Christus gab euch ein Beispiel, ihm folget nach. 1. Petrus 2,21

Nachfolge

WELTWEITE KIRCHE GOTTES

Heft I 1-3 | 2011

Die richtige Balance finden

Nachfolge

Jahrgang 14 | Heft-Nummer I

2 | Impressum

3 | Die Versuchung

3 | Editorial

4 | „Ihr sollt nun vollkommen sein …“

5 | Im Bilde Gottes

8 | Die Matrix überleben

10 | Wirtschaftskrisen und Wechselfälle des Lebens

11 | Spaziergang mit Jesus

12 | Das kann keine Depression sein … ich bin doch Christ!

16 | Je schneller ich laufe, umso mehr falle ich zurück

18 | Kann Gottes Sabbatgesetz „abgeschafft“ werden?

19 | Leserbriefe

20 | Einblicke: Zeit, mit Gott allein zu sein

22 | Warten Sie auf Ihre himmlische Wohnung?

Nachfolge

Herausgeber: Stiftung Weltweite Kirche Gottes in Deutschland, Postanschrift: Postfach 1129 · D-53001 Bonn
E-Mail: Wkg53bonn@aol.com
Internet: www.wcg.org/de (deutsch) · www.wcg.org (englisch)
Präsident der Glaubensgemeinschaft: Dr. Joseph Tkach
Direktor für Deutschland/Österreich und Chefredakteur: Santiago Lange
Redakteurin: Petra Metzer
Autoren dieser Ausgabe: Barbara Dahlgren, Mike Feazell, Shaun de Greeff, Gordon Green, Paul Kroll, Mark Mounts, Takalani Musekwa, Rendani Romano, Dr. Joseph Tkach
Satz/Layout: Satzstudio Pohl, Bonn I www.pohl-satz.de
Druck und Versand:
PRINTEC OFFSET <medienhaus>, Kassel www.printec-offset.de
Erscheinungsweise: quartalsweise
Russische und bulgarische Ausgabe: www.wcg.org/de/bulgaria

Mission/Zweck: Die Weltweite Kirche Gottes (WKG) ist eine christliche Freikirche mit derzeit ca. 42.000 Mitgliedern in ungefähr 90 Ländern der Erde. Als Teil des Leibes Christi hat sie den Auftrag, aller Welt das Evangelium zu verkünden und den Kirchenmitgliedern zu helfen, geistlich zu wachsen (Mt 28,18-20). Unser Auftrag ist in unserem Motto Die gute Nachricht leben und weitergeben zusammengefasst. Das Evangelium ist die gute Nachricht, dass Gott die Welt durch Jesus Christus mit sich versöhnt und allen Menschen Vergebung der Sünden und ewiges Leben anbietet. Der Tod und die Auferstehung Jesu motivieren uns, nun für ihn zu leben, ihm unser Leben anzuvertrauen und ihm nachzufolgen (2Kor 5,15). Unsere Zeitschrift *Nachfolge* möchte den Lesern helfen, als Jünger Jesu zu leben, von Jesus zu lernen, seinem Beispiel zu folgen und in der Gnade und Erkenntnis Christi zu wachsen (2Pt 3,18). Wir möchten Verständnis, Orientierung und Lebenshilfe in einer rastlosen, von falschen Werten geprägten Welt geben. Die Autoren von *Nachfolge* sind um ein ausgewogenes Bibelverständnis bemüht.
Die WKG ist mit der *Evangelischen Allianz* und der *Arbeitsgemeinschaft Christlicher Kirchen* in Bonn assoziiert.
Falls Interesse am Nachdruck von Artikeln aus *Nachfolge* besteht, so wenden Sie sich bitte an die Redaktion – in den meisten Fällen ist der Nachdruck unter der Angabe der Quelle und des Autors sowie Zustellung von einem Belegexemplar möglich.

Literaturnachweise: Sofern nicht anders angegeben, stammen alle Bibelzitate aus der revidierten Fassung 1984 nach der Übersetzung Martin Luthers.

Ihr nun sollt vollkommen sein … stammt aus der September-November 2010 Ausgabe der *Christian Odyssey* und wurde mit freundlicher Genehmigung der Redaktion veröffentlicht. **Im Bilde Gottes** stammt aus Vol. 2 No 3 / 2010 Ausgabe von *Face2Face* und wurde mit freundlicher Genehmigung der Redaktion veröffentlicht. **Die Versuchung, Die Matrix überleben, Wirtschaftskrisen und Wechselfälle des Lebens, Das kann keine Depression sein … Ich bin doch Christ!** stammen aus der Januar-Februar 2010 Ausgabe von *Face2Face* und wurden mit freundlicher Genehmigung der Redaktion veröffentlicht. **Je schneller ich laufe, umso mehr falle ich zurück** stammt aus März-April 2010 Ausgabe von *Face2Face* und wurde mit freundlicher Genehmigung der Redaktion veröffentlicht. **Kann Gottes Sabbatgesetz „abgeschafft“ werden?** wurde mit freundlicher Genehmigung von *Paul Kroll* veröffentlicht. **Warten Sie auf Ihre himmlische Wohnung?** stammt aus der Oktober 2010 Serie: *The Adopted Life in the Trinity* und wurde mit freundlicher Genehmigung des Autors veröffentlicht.

Bildnachweise:
1, 4-17, 20: *iStock*
3: *Petra Metzer*
18, 23: *Fotolia*
24: *Eva Schmidt*

Spendenkonten
Für Deutschland: Weltweite Kirche Gottes, Postfach 1129, D-53001 Bonn
Postbank Köln (BLZ: 370 100 50), Konto: 219000509
IBAN: DE54 3701 0050 0219 0005 09, BIC: PBNKDEFF
Online-Spenden: www.wcg.org/de/spenden
Für Österreich: Weltweite Kirche Gottes, Postfach 4, A-5027 Salzburg:
Postsparkasse Wien (BLZ: 60.000), Konto: 1.614.880
IBAN: AT34 6000 0000 0161 4880, BIC: OPSKATWW
Für die Schweiz: Weltweite Kirche Gottes, Postfach 8215, CH-8036 Zürich: Postfinance Zürich, Konto: 23-58243-7 · www.wkg-ch.org

© 2011 Stiftung Weltweite Kirche Gottes

Die Versuchung

Dr. Joseph Tkach

Kennen Sie den Autoaufkleber, auf dem es heißt: „Ich kann allem widerstehen, nur der Versuchung nicht"?

Wie so oft, wenn es um Humor geht, liegt sein Reiz darin, dass er nur allzu Wahres aufs Korn nimmt. Selbst als christliche Gläubige erliegen wir Versuchungen weitaus häufiger, als uns lieb ist. Und wenn wir glauben, dass Jesus als großer Lehrmeister und als Vorbild auf die Erde kam, um uns die rechte Lebensweise zu lehren, dann können wir, was unsere Erlösung anbelangt, geradezu in Angst und Verzweiflung verfallen, erkennen wir doch, dass wir an seine Vollkommenheit niemals heranreichen werden.

Es ist jedoch so, dass wir keinerlei Hoffnung auf Erlösung hätten, wenn Jesus eben tatsächlich lediglich ein großer Lehrmeister und unser Vorbild wäre; denn keiner von uns folgt seinem Beispiel ohne Fehler.

Jesus sündigte nie. Er war vollkommen, wir aber können uns mühen, wie wir wollen, wir waren es nie und werden es auch nie sein. Wenngleich der Heilige Geist in uns wohnt und uns führt, so stehen wir doch nicht so im vollkommenen Einklang mit ihm wie Jesus. Deshalb hält das Evangelium auch so eine gute Botschaft für uns bereit. Es geht darin nicht darum, dass Jesus der Welt größte Lehrmeister und Vorbild aller war, obgleich dies durchaus den Tatsachen entspricht.

Die gute Botschaft ist, dass Jesus für uns – an unserer statt – den gerechten Erfordernissen des Gesetzes in jeder Beziehung entsprach. Er widerstand als einer von uns – sowohl stellvertretend für uns als auch für uns vor Gott einstehend – jeder Versuchung. Sowohl als vollkommener, in Herrlichkeit erstrahlender Mensch als auch in Gestalt des Gottessohnes erlitt er für uns den Tod, stand von den Toten wieder auf und sitzt zur Rechten Gottes. Durch Jesus hat Gott der Menschheit Heil geschenkt und sie wieder mit sich ausgesöhnt. Er hat die Menschen in die innige Beziehung, die Jesus als sein geliebter Sohn mit seinem Vater verbindet, einbezogen. Er zerstörte das Werk des Teufels und besiegte die Sünde – unsere Sünde –

ein für allemal. Das ist die gute Botschaft. Das ist das Evangelium.

Alles, was wir brauchen

Wie kann man eine solche großartige Erlösung überhaupt ausschlagen? Doch nur, wenn man dem Überbringer jenes Geschenks misstraut, wenn man Gott abspricht zu sein, wer er für uns ist: unser Heiland und Erlöser, wenn man ihm abspricht, uns zu lieben, zu vergeben und zu wandeln, wie er es bereits gemäß seiner Zusage für uns in Christus verwirklicht hat.

Der Apostel Paulus schrieb im Epheserbrief 2,4-6: „Aber Gott, der reich ist an Barmherzigkeit, hat in seiner großen Liebe, mit der er uns geliebt hat, auch uns, die wir tot waren in den Sünden, mit Christus lebendig gemacht – aus Gnade seid ihr selig geworden –; und er hat uns mit auferweckt und mit eingesetzt im Himmel in Christus Jesus ..."

Das Evangelium ist wahrhaftig die gute Botschaft! Das Problem ist nur, dass sie vielen von uns zu gut erscheint, um wahr zu sein. Wir wollen zumindest eine kurze Auflistung von Ge- und Verboten haben, um den Weizen von der Streu trennen zu können. Gott aber gab uns keine solche Liste. Vielmehr gab er sich selbst für uns dahin. In Christus haben wir alles, was wir für unsere Erlösung brauchen. □

EDITORIAL

Liebe Leserin, lieber Leser,

die richtige Balance finden, aber wie? – Kennen Sie das auch, dass plötzlich eine kleinere oder größere Krise auftaucht, Sie innerlich aufwühlt und beunruhigt? Vielleicht haben Sie das Gefühl, dass es niemanden gibt, der nachempfinden könnte, was Sie gerade durchmachen. Oder dass Ihre Lage so ausweglos ist, dass es unmöglich Hilfe geben könnte.

In solchen Momenten kann es eine Hilfe sein, sich daran zu erinnern, dass Gott nicht nur mit mir, sondern auch für mich ist. „Ich bin nicht allein, sondern Gott ist bei mir!" Es gibt auch Situationen, in denen es hilfreich sein kann, sich seiner alten Gedankenmuster bewusst zu werden, um sich von diesen lösen und neue Gedankenmuster entwickeln und einüben zu können (vgl. Betrachtung des Films „Matrix"). Ein dritter Schwerpunkt dieser Ausgabe beschäftigt sich mit Ängsten und Depressionen. Kann ein Christ überhaupt Depressionen bekommen? Welche Wege gibt es aus der Depression? Im Anschluss daran möchten wir Ihnen Mut machen, Ihr Lebenstempo zu verlangsamen und sich bewusst Zeit zum Entspannen und Ausruhen zu nehmen.

Und genau das wünschen wir Ihnen für das Jahr 2011. Mögen Sie erfahren, dass Sie in stürmischen Zeiten nicht allein da stehen, sondern einen Gott, dem nichts unmöglich ist, an ihrer Seite haben. Selbst am düstersten Himmel kann er einen Regenbogen leuchten lassen.

Heben Sie Ihre Augen erwartungsvoll auf zum Himmel, so wie es schon der Prophet Micha getan hat (Micha 7,7).

Ihre Petra Metzer

Jesus hat für uns jeder Versuchung widerstanden

Barbara Dahlgren

„Ihr sollt nun vollkommen sein …“

Wenn ich im Matthäusevangelium 5,48 lese: „Ihr nun sollt vollkommen sein, wie euer himmlischer Vater vollkommen ist“ (Elberfelder Bibel), werde ich mir meiner eigenen Unvollkommenheit bewusst, die nun wahrlich nicht von der Hand zu weisen ist. Am verhasstesten ist mir dabei die Tatsache an sich, nicht vollkommen zu sein.

Perfektionisten ist jenes Gefühl, nie wirklich gut genug zu sein, nur allzu bekannt. Wir gleichen Kindern, die anfangen, das Alphabet schreiben zu lernen, und das Geschriebene zerreißen, sobald sie merken, dass ihnen ein Buchstabe misslungen ist. Dabei spielt es dann keine Rolle, problemlos bis zum „R“ gekommen zu sein. Wenn das „S“ schlampig ausgefallen ist, geht das Ganze in den Müll. Perfektionisten sind da hart gegen sich selbst.

Aus psychologischer Sicht ist Perfektionismus an die Einstellung gekoppelt, Vollkommenheit sei erreichbar und sollte durchaus auch angestrebt werden. Wenn sich daraus jedoch die Ansicht verfestigt, alles, was nicht perfekt ist, sei inakzeptabel, wird es problematisch. Aus der Sicht eines Perfektionisten bemisst sich das Selbstwertgefühl eines Menschen an seiner Makellosigkeit. Natürlich gibt es unterschiedliche Vorstellungen davon, was als vollkommen gelten könnte. Perfektionisten stellen dabei hohe Ansprüche an sich selbst und manchmal auch an andere. Sie meinen, diesen nie gerecht zu werden.

Eine meiner Lieblingskinostellen stammt aus dem Film Mary Poppins, in dem die Hauptdarstellerin die humorvolle Antwort gibt: „Wir praktisch vollkommenen Menschen machen nie Fehler.“ Wie die meisten verbindet Poppins Perfektion mit Fehlerlosigkeit. Manchmal unterliegen auch Christen beim Lesen der Bibel diesem Irrtum. Der Begriff „vollkommen“, der in der oben zitierten Textstelle der Elberfelder Bibel verwendet wird, geht auf das griechische Wort telios zurück, das „vollendet“, „ausgewachsen“, „voll entwickelt“, „es an nichts fehlen lassend“ oder auch „zur Vollendung gebracht“ bedeutet. Dabei geht es nicht darum, ob man Fehler macht, oder darum, dass man nicht gut genug sei.

> » Die gute Botschaft lautet, dass wir aus Gottes Sicht bereits Vollkommenheit erlangt haben. «

Gott will, dass wir Vollkommenheit erlangen, indem wir geistig eins mit seinem Sohn Jesus Christus werden. Bei dieser Art von Perfektion geht es nicht darum, gut auszusehen oder fehlerlose Leistungen zu erbringen, sondern darum, dass Christus in uns lebt.

Die gute Botschaft lautet, dass wir aus Gottes Sicht bereits Vollkommenheit erlangt haben. Sie ist ein Geschenk, das uns ohne Gegenleistung zuteilwird. Mit dem uns innewohnenden Christus haben wir die Vollendung erfahren, und es fehlt uns an nichts.

Werden wir denn weiterhin Fehler machen? Sicher. Aber bei der Vollkommenheit, von der in diesem Bibelvers die Rede ist, geht es nicht um unser Tun, sondern um das Wirken Christi. □

Liebe Leserinnen, Liebe Leser,

in Zukunft wird die *Nachfolge* und die in der Zeitschrift angebotenen Broschüren aus Kostengründen nur elektronisch verfügbar sein.

Die nächst erscheinende Ausgabe (April-Juni) kann dann unter der folgenden Adresse heruntergeladen werden: www.wcg.org/de

Wir bedanken uns für Ihr Verständnis.

Es geht nicht um unser Tun, sondern um das Wirken Christi

Im Bilde Gottes

Takalani Musekwa

Shakespeare schrieb einst – in seinem Theaterstück *Wie es euch gefällt* –: „Die ganze Welt ist [eine] Bühne." Und wir alle seinen darin „bloße Spieler".

Je länger ich über diese und die Worte Gottes in der Bibel nachdenke, umso deutlicher erkenne ich, dass an dieser Aussage schon etwas dran ist. Wir alle scheinen unser Leben nach einem Drehbuch, das in unseren Köpfen festgeschrieben ist zu führen – einem Drehbuch, wo das Ende leider offen ist. Wer auch immer uns begegnet, schreibt es ein wenig weiter. Seien es die Lehrer in der Schule, die uns voraussagen, wir würden es zu nichts bringen, oder aber unsere verehrungswürdigen Eltern, die uns zu verstehen geben wollen, wir seien zu Höherem geboren: Die Auswirkungen sind die gleichen. Vertrauen wir dem Drehbuch, so werden wir es auf Gedeih und Verderb umzusetzen versuchen.

> » Leider hatte das Drehbuch der Menschheit einen schlechten Anfang – es wurde manipuliert. «

Nun ist aber unser Leben ganz real. Unser Schmerz und unsere vergossenen Tränen sind nicht die eines Schauspielers auf der Bühne. Es sind echte Tränen. Und auch unser Schmerz ist durchaus real. Wir mögen uns zwicken, um herauszubekommen, ob wir einen Albtraum hatten oder nicht, und meistens müssen wir der bitteren Realität ins Auge blicken, dass alles tatsächlich wahr ist. Unser Leben folgt eben keinem Drehbuch. Alles ist sehr real, oder es scheint wenigstens so zu sein.

Das Drehbuch begreifen

Das Originaldrehbuch für unser Leben schrieb Gott selbst. Im 1. Buch Mose 1,26 lesen wir: „Und Gott sprach: Lasset uns Menschen machen, ein Bild, das uns gleich sei". Gemäß dieser Bibelstelle sind wir nach dem Bilde des einen erschaffen worden, der unser Schöpfer ist, auf dass wir ihm gleichen.

Das Originaldrehbuch für unser Leben schrieb Gott selbst

Nachdem z.B. Will Smith die Rolle des Ali im gleichnamigen Film angeboten worden war, verbrachte er unzählige Stunden im Fitnessstudio, um nicht nur irgendeinem Boxer zu gleichen, sondern Muhammad Ali selbst. Ein Australier bemerkte, nachdem er den Film gesehen hatte: „Er war fantastisch in der Rolle Muhammad Alis. Die Strapazen, die er auf sich genommen haben muss, um Ali zu gleichen, müssen mörderisch gewesen sein. Ich erinnere mich, gelesen zu haben, dass Smith sich schwerstes Box- und Gewichtstraining auferlegte, um sich wie ein Boxer zu fühlen, und sich Bilder des jungen Ali von dessen Kindesbeinen an zu Gemüte führte, um ihm schlussendlich voll und ganz zu gleichen. Und das tat er in einer Weise, wie es nur Will Smith vermag. Er war so gut in seiner Rolle, dass man ihn für den Oscar nominierte. Schade, dass er ihn nicht verliehen bekam!" – Wenn Sie den Film gesehen haben, werden Sie diesem australischen Kinogänger vielleicht zustimmen.

Sie sehen also: „Hat man das Drehbuch erst einmal verstanden, kann man alles Notwendige in die Tat umsetzen, um es überzeugend filmisch zu vermitteln. Leider hatte das Drehbuch der Menschheit einen schlechten Anfang – es wurde manipuliert. Gerade lasen wir im 1. Buch Mose, dass wir nach dem Bilde Gottes erschaffen wurden, um ihm zu gleichen. Nur wenig später betrat ein weiterer Akteur die Bühne und änderte das Drehbuch. Er sprach zu Eva: „sondern Gott weiß: an dem Tage, da ihr davon esset, werden eure Augen aufgetan, und ihr werdet sein wie Gott und wissen, was gut und böse ist" (1. Mose 3,5).

> » Der Teufel ist mit uns jedoch noch nicht am Ende, Gott mit ihm hingegen schon (Joh 19,30). «

Die größte Lüge aller Zeiten

Worin bestand die Lüge, mit der Eva hinters Licht geführt wurde? Oft wird gesagt, die Lüge bestünde in den Worten des Teufels: „Ihr werdet keineswegs des Todes sterben." Ich habe mich kürzlich lange mit dem 1. Buch Mose und der Geschichte Adams beschäftigt und meine, dem ist nicht so. Die wahre und größte Lüge, die Lüge aller Zeiten, die Lüge aller Lügen, die vom Vater der Lügen selbst in die Welt gesetzt wurde, lautete: „Gott weiß: an dem Tage, da ihr davon esset, werden eure Augen aufgetan, und ihr werdet sein wie Gott." Wie wir gesehen haben, wurden die Menschen nach dem Bilde Gottes erschaffen, um ihm zu gleichen. Sie glichen ihm also schon. Erst nachdem sie von der Frucht jenes Baumes in der Mitte des Gartens gegessen hatten, unterschieden sie sich von ihm. Der Teufel wusste, dass sie Gott glichen. Er wusste jedoch auch, dass er das ganze Drehbuch für die Menschheit nur dann ändern können würde, wenn er die Menschen glauben machen könnte, sie glichen dem Schöpfer nicht. Und leider verfing seine Taktik bei ihnen. Die Menschen waren mit einer ihnen innewohnenden moralischen Richtschnur erschaffen worden. Sie mussten nicht erst vom Baum der Erkenntnis des Guten und Bösen essen, um zu wissen, was gut ist und was nicht. „Ihr Verhalten beweist, dass ihnen die Forderungen des Gesetzes ins Herz geschrieben sind, und das zeigt sich auch an der Stimme ihres Gewissens und an den Gedanken, die sich gegenseitig anklagen oder auch verteidigen" (Röm 2,15; Gute Nachricht Bibel).

Von jenem Tag an unterschieden wir uns von Gott. Unsere Beziehung zu ihm war gestört, weil wir ihm nicht mehr glichen. Seither haben die Menschen immer wieder versucht, ihm zu gleichen. Da wir uns jedoch nicht selbst erschaffen haben, können wir uns auch nicht aus uns heraus in den alten Zustand zurückversetzen. Fällt von einer Statue ein Teil des Ohrs ab, so kann diese es auch nicht einfach selber aufheben und in seine ursprüngliche Position zurückbringen. Das vermag nur der Bildhauer selbst. Genauso verhält es sich mit uns. Wir sind wie Ton in den Händen Gottes. Er ist es, der uns am Anfang nach seinem Bild erschuf, und er ist es auch, der uns wiederherstellen kann.

Er sandte Jesus, damit dieser uns mit seinem Kommen sein Heil zuteilwerden lassen konnte; ebenjener Jesus, der auch das abgeschlagene Ohr vom Knecht des Hohenpriesters wieder heilte (Lk 22,50-51).

Wie also stellt unser himmlischer Vater jenen ursprünglichen Schöpfungszustand bei uns wieder her? Er tut dies, indem er uns das Bild seiner selbst, nach dem er uns erschuf, vor Augen führt. Zu diesem Zweck sandte er Jesus Christus, der „das Ebenbild des unsichtbaren Gottes" (Kol 1,15) ist: „Er ist der Abglanz seiner Herrlichkeit und das Ebenbild seines Wesens" (Hebr 1,3). Jesus also, der Gott selbst war, nach dessen Bild wir erschaffen wurden, kam in unserer Menschengestalt auf die Erde, um uns Gott zu offenbaren.

Der Teufel ist mit uns jedoch noch nicht am Ende, Gott mit ihm hingegen schon (Joh 19,30). Noch immer benutzt er dieselben Lügen, die er schon bei unseren Urahnen Adam und Eva ins Feld führte. Seine Absicht ist es noch immer, uns vorzutäuschen, wir glichen Gott nicht. Paulus beschrieb dieses im 2. Korintherbrief 4,4 gut mit den folgenden Worten: „den Ungläubigen, denen der Gott dieser Welt den Sinn verblendet hat, dass sie nicht sehen das helle Licht des Evangeliums von der Herrlichkeit Christi, welcher ist das Ebenbild Gottes." Wenngleich Paulus an dieser Stelle von den Ungläubigen spricht, so glauben auch einige Gläubige immer noch nicht, dass uns in Jesus Christus wieder die Ebenbildlichkeit unseres himmlischen Vaters zuteilwurde.

> » Die wahre und größte Lüge, die Lüge aller Zeiten, die Lüge aller Lügen, die vom Vater der Lügen selbst in die Welt gesetzt wurde, lautete: „Gott weiß: an dem Tage, da ihr davon esset, werden eure Augen aufgetan, und ihr werdet sein wie Gott." «

Verwandelt

In Jesus Christus sind wir mit Gott ausgesöhnt; unsere Ebenbildlichkeit mit ihm wurde wiederhergestellt. Die Menschen haben nun teil an der Ebenbildlichkeit mit dem Sohn Gottes und brauchen nichts dafür zu tun, um sie zu erlangen. Wir müssen nicht erst die süße Glaubensfrucht essen, um Gott zu gleichen, sondern wir gleichen ihm schon jetzt. Jeder Einzelne von uns wird verwandelt in das ursprüngliche Bild der Herrlichkeit. Paulus sagt es so: „Nun aber schauen wir alle mit aufgedecktem Angesicht die Herrlichkeit des Herrn wie in einem Spiegel, und wir werden verklärt in sein Bild von einer Herrlichkeit zur andern von dem Herrn, der der

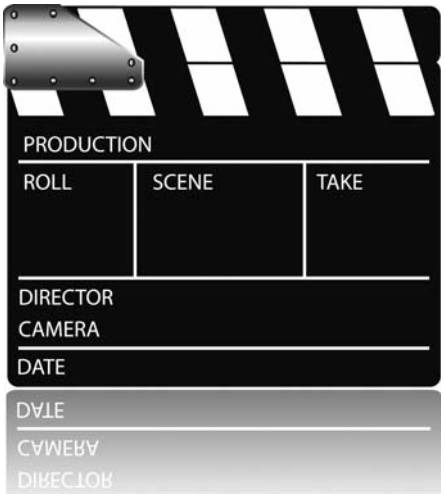
Das Drehbuch der Menschheit wurde manipuliert

Geist ist" (2. Kor 3,18). Durch seinen uns innewohnenden Geist verwandelt uns unser himmlischer Vater in das Ebenbild seines Sohnes, das Herrlichkeit ausstrahlt.

Nun, da wir unsere ursprüngliche Ebenbildlichkeit in und durch Jesus Christus wiedererlangt haben, sollen wir uns die Worte des Jakobus zu Herzen nehmen: „Meine lieben Brüder und Schwestern, täuscht euch nicht! Lauter gute Gaben, nur vollkommene Gaben kommen von oben, von dem Schöpfer der Gestirne ... Aus seinem freien Willen hat er uns durch das Wort der Wahrheit, durch die gute Nachricht, ein neues Leben geschenkt. So sind wir gleichsam die Erstgeborenen seiner neuen Schöpfung ... Wer die Botschaft Gottes nur hört, aber nicht danach handelt, ist wie ein Mensch, der in einen Spiegel blickt: Er sieht sich, wie er ist, und betrachtet sich kurz. Aber dann geht er weg und vergisst sofort, wie er aussah" (Jak 1,16-18; 23-24 Gute Nachricht Bibel).

Nicht, dass Sie Jakobus missverstehen: Das Wort Gottes verheißt uns bereits, dass wir errettet sind. Wir sind eine neue Schöpfung (2. Kor 5,17). Wir sind „der Sünde gestorben" und sollten nicht mehr in ihr leben (Röm 6,2). „Denn wir sind sein Werk, geschaffen in Christus Jesus zu guten Werken, die Gott zuvor bereitet hat, dass wir darin wandeln sollen." (Eph 2,10).

Wenn wir also in den Spiegel sehen und das Meisterwerk betrachten, das Gott in Christus neu erschaffen hat, können wir nicht einfach weggehen und vergessen, wie es aussieht. Denn wenn wir uns so verhalten, gleichen wir einem Menschen, der fertig angezogen vor dem Spiegel steht und sein schönes und



reines Erscheinungsbild sieht – bereit für die Hochzeit –, der dann aber sein Aussehen vergisst und in seine Garage geht, unter sein Auto rutscht, um es zu reparieren, und sich danach Öl und Schmierfett an seinem weißen Anzug abwischt. Wie absurd! Wie traurig! Schenken Sie der Lüge keinen Glauben mehr!

Das Originaldrehbuch lautet: Sie sind Sohn bzw. Tochter des lebendigen Gottes. Er hat Sie in Christus neu erschaffen. Sie sind eine neue Schöpfung. Wenn Sie also das nächste Mal in den Spiegel schauen, sehen Sie Gottes in Christus neu erschaffenes Meisterwerk und machen sich auf, entsprechend zu handeln. Sie haben ein Image zu wahren! □

Spendenkonten der WKG
Für Deutschland: Weltweite Kirche Gottes, Postfach 1129, D-53001 Bonn
Postbank Köln (BLZ: 370 100 50),
Konto: 219000509
IBAN: DE54 3701 0050 0219 0005 09,
BIC: PBNKDEFF
Online-Spenden:
www.wcg.org/de/spenden
Für Österreich: Weltweite Kirche Gottes, Postfach 4, A-5027 Salzburg:
Postsparkasse Wien (BLZ: 60.000),
Konto: 1.614.880
IBAN: AT34 6000 0000 0161 4880,
BIC: OPSKATWW
Für die Schweiz: Weltweite Kirche Gottes, Postfach 8215, CH-8036 Zürich:
Postfinance Zürich, Konto: 23-58243-7 · www.wkg-ch.org

Spenden

Die Arbeit unserer Kirche wird hauptsächlich durch freiwillige Spenden ihrer Mitglieder und Leser/Freunde finanziert. Diese Spenden ermöglichen es uns, den Auftrag Jesu – die Verkündigung des Evangeliums, die Zurüstung und Betreuung der Kirchenmitglieder sowie die Unterstützung von Hilfsbedürftigen – auszuführen. Ihre Unterstützung hilft uns, die Zeitschrift *Nachfolge* weiterhin herauszugeben und sie auch neuen Lesern anzubieten. Unsere Bankverbindungen finden Sie auf oben auf dieser Seite.

Spendenbestätigungen: Die Stiftung Weltweite Kirche Gottes in Deutschland, St. Nr. 205/5769/0907, ist durch Freistellungsbescheid des Finanzamts Bonn-Innenstadt vom 2.10.2006 als eine gemeinnützige und mildtätige Zwecken dienende Organisation anerkannt. Eine Sammelzuwendungsbestätigung wird automatisch nach Ablauf eines Kalenderjahrs erstellt und an die Spender versandt. In der Bundesrepublik Deutschland sind Spenden an gemeinnützige Körperschaften seit dem 1.1.2007 bis zu 20 % des Gesamtbetrags der Einkünfte als Sonderausgaben steuerabzugsfähig.

Über das Leben hinaus …

Gelegentlich werden wir gefragt, wie man die Arbeit der ***Weltweiten Kirche Gottes*** (WKG) nachhaltig unterstützen könne, sei es zu Lebzeiten oder nach dem Ableben. Es ist möglich, die WKG in einem **Testament** (z.B. durch ein Vermächtnis) zu bedenken. Testamente sind wichtig, um Angehörige auch für die ferne Zukunft abzusichern. Sie sind für Sie auch eine Möglichkeit, Ihre Werte und Ideale über den Tod hinaus zu fördern. Falls die finanzielle Unterstützung der WKG bei der Verbreitung des Evangeliums Jesu Christi zu Ihren Werten gehört, würde uns das besonders freuen. Wir würden Ihnen dann auf Anforderung gerne weitere Informationen zum Thema „Über das Leben hinaus ... Ratgeber zu Testamenten/Erbschaften" zusenden.

Da die ***Stiftung Weltweite Kirche Gottes*** in Bonn als gemeinnützig anerkannt ist, sind Zuwendungen an sie aus Erbschaften steuerbefreit.

In und durch Christus erlangen wir wieder Ebenbildlichkeit

Die Matrix überleb

Shaun de Greeff

Ich erinnere mich noch, wie ich beim Betreten des Kinos so bei mir dachte, jetzt würde ich wohl den „abgefahrensten" Film aller Zeiten zu sehen kriegen.

Es war 1999, und ich sollte jenen Film sehen, der den Maßstab für Science-Fiction-Filme setzte. *Matrix*, so der Titel des von mir ausgesuchten Streifens, spielt in einer postapokalyptischen Zukunft, in der die Menschen von veritablen Robotern, die ihr Leben erleichtern sollen, fremdgesteuert der Sklaverei ausgeliefert sind.

Er erzählt die Geschichte eines Mannes namens Neo (dargestellt von Keanu Reeves), der sich in seinem Lebensumfeld verunsichert fühlt. Er weiß, dass irgendetwas nicht stimmt, kann es aber nicht genau ausmachen. Neo wird von einem Mann namens Morpheus (gespielt von Lawrence Fishburn) kontaktiert, der ihm die Freiheit anbietet. Aber Freiheit wovon?

Was ist die Matrix?

Es gibt eine Filmszene, in der Morpheus Neo die Gelegenheit gibt, herauszufinden, was die Matrix sei – er erläutert es folgendermaßen: „Die Matrix ist überall. Sie ist überall um uns herum, sogar jetzt in diesem Raum. Du kannst sie sehen, wenn du aus dem Fenster schaust oder wenn du das Fernsehen anmachst. Du kannst sie fühlen, wenn du zur Arbeit gehst, wenn du zur Kirche gehst, wenn du deine Steuern zahlst. Es ist die Welt, die dir vor Augen geführt wurde, um dich für die Wahrheit blind zu machen."

Wie sich im weiteren Verlauf des Films zeigt, schufen Computer eine virtuelle, die Menschheit versklavende Welt. Die Menschen wurden an eine Computersimulation angeschlossen, die ihnen ein Leben vorgaukelt, das nur in ihrem Geiste so stattfindet und sie nie erkennen lässt, dass sie sich eigentlich in einem Gefängnis befinden, einem geistigen Gefängnis.

Sie leben in der Matrix

So wie im Film dargestellt, leben wir in einer vom Satan gespeisten Matrix. Wir leben in einem für uns geschaffenen geistigen Gefängnis. Satan hat uns bestimmte Sachverhalte glauben gemacht, um uns unterjochen zu können. In der Matrix Satans vermittelt man Ihnen, dass Sie, um glücklich sein zu können, beliebt oder berühmt sein müssen; um beliebt zu sein, müssen Sie wiederum schön sein. Und um als schön gelten zu können, müssen Sie schlank und attraktiv sein und Geld haben. Das bedeutet für einen Mann, dass er stark ausgeprägte Muskeln und eine Menge Geld haben muss, für eine Frau hingegen, dass sie über eine imposante Oberweite und eine schlanke Taille verfügen und überdies vorzugsweise in Kleidergröße XXS passen muss ... na gut, Größe 36 mag auch noch angehen.

Daraus folgt, dass Sie, wenn Sie nicht gerade reich oder schön sind, gar nicht glücklich sein können. Für die meisten von uns stellt sich das Dilemma eines nicht unbegrenzt sprudelnden Geldhahns, und da wir den teuflischen Lügen Glauben schenken, verschulden wir uns schließlich und verpfänden unsere Zukunft, um diese Ziele doch noch verwirklichen zu können.

Die satanische Matrix gaukelt Ihnen zudem vor, dass etwas, was Sie glücklich macht, gar nicht so schlecht sein kann. Es ist deshalb schon in Ordnung, Drogen zu nehmen, sich der Pornografie, dem Alkoholmissbrauch, dem Glücksspiel oder auch unmoralischem Handeln hinzugeben; denn wenn es einem guttut, muss es doch auch gut sein. Man lehrt Sie, dass es die absolute Wahrheit gar nicht gibt, sondern lediglich eine relative Wahrheit; denn was für mich wahr ist, muss nicht unbedingt auch für Sie wahr sein. Und wie kommen Sie eigentlich dazu, mir sagen zu wollen, dass mein Tun falsch sei, wo ich doch felsenfest davon überzeugt bin, dass es richtig sei?

Salomo wusste es am besten

Gott nannte Salomo den weisesten Mann, der je gelebt hat, und im Buch des Predigers Salomo (Kohelet) gewährt uns dieser Einblick in Satans Matrix.

Zunächst einmal sollte man annehmen, dass ein König Israels der glücklichste Mensch auf Erden sein müsste. Ganz sicher sollte er wohl alles erreicht haben, wovon wir je geträumt haben, aber erstaunlicherweise war

dies nicht der Fall. Sie sehen also, obwohl Salomo alles Geld der Welt hatte, alle Frauen haben konnte und über alle Weisheit und die bestmögliche Ausbildung seiner Zeit verfügte und sich keine der Annehmlichkeiten des Lebens versagte, war er kein glücklicher Mann.

Im Buch Kohelet 1,2 lesen wir: „Es ist alles ganz eitel, sprach der Prediger, es ist alles ganz eitel." Und in Kapitel 2,10-11 heißt es: „Und alles, was meine Augen wünschten, das gab ich ihnen und verwehrte meinem Herzen keine Freude, so dass es fröhlich war von aller meiner Mühe; und das war mein Teil von aller meiner Mühe. Als ich aber ansah alle meine Werke, die meine Hand getan hatte, und die Mühe, die ich gehabt hatte, siehe, da war es alles eitel und Haschen nach Wind und kein Gewinn unter der Sonne."

Das kann doch wohl nicht wahr sein – wie kann ein Mann, der alles hat, sein Leben so

Die Lügen Satans erkennen

en

sehr hassen? Sehen Sie, Salomo hasste sein Leben, weil er, als sein Ende nahte, das Gefühl hatte, es sei alles nichtig gewesen. Wie die meisten seiner Zeitgenossen glaubte auch Salomo, dass die irdischen Werke eines Menschen dessen geistige Zukunft bestimmten. Wir dürfen nicht vergessen, dass Christus zu dem Zeitpunkt noch nicht geboren war und Salomo also auch noch nicht wissen konnte, welch ein fantastisches Werk Gott mit dem Kreuzestod Christi vollbringen sollte – uns alle von unseren Sünden zu erlösen.

Können Sie die Matrix Satans überleben?

In dem Film kommt eine weitere Szene vor, in der Morpheus Neo in die virtuelle Welt der Matrix zurückführt, um ihn auszubilden. Letztendlich liefern sich beide einen fantastischen Kung-Fu-Sparringskampf, in dessen Verlauf Morpheus Neo eine gehörige Tracht Prügel erteilt. Gegen Ende der Kampfszene fragt Morpheus Neo: „Wie hab' ich dich besiegt?" Neo antwortet daraufhin: „Sie sind einfach zu schnell!" Morpheus entgegnet: „Meinst du, dass mein Vorsprung an Kraft und Geschwindigkeit tatsächlich etwas mit meinen Muskeln zu tun hat – in diesem Raum? Denkst du, das ist Luft, die du gerade atmest?"

Morpheus wollte Neo damit vor Augen führen, dass die Matrix ein virtuelles Gefängnis sei. Im Gegensatz zu einem realen Gefängnis ist es jedoch in unserem Geist angesiedelt und kann geistlich überwunden werden. Gleiches gilt für die Matrix Satans. Es ist durchaus möglich, Alkohol- und Drogenmissbrauch sowie Pornografiesucht zu besiegen und damit aufzuhören, Dinge zu kaufen, die man eigentlich gar nicht braucht. Mit Gott an Ihrer Seite ist alles möglich – nicht jedoch aus eigenem Vermögen. Sie können es eben nicht – so ist es einfach. Nicht Sie besiegen die Sucht und den Lebenswandel: Es ist der Ihnen innewohnende Christus. Der Apostel Paulus lässt uns im Philipperbrief 4,13 sogar wissen: „Ich vermag alles durch den, der mich mächtig macht."

Selbst Neo gelang es anfangs nicht

Neo erkennt also, dass die Gesetzmäßigkeiten der Matrix ausgehebelt werden können. Morpheus unterzieht ihn einem Abschlusstest. Er führt ihn auf ein Hochhausdach und sagt zu ihm: „Mach dich von allem frei, Neo, von Angst, Zweifel und Misstrauen. Du musst deinen Geist befreien!" Und so springt Morpheus mit Anlauf über eine gewaltige Häuserschlucht und landet auf einem mehrere hundert Meter entfernt liegenden Gebäude. Unter Zögern versucht es auch Neo; statt jedoch die Kluft zu überspringen, stürzt er 25 Stockwerke abwärts und fällt der Länge nach hin – glücklicherweise unversehrt (es ist schließlich eine Trainingssimulation).

Wir müssen uns schon von Satans Matrix lossagen, aber das wird uns nicht auf Anhieb gelingen. Wir mögen vielleicht scheitern, aber mit Christus auf unserer Seite wird er es schließlich sein, der den Sieg in unserem Leben davonträgt. Solange wir nicht aufgeben und an ihm festhalten, kann es uns gelingen.

Für den Drogenabhängigen, der seiner Sucht immer wieder anheimfällt, heißt das: „Christus wird dich nie im Stich lassen – wie oft du auch straucheln magst und wie hart es auch für dich ist. Er wird dir stets zur Seite stehen. Glaube und bekenne deine Sünden, und wie Neo wirst auch du dann den Sieg über Satans Matrix davontragen."

Schlussbetrachtung

Am Ende des Buches Kohelet (Kapitel 12,13-14) heißt es bei Salomo: „Lasst uns die Hauptsumme aller Lehre hören: Fürchte Gott und halte seine Gebote; denn das gilt für alle Menschen. Denn Gott wird alle Werke vor Gericht bringen, alles, was verborgen ist, es sei gut oder böse."

Salomo meinte, für ihn gebe es keine Hoffnung; denn er kannte Jesus nicht. Tun Sie es ihm nicht gleich, indem Sie Ihr Leben der Matrix Satans nachjagend vertun. Führen Sie Ihr Leben so, dass Sie es Christus gleichtun, und bitten Sie ihn, er möge Ihnen dabei helfen, sich aus der Matrix Satans zu befreien. Es wird nicht einfach sein, aber wie Neo im Film können auch Sie Ihren Geist befreien. ☐

Mit Gott an Ihrer Seite können Sie siegen

Wirtschaftskrisen und Wechselfälle des Lebens

Rendani Romano

Die gegenwärtige Weltlage sieht traurig aus: Wir erleben zurzeit einen massiven Arbeitsplatzabbau, Lebensmittelknappheit in einigen der armen Staaten dieser Welt sowie die Umsetzung wahnwitziger ökonomischer Rettungspakete, um das Ruder herumzureißen. Angesichts des wirtschaftlichen Niedergangs scheinen Lösungen für schwierige Situationen schwerlich herbeizuführen. Auch ich äußere mich hier nicht zur Ökonomie und deren Lehren.

Mir geht es um Parallelen, die sich hierzu auftun. Ich meine, die globale Krise ist ein gutes Beispiel für die Wechselfälle des Lebens, bei denen es für uns mehr als schlecht läuft. Wir alle haben dies schon erlebt – Zeiten, in denen sich kein Licht am Ende des Tunnels abzuzeichnen scheint und es immer schlimmer zu werden droht. Dann denken wir bei uns: „Warum passiert mir das?" oder „Das habe ich nicht verdient!" vielleicht auch: „Das Leben ist so unfair!". Manche von uns gehen sogar so weit, Gottes Liebe und Güte anzuzweifeln: „Wenn er doch so voller Liebe ist, warum hat er es dann zulassen können, dass ich mit solchen Widrigkeiten in meinem Leben zu kämpfen habe?" Wir verlieren Glauben und Hoffnung und vertrauen nur noch auf unser eigenes Vermögen, und dabei würdigen wir Gott zu einem großen Unheilstifter herab.

Es gibt jedoch eine Lösung. Und ich spreche jetzt nicht von jenen komplizierten, detailversessenen Lösungen, die Wirtschaftsexperten und Staatschefs hervorbringen und auf die sich Otto Normalverbraucher oft keinen Reim machen kann. Ich spreche vielmehr von Gott, unserem Schöpfer, dem einen, den wir zu vergessen neigen, wenn bei uns etwas schiefgeht. („Und Gott sprach: Lasset uns Menschen machen" – „Und Gott schuf den Menschen". [1. Mose 26-27]) Selbstverständlich hält unser Schöpfer Antworten bereit für jene, die er erschuf. Sollte ein Schöpfer sein Werk etwa nicht wieder herrichten können, wenn es beschädigt ist? Wenn wir in einem Autohaus einen Wagen kaufen und sich dann herausstellt, dass damit etwas nicht in Ordnung ist, wenden wir uns doch wohl an den Händler, damit er den Schaden behebt, nicht wahr? Sagt der Mechaniker dann etwa: „Nein, das können wir nicht, weil wir nicht wissen, wie?" Natürlich nicht, bei ihm wissen wir unseren Wagen vielmehr in besten Händen. So verhält es sich auch mit Gott. Im Matthäusevangelium 6,8 lesen wir die Worte Jesu: „euer Vater weiß, was ihr bedürft". Damit ist klar, dass unsere Lösung bei Gott selbst liegt. Im Matthäusevangelium 6,33 heißt es: „Trachtet zuerst nach dem Reich Gottes und nach seiner Gerechtigkeit". Im Hebräerbrief 13,5 lesen wir Gottes Wort: „Ich will dich nicht verlassen und nicht von dir weichen". Und schließlich: „Der Herr ist gütig und eine Feste zur Zeit der Not und kennt die, die auf ihn trauen" (Nah 1,7). Lassen Sie uns also zuallererst mit unserem Gebet, in dem wir ihn um seine Hilfe bitten, auf Gott vertrauen, wenn es im Leben schwer wird. Er ist immer für uns da und will uns helfen. □

> » Er ist immer für uns da und will uns helfen. «

Der Schöpfer stellt das Werk seiner Hände wiederher

Spaziergang mit Jesus

Petra Metzer

Wenn es um dich herum stürmisch wird, schließe die Augen und geh im Garten deiner Fantasie spazieren.

- Vielleicht gehst du barfuß und spürst die Frische des zarten Grases unter deinen Füßen.
- Vielleicht streifen deine Hände sanft über die Blätter, und du atmest ihren frischen Duft ein.
- Vielleicht gehst du zu den Bäumen, fühlst ihre Rinde, deine Finger wandern langsam am Baum hoch, du reckst dich, stellst dich auf die Fußspitzen und versuchst, die Blüten, die so betörend duften, zu erreichen, um ihren Duft aufzunehmen.
- Vielleicht fühlst du dich so glücklich, dass du voller Freude den Baum umarmst.
- Vielleicht holst du tief Luft – hältst sie kurz an – und wenn du sie dann wieder ausatmest, löst du dich vom Baum und breitest die Arme aus – ganz weit – und tust so, als ob du fliegen würdest. So tanzt du dir deinen Weg.
- Vielleicht möchtest du am liebsten der ganzen Welt sagen, wie glücklich du bist. Und weil du so glücklich bist, schreist du es ganz laut heraus, sodass es jeder hören kann.

Während du den Weg weitergehst, kommt dir jemand entgegen. Nur Umrisse kannst du aus der Entfernung wahrnehmen. Plötzlich beginnt dein Herz immer schneller zu schlagen, denn du hast IHN erkannt. IHN!!! JESUS!!!

Sein Gesicht strahlt vor Freude, und er kann sich nicht mehr zurückhalten, DICH, seine geliebte Schwester / seinen geliebten Bruder, zu umarmen. Du bedeutest ihm so viel! Er möchte alles über dich erfahren. All deine Sorgen möchte er mit dir teilen, doch nicht nur die, sondern auch die sonnigen Tage in deinem Leben. Wenn die Sonne zu stark scheint, so möchte er dein Sonnenschirm sein. Er möchte immer bei dir sein. In seinem Herzen steht DEIN Name!

Und während ihr euch umarmt, spürst du seine tiefe Liebe für dich, und du fühlst dich so sehr geborgen bei ihm. Hier, mit ihm, möchtest du immer sein. Und du weißt, was du in ihm gefunden hast, das findest du in keinem anderen.

Vielleicht legt er nun seine Arme um dich, während ihr zusammen durch den Garten geht, oder ihr haltet euch an den Händen.

Und vielleicht erzählt er dir dann, wie sehr er dich vermisst hat seit dem letzten Mal, als ihr euch gesehen hattet. Die Zeit kam ihm schon bald unerträglich lang vor.

Vielleicht schaut ihr euch dann an, ein Lächeln liegt auf euren beiden Gesichtern. Du bist so glücklich, so gerührt von dem, was er gerade gesagt hat, dass alles, was du sagen kannst „DANKE" ist.

Nachdem ihr dann eine Weile schweigend nebeneinander hergegangen seid, fragt er dich, wie dein Tag war. Anfangs denkst du vielleicht noch, dass ihn dieses oder jenes bestimmt nicht interessiere, doch dann bemerkst du, dass sein Interesse für dich nicht oberflächlich ist.

Was er sagt oder fragt, kommt ihm aus dem Herzen. Und so schüttest du ihm dein Herz ganz vorbehaltlos aus. Und während du ihm alles erzählst, spürst du, wie all die Steine, die in deinem Rucksack waren, dir keine Last mehr sind. Du fühlst dich leicht wie eine Feder.

Du fühlst dich wie ein kleiner Vogel, der anfängt zu fliegen. All jene Federn, die krank waren, sind geheilt, sodass du endlich dein Federkleid weit öffnen kannst. Nie hättest du gedacht, dass du sie so weit öffnen kannst. Und dieses Gefühl, wenn du sie weit öffnest und dich von den Winden tragen lässt, ist so viel schöner, als du es je geahnt hattest.

Es gibt so viel Neues für dich zu entdecken. Nach einem jeden Spaziergang mit ihm veränderst du dich. Du lernst, das Leben aus Gottes Sicht zu sehen. Und so entdeckst du das Leben neu … □

Du darfst loslassen, was dir wie ein schwerer Stein ist

Das kann *keine* Depression sein ... ich bin *doch*

Sie können jedoch durchaus daran erkranken und sollten wissen, was dann zu tun ist.

Es war 11 Uhr morgens an einem Wochentag und der Pastor fand kaum die Kraft zum Aufstehen. Er fühlte sich keineswegs besonders „pastoral", und seine Schuldgefühle waren erdrückend. Er hatte Telefongespräche zu führen, Hausbesuche zu machen, Predigten auszuarbeiten, und auch die familiären Pflichten häuften sich. Er aber wollte nur noch in sein Auto steigen, irgendwohin wegfahren und alles andere vergessen.

30 Minuten später schaffte er es schließlich, genug Energie aufzubringen, um aufzustehen und ins Bad zu gehen. Dabei stieß er auf seine Frau. Noch nie hatte er sie so dreinblicken sehen. Mit leiser, aber fester Stimme wandte sie sich ihm zu: „Seit ein paar Monaten siehst du wie ein umherwandelnder Toter aus. Ich mache mir Sorgen um dich und weiß nicht ein noch aus." Es war der Tropfen, der das Fass zum Überlaufen brachte. Er wusste, dass etwas mit ihm nicht in Ordnung war und dass er dringend Hilfe brauchte.

Das liegt nun schon viele Jahre zurück. Der Pastor bekam Hilfe, und heute sind seine Depressionen erfolgreich bekämpft. Ich weiß das, weil ich selbst jener Pastor bin.

Ich übe meinen Beruf auch weiterhin aus, aber darüber hinaus bin ich als ausgebildeter Berater und Therapeut tätig, und meine jahrelange Berufserfahrung hat mir gezeigt, dass Depressionen bei Christen bei Weitem keine Seltenheit sind. Viele Pastoren und Gemeindeglieder haben das Gefühl, nie den Trübsinn abschütteln zu können, der sie überallhin zu verfolgen scheint, wie sehr sie sich auch einbringen und aufopfern mögen. Also arbeiten sie in der Hoffnung, dadurch werde die Schwermut weichen, noch härter und geben immer mehr. Sie versuchen es mit dem Bibelstudium, aber sie können sich nicht richtig darauf konzentrieren. Sie versuchen es mit Gebeten, aber ihnen fehlen die Worte. Schlimmer noch, sie verspüren nicht den Wunsch, sich unter Menschen zu begeben, sei es in der Kirche oder zu Hause. Sie sind nicht mehr so geduldig wie früher. Immer schneller fühlen sie sich entmutigt und werden böse. Kleinigkeiten, über die sie sich früher nie aufregten, bringen sie in Rage. Und es kommen Schuldgefühle auf; sie hadern mit sich selbst, versuchen, neue Zeitpläne aufzustellen und sich Zielvorgaben zu setzen, um sich dazu zu zwingen, ihren Obliegenheiten nachzukommen, um dann wieder nur enttäuscht über ihren scheinbar unendlichen Mangel an „Charakterstärke", was die Umsetzung anbelangt, zu reagieren. Sie sind immer leichter reizbar, oder aber sie flüchten – noch nicht einmal genügend Kraft aufbringend, den Tag zu beginnen – in die Isolation ihres Bettes.

Dieses Szenario ist das Paradebeispiel einer klinischen Depression. Oh nein, natürlich nicht! Insbesondere solche zu einem neuen Leben in Christus wiedergeborene Christen sollten doch wohl nicht depressiv werden?

Kann es sein, dass Christen überhaupt depressiv werden?

Als Pastor und ausgebildeter Therapeut wird mir diese eine Frage am häufigsten gestellt. Christen sehen sich von Schuldgefühlen geplagt, wenn sie unter Depressionen leiden. Sie meinen, sie sollten es eigentlich „besser wissen". Das führt zur Verleugnung, die alles nur noch schlimmer macht. Wohlmeinende

> » Laienhaft ausgedrückt zeigten diese Untersuchungen, dass das Hirn mancher Menschen sich einfach nicht von den biologischen Auswirkungen von Stress und Krisen zu erholen vermag. Dies wiederum bringt einen Teil des Gehirns, der die Gefühle steuert, im wörtlichen Sinne zum Schrumpfen. Die Ursachen von Depressionen liegen in der Hirnchemie begründet. «

Fühlen Sie sich schwermütig, ohne Freude, ohne Energie?

Christ!

Mark Mounts

Freunde und auch Pastoren, die nicht begreifen, was da vor sich geht, ermuntern sie, „darüber hinwegzukommen", und bieten ihren Rat an, „gemeinsam wieder zu christlichem Handeln zurückzufinden".

Aber über Depressionen kommt man nicht mal eben so hinweg.

Ende der 1990er und in den ersten Jahren des neuen Jahrtausends gewährten bahnbrechende Studien bedeutsame Einblicke in die biologischen Hintergründe dieser Krankheit. Laienhaft ausgedrückt zeigten diese Untersuchungen, dass das Hirn mancher Menschen sich einfach nicht von den biologischen Auswirkungen von Stress und Krisen zu erholen vermag. Dies wiederum bringt einen Teil des Gehirns, der die Gefühle steuert, im wörtlichen Sinne zum Schrumpfen.

Die Ursachen von Depressionen liegen in der Hirnchemie begründet. Die chemischen Stoffe, die zur Versorgung dieses Hirnareals notwendig sind, reichen einfach nicht aus. Infolgedessen ist die menschliche Stimmungslage betroffen, und es kann schließlich zu Depressionen kommen. Die Neigung zu Depressionen ist in erheblichem Maße genetisch bedingt. Dabei ist es völlig ohne Belang, ob der Betroffene Christ ist oder nicht, ob er bekehrt ist oder nicht, ja ob er errettet ist oder nicht. So führt Dr. Peter Kramer in seinem Buch *Against Depression* (dt.: Gegen Depressionen) hinsichtlich einer sich auf Zwillinge fokussierenden Studie aus: „Selbst ein trostloses Umfeld löst nur bei dafür Anfälligen Depressionen aus. Dass ein gemeinsames Umfeld selten in der Ursachenkette für Depressionen auftaucht, lässt einen Großteil dessen, was wir Umwelt oder Milieu nennen, in den Hintergrund rücken."

Wir alle nehmen es hin, dass unser Körper Erschöpfungserscheinungen zeigt und anfällig für Krankheiten wird. Wir können es sogar akzeptieren, dass unser Gehirn von Krankheiten wie Alzheimer heimgesucht werden kann. Manche Christen wollen es jedoch einfach nicht einsehen, dass auch eine klinische Depression spezifische biologische Ursachen hat. Vielmehr stufen sie Depressionen als eine „schlechte Geisteshaltung" oder einen „Glaubensmangel" ein.

> » Jesus versteht unsere düsteren Stimmungen, unsere Zweifel, unsere Mutlosigkeit und auch unsere Depressionen; und er will uns helfen. «

Was sollten Sie tun?

Wenn Sie unter Depressionen leiden, können Sie einiges tun.

- Suchen Sie sich zuallererst einen Experten, der Ihnen helfen kann. Sie können zunächst einmal zu Ihrem Hausarzt gehen und ihn um eine Überweisung an einen klinischen Psychologen oder Psychiater bitten. Sie können aber auch im nächstgelegenen Krankenhaus um einen Termin bei einem Psychiater bitten. Wenn Sie anfangs einer medikamentösen Behandlung skeptisch gegenüberstehen, ist es auch gut, wenn Sie sich an einen entsprechend ausgebildeten Berater oder Psychotherapeuten überweisen lassen. Wenn bei Ihnen vielleicht bereits eine entsprechende Krankengeschichte, ein Trauma oder ein Missbrauch vorliegt (was bei vielen der Fall ist, sodass Sie sich also nicht damit allein fühlen sollten), achten Sie darauf, dass der Therapeut auch auf diesen Gebieten ausgebildet ist.

  Die Suche nach einem psychologischen Berater mag einem wie eine unüberwindliche Aufgabe erscheinen, aber sie ist äußerst wichtig. Sich einzugestehen, dass man diese Last nicht allein tragen kann, bedeutet einen großen Schritt nach vorn.
- Wenn Sie einen Berater christlichen Glaubens vorziehen, können Sie bei Ihrer Kirchengemeinde nachfragen, ob man Ihnen dort entsprechende Empfehlungen geben kann. Sie können auch bei Ihrem Hausarzt oder in der nächstgelegenen psychiatrischen Klinik um eine Überweisung an einen seelsorgerisch tätigen Therapeuten ersuchen. Scheuen Sie sich nicht zu fragen! Sie haben das Recht, einen Berater zu finden, bei dem Sie sich in guten Händen fühlen. Seien Sie sich aber im Klaren darüber, dass Sie sich schließlich für einen entscheiden müssen, mag es auch nie hundertprozentig „passen".

  Wenn Sie dann schließlich beim Berater vorstellig werden, seien Sie ehrlich! Diese Experten sind dazu da, Ihnen zu helfen, und nicht, Sie zu verurteilen. Je mehr Sie ihnen erzählen, umso besser können sie Ihnen helfen. Manchmal kann allein schon die objektive Sichtweise Ihres Gesprächspartners Sie zuversichtlicher machen.

  Einige kommen zu mir und sagen: „Ich habe versucht, mit meiner Familie zu sprechen, aber wie es scheint, geht es mir keinen Deut besser." Versuche, mit der Familie zu sprechen, insbesondere mit dem Ehemann bzw. der Ehefrau, führen oft sogar dazu, dass die tiefe Niedergeschlagenheit oder Depression sich noch verschlim-

Leugnen Sie die Depression nicht

mert. Die Betroffenen fühlen sich dann noch elender. Sie sind sich nicht dessen bewusst, dass Depressionen nicht nur sie selbst treffen, sondern dass ihr ganzes Umfeld davon im Mitleidenschaft gezogen wird. Menschen, die zu helfen versuchen, können die unausbleibliche Zurückweisung persönlich nehmen und verärgert reagieren. Dass ist nicht deren Fehler; sie verstehen ganz einfach nicht, was sich da abspielt. Deren Reaktionen können aber Ihre Depressionen noch verschlimmern. Deshalb ist es so wichtig für Sie, professionelle Hilfe von objektiver Seite zu bekommen. Was aber, wenn Sie nach mehreren Sitzungen bei Ihrem Berater merken, dass der Trübsinn einfach nicht weichen will?

Medikamentöse Behandlung – ja oder nein?

Als ich meine schweren Depressionen hatte, meinte ich, ich würde mich besser fühlen, wenn ich noch härter arbeitete, noch mehr betete und mich noch stärker in den Dienst am Nächsten einbrächte. Aber das stimmt einfach nicht. Nach wochenlanger Therapie riet mir mein Therapeut zur Einnahme von Depressiva, denn bei mir spreche alles für eine medikamentöse Behandlung. Anfangs fühlte ich mich wie ein vollkommener Versager. Ich, ein Pastor christlichen Glaubens, brauchte Glückspillen!?

Mein Therapeut machte mir dann verständnisvoll und auf leicht einsehbare Weise deutlich, was in meinem Gehirn biologisch vorging und wie die medikamentöse Behandlung helfen würde. Es hatte weder etwas mit

Definition der klinischen Depression

Eine klinische (= behandlungsbedürftige) Depression oder eine schwere depressive Störung liegt – den meisten Fachärzten zufolge – definitionsgemäß dann vor, wenn Folgendes festzustellen ist:

Das wesentliche Kennzeichen einer schweren depressiven Störung ist eine mindestens zweiwöchige Phase einer depressiven Verstimmung oder einer Interessen- bzw. Lustlosigkeit, die sich auf nahezu alle Aktivitäten erstreckt. Treten mindestens fünf der folgenden Symptome über einen Zeitraum von wiederum mindestens zwei Wochen auf, so erhärtet dies den Verdacht, dass eine schwere depressive Störung vorliegt. Dazu zählen:

1. eine depressive Verstimmung, die über einen Großteil des Tages anhält und nahezu täglich entweder von dem Betroffenen selbst – in Form von Gefühlen tiefer Traurigkeit oder Leere – oder von Außenstehenden, die z.B. sehen, dass man den Tränen nahe ist, wahrgenommen wird (beachten Sie: Bei Kindern oder Heranwachsenden kann es sich auch um altersbedingte Stimmungsschwankungen handeln);
2. ein alle oder fast alle Tagesaktivitäten betreffendes, über einen Großteil des Tages anhaltendes und fast täglich auftretendes merklich vermindertes Interesse oder eine Lustlosigkeit – wiederum vom Betroffenen selbst oder von anderen so wahrgenommen;
3. ein erheblicher Gewichtsverlust, der nicht auf eine Diät zurückzuführen ist, bzw. eine Gewichtszunahme – z.B. eine Veränderung um mehr als fünf Prozent des Körpergewichts innerhalb eines Monats – oder ein fast täglich verspürter vermehrter bzw. verminderter Appetit (bedenken Sie: Bei Kindern kann auch das Ausbleiben von zu erwartenden Gewichtszunahmen ein Hinweis sein);
4. Schlaflosigkeit oder ein extrem hoher Schlafbedarf – man kommt gar nicht aus dem Bett –, was jeweils fast täglich auftritt;
5. eine psychomotorische übertriebene Aktivität oder eine Retardierung, die nahezu täglich wahrgenommen wird (von anderen beobachtet, kein subjektives Gefühl der Ruhelosigkeit oder der Handlungslähmung);
6. eine fast täglich wahrnehmbare Müdigkeit oder ein Energiemangel;
7. ein vermindertes Selbstwertgefühl oder exzessive bzw. unangemessene Schuldgefühle – die auch wahnhaft sein können –, die fast täglich auftreten (nicht nur Selbstvorwürfe oder Schuldgefühle, krank zu sein);
8. eine fast täglich wahrgenommene verminderte Denk- oder Konzentrationsschwäche bzw. Unschlüssigkeit – entweder als subjektives Empfinden oder von anderen festgestellt;
9. wiederkehrende Todesgedanken – nicht nur die Angst vor dem Sterben – und Suizidgedanken ohne einen konkreten Tötungsplan, aber auch ein konkreter Selbstmordversuch bzw. ein konkreter Plan zur Selbsttötung.

Beachten Sie: Viele Fachärzte sind der Auffassung, dass schon das Vorliegen von nur zwei oder drei dieser Symptome über einen längeren Zeitraum darauf schließen lässt, dass es sich um eine schwere Depression handelt, und deshalb um Hilfe ersucht werden sollte.

Setzen Sie sich damit auseinander und gehen Sie zum Arzt

Dämonen zu tun noch damit, nicht gut genug oder nicht bekehrt zu sein. Ich erkannte, dass ich zu jenen Menschen gehörte, die für Depressionen anfällig sind. In meinem Fall hatte der Therapeut eine medikamentöse Behandlung mit Antidepressiva nicht als erste Handlungsoption diagnostiziert. Mit zunehmendem Einblick in meine Situation hatte er jedoch erkannt, dass sie wohl doch angezeigt war.

Als ich so darüber nachdachte, wurde mir bewusst, dass ich wahrscheinlich mehrmals in meinem Leben unter Depressionen gelitten, dies jedoch so nicht zugeordnet hatte. Diesmal war es aber schlimmer als je zuvor. Ich konnte mich gar nicht aufraffen aufzustehen und litt ständig unter Atemnot. Ich gähnte und seufzte ohne Unterlass. Ich fühlte einen gewaltigen Druck auf meiner Brust lasten und hatte Herzschmerzen. Meine Augen fühlten sich an, als würden sie jeden Moment aus meinem Hinterkopf herausgesprengt werden. Ich wollte keinen Menschen um mich haben und war zunehmend schnell aufbrausend, insbesondere meinen Kindern gegenüber. Mir war, als hätte man mir die Seele aus dem Leib gerissen. Es war schrecklich! So entschloss ich mich, mich der medikamentösen Behandlung zu unterziehen – und welch einen Unterschied erlebte ich damit!

Man muss sich hinsichtlich der medikamentösen Behandlung im Klaren darüber sein, dass die Menschen alle unterschiedlich sind und die Körperchemie von Mensch zu Mensch stark differiert. Haben Sie also Geduld! Es bedarf mehrerer Wochen Zeit, bis die verabreichten Medikamente nachhaltig wirken; zudem können sie Nebenwirkungen haben, die schließlich wieder verschwinden können, wie es bei mir der Fall war. Wenn es bei Ihnen nicht so sein sollte, können Sie es mit anderen Medikamenten versuchen. Entscheidend ist, eines zu finden, das auf Ihre Bedürfnisse zugeschnitten ist; es muss nicht das erste sein, das Sie versuchen, also halten Sie durch!

Antidepressiva sind keine Glückspillen. Jedenfalls wirkten sie in meinem Fall nicht so. Aber sie hellten meine Stimmung durchaus auf, sodass ich imstande war, über meine Gedanken und Gefühle zu sprechen. Bevor ich die Medikamente einzunehmen begann, hatten sich meine Depressionen nur noch verschlimmert, wenn ich über meine Stimmungslage sprach. Mithilfe der Medikamente änderte sich das. Ich musste mir immer noch alles von der Seele reden und blieb mehr als ein Jahr lang in therapeutischer Behandlung. Dabei erfuhr ich, dass ich, was die Einschätzung von anderen Menschen und Situationen angeht, irgendwie falsch programmiert war, was sich nicht gerade förderlich auf meine Gesundheit ausgewirkt hatte. Aber dank eines großartigen Therapeuten, einer liebevollen und unterstützungsbereiten Familie, der Antidepressiva und vor allem eines liebenden und vergebenden Gottes hellte sich meine düstere Stimmungslage schließlich auf.

Welche Rolle spielt das Geistliche dabei?

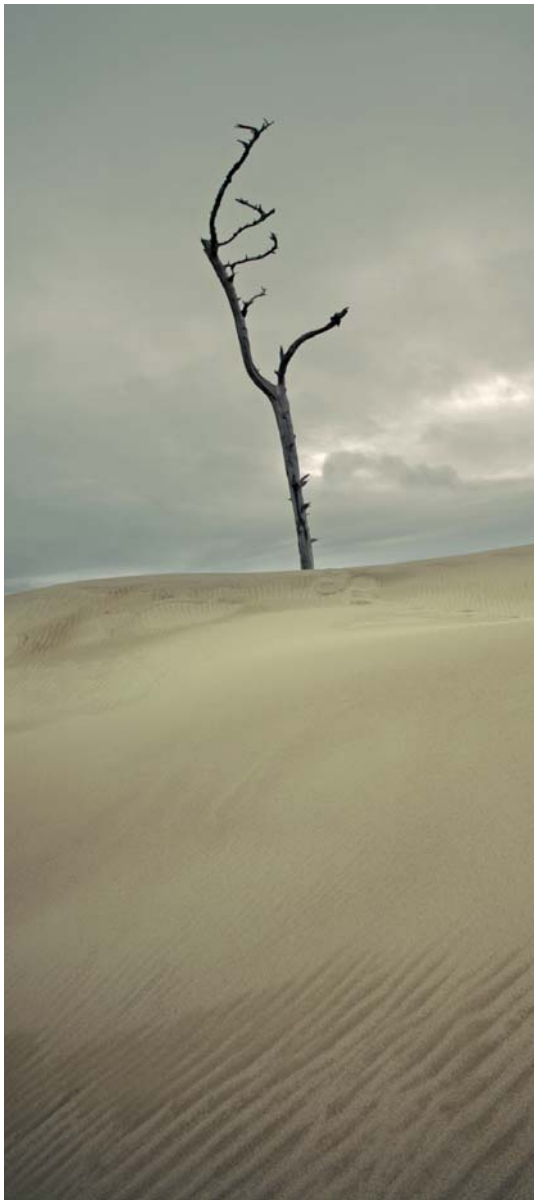
Im Matthäusevangelium 11,28-30 lesen wir die Worte Jesu: „Kommt her zu mir, alle, die ihr mühselig und beladen seid; ich will euch erquicken. Nehmt auf euch mein Joch und lernt von mir; denn ich bin sanftmütig und von Herzen demütig; so werdet ihr Ruhe finden für eure Seelen. Denn mein Joch ist sanft, und meine Last ist leicht."

Jesus versteht unsere düsteren Stimmungen, unsere Zweifel, unsere Mutlosigkeit und auch unsere Depressionen; und er will uns helfen. Manchmal mag die Hilfe, deren wir bedürfen, auch eine therapeutische Beratung und eine medikamentöse Behandlung mit Antidepressiva einschließen. Schließlich ist Gott auch Schöpfer jener Köpfe, die diese Medikamente erdachten, und es ist keine Sünde, diese einzunehmen, wenn wir sie wirklich brauchen.

Wenn Sie unter Depressionen leiden, gibt es Hilfe. Es ist richtig, sich dies einzugestehen, und es ist auch gut, Hilfe in Anspruch zu nehmen. Das Leben wird auch weiterhin seine Höhen und Tiefen für Sie bereithalten, aber Ihnen stehen Mittel und Wege offen, wenn Sie sehr lange Zeit durch solche Tiefen wandern müssen.

Und was unsere Mitmenschen angeht: Wenn die uns sagen, dass etwas mit uns nicht stimme, und sie nicht wüssten, was sie für uns tun könnten, sollten wir nicht ungnädig werden, sondern sie verstehen. Denn wir wissen bereits, was es damit auf sich hat. ☐

Mark Mounts hat an der Liberty-University als Therapeut seinen Master gemacht und arbeitet in dieser Funktion amtlich zugelassen im Raum Houston. Vor seinem Studienabschluss absolvierte er ein Berufspraktikum in der Texas-Kinderklinik in Houston und legte seinen Arbeitsschwerpunkt auf die frühkindliche Förderung. Gegenwärtig hat er am Zentrum für christliche Therapie in Houston eine Teilzeitstelle inne, in deren Rahmen er Kinder, Jugendliche, Familien und erwachsene Einzelpersonen betreut. Darüber hinaus ist er hauptamtlicher Pastor der Community Christian Fellowship (einer Gemeinde der Grace Communion International). Er ist seit 25 Jahren mit seiner Frau Debra verheiratet, mit der er zwei Kinder im Alter von 14 und 15 Jahren hat.



Literaturhinweise

- Peter D. Kramer, *Against Depression* (Gegen Depressionen), Viking Penguin, London, 2005.
- *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (Diagnostisches und Statistisches Handbuch zu Psychischen Störungen), 4. Aufl., überarbeitete Fassung (DSM-IV-TR), *American Psychiatric Association* (Berufsverband Amerikanischer Psychiater), 2005.

Gott ist auch der Schöpfer jener, die Medikamente erfunden haben

Je *schneller* umso mehr falle ich *zurück*

Vor einigen Jahren wurde an der Theologischen Fakultät der Universität Princeton eine erstklassige Studie durchgeführt: Eine Gruppe von Studenten wurde nach den Beweggründen für ihren Entschluss, Geistlicher werden zu wollen, befragt.
„Um anderen Menschen helfen zu können" war die bei weitem häufigste Antwort. Die Studenten wurden anschließend gebeten, eine kurze Predigt vorzubereiten – die eine Hälfte von ihnen über die Geschichte vom Barmherzigen Samariter, die andere über diverse unterschiedliche Themen. Schließlich wurden sie aufgefordert, sich zu einem auf dem Campusgelände gelegenen Gebäude zu begeben und dort die jeweilige Predigt zu halten. Auf dem Weg dorthin trafen alle auf einen Schauspieler, der absolut realistisch einen sich offensichtlich in schweren Nöten befindenden Mann darstellte. Der war hingefallen und stöhnte so laut, dass die Passanten ihn einfach hören mussten.
Die Erwartungen gingen nun dahin, dass jene, die zuvor angegeben hatten, anderen Menschen helfen zu wollen, und gerade die Predigt über den Barmherzigen Samariter verfasst hatten, am ehesten innehalten und dem Mann helfen würden. So war es aber nicht. Keine der unterschiedlichen Prämissen hatte einen Einfluss auf die Wahrscheinlichkeit, dass die Studenten anhielten, um zu helfen. Ein Faktor wirkte sich jedoch gravierend aus: Kurz bevor die Studenten aufbrachen, um ihre Predigt zu präsentieren, schaute der Forscher auf die Uhr und sagte zu einer Gruppe von Studenten: „Sie sind spät dran. Man erwartet sie schon seit einigen Minuten. Sie sollten sich beeilen!" Und zu den anderen: „Sie sind früh dran. Man erwartet Sie erst in einigen Minuten, aber machen Sie sich doch schon mal auf den Weg."
Nur zehn Prozent der Studenten, die in Eile waren, hielten inne, um zu helfen, während 63 Prozent jener, die es nicht eilig hatten, anhielten. In einigen Fällen stiegen Studenten, die über den Barmherzigen Samariter predigen sollten, in ihrer Eile im wahrsten Sinne des Wortes über das vermeintliche Opfer hinweg! Die Forscher schlussfolgerten daraus, dass es unerheblich sei, ob jemand anderen helfen wolle oder sogar eine Predigt über das Gleichnis mit dem Barmherzigen Samariter vorbereitet hatte. Einzig ausschlaggebend für die Hilfe war die Frage, ob sich jemand in Eile wähnte oder nicht. Das Fazit ihrer Untersuchung: „Die Worte: „Sie sind spät dran" bewirkten, dass eigentlich durchaus mitfühlende Menschen Leidenden mit Gleichgültigkeit begegneten."
Richard Foster schreibt: „In der heutigen Gesellschaft heißen unsere drei Hauptfeinde: Lärm, Eile und Menschenmassen. Der Psychiater Carl Gustav Jung bemerkte einst: „Die Eile kommt nicht vom Teufel; sie ist der Teufel selbst."[1]
Sind Sie oft in Eile? Immer? Ertappen Sie sich oft dabei, mehrere Dinge gleichzeitig zu tun oder zu bedenken? – Psychologen sprechen in diesem Zusammenhang von polyphasischer Aktivität. Fallen Sie bisweilen anderen ins Wort, bzw. führen Sie deren Sätze zu Ende? Reagieren Sie gereizt oder verärgert, wenn Sie auf etwas oder jemanden warten müssen?

> » Entscheiden Sie sich bewusst dafür, aufzuhören, sich abzuhetzen, und stattdessen anzufangen, wirklich zu leben. Nehmen Sie sich Zeit! Halten Sie inne! «

„Gelb" bedeutet: Beschleunigen

Der Film *Starman* handelt von einem Außerirdischen, der sich überhaupt nicht auf der Erde auskennt. In einer Szene will er ohne entsprechende Vorkenntnisse Auto fahren. Als er beinahe einen Unfall verursacht und seine irdische Partnerin Zweifel an seinen Fahrkünsten äußert, erklärt er ihr, dass er das Verhalten menschlicher Autofahrer genau unter die Lupe genommen habe: „Rot" bedeute: Stopp. „Grün" bedeute: Losfahren. „Gelb" bedeute: Beschleunigen. Und wann haben Sie das letzte Mal bei „Gelb" gebremst? Die meisten von uns geben dann noch einmal richtig Gas. Warum? – Wir haben es eben eilig, fragen uns dauernd: „Wie kann ich mein Handeln beschleunigen und in kürzerer Zeit noch mehr schaffen?" Was wir für morgen eingeplant hatten, wollen wir jetzt sofort. So sind wir stets und ständig in Eile, um allzu viele Dinge auf einmal zu erledigen. Es ist die „Hektik-Krankheit", die uns erfasst hat. Dieser Ausdruck wurde vor 40 Jahren von einem prominenten Kardiologen geprägt, der feststellte, dass alle seine Herzpatienten ein gemeinsames Verhaltensmuster zeigten: Sie waren immer furchtbar in Eile, und zwar dermaßen, dass die Stühle in seinem Wartezimmer im vorderen Bereich sogar stärker abgenutzt waren als im hinteren, weil die Patienten stets an der äußersten Stuhlkante zu sitzen pflegten. Das schnelle Lebenstempo in der Lebensführung hat – außer Herzinfarkten, Herzrasen ect. – weitere schwerwiegende gesundheitliche Probleme wie Immunitätsstörungen, Verdauungsbeschwerden, Schlaflosigkeit und Migräneanfälle zur Folge. Für eine solche Lebensweise war der Mensch nie ausgelegt. Experten halten jedoch viele hilfreiche Anregungen für uns bereit. So können wir zum Beispiel lernen, „Nein" zu sagen und immer nur eine Sache zurzeit zu machen. Vor allem dürfen wir etwas nie übersehen:
Liebe und Hast sind unvereinbar miteinander. Die Liebe braucht stets ihre Zeit, und gerade daran mangelt es den Menschen, die stets in Eile sind. Die Eile hält uns davon ab, Liebe von Gott zu empfangen bzw. sie an andere weiterzugeben. Man kann weder Gott noch die Menschen lieben, wenn man stets in Eile ist. Auch Beziehungen lassen sich von Hast

Bewusst „Nein" sagen und für die Ruhe entscheiden

ich laufe,

Gordon Green

getrieben nicht aufbauen. Und Sie können auch im Glauben nicht wachsen, wenn es bei Ihnen immer schnell gehen soll.

Der Theologe Kosuke Koyama schrieb: „Gottes Wege sind lang, weil er für die Liebe steht. Stünde er nicht für die Liebe, schritte er viel schneller voran. Die Liebe hat jedoch ihr eigenes Tempo. Es ist ein sich im Inneren manifestierendes Tempo – ein geistliches Tempo. Es ist ein Tempo, das sich von der Geschwindigkeit, an die wir gewöhnt sind, unterscheidet: Es ist ein tief in uns verwurzeltes festgeschriebenes Tempo, mögen wir dessen gewahr werden oder auch nicht, mögen wir gegenwärtig stürmische Zeiten durchleben oder auch nicht: Mit dieser Geschwindigkeit bewegen wir uns voran. Und das ist auch jenes Tempo, das der Liebe Gottes innewohnt."

Denn wie können wir dem Lamm folgen, wo immer es auch hingehen mag (Offb 14,4), wenn wir ihm stets vorauseilen? Man hat Untersuchungen über das Glaubenswachstums von Christen gemacht und dabei festgestellt, dass der vorrangige Grund, warum Menschen nicht im Glauben wachsen, darin zu suchen sei, dass sie zu sehr beschäftigt sind. Wir müssen also lernen, langsam wie Gott zu wandeln und das Tempo der Liebe zu wahren.

Jesus war nie in Eile

Zu diesem Thema können wir viel von Jesus lernen: Er hatte oft eine Menge zu tun, aber nie war er in Eile. Es scheint, als habe er vielmehr sogar Unterbrechungen heraufbeschworen. Er nahm sich Zeit, um mit Menschen zusammen zu sein, weil er Beziehungen einen so unglaublich hohen Wert beimaß. Und so ist es noch heute. Er zog sich zudem oft aus der Menschenmenge zurück und hielt inne. Eines Tages kehrten die Jünger von einem arbeitsreichen Einsatz zurück und hatten wegen des ständigen Kommens und Gehens von Menschen noch nicht einmal Zeit, etwas zu essen. (Kommt Ihnen das bekannt vor?) Jesus sprach: „Geht ihr allein an eine einsame Stätte und ruht ein wenig" (Mk 6,30-32). Auch uns ruft er dazu heute auf.

Sich an einen ruhigen Ort zurückzuziehen, heißt bei jedem Menschen etwas anderes. Es kann bedeuten, angeln zu gehen, es kann Bibelarbeit oder auch ein Gebet bedeuten, es kann Stille und auch ein Aufenthalt in Gottes Natur bedeuten. Was auch immer es für Sie bedeuten mag – entscheiden Sie sich bewusst dafür, aufzuhören, sich abzuhetzen, und stattdessen anzufangen, wirklich zu leben. Nehmen Sie sich Zeit! Halten Sie inne! Wenn Sie es nicht tun, mögen Sie vielleicht eine Menge zuwege bringen, Ihnen wird jedoch das Lächeln Ihres Kindes ebenso entgehen wie die schlichte Freude, mit Freunden zusammen zu sein oder die schöne Färbung eines Vogels wahrzunehmen.

Wie dem auch sei, ich muss mich sputen. Ich habe noch viel vor und einige Verabredungen einzuhalten. Oh, gerade sehe ich in meinem Garten ein Starenmännchen auf einem Ast sitzen – ein glänzend metallisch-blaues Gefieder vor dem Hintergrund der goldenen Herbstblätter eines Ahornbaums. Ich frage mich, was das wohl zu bedeuten hat? □

[1] *Richard Foster, Celebration of Discipline (Fest der Disziplin) S. 19.*

Jesus war nie in Eile

Paul Kroll

Kann Gottes Sab „abgeschafft“ werden?

Viele nehmen an, dass der wöchentliche Sabbat, einfach weil er ein Teil der Zehn Gebote ist, ein Gesetz für alle Zeiten und von allen Menschen zu halten sei. Sie folgern daraus, dass Christen verpflichtet seien, den Sabbat als „heilige Zeit“ zu halten.

Darüber hinaus können wir keine pauschale Aussage treffen, dass das Gesetz Gottes oder die Zehn Gebote „abgeschafft“ seien. Zwei der Zehn Gebote verbieten uns, Götzendienst zu treiben oder zu morden. Diese Gesetze sind offensichtlich nicht abgeschafft.

Das mosaische Gesetz befiehlt uns, unseren Nächsten wie uns selbst (3. Mose 19,18) und Gott von ganzem Herzen, ganzer Seele und mit all unserer Kraft zu lieben (5. Mose 6,5). Jesus bekräftigte diese als die beiden höchsten Gebote, die es gibt (Mt 22,34 – 40). Diese großen Gebote sind nicht abgeschafft. Als Christen unterstehen wir diesen in dem Sinne, dass wir ihnen gehorchen sollten, indem wir Gott über alles andere und unseren Nächsten wie uns selbst lieben. Die Frage in Bezug auf Gottes Gesetz sollte wie folgt gestellt werden: Welche „Gesetze Gottes“ sollen Christen in ihr Herz geschrieben haben, und welchen müssen sie gehorchen? Beinhalteten diese Gebote auch die Verpflichtung, den Sabbattag heilig zu halten? Fangen wir an, indem wir uns einige der neutestamentlichen Schriftstellen anschauen, die über das Halten der Gebote sprechen: Offenbarung 12,17 ist eine dieser Schriftstellen. Welches sind die „Gebote Gottes“, denen Christen gehorchen sollten?

Hier gibt es ein wichtiges Prinzip zu beachten: Wir müssen die Worte „Gesetz“ und „Gebot“ sorgfältig deuten, je nachdem, ob sie vor der Einsetzung des Alten Bundes im Alten Testament finden, und besonders nachdem der Neue Bund im Neuen Testament vorkommen oder nachdem der Neue Bund im Neuen Testament eingesetzt worden war. Wenn wir nämlich annehmen, die Christen müssten das Gesetz des Alten Bundes halten, dann könnten wir uns selber in die Irre führen.

So müssen wir Christen z.B. das „Gesetz Christi“ halten, das der Heilige Geist in unser Herz schreibt (Gal 6,2; Röm 8,2). Aber es handelt sich dabei bestimmt nicht um den ganzen Satz von zeremoniellen, Opfer- und bürgerlichen Gesetzen, die man im 2. bis zum 5. Buch Mose findet. Sonst würden Christen jedem einzelnen dieser Gesetze gehorchen müssen, einschließlich der Reinigungsvorschriften, der Opfergesetze, der Priestergesetze und der physischen Beschneidung. Aber wir wissen, dass diese Gesetze von den Christen nicht gehalten werden müssen. Der Hebräerbrief und das Neue Testament machen das ganz klar.

Der Punkt ist der, dass wir genau unterscheiden müssen, was wann wo in der Bibel über die Gebote Gottes steht. Die Frage ist nicht, ob wir die Zehn Gebote oder die mosaischen Gesetze des Alten Bundes insgesamt halten sollten, sondern: Welchen Geboten sollen wir Christen heute gehorchen?

Die Antwort lautet, dass wir die Gebote Jesu Christi lehren sollen (Mt 28,20). Jesus sagte: „Liebt ihr mich, so werdet ihr meine Gebote halten.“ (Joh 14,15). Matthäus beschließt sein Evangelium mit demselben Gedanken über den Gehorsam gegenüber Jesu Geboten. Dort sagt er auch: „Darum gehet hin und machet zu Jüngern alle Völker: Taufet sie auf den Namen des Vaters und des Sohnes und des heiligen Geistes und lehret sie halten alles, was ich euch befohlen habe. Und siehe, ich bin bei euch alle Tage bis an der Welt Ende“ (Mt 28,19 – 20).

Aber was hat Jesus befohlen? Er befahl beispielsweise den Juden, die immer noch unter dem Alten Bund lebten, dessen Reinigungsvorschriften zu halten (Lk 5,14). Wir wissen vom Hebräerbrief, dass Christen diese zeremoniellen Gesetze nicht halten müssen. Auf welche Gebote bezog sich also Jesus?

Er fasste sie in Johannes 15,12 zusammen: „Das ist mein Gebot, dass ihr euch untereinander liebt, wie ich euch liebe.“ Worüber Jesus sprach, was er gebot, war, dass seine Jünger einander selbstlos lieben sollten. Das ist in der Tat ein großer Befehl. Seine Gebote hatten mit der Liebe zum Nächsten und zu Gott zu tun, nicht damit, zeremonielle Vorschriften zu halten wie z.B. die, am Sabbat keine Arbeit zu verrichten oder keinen persönlichen Vergnügungen nachzugehen. Aber dies sollte uns nicht überraschen, denn er sagte auch, dass das größte Gebot darin bestehe, Gott zu lieben, und das zweitgrößte, unsere Mitmenschen zu lieben. Zwei der wichtigsten Gebote lauten, dass wir an Jesus Christus glauben und einander lieben sollen (1Joh 3,24).

Der Neue Bund ist auf Christus und das Kreuz, nicht auf Mose und die steinernen Tafeln ausgerichtet. Die große Predigt des Neuen Bundes wurde nicht am Sinai gehalten, sondern von Jesus Christus in der Bergpredigt. Dort fing er an, die Gesetze des Neuen Bundes zu erklären.

In ähnlicher Weise wollen wir die Frage stellen, was wir unter „Gottes Gesetz“ verstehen. Welchen Geboten Gottes sind wir zu gehorchen verpflichtet? Wenn wir an die Aspekte von Gottes Gesetz denken, die ewig sind, erkennen wir die Prinzipien, die in erster Linie unser Verhalten gegenüber anderen Menschen regeln: Das heißt, wir sollten nicht stehlen, uns nicht betrinken, kein falsches Zeugnis ablegen oder jemanden verleumden, nicht sexuell unmoralisch, habgierig oder arrogant sein usw. Das Neue Testament enthält für diese Gebiete reichliche Belehrung.

Der ewige Aspekt von Gottes Gesetz weist uns auch an, Gott mit ganzer Seele, ganzem Herzen und ganzer Kraft zu lieben. Das sagt uns, dass wir keine Götzendiener sein und nicht irgendetwas oder irgendeinen Gott anstelle des wahren Gottes haben sollten. In diesem Sinne reflektiert dieses Gesetz auch die Prinzipien eines ewigen, moralischen Gesetzes.

Das Neue Testament ist voll von Ermahnungen, diese geistlich-moralischen Gesetze nicht zu brechen. Der Jakobusbrief behandelt viele solcher moralischen Fehler, die nicht gebrochen werden dürfen, z.B. das „königli-

Jesus Gebote hatten mit der Liebe zum Nächsten und zu Gott zu tun

batgesetz

che Gesetz", den Nächsten wie sich selbst zu lieben, zu brechen (Jak 2,8). Einige Schriftstellen enthalten das, was wir „Sündenlisten" nennen etwa eine Reihe von falschen menschlichen Taten, mit denen wir Gottes geistlich-moralischem Gesetz zuwider handeln würden. Drei Beispiele dafür findet man in Markus 7,20 – 23; 1. Korinther 6,9 – 10 und Galater 5,16 – 24.

Das oben beschriebene geistlich-moralische Gesetz Gottes zu brechen, das bedeutet, ein böser und sündiger Mensch zu sein. Diesem Gesetz Gottes zu folgen, bedeutet „Früchte" des Heiligen Geistes zu bringen, und somit im Einklang mit dem Willen Gottes zu sein. Das sind die Gebote Gottes, die Offenbarung 12,17 uns zu befolgen aufträgt.

Vielleicht die meisten – oder sogar alle – geistlich-moralischen Gesetze, an die man denken könnte, kann man irgendwo im Neuen und Alten Testament finden. Das mosaische Gesetz ist mit solchen Gesetzen gespickt. Neun der Zehn Gebote, das Kernstück des mosaischen Gesetzes, sind moralische Gesetze der einen oder anderen Art. Die ersten drei Gebote können als geistlich-moralisch angesehen werden, indem sie uns anweisen, nichts anderes als den wahren Gott anzubeten. Diese Gesetze zu brechen stellt Götzendienst dar, eine Sünde, die im Neuen Testament immer wieder erwähnt wird.

Doch wir liegen nur zum Teil richtig, wenn wir sagen, dass die Zehn Gebote und die mosaischen Gesetze geistlich-moralischer Natur sind. Das Problem ist, dass nicht alle diese Gesetze (des Alten Bundes) in diese Kategorie passen; das mosaische Gesetz beinhaltet zeremonielle sowie auch geistlich-moralische Gesetze.

Die Heiligung des Sabbats, auch wenn sie in den Zehn Geboten enthalten ist, muss als ein zeremonielles Gesetz angesehen werden. Ein geistlich-moralisches Gesetz würde keine Ausnahmen zulassen. Es ist für uns nicht genug, Stehlen, Habgier oder sexuelle Unmoral an einem Tag zu unterlassen und all das an sechs anderen Tagen zu praktizieren. Wir können nicht an einem Tag Abstand davon nehmen, Götzen anzubeten, und es an den anderen sechs Tagen tun. Diese Praktiken sind an sich falsch und stehen im Widerspruch zu den ewigen, moralischen Gesetzen.

Aber der Sabbat in seiner alttestamentlichen Hauptvorschrift verbietet die Arbeit an einem spezifischen Tag jeder Woche. Arbeit ist jedoch kein Übel, sondern etwas, was ein notwendiger Teil des Lebens ist. In der Tat, Arbeit ist an den anderen sechs Tagen der Wochen erlaubt bzw. sogar befohlen. Im Gegensatz dazu ist Lügen immer falsch, weil es an sich die Verletzung eines geistlich-moralischen Gesetzes ist. Sich ein geschnitztes Bild zur Anbetung anzufertigen oder den Eltern ungehorsam zu sein – das ist stets eine Sünde.

Doch zu arbeiten ist nicht falsch und wurde am Sabbat und an den jährlichen Festtagen nur in einer bestimmten Situation, d. h. als der Alte Bund in Kraft war, untersagt. Das Arbeiten an sich ist keine Sünde. Das Gegenteil ist der Fall – Die Faulheit wird als moralisch schlecht verurteilt (1 Tim 5,8; 2 Th 3,6 – 12).

Wenn wir von „Gottes Gesetz" oder den „Geboten" sprechen, gilt also folgendes Prinzip: Keine Anordnungen des Alten Bundes – einschließlich der Zehn Gebote – sind für die Christen bindend, außer den geistlich-moralischen Prinzipien, die in der Heiligen Schrift des Neuen Bundes – dem Neuen Testament – wiederholt werden. Das Halten des Sabbats, indem man nicht arbeitet, beruht jedoch nicht auf irgendeinem ewigen, geistlich-moralischen Prinzip. Es wird im Neuen Testament auch nicht als Erfordernis für den Christen erwähnt. Daraus müssen wir schließen, dass die Sabbatvorschriften im Kern zeremonielle Praktiken bestrafen und von den Christen nicht „heilig gehalten" werden müssen. □

» Das oben beschriebene geistlich-moralische Gesetz Gottes zu brechen, das bedeutet, ein böser und sündiger Mensch zu sein. Diesem Gesetz Gottes zu folgen, bedeutet „Früchte" des Heiligen Geistes zu bringen, und somit im Einklang mit dem Willen Gottes zu sein. «

Leserbriefe

Der von Paul Kroll in seinem Artikel „Wunder der Wiedergeburt" gewählte Vergleich unseres nichterneuerten Lebens mit einem „schmutzbehafteten Gemälde", das restauriert werden muss, ist zwar eingängig, trifft jedoch m.E. nicht den Kern. Der Mensch ist seit dem Sündenfall geistig tot, es gibt, wie Paulus in Römer 7,18 ausführt, in unserer eigenen (gefallenen) Natur nichts Gutes. Dadurch, dass wir in Christus ganz neu werden (2. Kor 5,17), werden wir somit zu einem neuen Gemälde – und nicht zu einem restaurierten.

Liebe Grüße,
H. Pützstück, Hünfelden

Danke für Heft IV der Zeitschrift *„Nachfolge"*. Ich finde die Beiträge sehr informativ, erfrischend und berührend geschrieben. Ich freue mich jedes Mal über dieses Heft! DANKE!

Auch ich wünsche Ihnen allen von der Redaktion eine ruhige Advents- und eine frohe Weihnachtszeit!

Liebe Grüße! E. Drexel, Österreich

In eigener Sache:

Wir freuen uns sehr über Kommentare und Leserbriefe zu Beiträgen und Berichten, auch wenn wir nicht jeden Leserbrief veröffentlichen oder manchen nur in gekürzter Form abdrucken können. □

Die Redaktion

Und nicht damit, zeremonielle Vorschriften zu halten

Mike Feazell

Einblicke: Zeit, mit Gott alle

Eine persönliche, durch den 23. Psalm führende Gedankenwanderung bietet die Gelegenheit, über das Bedürfnis eines Christen nachzudenken, sich Zeit für die Begegnung mit Gott allein zu nehmen.

Psalm 23, einer der beliebtesten Bibeltexte der Heiligen Schrift, beginnt mit der schlichten Feststellung und Zusicherung: Der Herr ist mein Hirte, mir wird nichts mangeln.[1] Was könnte es Tröstlicheres geben, als zu wissen, dass unsere geistliche Bestimmung und unser Heil nicht davon abhängen, wer wir sind, sondern wer Gott ist?

Gott ist nicht deshalb mein Hirte, weil ich ihn erwählt habe, sondern weil er mich erwählt hat. Einfach ausgedrückt heißt das, dass ich als eines seiner Schäflein nicht auf meine eigenen Fähigkeiten vertrauen muss, um seiner fürsorglichen Liebe gewiss zu sein. Vielmehr darf ich einfach in seiner vollkommenen Liebe, die er als der mustergültige Hirte mir entgegenbringt, Ruhe finden. Geborgen in der Liebe Jesu, finde ich in ihm Ruhe, ob ich mich nun dem Ansturm der täglichen Pflichten zu stellen habe oder am Ende des Tages Entspannung suche. Und doch vermag es der Alltag, Gott aus meinem Leben zu verdrängen und mir das gefährliche Trugbild vorzugaukeln, ich sei mein eigener Herr – Herr meines eigenen Schicksals.

Gerade in solchen Zeiten ist es besonders wichtig, dass ich in der Abgeschiedenheit die Gegenwart des Oberhirten suche, dass ich mir eine Zeit der Ruhe gönne, um über meine wahre Situation nachzudenken.

Manchmal muss ich mir die Zeit nehmen, einen privaten Rückzugsort aufzusuchen, an dem ich frei von jeglichen Ablenkungen bin, um dort Gott um seinen Frieden und seine Hilfe zu bitten, die wahre Realität zu erkennen – seine liebevolle, führende Hand inmitten der Wirren und der Drangsal des Lebens. Nur in der Zurückgezogenheit allein mit dem Herrn meines Lebens bin ich in der Lage, die Illusion zu durchschauen und es zuzulassen, dass die von Gott ausgehende frische Brise den Schleier des alleinigen Vertrauens auf mich selbst wegbläst und dem wahren Vertrauen und der Sicherheit des Lebens in seinem Schoß wieder Raum gibt.

Um seines Namens willen

Er weidet mich auf einer grünen Aue und führet mich zum frischen Wasser. Er erquicket meine Seele. Er führet mich auf rechter Straße um seines Namens willen.

So oft treibt es mich selbst nach der grünen Aue und dem frischen Wasser. Ich suche dann nach Gleichmut und Besonnenheit und will aus eigener Kraft den richtigen Weg gehen. Aber in all meinem Streben vergesse ich, dass es Gott ist, der mich auf einer grünen Aue weilen lässt und mich zum frischen Wasser führt. Er ist es, der mein Gemüt stärkt und mich auf den rechten Weg führt. All dieses Gute vermag ich nicht durch mein Streben und meinen Willen zu finden; zumindest nicht so, wie es mir wirklich guttäte oder wie es tatsächlich von Bestand wäre und mich wahrlich erfüllte. Ich finde es nur, wenn ich es zulasse, dass Gott mich dorthin führt.

Es sind seine Geschenke; es können nicht meine Errungenschaften sein, denn in dem Augenblick, in dem ich sie für mich reklamiere, schwinden sie dahin. Nur Gott kennt den Weg, und er kann mich nur dann dorthin führen, wenn ich ihm folge, wenn ich mir vergegenwärtige, dass ich ohne ihn verloren bin, wenn ich darauf vertraue, dass er mir gibt, was ich am meisten brauche.

Allein mit ihm, erinnert er mich daran, dass ich das wahre Leben nicht ohne seine Hilfe führen kann. Er ruft mir ins Gedächtnis, dass mein von ihm gespeistes Verlangen nach Ruhe und Geborgenheit, die er zu geben vermag, nur durch Hingabe an ihn gestillt werden kann. Er gemahnt mich, dass er es ist, der mich um seines Namens und seiner Herrlichkeit willen – und nicht meinetwillen – zum Frieden führt. Wenn ich all mein Sorgen auf ihn werfe, wenn ich meinen Willen und mei-

Zeit zur Ruhe gönnen, um mein Leben zu reflektieren

in zu sein

ne Ziele um seinetwillen aufgebe, beginnt das Licht die Dunkelheit zu durchdringen.

Durch die Dunkelheit hindurch

Und ob ich schon wanderte im finstern Tal, fürchte ich kein Unglück; denn du bist bei mir, dein Stecken und Stab trösten mich.

Die Kraft, die mir Gott schenkt, wenn mein Leben in ruhigen Fahrwassern verläuft, ermöglicht es mir, turbulente und dunkle Zeiten zu überstehen. Statt über betrübliche Tage zu lamentieren, vermag ich in ihnen dank Gottes Gnade, seine Barmherzigkeit und Güte zu sehen – seine Liebe, mich an den Leiden unseres Herrn Jesus Christus teilhaben zu lassen.

Die in guten Zeiten getankte Kraft hilft mir über die dunklen Zeiten hinweg. Aber es ist nicht meine Kraft, sondern seine. Die dunklen Zeiten treiben mich zu ihm, auf dass ich meine Stärke wiedergewinne, indem ich mich an seiner kühlen Quelle labe und auf seinen grünen Auen Ruhe finde.

In solchen Zeiten wird deutlich, wie wichtig Glaubensrituale sind. Wenn ich es mir nicht zur Gewohnheit gemacht habe, mich mit unbedeutenden, ja vielleicht auch trivialen Angelegenheiten an ihn zu wenden, wie kann ich dann von mir erwarten, dass ich es tue, wenn wirklich Probleme von Belang anstehen? Wenn ich es nicht gewohnt bin, mich im Kleinen zurückzuhalten, was meine persönlichen Wünsche anbelangt, oder sie mir auch mal zu versagen, wie kann ich dann hoffen, wirklich starken Versuchungen widerstehen zu können? Wenn ich meinen Willen in fast allen Belangen durchzusetzen suche, wie kann ich dann erwarten, mich Gott und seinem Willen hinsichtlich meines Lebens zu unterwerfen?

In dunklen Zeiten brauche ich die Zurückgezogenheit nicht um meiner Erholung willen, sondern um in ihm Ruhe zu finden. In diesen Zeiten berührt mich Gott, schenkt mir neuen Mut und ruft in mir die Aussicht auf eine glänzende Zukunft in ihm wieder in Erinnerung. Er steht mir bei. Er zeigt sich mir in einer Weise, wie ich es nie erwartet hätte. Er erinnert mich daran, dass er mein „Stecken und Stab" ist. Er stimmt mich angesichts meiner Ängste ruhig und gibt mir Frieden und Kraft, selbst dem Schlimmsten mutig ins Auge zu sehen, sodass ich sagen kann: „Nicht mein Wille geschehe, sondern der Deinige." Nachdem ich einmal all das Gute, das von Gott kommt, erfahren habe, kann ich in dem von ihm gespeisten Bewusstsein Ruhe finden, dass „selbst die dunkelste Nacht einmal endet und die Sonne aufgeht", um es mit den Worten aus dem Finale des Musicals Les Misérables zu sagen.

Ruhe in Gott

Du bereitest vor mir einen Tisch im Angesicht meiner Feinde. Du salbest mein Haupt mit Öl und schenkest mir voll ein.

In den Zeiten der Zurückgezogenheit mit meinem göttlichen Versorger erfüllt dieser mich mit Reichtümern sowie mit Frieden und Freude, die die Ängste, Zweifel und Enttäuschungen meines Erdenlebens weit übertreffen. Er ordnet meine Prioritäten neu. Er rückt meine Sichtweise zurecht. Er öffnet meinen Blick für das wahre Leben in Christus in dem geringen, mir nur möglichen Maße greifen kann.

Das enthebt mich nicht der Gegebenheiten, denen ich im Hier und Jetzt ins Auge blicken muss, es verhindert jedoch, dass ich mich von ihnen überwältigen lasse. Ich werde daran erinnert, was Gott tut, nicht daran, was ich zu tun vermag. Ich kann tun, was ich tun muss, und kann dies in der gebotenen Weise tun. Ich vermag dies jedoch nur so umzusetzen, weil Jesus Christus in mir am Wirken ist und weil ich in ihm ruhe.

Wenn ich versuche, all das – so richtig es auch sein mag – aus mir heraus ohne Jesus zu bewerkstelligen, so werde ich sein wie ein Baum, auf dem nur hohle Früchte wachsen. In Gott bin ich gehalten. Er macht mich stark. Er segnet mich. Selbst mein Ansehen hängt nicht von mir ab, sondern von der in mir wirkenden Kraft Gottes. Jede Anerkennung meiner Leistungen, meiner Erfolge und meiner Siege gebührt ihm.

Wenn ich versage, so geschieht dies, weil ich ihn ausgeschlossen und mich von ihm und dem Reichtum seiner Gnade abgekehrt habe. Ich vergaß, dass ich ihn brauche. Ich vergaß, dass mein ganzes Leben, mein Handeln, mein Sein in ihm ruht. Stattdessen versuchte ich doch tatsächlich, aus eigener Kraft zu handeln, als ob das möglich wäre. Vor allem vergaß ich die Tiefe seiner Liebe für mich.

Heimkommen

Gutes und Barmherzigkeit werden mir folgen mein Leben lang, und ich werde bleiben im Hause des Herrn immerdar.

Das Alleinsein mit Gott ermöglicht mir einen Kontakt zu ihm, wie ich ihn in anderer Form nie wahrnehmen könnte. Es ist wie ein Heimkommen. Es ist ein Vorgeschmack auf die wahre Realität, das wahre Leben, das er mir in Jesus gibt. Es ist wie eine Kostprobe des großen Festmahls, zu dem er mich dereinst geleiten wird, eine Möglichkeit, einen Vorgeschmack auf das Kommende zu gewinnen, die „künftigen Wonnen" schon einmal flüchtig in den Blick zu nehmen. Es gleicht dem Wohlgeruch des Erntedankmahls, ist eine köstliche Vorahnung von einer ganz neuen Realität.

Mein Leben ist nichts ohne Gott, und es ist alles mit ihm. Die Gnade und Güte, die mir folgen, gehen auf Gott zurück, und sie folgen mir, weil Gott mich liebt, und nicht, weil ich ihm etwas zu bieten hätte.

Ich kann in Gott meine Ruhe finden, weil er dies will und es mir ermöglicht. Er konfrontiert mich mit der Wahrheit, dass meinen Zielen nur insofern Bedeutung und Wert zukommt, als sie den von ihm gesetzten Zielen für mich entsprechen, und er versichert mir, dass diese Ziele verwirklicht werden, auch wenn es Zeiten gibt, in denen ich nicht über meine unmittelbaren Probleme und Kümmernisse hinauszusehen vermag.

In den Zeiten der Rückgezogenheit mit Gott kann ich mich selbst verlieren und mich ihm anvertrauen, auf dass er in mir wirke. Mein Ziel, d.h. das Ziel, das der Heilige Geist für mich ausersehen hat, liegt darin, dass ich dem Bilde Christi gleiche; und der Heilige Geist gibt mir den Glauben, auf seine Macht zu vertrauen, dies zu verwirklichen.

Allein mit Gott kann ich jenes Werk in Angriff nehmen, kann mich ihm zur Verfügung stellen und seinem Willen überantworten, seiner Gnade und Macht vertrauen. In der Zweisamkeit mit ihm versichert er mir, dass ich sein bin und gewiss für immer in seinem Haus wohnen werde. □

Literaturhinweise:

- Henri Nouwen, Out of Solitude (Aus der Zurückgezogenheit)
- C.S. Lewis, Mere Christianity (dt. Titel: Pardon, ich bin Christ)

[1] *Soweit nicht anders angegeben, entstammen die Zitate der Lutherbibel in der revidierten Fassung von 1984.*

In diesen Zeiten berührt Gott mich und schenkt neuen Mut

Warten Sie auf Ihre himmlische Wo

In zwei bekannten alten Gospelliedern heißt es: „Auf mich wartet eine noch unbewohnte Wohnung" und „Mein Anwesen liegt gleich hinter dem Berg." Diese Songtexte basieren auf den Worten Jesu:

„In meines Vaters Hause sind viele Wohnungen. Wenn's nicht so wäre, hätte ich dann zu euch gesagt: Ich gehe hin, euch die Stätte zu bereiten?" (Joh 14,2).

Diese Verse werden zudem gern auf Beerdigungen zitiert, da mit ihnen das Versprechen verbunden ist, Jesu bereite dem Volk Gottes im Himmel einen Lohn, der nach dem Tod auf die Menschen wartet. Aber war es das, was Jesus sagen wollte? Es wäre falsch, wenn wir versuchten, jedes Wort unseres Herrn direkt auf unser Leben zu beziehen, ohne mit zu berücksichtigen, was er seinen damaligen Adressaten damit sagen wollte.

In der Nacht vor seinem Tod saß Jesus mit seinen Jüngern im sogenannten Abendmahlssaal zusammen. Die Jünger waren angesichts dessen, was sie sahen und hörten, schockiert. Jesus wusch ihnen die Füße, verkündete, unter ihnen befände sich ein Verräter, und erklärte, Petrus werde ihn nicht nur einmal, sondern gleich dreimal verraten. Können Sie sich vorstellen, was sie antworteten? „Dies kann nicht der Messias sein. Er spricht von Leiden, Verrat und Tod. Und wir dachten doch, er sei der Wegbereiter eines neuen Königreichs und wir würden mit ihm zusammen regieren!" Verwirrung, Verzweiflung, Angst – Emotionen, die uns nur allzu vertraut sind. Enttäuschte Erwartungen. Und dem allen setzte Jesus entgegen: „Sorgt euch nicht! Vertraut mir!" Er wollte seine Jünger angesichts des drohend näherrückenden Schreckensszenarios seelisch aufbauen und fuhr fort: „In meines Vaters Hause sind viele Wohnungen."

Was aber sagten diese Worte den Jüngern? Die Bezeichnung „meines Vaters Haus" – so wie er in den Evangelien verwendet wird – nimmt Bezug auf den Tempel in Jerusalem (Lk 2,49, Joh 2,16). Der Tempel war an die Stelle der Stiftshütte getreten, jenes transportablen Zelts, das die Israeliten zur Anbetung Gottes nutzten. Im Inneren des Tabernakels (von lat. tabernaculum = Zelt, Hütte) befand sich – durch einen dicken Vorhang abgetrennt – ein Raum, der das Allerheiligste genannt wurde. Das war die Heimstätte Gottes („Tabernakel" heißt im Hebräischen „Mishkan" = „Wohnstätte" oder „Bleibe")

Alle Artikel sind auch unter www.wcg.org/de online nachzulesen!

inmitten seines Volkes. Einmal im Jahr war es dem Hohepriester alleine vorbehalten, diesen Raum zu betreten, um der Gegenwart Gottes gewahr zu werden.

Des Weiteren ist mit dem Wort „Wohnstätte" oder auch „Wohnraum" der Ort gemeint, an dem man lebt, und „es stand im Altgriechischen (der Sprache des Neuen Testaments) gemeinhin nicht für eine feste Bleibe, sondern für eine Zwischenstation auf einer Reise, die einen langfristig an einen anderen Ort führt".[1] Damit wäre dann etwas anderes gemeint, als nach dem Tod bei Gott im Himmel zu sein; denn der Himmel wird oft als letzte und endgültige Bleibe des Menschen betrachtet.

Jesus sprach nun davon, er werde seinen Jüngern eine Bleibe bereiten. Wohin sollte er gehen? Sein Weg sollte ihn nicht geradewegs in den Himmel führen, um dort Wohnstätten zu errichten, sondern vom Abendmahlssaal ans Kreuz. Mit seinem Tod und seiner Auferstehung sollte er für die Seinen eine Stätte in seines Vaters Haus bereiten (Joh 14,2). Es war, als wollte er damit sagen: „Alles ist unter Kontrolle. Was geschehen wird, mag schrecklich anmuten, aber es ist alles Teil des Heilsplanes." Sodann verhieß er, er werde wiederkommen. In diesem Zusammenhang scheint er damit nicht auf die Parusie (Wiederkunft) anzuspielen (obgleich wir natürlich Christi Erscheinen in Herrlichkeit am Jüngsten Tag entgegensehen), sondern wir wissen ja, dass Jesu Weg ihn an das Kreuz führen sollte und dass er drei Tage darauf als vom Tode Auferstandener wiederkehren würde. Ein weiteres Mal kehrte er in Gestalt des Heiligen Geistes am Pfingsttag zurück.

„... will ich wieder kommen und euch zu mir nehmen, damit ihr seid, wo ich bin" (Joh 14,3), sagte Jesus. Lassen Sie uns einen Moment bei den hier gebrauchten Worten „zu mir" verweilen. Sie sind im selben Sinne zu verstehen wie die Worte im Johannesevangelium 1,1, die uns verkünden, dass der Sohn (das Wort) bei Gott war. Was auf das griechische pros zurückgeht, das sowohl „zu" als auch „bei" heißen kann. Mit der Wahl dieser Worte zur Beschreibung des Verhältnisses zwischen Vater und Sohn verweist der Heilige Geist auf deren innige Beziehung zueinander. In einer Bibelübersetzung werden die Verse wie folgt wiedergegeben: „Am Anfang war das Wort. Das Wort war bei Gott, und in allem war es Gott gleich ..."[2]

Leider stellen sich nur allzu viele Menschen Gott als irgendwo im Himmel zu verortendes Einzelwesen vor, das uns aus weiter Ferne beobachtet. Die scheinbar so unbedeutenden Worte „zu mir" und „bei" spiegeln eine vollkommen andere Facette des göttlichen Wesens wider. Es geht dabei um Teilhabe und Innigkeit. Es geht um eine Beziehung von Angesicht zu Angesicht. Die ist tief und innig. Was aber hat das mit Ihnen und mir heute zu tun? Lassen Sie mich, bevor ich zur Beantwortung dieser Frage komme, kurz noch einmal auf den Tempel eingehen.

Als Jesus starb, riss der Vorhang im Tempel mitten entzwei. Dieser Riss symbolisiert einen neuen Zugang zur Gegenwart Gottes, der sich damit eröffnete. Der Tempel war

Verwirrung, Verzweiflung, Angst, enttäusche Erwartungen?

hnung?

Gordon Green

nicht mehr seine Heimstätte. Eine völlig neue Beziehung zu Gott stand von nun an jedem einzelnen Menschen offen. In der Übersetzung der Guten Nachricht Bibel lesen wir in Vers 2: „Im Haus meines Vaters gibt es viele Wohnungen ..." Im Allerheiligsten war nur Raum für einen Menschen, jetzt aber war es zu einem radikalen Wandel gekommen. Gott hatte in der Tat bei sich, in seinem Haus, Raum für alle Menschen geschaffen! Dies war möglich geworden, weil der Sohn Fleisch geworden war und uns vom

Tod sowie von der zerstörerischen Kraft der Sünde erlöste, zum Vater zurückkehrte und die ganze Menschheit zu sich in die Gegenwart Gottes zog (Joh 12,32). Noch am selben Abend sprach Jesus: „Wer mich liebt, der wird mein Wort halten; und mein Vater wird ihn lieben, und wir werden zu ihm kommen und Wohnung bei ihm nehmen" (Joh 14,23). Wie schon in Vers 2 ist auch hier die Rede von „Wohnungen". Erkennen Sie, was das bedeutet?

Welche Vorstellungen verbinden Sie mit einem guten Zuhause? Vielleicht: Frieden, Ruhe, Freude, Schutz, Unterweisung, Vergebung, Vorsorge, bedingungslose Liebe, Akzeptanz und Hoffnung, um nur einige wenige zu nennen. Jesus kam jedoch nicht nur auf die Erde, um für uns den Sühnetod auf sich zu nehmen, sondern auch, um uns an all diesen mit einem guten Zuhause verbundenen Vorstellungen teilhaben und uns jenes Leben erfahren zu lassen, das er mit seinem Vater zusammen mit dem Heiligen Geist führt.

Jene unglaubliche, einzigartige und innige Beziehung, die Jesus selbst allein mit seinem Vater verband, steht auch uns nun offen: „… damit ihr seid, wo ich bin" heißt es in Vers 3. Und wo ist Jesus? „... mit dem Vater in engster Gemeinschaft" (Joh 1,18, Gute Nachricht Bibel) oder, wie es in einigen Übersetzungen heißt: „... in des Vaters Schoß." Ein Wissenschaftler drückt es so aus: „Im Schoße von jemandem zu ruhen bedeutet, in seinen Armen zu liegen, von ihm als Ziel innigster Zuwendung und äußerster Zuneigung geschätzt zu werden, oder, wie es so schön heißt, sein Busenfreund zu sein."[3] Ebendort ist Jesus. Und wo sind wir gegenwärtig? Wir haben teil am Himmelreich Jesu (Eph 2,6)!

Befinden Sie sich gerade in einer schwierigen, entmutigenden, bedrückenden Lage? Seien Sie gewiss: Jesu Trost spendende Worte richten sich an Sie. So wie er einst seine Jünger bestärken, ermutigen und festigen wollte, so tut er es mit denselben Worten auch Ihnen gegenüber: „Sorge dich nicht! Vertrau mir!" Lassen Sie sich nicht von Ihren Sorgen niederdrücken, sondern setzen Sie auf Jesus, und denken Sie über das, was er sagt – und was er ungesagt lässt –, nach! Er sagt eben nicht, sie müssten tapfer sein, und schon werde sich alles zum Rechten kehren. Er garantiert Ihnen nicht vier Schritte zu Glück und Wohlstand. Er verspricht nicht, er werde Ihnen eine Heimstatt im Himmel bereiten, die Sie erst einnehmen könnten, wenn Sie tot sind – und somit sei es all Ihr Leiden wert. Vielmehr macht er deutlich, dass er den Kreuzestod erlitt, um all unsere Sünden auf sich zu nehmen, sie mit sich selbst am Kreuz festzunageln, damit alles, was uns von Gott und dem Leben in seinem Haus trennen kann, getilgt sei.

Aber das ist nicht alles. Sie sind in Liebe in das dreieinige Leben Gottes einbezogen, auf dass Sie an der innigen Gemeinschaft mit dem Vater, dem Sohn und dem Heiligen Geist – an Gottes Leben – von Angesicht zu Angesicht teilhaben können. Er will, dass Sie an ihm und allem, wofür er steht, schon jetzt teilhaben. Er spricht: „Ich erschuf dich, damit du in meinem Haus leben kannst."

Gebet

„Vater von allen, wir bringen dir, der du uns, als wir noch getrennt von dir waren, in deinem Sohn entgegenkamst und uns heimbrachtest, unseren Dank und unseren Lobpreis dar! Im Sterben und im Leben verkündete er uns deine Liebe, schenkte uns Gnade und öffnete uns das Tor zur Herrlichkeit. Mögen wir, die wir teilhaben an Christi Leib, auch sein auferstandenes Leben führen; wir, die wir aus seinem Kelch trinken, erfüllen das Leben anderer; wir, die wir vom Heiligen Geist erleuchtet sind, sind der Welt ein Licht. Bewahre uns in der Hoffnung, die du uns verheißen hast, auf dass wir und alle unsere Kinder frei sein mögen und die ganze Erde deinen Namen preise – durch Christus unseren Herrn, Amen."[4] □

---

1 *N.T. Wright, Surprised By Hope (dt.: Von der Hoffnung überrascht), S. 150.*

2 *Rick Renner, Dressed to Kill (dt. Titel: Gerüstet zum Kampf), S. 445; hier zitiert nach der Guten Nachricht Bibel.*

3 *Edward Robinson, A Greek and English Lexicon of the NT (dt.: Griechisch-Englisches Lexikon des Neuen Testaments), S. 452.*

4 *Gebet nach dem Heiligen Abendmahl gemäß der eucharistischen Liturgie der Schottisch-Episkopalen Kirche, zitiert nach Michael Jinkins, Invitation to Theologie (dt.: Einführung in die Theologie), S. 137.*

Jesus sagt: „Sorgt euch nicht! Vertraut mir!"

Gedankenanstöße

Man sollte sich Entspannung gönnen.
Leistungsfähiger und lebhafter werden wir uns
nach einer Ruhepause erheben.
Seneca

Du verlierst keine Zeit, wenn du auf Gott wartest.
Corrie ten Boom

Dem Geduldigen laufen die Dinge zu,
dem Eiligen laufen sie davon.
aus Indien

Wer sagt Zeit ist Geld,
hat den Wert der Zeit noch nicht erkannt
Rainer Karius

Wer sichere Schritte tun will,
muss sie langsam tun.
Johann Wolfgang von Goethe

Wer das Ziel kennt kann entscheiden,
wer entscheidet findet Ruhe,
wer Ruhe findet ist sicher,
wer sicher ist kann überlegen,
wer überlegt kann verbessern.
Konfuzius

Glauben ist die Fähigkeit, in Gottes Tempo zu gehen
Martin Buber