, bin nicht allein und muss doch gar nichts dafür tun, um so wunderbar gehalten zu werden.“

Schmerz war und ist meine Grenzerfahrung. Ich setze mich ihm nicht freiwillig aus, und doch verleiht er meiner Gottesbeziehung den nötigen Tiefgang. Er zeigt mir ganz deutlich meine Grenzen auf und wirft mich auf den zurück, der am Kreuz alle Leiden auf sich genommen hat. In der ehrlichen Klage ringe ich mich schließlich zu jenem Punkt durch, an dem Ruhe eintritt. Und dann begreife und spüre ich plötzlich, dass ER doch da ist! Gottes Beistand ist eben mehr als ein Gefühl, er ist ein festes Versprechen – mehr als das, es ist sogar sein Name: Ich bin der *Ich-bin-da!* Geheimnisvoll ist dieser Friede und wirklich höher als alle unsere Vernunft. Wenn das kein Grund zur Freude ist!

Klaus Sperr (O.C.)

Herzschlag.Anstöße zu den
Wochensprüchen des
Kirchenjahres

KLAUS SPERR

FREUET EUCH IN DEM HERRN**ZUM WOCHENSPRUCH DES VIERTEN ADVENT**

*Freuet euch in dem Herrn allewege, und abermals sage ich:
Freuet euch! Der Herr ist nahe! Philipper 4,4.5*

Der vierte Advent ist auch der evangelische Mariensonntag. Durch das Wochen-Evangelium steht das Magnificat, der Lobgesang der Maria, ganz im Mittelpunkt: staunende Freude über ihre einzigartige Berufung. Lebendig machende Vorfreude! Diesen fröhlichen Klang nimmt der Wochenspruch auf. Dennoch: Warum braucht es eigentlich einen Imperativ zur Freude? Und auch noch doppelt. Etwa für die, die es gar nicht kapiert? Ist denn Freude etwas Mühseliges, zu dem man aufgefordert werden muss? Oder geht es um eine besonders getragene, heilige Freude?

In der lateinischen Bibelübersetzung steht das Wort *gaudete* - also das Wort, von dem das Wort *Gaudi* stammt. So also soll die Freude sein: nicht gefasst und leicht himmlisch entrückt, sondern herzhaft und überschwänglich!

Da wird Vorfreude auf Gottes Kommen gefeiert. Weihnachten meint: Egal, wer und wo ich bin - Gott sucht mich auf! Damals, heute, künftig. Gott überlässt mich nicht einfach meinem Schicksal, in Jesus kommt er zu mir.

Die Aufforderung zur Freude gibt es wohl deshalb, weil wir hin und wieder dazu neigen, uns unserem Alltag zu ergeben. Darum die Erinnerung: Es ist Gottes Freude - Gottes *Gaudi*?! - uns Menschen nahe zu sein! Das macht ihm echt Spaß! Über die Gewissheit des nahen Gottes kann man wahrlich fröhlich sein!

So wird auch die Vorfreude auf die (endgültige, sichtbare) Gegenwart Jesu gefeiert. Der Kontext unseres Wochenspruchs ist nämlich ein Streit. Zwei, die sich nicht

einig werden. Denen wird gesagt: Gott kommt auch in eure und unser aller Zerrissenheit.

Leben in der Vorfreude löst nicht alle Not. Aber mitten im Elend ist das Heil Gottes schon da! Was heute schon gelingt, ist Grund zur Freude, über allem anderen steht die Vorfreude auf sein kommendes umfassendes Heil. Denn: „Der Herr ist nahe!“ Nicht weil wir so fröhliche Leute sind, ist er nahe - sondern weil *er* nahe ist (!), sind wir so fröhlich!

Nur wer diese Reihenfolge beachtet, kommt diesem Lebensgeheimnis auf die Spur: Man muss den Wochenspruch von hinten her lesen. Der Grund der Freude liegt nicht in den lustigen Lebenslagen, sondern in *seiner* Nähe auf allen (!) unseren Wegen! Darum muss ich mich nicht von meiner aktuellen, manchmal auch akuten Lebenslage, vom Augenblick und meinem Befinden her deuten. Ich darf von Christi Kommen und seiner ewigen heilvollen Zukunft her schon jetzt leben - in Vorfreude - in *Gaudi*!

Gott kommt in Jesus: Er überlässt mich nicht meinem Schicksal. Gott kommt in Jesus: Sein Heil steht jetzt schon über all unserem Elend. Deshalb ganz begründet:

Freuet euch in dem Herrn allewege, und abermals sage ich: Freuet euch! Der Herr ist nahe!

*Aus: Herzschlag. Anstöße zu den
Wochensprüchen des Kirchenjahres.
© Fontis-Verlag, Basel 2015, € 11,99*

RUDOLF J. M. BÖHM

DAMIT EURE FREUDE VOLLKOMMEN SEI

DER WEG ZUR FREUDE



Das Evangelium weckt bei denen, die dafür offen sind, die Freude an Gott und seinen wunderbaren Werken. Jede Verkündigung zielt darauf, dass der Mensch Freude an Gott findet. Eine Predigt ist dann wirklich gut, wenn Menschen nach dem Gottesdienst mit Freude im Herzen nach Hause gehen.

Wie kommt es dann, dass Frömmigkeit in den Augen der Welt etwas Trauriges ist? Viele Menschen halten Christsein für eine toderne Angelegenheit; die einem die Freude raubt, die Lebenslust und das Glück. Viele Menschen denken: Wer Christ ist, dem hat das Lachen zu vergehen. Manche begründen ihren Standpunkt damit, dass nirgendwo im Neuen Testament davon die Rede sei, dass Christus gelacht habe.

Ist Lachen gut oder schlecht? Haben Christen etwas zu lachen? Hat Jesus je gelacht? Nicht erst seit Umberto Eco's Roman „Der Name der Rose“ wird diese Frage diskutiert. Im Neuen Testament wird zwar mehrfach berichtet, dass Jesus weinte, aber nichts davon, dass er gelacht habe. Bibelwissenschaftler sind sich jedoch weitgehend darüber einig, dass Lachen zum Menschsein gehört und Jesus ein Mensch gewesen ist. Daher dürfen wir mit Recht annehmen, dass Jesus auch herzlich gelacht hat. Auch Christen lachen über sich und ihre Mitmenschen, über die uns allen anhaftenden Menschlichkeiten – und manchmal kleidet sich Erkenntnis in einen Witz!

DIE GRUNDMELODIE UNSERES GLAUBENS

In der letzten Strophe des alten Pfingstliedes „Komm herab, o Heil'ger Geist“ steht die Bitte: „Gib dem Volk, das dir vertraut, das auf deine Hilfe baut, deine Gaben zum Geleit. Lass es in der Zeit bestehn, deines Heils Vollendung sehn und der Freuden Ewigkeit.“

Es gibt eine Sehnsucht in uns, die selbst in den größten Glücksmomenten da ist. Auch wenn wir alles haben, wollen wir immer noch mehr; wir wollen, dass diese Momente nie aufhören. Tief in uns ist ein unstillbarer Durst nach Glück und Liebe. Gott hat uns so geschaffen, nicht um uns zu quälen, sondern weil er uns tatsächlich so viel Liebe schenken möchte. Die Erfüllung dieser tiefen Sehnsucht finden wir in keiner noch so großen Freude dieser Welt. Wir finden sie in

Gott. Er ist die Fülle, die unsere Sehnsucht stillt und uns wunschlos glücklich machen möchte, schon in diesem Leben.

Der „Freuden Ewigkeit“ ist nicht nur einem Jenseits vorbehalten, sondern will jetzt schon unter uns da sein und in unser zeitliches Leben hineinstrahlen, um es ganz zu durchdringen. Alle wirkliche Freude kommt von Gott; Freude außerhalb und ohne Gott ist nicht denkbar. Freude ist so etwas wie die Grundmelodie unseres christlichen Glaubens, die die Sehnsucht nach der ursprünglichen Einheit mit Gott im verloren gegangenen Paradies in unserem Herzen wachhält. Unsere menschliche Sehnsucht verweist also letztlich auf Gott selbst.

Der Materialismus, eine der Irrlehren unserer Zeit, verspricht anstelle der christlichen Hoffnung hier irdisches Wohlergehen oder einen künftigen Glückszustand der Gesellschaft. Doch die Welt täuscht sich, wenn sie glaubt, sie könne auch ohne Gott glücklich sein. „Meinen Frieden gebe ich euch!“ hören wir aus dem Munde Jesu. Das hebräische Wort *Schalom* ist der Inbegriff von Ganzheit, Lebensfülle, Gerechtigkeit und Heil an Leib und Seele. Jesus sagt uns Beschwernisse und Unannehmlichkeiten in seiner Nachfolge voraus, aber er verheißt uns seinen Frieden, der „höher ist als unsere Vernunft“. Ob wir reich sind oder arm, ob die Welt uns zustimmt oder ob sie uns bekämpft, ob wir gesund sind oder krank – all das kann uns diesen Frieden und die Freude nicht rauben, wenn auch doch erschüttern. Dietrich Bonhoeffer sagt: *„Bei Gott wohnt die Freude, und von ihm kommt sie herab und ergreift Geist, Seele und Leib, und wo diese Freude einen Menschen gefasst hat, dort greift sie um sich, dort reißt sie mit, dort sprengt sie verschlossene Türen. Es gibt eine Freude, die von Schmerz, Not und Angst des Herzens gar nichts weiß; sie hat keinen Bestand, sie kann nur für Augenblicke betäuben. Die Freude Gottes ist durch die Armut der Krippe und die Not des Kreuzes gegangen; darum ist sie unüberwindlich, unwiderleglich. Sie leugnet nicht die Not, wo sie da ist, aber sie findet mitten in ihr, gerade in ihr, Gott; sie bestreitet nicht die ernste Sünde, aber sie findet gerade so die Vergebung; sie sieht dem Tod*

ins Auge, aber sie findet gerade in ihm das Leben. Um diese Freude, die überwunden hat, geht es. Sie allein ist glaubwürdig, sie allein hilft und heilt.“

MISSIONARISCHE KRAFT

Gott will, dass wir von seiner Freude erfüllt sind, damit sein Reich auf dieser Welt sichtbar wird. Wie sollen wir Christen bei unseren Mitmenschen auf Gegenliebe stoßen, wenn wir eine dumpfe Atmosphäre von Trübsinn um uns verbreiten? Wir dienen Gott nie so gut, wie wenn wir uns freuen. Gott freut sich an unserer Freude, die wir von ihm unbegrenzt empfangen dürfen. Er selbst weiß am besten: Lebensfreude ist das Heilmittel für alle Trübsal dieser Welt. Wir als Christen brauchen Freude, schon allein deshalb, weil sich nur dann in unserer Umgebung etwas verändern kann, wenn wir die Botschaft ausstrahlen, dass wir das Christentum als Weg erleben, der ins Glück führt.

Die vielen suchenden Menschen um uns herum wollen wissen, wie Glück geht. Darauf verweist die Erfurter Pastoraltheologin Maria Widl, indem sie scharf beobachtend feststellt, dass das Christentum heute auch deshalb für viele unattraktiv ist, weil sie darin zu wenig Hilfe zum Lebensglück fänden: *„Die Kirche geht vielfach davon aus, dass sie dazu da ist, Menschen in Not und Leid beizustehen. Selbst diejenigen, die von Kirche gar nichts halten, schätzen sehr, wie karitativ sie ist. Die Kehrseite davon, dass wir Spezialisten für das Leid der Welt sind, ist, dass postmoderne Leute sagen: ‚Es ist toll, dass es euch gibt – aber hoffentlich brauchen wir euch nicht‘. Was sie suchen, ist eine Religion, die ihnen zeigt, wie Glück geht. Diese Frage nach dem Glück ist keineswegs so oberflächlich, wie sie oft klingt.“*

Gott will durch den Menschen zu den Menschen gelangen. In seinen Abschiedsreden sagt Jesus zu seinen Aposteln (Joh 17, 18-23): *„Wie du mich in die Welt gesandt hast, so habe auch ich sie in die Welt gesandt. Und ich heilige mich für sie, damit auch sie in der Wahrheit geheiligt sind. Aber ich bitte nicht nur für diese hier, sondern auch für alle, die durch ihr Wort an mich glauben. Alle sollen eins sein: Wie du, Vater, in mir bist und ich in dir*

bin, sollen auch sie in uns sein, damit die Welt glaubt, dass du mich gesandt hast.“ So wie ein Gegenstand radio-aktiv werden kann, sollen wir Christen ‚christus-aktiv‘ werden: Freude ausstrahlende Menschen. Er selbst ist in seiner Leiblichkeit von uns gegangen, geblieben ist die Gemeinschaft der Herausgerufenen, die Kirche. Sie ist seine bleibende Verkörperung in dieser Welt, indem sie ihn in sich aufnimmt und ihn ausstrahlt in die Welt. Unsere Aufgabe als Getaufte ist, im Bewusstsein der Gotteskindschaft zu leben und den Mitmenschen, ja der ganzen Schöpfung die erlösende Kraft, das Glück der Annahme durch Gott zu vermitteln.

Das geschieht, indem wir uns tagtäglich in einen innigen Austausch mit ihm begeben, im Gebet unser Herz an das Seine drücken, bis es im Einklang mit ihm schlägt und wir in seinem kraftvoll umgestaltenden Wort ihm selbst begegnen; seiner Wirkkraft in uns Raum geben, damit wir die Welt wie einen Sauerteig durchdringen.

Der Mensch hat seinen Ursprung in Gott und Gott soll im Menschen erkannt werden. Unsere Berufung besteht darin, dass wir Gott abbilden, dass wir göttlich leben auf dieser Erde, dass wir ihn durch unser Sein verkünden.

In einem Morgengebet von Mirjam von Abellin (1846-1878), das ich oft bete, heißt es am Schluss: *„Vor allem bewirke, o Herr, dass ich so voller Frohmheit und Wohlwollen bin, dass alle, die mir begegnen, deine Gegenwart und deine Liebe spüren. Bekleide mich mit dem Glanz deiner Güte und deiner Schönheit, damit ich dich im Verlauf dieses Tages offenbare. Amen.“*

Unsere Predigt sei unser Beispiel und Leben. Leben im Alltag ist seit den Anfängen der Christenheit die normale Form des Zeugnisses. Seine Kraft sollten wir auch heute nicht unterschätzen: *„Wenn die anderen sehen, dass wir ihnen in allem gleichen, werden sie sich gedrängt fühlen zu fragen: Woher kommt eure Freude? Woher nehmt ihr die Kraft, den Egoismus und die Bequemlichkeit zu überwinden? Wer lehrt euch, dieses Verständnis aufzubringen, wer lehrt euch dieses Zusammenleben, diese Hingabe, diese Dienstbereitschaft gegenüber den anderen? Dann ist der Augenblick ge-*

kommen, ihnen das göttliche Geheimnis des christlichen Lebens aufzudecken, mit ihnen über Gott zu sprechen, ... dann ist der Augenblick gekommen, mit unseren armseligen Worten die Torheit der Liebe Gottes weiterzugeben, die der Heilige Geist in unsere Herzen ausgegossen hat“ (J. Escriva).

GOTT IST AUSSER SICH VOR FREUDE

„Außer sich vor Freude“ geraten, bedeutet, dass ein Mensch in einen Zustand versetzt werden kann, der ihn über seine bisherige Seinsweise hinausführt und in Verbindung bringt mit etwas ganz Außergewöhnlichem, vielleicht mit Gott oder dem Himmel. Da jede echte Freude auf Gott zurückverweist, in dem sie ihren Ursprung hat, darf man sagen, dass Gott „außer sich vor Freude“ gewesen sein muss, als er den Menschen erschuf. Gott schuf den Menschen, weil er sein Glück mit anderen teilen wollte. Das erklärt unser Leben und die Existenz des gesamten Universums.

Im Anfang war die Erde kein Ort, wo der Mensch sich abmühen musste, um *im Schweisse seines Angesichtes* sein Auskommen zu sichern. Nachdem durch den Ungehorsam des Menschen die ursprüngliche Einheit mit Gott zerbrochen war, ersann Gott sich einen Weg, um die Freundschaft mit dem Menschen wiederherzustellen. Er geriet in seiner unergründlichen Liebe noch einmal „außer sich“ und wurde selbst ein Mensch. Der griechische Kirchenvater Irenäus von Lyon (um 135-200) sprach erstmals von einem „wunderbaren Tausch“: „Gott ist Mensch geworden, damit der Mensch Gott werde.“ Von Jahrhundert zu Jahrhundert werden diese Worte mit demselben Nachdruck wiederholt. Der lapidare Satz drückt das ureigene Wesen des Christentums aus: den Abstieg Gottes, der den Menschen einen Weg zum Aufstieg der Vereinigung des Geschöpflichen mit dem Göttlichen öffnet.

Bernhard von Clairvaux betrachtet das wunderbare Geschehen der Menschwerdung und schreibt: „Hier soll der Mensch begreifen lernen, wie sehr sich Gott um ihn sorgt; hier soll er erfahren, was Gott von ihm denkt und was er fühlt. ... An dem, was er für dich getan hat, erkenne, wie viel du ihm wert bist. Dann wird seine Güte dir

aus seiner Menschenliebe entgegenleuchten. Je tiefer er sich in seinem Menschsein erniedrigte, um so größer erwies er sich in seiner Güte. Je armseliger er für mich geworden ist, desto lieber ist er mir.“ Wenn das kein Grund zur Freude ist! Doch leider geht sie dem Menschen immer wieder verloren.

DAS STREBEN NACH GLÜCK

Wenn ich heute einen Menschen auf der Straße frage, ob er an Gott glaubt, dann antwortet er mir womöglich mit einem Achselzucken. Wenn ich ihn weiter frage, ob er Jesus braucht, wird er womöglich mit dem Kopf schütteln. Doch wenn ich ihn frage, ob er glücklich werden möchte, dann wird er unter Garantie mit Ja antworten. An diese tiefe Sehnsucht knüpft auch die Werbung mit immer neuen Angeboten an, die letztlich alle versprechen, die Lebensfreude zu vermehren. Doch obwohl sie uns sagt, was wir alles kaufen müssen, um im Trend zu liegen, sagt sie uns nicht, was wir brauchen, um Menschen zu sein.

Gerade weil in unserer westlichen Gesellschaft der christliche Glaube und damit dieses feste innere Gerüst einer Lebensfreude bei vielen nicht mehr trägt, suchen die Menschen die Zerstreuung des Augenblicks. Die Gier nach Jux und Gaudi ist wie eine Droge zur Selbstbetäubung; sie ist das gar nicht lustige Symptom einer inneren Flucht vor der eigentlich tieferen Frage des Lebens. Eine Jugend, die ihre Freude nicht bei Gott findet, muss diese große Sehnsucht nach Glück, Sinn und Freude notwendigerweise anderswo suchen. Und das endet dann häufig in Cliquenbildung mit Gruppenzwang, in Alkohol- und Nikotinmissbrauch und verfrühtem Ausleben der Sexualität als letzte verzweifelte Versuche, dieses innere Vakuum zu füllen. Doch es kommt keine Erfüllung, sondern nur größere Leere und menschliche Zerstörung.

Der Bestsellerautor Manfred Lütz, Psychiater und Theologe, schreibt: *„Wir sind auf unendliches Glück angelegt. Menschen früherer Generationen hatten in der Regel noch eine ganze Ewigkeit Glück vor sich. In unserer Zeit glauben immer weniger Menschen daran, dass es nach diesem Leben noch*

etwas geben soll. Somit ist die Chance, glücklich zu werden, auf ein winziges Kontingent von 80 oder 100 Jahren Lebenszeit zusammengeschrumpft. Das Leben der Menschen von heute war noch nie so kurz wie jetzt.“ Biologisch gesehen leben wir zwar immer länger, aber wo Menschen nicht mehr an Gott und damit an die Möglichkeit einer ewigen Erfüllung glauben, werden sie versuchen, aus den wenigen Lebensjahren möglichst viel herauszuholen: Wenn wir doppelt so schnell leben, können wir das Pensum von zwei Leben in einer Lebensspanne unterbringen und so etwas wie ein ewiges Leben vor dem Tod realisieren.

Wie viel Druck ließe sich aus unserem Lebensrhythmus herausnehmen, wenn wir uns unmittelbar an den wenden würden, der uns schon in diesem Leben glücklich machen will.

Die wahre Freude ist keine oberflächliche Freude, sondern senkt sich in die Tiefe des Menschen ein, der sich Gott anvertraut. Die Freude des Evangeliums ist also nicht irgendeine Freude. Sie findet ihren Grund darin, sich von Gott angenommen und geliebt zu wissen.

Die christliche Freude ist auf die Treue Gottes gegründet, in der Gewissheit, dass er seine Verheißungen immer erfüllt: Wenn das Gute über das Böse siegt, die Macht des Satans endgültig zerbrochen und die Mühsal dieser Zeit endlich überwunden ist, dann wird große Freude ohne Ende sein.

DAS GEHEIMNIS DER FREUDE

Im Gleichnis vom Weinstock und den Reben (Joh 15, 1-11) lehrt uns Jesus das Geheimnis eines erfüllten und glücklichen Lebens: die Verbundenheit mit ihm. Dazu sind wir berufen: Christus in mir und ich in ihm. Wenn wir mit Christus wie die Rebzweige mit dem Weinstock verbunden sind, dann lebt er in uns und wir leben in ihm und sein Leben strömt durch unser ganzes Sein hindurch. In Verbundenheit mit Gott zu leben, ist letztlich nichts anderes als die Beschreibung der Taufwirklichkeit: Wir werden implantiert in Christus. Seine Erlöserkräfte sind durch die Taufe in mir wirksam, so dass sie Früchte bringen in diese gefallene Welt hinein, und so das Reich Gottes in den Herzen der Menschen errichtet wird.

Wenn Jesus im Weinstock-Gleichnis sagt „getrennt von mir könnt ihr nichts vollbringen“, dann heißt das also: Ohne diese tiefste, lebensmäßige, organische Verbindung des Menschen mit Gott kann der Mensch sein Menschsein nicht entfalten, so dass es fruchtbar wird. Bestimmung unseres Menschseins ist, in Verbundenheit mit Gott zu leben und Jesus in uns Raum zu geben. So beschreibt das Mutter Teresa: *„Wir sehnen uns alle inbrünstig nach dem Himmel, wo Gott wohnt. Nun steht es aber in der Macht eines jeden von uns, schon jetzt mit ihm im Himmel zu sein, schon jetzt, in diesem Augenblick, mit ihm glücklich zu sein. Aber dieses Glück hier und jetzt mit ihm bedeutet: Lieben wie Er liebt, beistehen wie Er beisteht, geben wie Er gibt, dienen wie Er dient, helfen wie Er hilft, bei Ihm bleiben alle Stunden des Tages und Ihm auch angesichts unendlicher Not ganz nahe zu kommen.“*

Wir sind berufen, Jesus immer ähnlicher zu werden. Er ist „unsere bessere Hälfte“. In seiner Rede auf dem Areopag (Apg 17, 27b-28) sagt Paulus zu den Athenern: *„Keinem von uns ist er fern. Denn in ihm leben wir, bewegen wir uns und sind wir, wie auch einige von euren Dichtern gesagt haben: Wir sind von seiner Art. Gott ist die Liebe und wir sind nach seinem Bild geschaffen.“* Das bedeutet: Unser Leben wächst in seine Bestimmung je mehr wir lernen, seinem Bild zu entsprechen. Unser Menschsein ist so beschaffen, dass wir nur dann wirklich glücklich sein können, wenn wir uns von ihm lieben lassen und mit seiner Liebe lieben – ihn, unseren Nächsten und uns selbst. Die Liebe ist die Anweisung für einen Weg zum Glück, die Gott tief in unser Herz eingeschrieben hat.

Jesus sagt in Johannes 5,30: *„Ich kann nichts aus mir selbst tun. Wie ich höre, so entscheide ich. Denn ich suche nicht meinen Willen, sondern den Willen des Vaters, der mich gesandt hat.“* Gott wirkt durch Menschen, die sich ihm zur Verfügung stellen. Je mehr wir uns Gott überlassen, desto mehr kann er mit, durch und in uns wirken. Statt alles selber in die Hand zu nehmen, vertrauen wir ihm, dass er uns in allen Dingen, bis in die kleinsten Kleinigkeiten hinein, führt.

DER WEG ZUR FREUDE

Wenn wir wollen, dass Freude sich wie ein goldener Faden durch unser Leben zieht, dann sollten wir hören, was Jesus dafür zur Bedingung macht: „Verkaufe alles, was du hast, dann komm und folge mir nach!“ (Lk 18,22). Verstehen wir diese Anforderung nicht oberflächlich, so als ob es dabei nur um einen äußeren Besitz ginge. Jesu Wort zielt darauf ab, alles zu bekommen: nicht nur einen Teil, nicht nur das, was ich gerade nicht brauche. Christus der Herr – weil er Gott ist – will nicht, dass etwas Trennendes zwischen mir und ihm steht. Freude hat ihren Preis: Jesus will nicht, dass wir unser Glück woanders suchen als in ihm. Vielleicht mögen wir uns an dieser Stelle einmal Zeit nehmen und uns in der Stille fragen: Welche Dinge, die auf mich Anziehungskraft ausüben, ziehen mich von Christus weg? Was raubt mir den inneren Frieden? Was hat sich zwischen mir und Christus gestellt? Mitunter ist es vielleicht eine zu große Sehnsucht nach der Liebe und Zuneigung anderer. Manchmal sind es festgefahrene Ansichten oder die Art, nach eigenem Geschmack und Vorteil Dinge zu beurteilen und zu leben. Bitten wir ihn, die Anhänglichkeiten zu durchtrennen, die uns an die Dinge der Welt binden.

Wenn uns dieser Ruf Christi unbequem erscheint, dann sollten wir, statt uns zu ärgern, vielmehr darüber wundern, dass die Reichtümer dieser Welt überhaupt eine Macht über uns ausüben. Wenn wir das Licht des Herrn in unsre Seele hineinstrahlen lassen, werden alle Lichter der Welt von ihm verschlungen und gehen unter in seinem Glanz. Es gibt keine herrlichere Freude, als geliebt zu werden und den zu lieben, der sich uns so vollkommen geschenkt hat, indem er sein Leben für uns gegeben hat. Ihm mit unserer Liebe zu antworten, ist der Weg zur Freude.

Zum Schluss noch ein Witz: Ein Tourist fragt den Kartäusermönch, der ihn ins Gästezimmer führt, angesichts der bescheidenen Einrichtung erstaunt: „Wo habt ihr eure Möbel?“ Darauf der Mönch: „Wo haben Sie die Ihren?“ Der Tourist: „Ich bin ja nur auf der Durchreise!“ Der Mönch: „Wir auch!“

ICH BRINGE DICH ANS ZIEL

BEI GOTT IST LEID NICHT DAS LETZTE

Marianne:

Ich bin in einer Arbeiterfamilie am Zürichsee als Älteste von sechs Geschwistern aufgewachsen. Meine Eltern waren gläubige Christen und Gott war für mich immer Vater, Freund, Beschützer, Erlöser – und auch eine Art Wunsch-Erfüller: ich durfte meinen Wunschberuf lernen, heiratete und wir bekamen vier gesunde Söhne.

Der 1. August 1982 brachte eine einschneidende Veränderung in mein Leben und das Leben meiner Familie: Mein Mann und ich waren auf einer Bergtour im Wallis, als ein Schneebrett uns und acht weitere Personen ein paar hundert Meter in die Tiefe riss. Als ich auf der Intensivstation eines Baseler Spitals wieder zum Bewusstsein kam, teilte man mir mit, ich habe eine komplette Querschnittslähmung erlitten und werde für den Rest meines Lebens auf den Rollstuhl angewiesen sein. Das bedeutet, dass ich unterhalb der Brust keinen Muskel willentlich bewegen kann und meinen Körper, auch Blase und Darm, nicht spüre. Ich war 33 Jahre alt, meine Kinder zwischen 3 und 10. Seither buchstabiere ich einen Satz des katholischen Theologen Karl Rahner: „Glauben heißt die Unbegreiflichkeit Gottes ein Leben lang aushalten.“

HILFEN ZUR BEWÄLTIGUNG

Das Annehmen einer solchen Lebenswende braucht sehr viel Zeit und viele kleine Schritte.

Auch Rückschritte gehören dazu und immer wieder schwierige Abschnitte. In dem allen verspricht Gott: „Ich bringe dich ans Ziel.“ Er bleibt ein Gegenüber, ein Du.

Ich kann vor ihm ehrlich mein Herz ausschütten, meine Klagen, meine Verzweiflung, meine Fragen, meinen Zorn, meine Bitten und Wünsche, aber auch meinen Dank für jeden kleinen Fortschritt, meine Freude über alles, was gerade gelingt. Er hält mich aus und bleibt da.

Wenn mir die Worte fehlen, und sie fehlen mir wirklich oft, darf ich Worte übernehmen. Dann



greife ich zu Psalmen, Liedern, Gebeten und Gedichten von Anderen. In Gottes Wort liegt eine Kraft, die mich hält und trägt. Seine Verheißungen erlebe ich wirklicher als meine emotionalen Bewegungen.

Zum Glück muss ich meinen Weg nicht allein gehen, ich darf um Hilfe bitten. Das geht vom Gebetskreis am Sonntagabend bis zu den praktischen Einsätzen durch einige Frauen aus der Gemeinde: Zwei Mal im Jahr putzen sie alle unsere Fenster!

„Was wahr, gut, schön ist, dem denket nach“ (Phil 4,8). Das Wort Gottes fordert mich heraus, meinen Blick weg von der depressiven Klage, was ich doch alles verloren hätte, zu drehen und mich zu fragen, was ich noch habe, bzw. kann. Ich habe meinen Mann und meine Kinder, meine Hände, Bücher, Musik, ein Bike; ich kann kochen, schwimmen, Flötenunterricht erteilen.

Seit einigen Jahren begleitet mich ein Satz von Helga Modesto: „Ich kann mir innerhalb meiner begrenzenden Mauern einen Rosengarten pflanzen und andere einladen, zu mir zu kommen und Freude daran zu haben.“

In den schweren Jahren nach dem Unfall haben wir in unserem Leben die Gnade Gottes, seine Gegenwart und seinen Segen real erfahren: Gott hat unsere Ehe trotz unserer begrenzten Möglichkeiten bewahrt. Er hat uns bis hierher geführt, er wird dies auch bis ans Ende tun.

Fredi:

Ich bin 1946 in Winterthur in eine Lehrerfamilie hinein geboren. Schon als Kind habe ich Freude an Zahlen gehabt und bin dann Mathematiklehrer an einem Gymnasium geworden.

Mariannes Situation hat auch meinen Lebensalltag deutlich verändert. Ich habe Gewohnheiten und Verpflichtungen neu überdenken müssen. Zunächst ist es nötig gewesen, Prioritäten zu setzen und Fremdverpflichtungen zu reduzieren. Außerdem mussten die anfallenden Aufgaben möglichst rationell erledigt werden. Zu der Schule, an der ich unterrichtete, brauchte ich zu Fuß nur zehn Minuten. Oft konnte ich mittags zuhause sein und auch nach dem Schulunterricht die Kinder betreuen; für meine Unterrichtsvorbereitungen ist dann am Abend Zeit gewesen. Außerdem mussten die Kinder im Haushalt mithelfen. Zehn bis fünfzehn Jahre lang war das eine recht strenge Zeit, mit vollen Tagen und wenig Freizeit. Heute kann ich viel gemächlicher leben, aber das Dolcefar niente halte ich fast nicht aus. Einer unserer Söhne hat einmal gewitzelt, es sei immer noch so, dass wir Eltern morgens um 7 Uhr frühstücken, außer wenn wir ausschlafen, dann erst um 7.05 Uhr.

Schwierig war es immer wieder, Mariannes Bedürfnisse und Interessen gegen die Bedürfnisse und Interessen der Kinder abzuwägen. Vieles, was in der Freizeit und den Ferien für die Kinder attraktiv gewesen wäre, war für Marianne nur mit großen Anstrengungen möglich. Wir waren sehr dankbar, wenn sich die Kinder anderen Familien anschließen konnten, um z. B. Ski fahren zu gehen und etwas zu erleben, was in der Familie nicht mehr möglich war. Trotzdem gab es Situationen, in denen ich mich fühlte, als sei ich allein



für fünf Kinder verantwortlich, statt wir zu zweit für vier. Als Team zusammenzuarbeiten und gemeinsam eine Aufgabe anzupacken, das ist uns nicht schwer gefallen, da haben wir uns gut ergänzt. Aber gemeinsam auch die schönen Seiten des Lebens zu erleben und zu genießen, da sind die Hürden viel höher und oft auch zu hoch.

Es sind vor allem die Berge und die alpinen Landschaften gewesen, die uns immer wieder angezogen haben, auch wenn die aktuellen Touren, die ich unternehme, eher „andante“ sind. Deshalb habe ich am Bergsteigen mit Freunden festgehalten, auch wenn Marianne nicht mehr mitkommen kann. Ich habe mich lange gefragt, ob es richtig ist, mich immer wieder tageweise auszuklinken aus der Familie, aber ein Freund hat mir geraten, ruhig mal wegzugehen und mit neuer Kraft zurückzukommen.

14 Jahre nach dem Bergunfall haben wir einen zweiten ganz schwarzen Tag erlebt. Unser dritter Sohn Matthias, knapp zwanzigjährig, ging am Morgen früh zu seinem Aushilfsjob, kam dort aber nie an. Etwas später hat uns der Posthalter angerufen, er sei nicht zur Arbeit gekommen. Als ich ihn mit dem Auto suchte, stieß ich auf einen Unfall und erhielt kurz darauf die Auskunft, dass unser Sohn tödlich verunglückt sei. Was hat ein solches Geschehen für einen Sinn? Das ist doch die falsche Reihenfolge; er müsste uns begraben, nicht wir ihn, das wäre das Natürliche. Was will Gott damit?

Marianne:

Meine erste Reaktion war nur ein großes Nein! Das kann und darf einfach nicht wahr sein. Warum, o Gott, nimmst du nicht wenigstens mich mit meinem aufreibenden Lebenskampf? Warum dieses blühende Leben, das so ernsthaft nach deinen Plänen für sein Leben gefragt hat? Gott, soll das Liebe sein?

Ein erster Trost war der Abschiedsgottesdienst, der von vielen seiner Freunde mitgestaltet wurde. An dem Tag, an dem Matthias seinen 20. Geburtstag gefeiert hätte, bekamen wir einen Ordner geschenkt mit lauter sehr persönlichen Abschieds-

grüßen und Erinnerungen. Besonders kostbar ist mir bis heute eine Musikaufnahme, die wenige Tage vor dem Unfall gemacht worden war von Liedern, die Matthias in einem Quartett gesungen hat. Im Rückblick ist mir bewusst geworden, wie wichtig es ist, dass Schmerz und Trauer ihre ganz persönliche Ausdrucksform finden, dass wir aber auch nicht stecken bleiben bei Tod und Verlust, sondern uns wieder dem Leben zuwenden.

So sind es wieder die gleichen Dinge wie bei meinem Unfall, die mir geholfen haben, und ich bin dankbar, dass wir dabei so viel Unterstützung erfahren haben.

Fredi:

Der Bergunfall mit Mariannes Behinderung hat unser Leben schwieriger gemacht, es schränkt uns auch heute noch ein. Der Tod von Matthias ist etwas ganz anderes. Mir ist ein Teil meiner Seele weggenommen worden. *Gott* hat mein Leben geschaffen, nicht ich, er hat es mir anvertraut, ich lebe in seiner Gegenwart.

Und Jesus sagt: „Ich lebe, und ihr werdet auch leben“ (Joh 14,19). In dieser Verheißung lebe ich und ich weiß, dass ich Matthias wiedersehen werde. Aber jetzt lässt Gott etwas zu, das ein Leben zerstört, das er selber geschaffen hat. Das lässt mich an Gott zweifeln. In seinem Roman „Die Brüder Karamasov“ schreibt Dostojewski, der Tod eines einzigen Kindes stelle die Existenz Gottes in Frage. Aber die Geburt jedes Kindes ist ein Beweis *für* die Existenz Gottes. In dieser Spannung muss ich leben, diese Spannung muss ich aushalten. Gott ist Gott, auch wenn ich ihn nicht verstehen kann. Aber ich will, wie der Psalmdichter, bei ihm bleiben und ihm vertrauen, auch wenn ich ihn nicht in allem verstehe.

Im Umgang mit dem Verlust sind mir zwei Überlegungen wichtig: 1. Der Verstand allein kann nicht trösten, aber er kann mir helfen, die Traurigkeit *auszuhalten*. Auch wenn ich verstehen würde, warum dies geschehen ist, wäre das für mich ein geringer Trost. 2. Ich habe kein Konzept gehabt, wie ich mit diesem Verlust umgehen kann, nicht alle Menschen reagieren gleich. Es gibt wohl kein Rezept.

WAS MICH HÄLT UND TRÄGT

Ich will nicht resignieren, ich bin nicht am Ziel. Meine Emotionen können mir vielleicht alle Hoffnung nehmen, aber mein Verstand sagt mir, dass das Leben weiter geht. Das enthält eine tiefe Wahrheit. Da sind meine täglichen Anforderungen und Verpflichtungen, da ist die Sorge für die Familie. Ich will mich dem Leben stellen, auch wenn ich ohne meinen Sohn weitergehen muss. Ich will aber auch nicht fliehen, sondern stillhalten und aushalten. Ich will mich nicht in Überaktivitäten stürzen, um meine Traurigkeit zu verdrängen. Bei Jesaja lese ich: „Ich werde auf den Herrn warten, auf ihn werde ich hoffen“ (Jes 8,17). Ich muss den Schmerz aushalten und Gottes Gegenwart suchen, und das ist am Anfang am schwierigsten. Es braucht Zeit, bis ich wieder Kraft schöpfen kann.

Und ich will nicht die Warum-Frage stellen. Natürlich wüsste ich gerne, warum Gott so etwas zulässt, ich verstehe es nicht.

Meine räumliche Vorstellung der Welt ist auf drei Dimensionen beschränkt, eine vierte Dimension kann ich mir nicht vorstellen. Gott lebt vielleicht in vier, fünf, sechs oder noch mehr Dimensionen. Wieder ist es ein Vers aus dem Propheten Jesaja, der mich hier tröstet: „Meine Gedanken sind nicht eure Gedanken, und meine Wege sind nicht eure Wege, spricht der Herr, denn so hoch der Himmel über der Erde ist, so viel höher sind meine Wege höher als eure Wege und meine Gedanken höher als eure Gedanken (Jes 55,8-9).“ Mein Hirn ist zu klein, um Gott zu verstehen.

Zuletzt: Aus einer Wunde wird eine Narbe. Die Narbe schmerzt nicht mehr so akut wie die Wunde, aber es gibt immer wieder Situationen, in denen sie sich bemerkbar macht. Die Wunde ist zwar geheilt, aber es wird nie mehr so, wie es vorher gewesen ist. Auch die Wunde, die der Tod von Matthias in meiner Seele hinterlassen hat, ist zu einer Narbe geworden. Ohne Matthias ist es nicht mehr so wie mit ihm, und es wird auch nie mehr so sein. Bis an mein Lebensende wird er mir fehlen. Wenn ich einen Jungen mit rotblonden Locken sehe, kommt mir die Erinnerung an Matthias wieder ganz nahe.

Marianne:

Aber bei Gott kann aus Fluch Segen, aus Tod Leben werden. Gott hat uns, gleich nach dem Unfall, eine ganz besondere Erfahrung geschenkt. Matthias' Plan, ein Musical zu schreiben über seine Beziehung zu Gott wurde nach seinem Tod von seinem älteren Bruder und 50 jungen Freunden umgesetzt. Das Musical „Mats – Warum?“ drückt sehr ehrlich ihre Fragen und ihr Nicht-Verstehen aus. Das Musical löste ein überwältigendes Echo aus und wurde am Schluss etwa 40 Mal in der ganzen deutschsprachigen Schweiz aufgeführt. Es hat den Freunden geholfen bei der Verarbeitung dieses Todes und Tausende junger Menschen angeregt, über Sinn und Ziele ihres Lebens nachzudenken. Mit den bei den Aufführungen erbetteten Kollektengeldern konnte in Mumbai (Indien) das „Mats Memorial Childrens Home“ gebaut werden, wo Straßenkinder ein Zuhause finden und die Chance bekommen, eine Berufsausbildung zu machen und Jesus kennen zu lernen.

Wir konnten erfahren, was Dietrich Bonhoeffer während seiner Gefängniszeit schrieb:

„Es gibt nichts, was uns die Abwesenheit eines lieben Menschen ersetzen kann, und man soll das auch gar nicht versuchen; man muss es einfach aushalten und durchhalten; das klingt zunächst sehr hart, aber es ist doch zugleich ein großer Trost; denn indem die Lücke wirklich unausgefüllt bleibt, bleibt man durch sie miteinander verbunden. Es ist verkehrt, wenn man sagt, Gott füllt die Lücke aus; er füllt sie gar nicht aus, sondern er hält sie vielmehr gerade unausgefüllt und hilft uns dadurch, unsere echte Gemeinschaft miteinander – wenn auch unter Schmerzen – zu bewahren. Ferner: je schöner und voller die Erinnerung, desto schwerer die Trennung. Aber die Dankbarkeit verwandelt die Qual der Erinnerung in eine stille Freude. Man trägt das vergangene Schöne nicht mehr wie einen Stachel, sondern wie ein kostbares Geschenk in sich.“

GEFÄSSE DER GNADE

PREDIGT ZUR VERABSCHIEDUNG VON ELKE UND WOLFGANG BREITHAUPT IN WEITENHAGEN

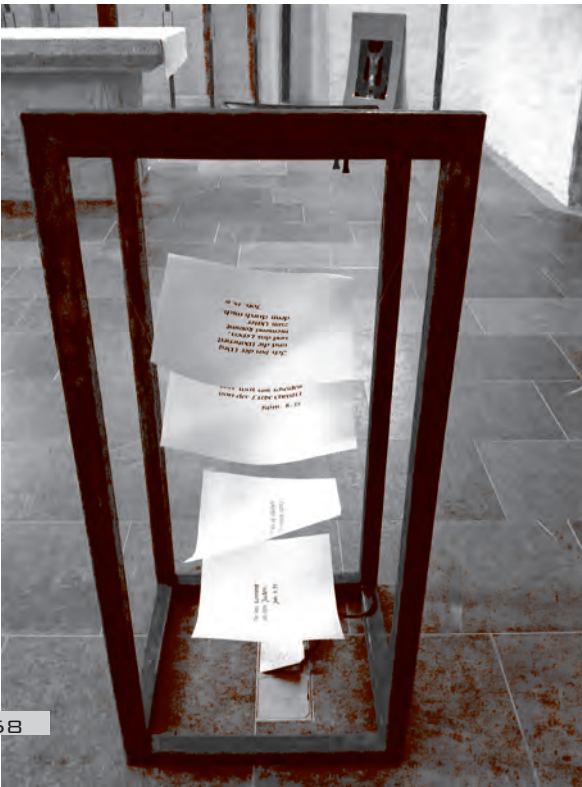
Fast auf den Tag genau seit 43 Jahren feiert die Kirchengemeinde Weitenhagen mit den Gästen des Hauses der Stille jeden Sonntag Gottesdienst unter diesem eindrücklichen Kreuz. „Das Kreuz ist der einzige Ort in der Welt, an dem du keine Anklage, sondern nur Freispruch hörst“, sagt H. J. Iwand. Diese Gottesberührung erleben wir auch beim gemeinsamen Singen, in der Predigt, im Abendmahl oder auch durch die Aussagekraft der liturgischen Gegenstände. Diese wur-

den im Rahmen der letzten Renovierung unserer Kirche neu geschaffen als „Gefäße der Gnade“.

Einem solchen „Gefäß der Gnade“ möchte ich mich in der Predigt zuwenden, dem Ambo, in der Umgangssprache das Lesepult. Vier Blätter, mit je einem Bibelwort beschrieben, schweben in der Mitte des Ambo. Jedes weist in eine andere Richtung; denn Gottes Wort ergeht in alle Welt und kommt nicht leer zurück!

DAS ERSTE BLATT

ist ausgerichtet auf den Prediger (Himmelsrichtung Osten) und trägt das Wort „Ich bin der Weg, die Wahrheit und das Leben, niemand kommt zum Vater denn durch mich“ (Joh 14,6). Dieses Wort Jesu richtet sich an jeden, der vom Ambo aus predigt und lehrt, aus der Heiligen Schrift vorliest oder zum Meditieren anleitet und macht deutlich: Es gibt keine christliche Spiritualität ohne ein klares Christusbekenntnis, ohne Christusbeziehung. Der Weg zu Gott führt allein über Jesus. Dietrich Bonhoeffer versuchte seinem Schwager dieses nahe zu bringen, als er ihm 1936 schrieb: *„Natürlich kann man die Bibel auch lesen wie jedes andere Buch ... dagegen ist gar nichts zu sagen. Nur dass das nicht der Gebrauch ist, der das Wesen der Bibel erschließt, sondern nur die Oberfläche. Wie wir das Wort eines Menschen, den wir lieb*



haben, nicht erfassen, indem wir es zergliedern, sondern wie ein solches Wort einfach von uns hingenommen wird und wie es dann tagelang in uns nachklingt, einfach als das Wort dieses Menschen, den wir lieben, und wie sich uns in diesem Wort dann immer mehr, je mehr wir es im Herzen ‚bewegen‘ wie Maria, derjenige erschließt, der es uns gesagt hat, so sollen wir mit dem Wort der Bibel umgehen.“

Unser Leben in der Christusbefolgung, Leben mit Ewigkeitsqualität, ist an diese Beziehung geknüpft. Der Heilige Geist unterstützt unser Hören auf das Wort Gottes als SEINEN Liebesbrief an uns, mit dem wir immer wieder eingeladen werden, in unserer Christusbeziehung zu wachsen und zu reifen.

DAS ZWEITE BLATT

ist zur Gemeinde hin ausgerichtet (Himmelsrichtung Westen). Der Vers darauf heißt: „Wer will uns scheiden von der Liebe Gottes?“ (Röm 8,35). Dieses Schriftwort steht im Zusammenhang mit der unendlichen Liebe Gottes zu uns Menschen. Anthony de Mello, ein Christ aus Indien, berichtet, wie ihn diese Liebe Jesu berührt hat: „*Ich hatte ein recht gutes Verhältnis zu Jesus. Ich bat Ihn um vieles. Ich sprach mit Ihm, ich lobte und dankte Ihm ... Aber ich hatte immer dieses unbequeme Gefühl, dass Jesus wollte, dass ich Ihn ansah, dass ich Ihn in die Augen gucken sollte. Das konnte ich aber nicht. Ich redete und guckte zur Seite, wenn ich merkte, dass Er mich ansah. Ich schaute immer weg. Und ich wusste auch, warum: Ich hatte Angst. Ich dachte, ich würde in seinem Blick so etwas wie*

einen Vorwurf finden, weil ich etwas falsch gemacht hatte. Ich fürchtete auch, ich würde in diesem Blick die Aufforderung finden, etwas zu tun, das ich vielleicht nicht tun wollte. Eines Tages nahm ich allen Mut zusammen – und sah Ihn an. Da war kein Vorwurf und keine Forderung. Seine Augen sagten einfach: Ich liebe dich. Lange habe ich in diese Augen gesehen. Ich suchte in diesen Augen, aber immer war dort nur dies eine ‚Ich liebe dich‘.“

Nichts kann uns scheiden von der Liebe Gottes.

DAS DRITTE BLATT

ist ausgerichtet zum Haus der Stille (Himmelsrichtung Norden) und heißt: „Durch Stillesein und Hoffen würdet ihr stark werden“ (Jes 30,15). Das ist die Einladung Gottes zu einem gelingenden starken Leben. Diese Einladung hilft uns, erneut oder erstmals, die leise, innere Stimme Gottes in unseren Herzen zu hören. Sie schenkt Orientierung und Entscheidungskraft und hilft uns, die Segenslinien in unserem Leben zu erkennen. Dabei wächst unser Vertrauen zu Gott und zu den Menschen. Das ermutigt uns, den liebenden Blick Jesu aufzunehmen und in die eigene Seele hinein zu lassen. Dieser Blick heilt die Verletzungen und Enttäuschungen in unserem Herzen. Die Einladung Gottes zeigt uns auch, wie unser Leben entschleunigt werden kann. So finden wir Zeit und Kraft für das Notwendige eines jeden Tages, und auch, das Wesentliche vom Unwesentlichen zu unterscheiden, das Kleine klein und das Große groß zu sehen. Diese Einladung gibt Kraft zur Entsorgung von Lasten und Altlasten in

unserem Leben, in der Sprache der Seelsorge: Sie ermutigt zur Beichte. Bonhoeffer sprach von der Stille als der „wunderbaren Macht der Klärung, der Reinigung, der Sammlung auf das Wesentliche.“ Die Einladung gilt und dafür steht das Haus der Stille.

DAS VIERTE BLATT

ist ausgerichtet zum Liturgen (Himmelsrichtung Süden) und heißt: „...Denn das Heil kommt von den Juden“ (Joh 4,22). Wir Christen haben Israel so viel zu verdanken. Die Offenbarung Seines Namens am brennenden Dornbusch: JHWH - ICH BIN DA - FÜR DICH ... gnädig, barmherzig, langmütig ... von großer Güte und Treue. Wir verdanken Israel die zehn Lebensangebote Gottes für uns Menschen. Zu ihnen gehört der Schutz der Familie und der menschlichen Beziehungen, ebenso wie der Schutz des Ruhetages zum Atemholen. Ohne diese Gebote ist das Zusammenleben der Völker auf Dauer nicht möglich. Wir verdanken Israel den Heiland und Erlöser der Welt. Ihn erwarten wir, gemeinsam mit Israel, zur Vollendung seiner Schöpfung. Juden und Christen haben eine gemeinsame Zukunftshoffnung für die ganze Welt.

Einige von Ihnen wissen, dass wir alle zwei Jahre israelische Ehepaare einladen, die ein Kind durch einen Terroranschlag oder im Kampf verloren haben. Im Juni dieses Jahres konnten wir noch einmal Israelis in Weitenhagen begrüßen und mit ihnen ein Stück des Weges der Trauer um ihre gefallenen Kinder gehen. Die waren im letzten Gazakrieg ums Leben gekommen, die meisten beim Aufspüren und Zerstören der berühmten Tunnel. Ich habe die Eltern in Weitenhagen mit den Worten begrüßt: „Ich danke euch, dass es



euch als Volk gibt. Denn ohne Israel wäre ich nie Pastor geworden – ich hätte nie Jesus Christus kennengelernt. Ja – wir alle würden heute nicht hier sitzen, wenn es den Heiland und Erlöser Jesus aus dem Volk der Juden nicht gäbe.“

Wenn unsere Gäste nach den gemeinsamen Tagen sagen: „Wir haben ein anderes Deutschland kennengelernt.“ und „Wir fahren mit neuer Hoffnung zurück nach Israel“, dann spüren wir: Gott hat Gnade geschenkt und Frieden zwischen unseren Völkern gewirkt. Es war ein Versöhnungsdienst. Wir konnten Gottes Bitte ein Stück nachkommen: „Tröstet, tröstet mein Volk, redet mit Jerusalem freundlich“ (Jes 40,1).

Warum heute eine Predigt über die vier Worte im Ambo zu unserer Verabschiedung aus dem aktiven Berufsleben?

Dieser Ambo, dieses „Gefäß der Gnade“ verbindet uns miteinander. Hier sind wir alle Gemeinde, die unterwegs ist zum großen Ziel des Reiches Gottes. Hier redet Gott. Hier schenkt ER uns sein lebendig machendes Wort.

Dieses Gefäß der Gnade weist auf die Grundberufung hin, die dem Haus der Stille vor 43 Jahren mit auf den Weg gegeben wurde und in vier Worte zusammengefasst ist: Stille, Seelsorge, Meditation und Gebet.

Das Haus der Stille ist in den vergangenen Jahren für viele Menschen aus nah und fern, für Gäste und Glieder unserer Kirchengemeinde eine Quelle geistlichen Lebens geworden – ein Ort, an dem Glaube empfangen wurde und so auch an die nächste Generation weitergegeben werden kann. Die Kirche braucht solche Quellorte. Unter der Leitung Bonhoeffers gab es das Predigerseminar und „Haus der Stille“ in Finkenwalde bei Stettin. Die Gestapo hatte damals diesen Quellort geschlossen und versiegelt. Keine vierzig Jahre später entstand das „Haus der Stille“ in Weitenhagen bei Greifswald. Gott lässt sich seine Herzensanliegen für eine Region nicht aus der Hand nehmen. Wo die Grundberufung eines Werkes gelebt wird, hat es Bestand, unabhängig von äußeren Veränderungen. Das möge innere Verpflichtung und freudige Hoffnung sein für alle, die nun für das Haus der Stille in seiner besonderen Verbindung mit der Kirchengemeinde in Weitenhagen die Verantwortung tragen. AMEN

DAS BUCH DER MITTE

WIE WIR WURDEN, WAS WIR SIND – DIE BIBEL ALS HERZSTÜCK
DER WESTLICHEN KULTUR
FONTIS-VERLAG, BASEL 2014, 21,99 €



Kurt Cobain, Sänger der Rockband Nirvana, hat sich 1994 umgebracht. Sein Selbstmord hat eine ganze Generation geprägt. Arun Shourie, einer der bekanntesten Intellektuellen Indiens, vertritt die Ansicht, dass das Christentum viel Unheil über Indien gebracht hat. Wie gehört das zusammen? Für den indischen Philosophen und Christen Vishal Mangalwadi sind sie der Ausgangspunkt, um den Wert der Bibel für die westliche Gesellschaft zu erforschen. Wo wäre der Westen mitsamt seinen Errungenschaften, wenn es die Bibel nicht gäbe?

Um diese Frage zu beantworten, schildert Mangalwadi zunächst, wie er als junger Mann die Bibel für sich selbst noch einmal ganz neu entdeckt hat. Er wollte wissen, ob die Bibel wichtige Fragen beantworten kann – wie zum Beispiel die, was den Menschen von Tieren unterscheidet. Bei seinem Bibelstudium entdeckte Mangalwadi aber noch viel mehr, z. B. die Frage, warum ihn als Inder die Geschichte des jüdischen Volkes interessieren sollte. Er fand eine Antwort, die ihn zutiefst überraschte: Gott wollte alle Völker der Erde segnen, auch sein Volk! Auf diese Aussage stieß Mangalwadi in der Bibel immer wieder. Er beließ es aber nicht bei dieser Erkenntnis und stellte die nächste Frage: Hatte Gott tatsächlich Indien gesegnet? In seiner Heimatstadt sah Mangalwadi Altgewohntes in einem neuen Licht und erkannte in all den Errungenschaften der Moderne, Demokratie, Bildung, Fortschritt, Mitgefühl, Spuren einer christlichen Weltsicht. Ja, Gott hatte sein Volk gesegnet.

Mangalwadi rollt deshalb die westliche Kultur- und Philosophiegeschichte noch einmal neu auf und stellt sie in einen direkten Zusammenhang mit der Wirkungsgeschichte der Bibel. Woher stammt die Idee von der Würde des Menschen? Warum wurden Brillen gerade in christlichen Klöstern erfunden? Er belegt, dass die Bibel eine viel größere Rolle gespielt hat, als viele Menschen annehmen würden. Gleichzeitig hebt Mangalwadi mahnend den Finger: Unserer Gesellschaft drohe mit dem Ausklammern der christlichen Weltsicht ein Verlust von Hoffnung. Diese ist aber seiner Ansicht nach das Antriebsrad für den Erfindungsreichtum der westlichen Gesellschaft. Stattdessen breite sich ein bedenklicher Glaube an die Unveränderlichkeit des Schicksals aus. Aber ohne die Zuversicht, mit der Menschen unserer Kultur in der Vergangenheit Probleme angegangen sind, wird es einen Stillstand geben.

Für Mangalwadi ist der Selbstmord Kurt Cobains ein Zeichen dieses Niedergangs. In diesem Licht gesehen ist „Das Buch der Mitte“ mehr als nur ein „netter Schmöcker“ für Christen – es liefert Menschen aller Glaubensrichtungen genügend neuen Stoff zum Nachdenken. Erfreulicherweise ist Mangalwadi in der Lage, auch schwierige Sachverhalte verständlich auszudrücken. Ein Philosophiestudium ist also keine Voraussetzung, um die äußerst interessanten Thesen des Buches zu verstehen und selbst zu durchdenken.

Anika Schanz, Basel

≡ Haus der Stille, Weitenhagen bei Greifswald

Information und Anmeldung: Haus der Stille,

Hauptstraße 94, 17498 Weitenhagen/Greifswald; **Tel:** 03834-80330; **Fax:** 03834-803311

E-Mail: anmeldung-hds@weitenhagen.de oder kaissling@ojc.de. Wegen Ermäßigung bitte anfragen

■ **Höchste Zeit für einen Neuanfang** 29. Okt. - 1. Nov. 2015

Männerseminar

Ein Seminar mit Impulsen, Gesprächen und Begegnungen, die helfen können, Beziehungen bewusst zu gestalten, zu entfalten, reifer werden zu lassen.

Team: Rudolf M. Böhm, Ralph Pechmann

Übernachtung/Verpflegung: 120 €; **Kursgebühr:** 60 €

■ **OJC – Seelsorgekurs Frühjahr 2016** 22.-24.1. / 26.-28.2. / 18.-20.3.

Heilwerden in Gottes Gegenwart

Seminar an drei Wochenenden

I. Last des Erbes. Last des Lebens

II. Wer vergibt, heilt auch sich selbst

III. In der Heilung bleiben

■ **OJC – Seelsorgekurs Herbst 2016** 2.-4.9. / 21.-23.10. / 18.-20.11.

Wie der Mensch zum Menschen wird

Seminar an drei Wochenenden

I. Der Mensch im Aufbruch

II. In Beziehung leben

III. Geistlich reifen

Ein Angebot für Laien, wie auch für Vollzeitmitarbeiter in den Gemeinden. Neben der Vermittlung von Grundkenntnissen über psychologische und soziale Zusammenhänge sollen die Teilnehmer dazu angeregt und ermutigt werden, im Licht des Wortes Gottes in eine aktive Auseinandersetzung mit sich selbst zu kommen.

Referenten: Maria Kaißling, Rudolf M. Böhm und Team. **Übernachtung/Verpflegung:** 90 €, **Seminar:** 40 € (je pro Wochenende).

Die drei Wochenenden bilden eine Einheit und können nur als Ganzes belegt werden!

≡ Pauluskirche der ev.-meth. Gemeinde Stuttgart-Vaihingen

Information und Anmeldung: Tanja und Mathias Jeschke

E-Mail: tanja.jeschke@gmx.net oder mat.jes@gmx.de; **Tel:** 0711/7353551

■ **Auf Gottes Stimme hören** 16.-17. Oktober 2015

Seminar „Hörendes Gebet“ mit Manfred und Ursula Schmidt

Kann man lernen, Gottes Stimme zu hören? Alle Christen sollen und können Gottes Stimme hören – für sich persönlich, aber auch für andere. Dennoch sind viele unsicher, ob das auch für sie gilt, und wie man das lernen und üben kann. Um diese Hürden zu überwinden, wurde das Seminar entwickelt.

Team: Manfred und Ursula Schmidt; **Kosten:** 39 Euro p.P. (Ehepaare, Studenten und Hartz-IV-Empfänger 30,00); **Beginn:** Freitag, 16.10. um 18.30 Uhr, **Ende:** Samstag gegen 19 Uhr. In der **Mittagspause** Selbstversorgung. Getränke (Wasser, Saft, Kaffee, Tee) werden zum Selbstkostenpreis bereitgestellt.

Weitere Termine für das Seminar finden Sie unter: http://hoerendes-gebet.axis-web.de/?page_id=184

≡ OJC Reichelsheim

Info und Anmeldung: Monika Wolf, Telefon: 06164/55395, E-Mail: tagungen@ojc.de

■ Die Fremden verstehen 16.-18. Oktober 2015

Wer ist anders? Der andere oder ich... Lernen aus kultureller Vielfalt

Ein Seminarwochenende für alle Jesus-Nachfolger, die sich fragen, wie das Zusammenleben- und arbeiten von Menschen mit unterschiedlichen kulturellen Hintergründen fruchtbar gelingen kann. Wie wird es bereichernd und ergänzend? Wie können sich unsere Begegnungen am Arbeitsplatz, in der Schule, in der Uni, in der Nachbarschaft und in unseren Gemeinden von „fremd“ zu „vertraut“ wandeln? Wie können wir (Vor-)Urteile erkennen und überwinden? Welche Verstehenshilfen und Herausforderungen finden wir in der Bibel? Diese Tagung beinhaltet Impulse, Gesprächsrunden, Bibelarbeit und interaktive Elemente zum Thema „Kultur“, auch Feiern und vielsprachiges Singen wird nicht zu kurz kommen.

Team: Ute und Frank Paul, Michael Wolf, Dr. Jürgen Friedrich; **Kosten:** Tagung 60,- €, Ü/V 94-124,- €

■ OJC-Oasentag 5. Dezember 2015

Impulse zum Advent – ein Tag zur persönlichen Stille

Nach einem kurzen Impuls in der Kapelle kann jeder den Tag schweigend verbringen mit Spaziergängen in der Natur rund um Reichelsheim, allein in einem der Zimmer im Gästehaus oder in der Kapelle. Vor Gott still und hörbereit werden ist das Wesentliche der Oaszeit. Ein gemeinsames Gebet in der Kapelle schließt den Tag ab.

Team: Ursula Räder u. a.; **Uhrzeit:** 9.30 Uhr bis 17.00 Uhr; **Kosten:** 15,- € (erm. 10,- €), inkl. Mittagessen

Wer möchte, kann im Gästehaus übernachten, am Abend an einer Sonntagsbegrüßung und am nächsten Tag am OJC-Gottesdienst teilnehmen. **Kosten:** festliches Abendessen/Ü/F 25,- €

■ Streiten will gelernt sein! 15.-17. Januar 2016

Besser streiten klärt und vertieft Beziehungen. Seminarwochenende

Ein Wochenende mit Impulsen und Interaktion für Neugierige und Mutige, die auf dem Weg zu Ehrlichkeit und Echtheit sind. Jeder Mensch, der Umgang mit anderen pflegt, muss Beziehungen leben.

Team: Ute und Frank Paul, Friederike Klenk u. a.; **Kosten:** Tagung 60,- €, Ü/V 94-124,- €

■ OJC-Thementag Glaube und Naturwissenschaft 6. Februar 2016

Wie Gottes Handeln, biblische Texte und die Naturgesetze zusammen passen

An diesem Thementag wird aufgezeigt, dass diejenigen, die einen Widerspruch zwischen Naturwissenschaft und Glauben sehen, grundlegende Denkfehler begehen. Es wird von drei berühmten Personen von der Antike bis zur Gegenwart aufgezeigt, wie Bibeltexte, Glaube und Wissenschaft harmonisch zusammen passen.

Referentin: Prof. Dr. Barbara Drossel (TU Darmstadt); **Uhrzeit:** 9.30 Uhr bis 17.00 Uhr;

Kosten: 25,- € (erm. 20,- €), inkl. Mittagessen.

Wer möchte, kann im Gästehaus übernachten, am Abend an einer Sonntagsbegrüßung und am nächsten Tag am OJC-Gottesdienst teilnehmen; **Kosten:** festliches Abendessen/Ü/F 25,- €

Der Mantel

der Freude

Freude –
manchmal fällt sie vom Himmel.
Wir wachen auf
und sind froh.

Freude –
manchmal ist sie so fern,
unerreichbar verhangen,
verborgen
hinter bleiernen Wolken.

Freude –
manchmal blitzt sie auf
in einem ansteckenden Wort,
im stillen Verstehen,
im guten Augen-Blick.

Freude –
manchmal wandern wir weit,
beschwerlich, auf staubigen Wegen,
um sie zu finden,
als warmen Regen, als sanfte Berührung,
als Wolkenlückenglück.

Der Mantel der Freude –
immer können wir ihn teilen,
er reicht weit, er wächst mit, er verbindet
und wärmt.