

Predigt

Teil 1

*Zeig mir alles von dir, zeig mir auch deine dunkle Seite.
Zeig mir das Leid, dass du verursacht hast.*

Eigentlich ist es ganz leicht. Dort, wo unsere Aufmerksamkeit ist, fließt unsere Energie. Doch viel zu oft sind wir uns unserer Energie gar nicht bewusst. Überladen vom Alltag, verlieren wir unser Gespür dafür, was wir anrichten können. Mit einem Witz über andere, mit Sturheit, Anklage, mit unserem Konsum. Es ist Teil unseres Menschseins, dass wir Schaden anrichten können, dass wir fähig dazu sind, andere bis aufs Tiefste zu verletzen. Und dass, viel zu oft, aus nichtigen Gründen. Getrieben von Emotionen, die uns vereinnahmen und beeinflussen. Angst, Enttäuschung, Gier, Eifersucht, Einsamkeit, die Sucht nach Anerkennung. All das ist Futter für unseren bösen Wolf. Wie sollten wir diese Anteile in uns, die so tief in uns verwurzelt sind, überwinden können? Selbst Menschen, die Gott nahe sind lassen sich von ihnen überwältigen.

So wie Sarah, Abrahams Frau. Sie wartet sehnsüchtig und wird doch nicht schwanger. So setzt sie schließlich ihre ägyptische Magd Hagar als Leihmutter ein, um doch noch zu einem Sohn zu kommen. Sarah erlebt, wie ihre jüngere Magd schwanger von ihrem Mann wird – und wie diese von da an weniger Achtung vor ihrer Herrin hat. Da behandelt Sarah sie so hart und demütigend, schikanierte sie, bis sie davon läuft. Einige Jahre später bekommt Sarah, wie Gott es versprach, selbst noch einen Sohn. Dennoch können ihre Wunden nicht heilen. Eines Tages vertreibt sie die die Hagar mit ihrem Kind endgültig, und überlässt sie dem Tod.

Sarahs Geschichte ist greifbar für uns. Aus ihrer tiefen Verletztheit darüber, nicht schwanger zu werden und durch die Eifersucht auf ihrer Magd, wird sie grausam. Das zeigt uns, wie jeder in eine Situation kommen kann, in der er böses tut.

*Zeig mir alles von dir, zeig mir deine Wunden.
Was dir zugefügt wurde von anderen, die Mensch sind wie du.*

Wie reagieren wir, wenn wir ungerecht, feindselig, herabwürdigend behandelt werden? Wenn wir ausgelacht oder angelogen werden? Wenn wir Zurückweisung statt Liebe erfahre? Egal ob man schweigt oder ob man sich wehrt, irgendwann ist in den meisten von uns ein Punkt erreicht, an dem man einfach nicht mehr verkraften kann. Als Kind reagieren wir mit Verhaltensauffälligkeiten, als Jugendlicher mit Delikten oder Selbstverletzung, als Erwachsener mit Bourn-Out – Der Reaktionspalette sind keine Grenzen gesetzt. Und dann tragen wir Aggressionen nach außen – oder richten sie gegen uns selbst. So oder so, das Leid wird größer und manch ein Selbstbild wird für immer beschädigt.

*Zeig mir alles von dir, zeig mir die dunklen Tage deines Lebens.
Zeig mir was du seitdem zu tragen hast.*

Böses entsteht nicht immer aus menschlichem Handeln. Krankheit, Verlassenheit, Tod und Existenzängste können uns unvermittelt treffen. Jetzt in diesen Zeiten der Pandemie ist das plötzlich ganz besonders nah. Scheinbar schutzlos ausgeliefert müssen wir hunderttausende Tode verkraften. Und selbst dort, wo die Krankheit durch Schutzmaßnahmen draußen bleibt, ziehen lähmende Einsamkeit, Bitterkeit und Angst in unsere Köpfe. Schicksalsschläge sind wie die grausamste Waffe eines übermächtigen Gegners. Sie lassen unsere Herzen erzittern, verändern unser Leben für immer und schüren Zweifel und Zorn, sodass wir dem Bösen in dieser Welt so viel mehr zutrauen als der Liebe oder Hoffnung.

Es gibt viel Böses zu überwinden auf dieser Welt. Es wird uns angedroht, angetan, schwarze Gedanken verführen uns und bieten reichlich Futter für die Dunkelheit in uns. Wir müssen es in uns selbst tragen und von anderen ertragen. Es widerfährt uns in Tod, Trauer und Krankheit. Und diese dunkle Seite in uns – und das ist vielleicht das Schlimmste – sagt uns eindringlich, mit fester Stimme: Du kannst nichts tun.

Doch das ist eine Lüge.

Es gibt Dinge im Leben, die können wir nicht ändern. Doch was wir immer können, ist uns zu entscheiden. Entscheiden, wie wir damit umgehen. Wie wir das betrachten, was uns passiert, und was wir daraus machen. Es ist kein Talent, keine Gabe, keine Übungssache oder Zufall, den guten Wolf zu füttern.

Es ist eine Entscheidung.

Teil 2

Der Engel Gottes fand Hagar an einer Wasserstelle in der Wüste und fragte sie: "Hagar, Sklavin Sarahs! Wo kommst du her, und wo willst du hin?" - "Ich bin meiner Herrin davongelaufen", erwiderte sie. Da sagte der Engel: "Geh zu deiner Herrin zurück und ertrage ihre harte Behandlung! Ich werde dir so viele Nachkommen schenken, dass man sie nicht mehr zählen kann." Und sie nannte den Namen des HERRN, der mit ihr redete: Du bist «der Gott, der mich sieht»!

Was brauchen wir, um Böses überwinden zu können?

Bei Hagar ist es das Gesehen-werden von Gott, dass für sie zum Wendepunkt in ihrem Leben wird. Plötzlich gibt es jemanden, der sie, eine ägyptische Magd, schikaniert und vertrieben, wahrhaftig *sieht*. Der ihre Situation versteht und ihr Leiden erkennt. Sie findet durch dieses Erlebnis neue Hoffnung und Kraft und überwindet schließlich die dunklen Jahre, indem sie eine neue Zukunft für sich und ihren Sohn gestaltet.

„Ich sehe dich“ sind drei einfache Worte aber, wenn jemand sie aufrichtig und ernst gemeint zu uns sagt, berühren sie etwas in uns.

Denn, egal wie unterschiedlich wir und unsere Lebenswelten auch sind - uns *alle* verbindet das tiefe Bedürfnis, gesehen und geliebt zu werden.

Und auch wenn wir es nicht immer spüren oder uns verlassen fühlen, ist genau das uns allen bereits geschenkt: Gott sieht uns.

Und sein „Ich sehe dich“ ist noch viel mehr als ein Versprechen an uns. Ich verstehe es als einen Aufruf, einen Wegweiser, es ist *der* Schlüssel für so viele Situationen. Jeder möchte gesehen und geliebt werden. Sind diese beiden grundlegenden Bedürfnisse nicht erfüllt – ich glaube, dann befindet sich das Herz eines Menschen bereits in deiner Notsituation. Wert-los und ungeachtet.

Wir alle können also viel Böses überwinden, vielleicht sogar verhindern – indem wir jemanden wahrhaftig sehen. Indem wir nicht nur ein unangepasstes Kind, einen kriminellen Jugendlichen, eine gescheiterte Existenz sehen und darüber urteilen. Sondern darüber hinaus schauen, unsere Aufmerksamkeit und damit unsere Energie darauf lenken, nach den Ursachen und nach Lösungen suchen.

Eigentlich ist es ganz leicht. Dort, wo unsere Aufmerksamkeit ist, fließt unsere Energie, Negativ wie positiv. Und auch die furchtbaren Dinge, die uns passieren oder angetan werden, können uns niemals die Entscheidung nehmen, wie wir mit ihnen umgehen. Es sind nicht unbedingt die Rückschläge, Verluste oder Demütigungen selbst, die uns kaputt machen. Ich denke viel mehr sind es die Gedanken und Gefühle, die mit ihnen verbunden sind. Und das ist ganz entscheidend – denn so betrachtet, behalten wir unseren Einfluss. So gelingt es Menschen, aus den schrecklichsten Situationen etwas Gutes entstehen zu lassen, nach Krisen eine innere Kraft zu entwickeln. Indem sie ihren Blickwinkel und ihr Denken verändern – ihre *Aufmerksamkeit* verlagern und sozusagen auf Futtersuche gehen für ihren guten Wolf.

Lass dich nicht vom Bösen überwinden, sondern überwinde das Böse mit Gutem.

Wir wurden nicht allein gelassen mit dieser Aufforderung. Ich glaube die Worte „Ich sehe dich“ sind zugleich Voraussetzung, Herausforderung und Lösung für ein gutes Miteinander.

Es geht nicht darum keine Fehler mehr zu machen, sondern darum zu erkennen, welche meiner Gedanken mein Handeln beeinflussen. Und ob dieses Handeln mich zu dem Menschen macht, der ich sein will. Und: Es würde die Menschheit schon längst nicht mehr geben, wir würden heute nicht hier sein, wenn Gott uns eine Fähigkeit *nicht* gegeben hätte: Das Böse mit Gutem zu überwinden. Wir können das, und wir tun das auch. Im Kleinen, wenn jemand aufhört zu weinen, weil wir da sind und ihn trösten. Und auch im Großen, wenn Menschen aus dem Plastik, das unsere Meere verreckt, ganze Dörfer errichten.

Jeder von uns kann spüren, was für ihn wirklich *gut* ist. Was hilft deinen Verletzungen zu heilen? Was lässt dich lachen? Was begeistert dich? Mit was kannst du dich aus dunklen Gedanken holen? Sei dir diesen Dingen bewusst, die Futter für deinen guten Wolf sind, und denk daran - Es ist kein Talent, keine Gabe, keine Übungssache oder Zufall, den guten Wolf zu füttern.

Es ist eine Entscheidung.

*Zeig mir alles von dir, zeig mir auch deine dunkle Seite.
Zeig mir das Leid, dass du verursacht hast.
Und zeig mir, wie du durch Schuld und Reue die Macht deiner Worte erkannt hast.
Zeig mir alles von dir, zeig mir deine Wunden.
Was dir zugefügt wurde von anderen, die Mensch sind wie du.
Und zeig mir, wie viel stärker du jetzt bist, und das du weißt, was niemand dir nehmen kann.
Zeig mir alles von dir, zeig mir die dunklen Tage deines Lebens.
Zeig mir was du seitdem zu tragen hast.
Und zeig mir, wie dein Herz dadurch gewachsen ist, wie du trotzdem immer noch lieben kannst,
weil Liebe der Grund ist, warum wir hier sind.*

Niemals in der Welt hört Hass durch Hass auf. Hass hört durch Liebe auf.

Amen.

Verfasser: Jacqueline Göbel