

Leben in Freiheit (2)

Jesaja 61,1; Matthäus 11,28; Johannes 8,36

1. November 15

Sämi Schmid

Heute mache ich den zweiten Teil des Themas „Leben in Freiheit“. Das ist ein seelsorgerliches Thema. Es geht nicht um unser Äusseres. Es geht heute auch nicht um unsern Auftrag. Es geht um unseres Seele und unser Herz – deshalb seelsorgerlich.

Die meisten von uns haben heute schon mal in den Spiegel geschaut. Und bevor wir hierher in den Gottesdienst gekommen sind, haben wir uns „bereit“ gemacht. (gewaschen – geduscht, gekämmt, evtl. gestylt oder geschminkt, saubere Kleider angezogen, etc.) Wir haben relativ viel Aufwand betrieben, um einen äusserlich guten Eindruck zu machen. Ich glaube, keinem von uns ist es völlig egal, wie wir äusserlich aussehen.

Gott interessiert sich heute aber nicht für dein Äusseres. Er interessiert sich vor allem für dein Herz und deine Seele. **Der Mensch sieht, was vor Augen ist. Gott aber sieht das Herz an.** (1. Sam 16,7) Er will dir begegnen. Bist du bereit, ihm dein Herz und deine See zu öffnen?

Jesus lädt uns ein:

Kommt her zu mir, alle, die ihr mühselig und beladen seid; ich will euch erquicken. (Mt 11,28)

Der Geist Gottes des Herrn ist auf mir, denn der Herr hat mich gesalbt, um den Elenden eine gute Botschaft zu verkünden. Er hat mich gesandt, um die zu heilen, die ein gebrochenes Herz haben und zu verkündigen, dass die Gefangenen frei gelassen und die Gefesselten befreit werden. (Jes 61,1)

Diese beiden Verse, die letzten Sonntag schon im Zentrum standen, sollen auch heute wieder im Zentrum stehen:

Kommt her zu mir, alle, die ihr mühselig und beladen seid; ich will euch erquicken. (Mt 11,28)

Der Geist Gottes des Herrn ist auf mir, denn der Herr hat mich gesalbt, um den Elenden eine gute Botschaft zu verkünden. Er hat mich gesandt, um die zu heilen, die ein gebrochenes Herz haben und zu verkündigen, dass die Gefangenen frei gelassen und die Gefesselten befreit werden. (Jes 61,1)

Ein kurzer Rückblick zur letzten Predigt: (Erklärung anhand der Zeichnung)

- Jeder Mensch kommt mit einem grossen Bedürfnis nach Liebe & Anerkennung auf die Welt. Es gibt ein Loch / ein Raum in uns, der durch nichts anderes gefüllt werden kann
- Aber nicht immer bekommen wir das. Wir werden zum Teil tief verletzt durch schwierige Umstände und Menschen (Eltern, Mitschüler, etc.)
 - o Verletzende Pfeile der Ablehnung, ich bin nicht willkommen, ich genüge nicht.
 - o Verlust / Enttäuschung
- Weil das so sehr schmerzt, machen wir einen Deckel drauf. Das ist unsere Überlebensstrategie. Sonst wären wir wegen dem Schmerz gar nicht lebensfähig.
- Dann bauen wir unser Lebenshaus darauf:
 - o Nach aussen sieht alles gut aus. Schöne Fassade. Beeindruckend.
 - o Wir sind immer noch auf der Suche nach Liebe und Anerkennung und versuchen nun, uns dies selber zu „erarbeiten“.

In uns steckt aber immer noch dieser Mangel, diese Verletzungen, diese stinkende Grube. Oben schön polieren und unten diese Mistgrube. So ein Leben ist sehr anstrengend. Wir leben ständig in einer inneren Zerrissenheit zwischen äusserem Schein und dem eigentlichen Sein. Die Angst ist ein

ständiger Begleiter: Was ist, wenn mal jemand unter den Deckel schaut? Oder was passiert, wenn es auf einmal selber hervorbricht und mich überrollt?

Menschliche Bewältigung

Dazu habe ich letztes Mal schon einiges gesagt. Betonplatte – verdrängen. Und darunter ist wie ein radioaktives Zwischenlager.

Und ich muss nicht Architekt oder Statiker sein, um zu erkennen, dass dies eine sehr wackelige Angelegenheit ist. Ein Haus auf eine offene Grube oder einen modernden Untergrund zu stellen ist recht gefährlich. Und klug wie wir Menschen sind, suchen wir nicht einen neuen Untergrund, sondern wir ziehen da Stützen ein.

- Diese Stützpfeiler sollen dem ganzen ein wenig Stabilität geben, damit unser Haus nicht zusammenbricht. Diese Stützpfeiler sind Festlegungen. Festlegungen sind bestimmte Glaubenssätze, die wir für unser Leben festgelegt haben. Sie vermitteln uns ein Gefühl von Sicherheit.

Ich weiss nicht, ob ihr solche Glaubenssätze oder Festlegungen kennen. Das sind zum Beispiel:

- Ich lasse keinen mehr an mich heran. (Verletzung)
- Ich vertraue nur mir selbst. (Enttäuschung)
- Ich werde es euch noch beweisen, dass ich es zu etwas bringe. (Zurücksetzung / Ablehnung)
- Ich gehe kein Risiko (mehr) ein. (Versagen ...)
- Ich schaff das alleine. (Enttäuschung)
- Ich lasse mir von niemandem etwas sagen. (betrogen)
- ...

⇒ Hinter solchen Festlegungen stehen fast immer sehr schmerzhaft Erfahrungen, die wir mit diesen Festlegungen mit allen Mitteln vermeiden wollen.

Das sind alles Sätze, mit denen wir versuchen, unser Haus zu stützen. Auf der einen Seite funktioniert dies auch tatsächlich. Aber auf der andern Seite bauen wir daraus ein eigenes Gefängnis, weil dann niemand mehr an uns heran kommt. Es sind absolute Beziehungskiller.

Wenn wir solche Sätze in uns tragen, sind wir wie ein Stück weit immun. Wir werden immun gegenüber andern Menschen, aber auch Gott gegenüber. Denn wir haben ja nur ein Herz. Wenn wir unser Herz dicht machen, dann betrifft das nicht nur unsere Beziehung zu Menschen, sondern immer auch unsere Beziehung zu Gott.

Und so werden wir oft zu einsamen Menschen inmitten von vielen Menschen. Denn wir lassen weder Gott noch unsere Mitmenschen an das heran, was uns zutiefst ausmacht. Und ich glaube, da ist ein Punkt, an dem wir gut hinschauen müssen.

In den 9 Jahren, in denen ich jetzt hier bin, hörte ich schon oft den Satz: Ich vermisse eine wirklich tiefe Gemeinschaft. Die einen brachten dies zusammen mit einer grossen Enttäuschung zum Ausdruck, in der auch Resignation lag. Und bei andern spürte ich einfach eine grosse Sehnsucht nach dieser tieferen Gemeinschaft.

Es könnte sein, dass dies einen direkten Zusammenhang hat mit unsern persönlichen Verletzungen und unsern Festlegungen. Und dieser Mangel an Gemeinschaft verändert sich nicht, wenn wir Apelle nach mehr Gemeinschaft loslassen. Es verändert sich auch nicht in erster Linie durch neue Anlässe oder Programme, so sehr ich für neue Ideen bin.

Jesus lädt uns ein zum Hinschauen bei uns selbst – in unser Herz und unsere Seele. Ohne eine Heilung von unseren Herzen und der Lösung von unseren Festlegungen können wir kaum Veränderung erwarten.

Und genau das will Jesus. Deshalb sagt er:

Kommt her zu mir, alle, die ihr mühselig und beladen seid; ich will euch erquicken. (Mt 11,28)

Der Geist Gottes des Herrn ist auf mir, denn der Herr hat mich gesalbt, um den Elenden eine gute Botschaft zu verkünden. Er hat mich gesandt, um die zu heilen, die ein gebrochenes Herz haben und zu verkündigen, dass die Gefangenen frei gelassen und die Gefesselten befreit werden. (Jes 61,1)

Echte Freiheit durch innere Heilung

Gott sucht immer unser Herz. Unser Vater im Himmel ist überhaupt nicht beeindruckt davon, was wir alles leisten und was für Erfolge wir vorweisen können. Er ist nur an unserem Herz interessiert. Jesus, dieser Löwe von Juda kämpft wie ein Löwe um unser Herz, und wir zeigen ihm oft nur unsere Fassade, weil wir unser Herz dicht gemacht haben. Jesus kämpft um unser Herz, solange da noch Verletzungen und Blockaden sind. Er kämpft um unser Herz, solange da noch Festlegungen vorhanden sind, die uns gefangen halten. Er lässt nicht locker, solange da noch ein tiefer Schmerz vorhanden ist.

Jesus selbst sagte in Johannes 8:

Wen der Sohn frei macht, der ist recht frei. (Joh 8,36)

Jesus will uns durch die Kraft des Heiligen Geistes frei machen – unsere Seele und unser Herz heilen. Die Frage ist, ob ich das auch will.

Wie sieht dieser Weg der Heilung – der Weg in die Freiheit aus?

1. Schritt: Gott die Erlaubnis geben

- Ich gebe dir die Erlaubnis, mein Betonplatte anzuheben. Ich will zusammen mit dir darunter schauen. Ich lasse dich an mein Innerstes ran.
- Ich erlaube dir auch, mein Lebenshaus einzureissen, wenn das dazu dient, dass mein Herz heil wird. (Vielleicht hat er dein Haus auch schon eingerissen durch Burnout, Ehescheidung, Unfall, Kündigung, innerer Zerbruch, etc.)

2. Schritt: Hinschauen (Häreluegä)

- Bis jetzt hast du es vielleicht verdrängt. Und jetzt willst du zusammen mit Jesus die wunden Punkte sehen. Das ist gar nicht einfach. Denn wir kommen wieder mit dem Schmerz der Verletzungen in Berührung. Wir entdecken Winkel in unserem Keller, wo alles ein wenig modrig riecht und die Dinge alles andere als schön aussehen. Jesus hat aber kein Problem damit.
- Hinschauen ist nötig, dass die Heilung einsetzen kann. Jesus sagt in Johannes 8: **Ihr werdet die Wahrheit erkennen. Und die Wahrheit wird euch frei machen.** (Joh 8,32)

⇒ Stille: Zeit zum Hinschauen: (betend durchgehen)

mögliche verletzende Pfeile:	mögliche Festlegungen:
<ul style="list-style-type: none"> - Eltern wollten dich nicht (kamst ungelegen) - in Familie – Schule – Beruf benachteiligt - ungenügende Leistung / aus dir wird nichts - Eltern geschieden / Familie zerbricht - ungerecht behandelt - Todesfall von nahestehender Person - auf dich hörte man nicht - geschlagen - missbraucht - ausgelacht / ausgegrenzt - von Freund betrogen - Freundschaft / Ehe zerbricht - fadenscheinige Kündigung - ... 	<ul style="list-style-type: none"> - Ich lasse keinen an mich heran. - Ich vertraue nur mir selbst. - Ich werde es euch noch beweisen ... - Ich gehe kein Risiko (mehr) ein. - Ich schaffe das allein. - Ich bin nicht angewiesen auf Hilfe. - Ich lasse mir von niemandem etwas sagen. - Ich muss es allen recht machen. - ...

3. Schritt: Festlegungen ablegen

- Ich lasse keinen an mich heran.
- Ich werde es euch noch zeigen.
- Ich kann das nicht.

Das, was uns einigermaßen Stabilität und Sicherheit gegeben hat, ist nichts anderes als ein Beziehungskiller und ein Gefängnis. Oft schleppen wir 20, 30, 40, 50 Jahre

diese Festlegungen mit uns herum. Durch die Hilfe von Jesus und mit der Kraft des Heiligen Geistes können sie überwunden werden.

⇒ Falsche Sätze erkennen und mit Wahrheit ersetzen.

4. Schritt Pfeile entfernen

Die Pfeile, die so fürchterlich weh tun, müssen und können entsorgt werden. Der richtige Ort dafür ist Jesus. Der richtige Ort dafür ist das Kreuz. Und dort am Kreuz von Jesus geht es darum, dass wir vergeben und Heilung empfangen.

Ich vergebe den Menschen, die mir so weh getan haben. Die mich enttäuscht haben, im Stich gelassen oder verletzt haben. Vergeben heisst: Ich lasse sie aus jeder Anklage los. Ich lasse jeden Vorwurf fallen und übergebe es Jesus. Und gerade da ist dann der Punkt, an dem wir Heilung empfangen können.

Denn Jesus hat gesagt: **Der Herr hat mich gesalbt, um den Elende eine gute Botschaft zu verkünden. Er hat mich gesandt, um die zu heilen, die ein gebrochenes Herz haben und zu verkündigen, dass die Gefangenen frei gelassen und die Gefesselten befreit werden.** (Joh 61,1)

Diese 4 Schritte kommen nicht immer in dieser Reihenfolge. Grad Schritt 3 und 4 können auch umgekehrt sein. Es ist gut möglich, dass ich über den Schmerz einer Situation erst die Festlegung erkenne.

Auf jeden Fall ist es so, dass diese Schritte ein Weg – ein Heilungsprozess sind. Das ist praktisch nie mit einem Gebet erledigt. Häufig brauchen wir die Hilfe von einem Mitchristen. Ein Bruder – eine Schwester, ein Seelsorger oder eine Seelsorgerin. Aber da liegt oft auch die Hürde. Wir sind oft zu stolz, Hilfe anzunehmen. Ich schaffe das alleine. Was denkt auch der andere? Und da kommt auch schon wieder eine Festlegung zum Vorschein.

Natürlich ist es wichtig, dass dies in einem geschützten Rahmen geschieht. Da geschieht eine Operation am offenen Herzen. Herzoperationen im Spital werden auch nicht im Foyer durchgeführt. Dafür gibt es die Intensivstation mit starken Sicherheitsvorkehrungen (Schleusen, Kleidung, etc.). Da kann nicht jeder hinein trampeln. Und genau so braucht es einen geschützten Raum für die Arbeit an unserem Herzen.

Neues Lebenshaus

Wenn wir Gott die Erlaubnis geben und den Weg der Heilung gehen wollen, dann macht Gott etwas Neues. Unser Lebenshaus sieht dann so aus:

- Wenn die Grube ausgeräumt ist, dann ist da wieder Platz für das, was Gott schon immer tun wollte: Diesen Raum ausfüllen mit seiner Liebe und seiner Annahme. Er giesst seine Liebe aus in unsere Herzen. (Das wird zum starken Fundament)
- Und dann baut Gott mit uns ein neues Lebenshaus. Das sieht vielleicht auf den ersten Blick gar nicht viel anders aus als das alte. Aber es hat eine ganz andere Qualität. Es ist nicht mehr auf den Mangel und die Verletzungen gegründet, sondern auf die Liebe Gottes zu uns. Verwurzelt in ihm.
- Und das wird dann überall sichtbar. Die Liebe Gottes kommt zum Ausdruck. Wir müssen nicht darauf hinweisen oder sie gar selbst produzieren.
 - o Da fliessen Ströme von lebendigem Wasser.
 - o Die Liebe Gottes strömt aus uns heraus.
 - o Wir müssen nicht unsere Nächsten lieben, weil das zu einem rechten Christen gehört, sondern es fliesst aus uns heraus, weil Gott selber am Werk ist.

Das ist das Ziel von Gott für uns – für dein und mein Leben. Wenn unser Herz und unsere Seele heil werden, dann kommt etwas Neues in unser Leben hinein. In Jesaja 61 heisst es nachher:

Er hat mich gesandt, um es den Trauernden zu ermöglichen, dass ihnen Kopfschmuck anstelle von Asche, Freudenöl anstelle von Trauerkleidern, und Lobgesang anstelle eines betrübteten Geistes gegeben werde; und dass man sie „Eichen der Gerechtigkeit“ und „Pflanzung zur Verherrlichung des Herrn“ nennen kann. (Jesaja 61,3)

Gott schenkt und neue Kleider und ein neues Lebenslied. Das wird auch für andere sichtbar und erlebbar. Sie erkennen in uns „Eichen der Gerechtigkeit“ und eine „Pflanzung zur Verherrlichung des Herrn.“ Das hat Gott mit dir vor.

Amen