



Zusammenfassung Vortrag 4

„Ich kann nicht über meinen Schatten springen!“

Ich war betroffen, als ich über eine ältere Frau las, die nur einmal in ihrem Leben diese Bestätigung von den Lippen ihres Vaters zu hören bekam. „Es war, als er starb“, sagte sie. „Ich weinte aus lauter Freude, als mein sterbender Vater sagte: ‚Ich bin stolz auf dich‘. 45 Jahre hatte ich darauf gewartet, diese Worte zu hören.“ Lassen Sie bitte niemanden in Ihrer Umgebung 45 Jahre darauf warten, dass Sie ihm sagen, wie viel er Ihnen bedeutet!

Viele seelische und zwischenmenschliche Probleme haben ihren Ursprung in mangelndem Selbstwertgefühl, in fehlender Selbstannahme. Das hat natürlich Folgen: Wie kann ich meinen Partner, Kommilitonen, Arbeitskollegen für etwas aufrichtig loben, wenn ich selber Lob nicht vertrage, weil ich nichts Lobenswertes an mir finde? Wie kann ich stolz sein auf meine Kinder oder auf meinen Partner, wenn ich mich selbst für eine Niete halte und mich darauf konzentriere, Fehler zu finden - bei mir und bei anderen? Wie kann ich die schönen Seiten (äußerlich und charakterlich) eines anderen Menschen wahrnehmen und Gott dafür danken, wenn ich mich jedes Mal beim Blick in den Spiegel ärgere und ständig meine Macken bedauere?

Viele sagen oder denken: „Ich bin eben so, wie ich bin: Man hat mich so oder so erzogen, ich kann einfach nicht über meinen Schatten springen!“ Ich glaube, kein Schatten ist so lang, dass wir nicht darüber springen könnten - allerdings nicht allein.

1. Ich kann JA zu mir sagen, weil ich aufgehört habe, mich mit anderen zu vergleichen

Wer sich dauernd mit anderen vergleicht, macht sich und anderen das Leben schwer; verfällt in Depression oder Überheblichkeit - je nachdem, mit wem er sich vergleicht; wird unausstehlich und einsam. (Vgl. Kinderbuch „Ein gerader Schwanz für Eduard“, Saatkorn-Verlag.)

Wer seinen Selbstwert aus dem Vergleich mit anderen Menschen beziehen will, wird nie zur Ruhe kommen. Die Medien eignen sich auch nicht dazu, daraus unseren Wert zu beziehen, denn sie legen besonderen Wert auf die Fassade, die Attraktivität.

Wer seinen Wert am Arbeitsplatz, im Berufsleben beziehen will, ist arm dran, denn Arbeit und Beruf als Messlatte für den Selbstwert sind eine wackelige Grundlage (Arbeitslosigkeit, Berufsunfähigkeit, Rente).

2. Ich kann JA zu mir sagen, weil ein Größerer JA zu mir gesagt hat und immer wieder sagt

Hätte ich ein Buchmanuskript geschrieben, dann wäre mir die Beurteilung des Cheflektors eines weltweit renommierten Verlags viel wichtiger als die Meinung meiner Freunde oder des Hausmeisters meiner Firma. Was meinen Selbstwert betrifft, möchte ich die Meinung des Kompetentesten kennen. Diese steht aber in der Bibel: **Jeremia 31,3; Jes 43,3.4.**

D. h.: Gottes Liebe macht uns wertvoll in seinen Augen! So wertvoll, dass er das Wertvollste gab, um uns zu zeigen, wie sehr er uns liebt: **1 Petr 1,18.19.** Nur durch den Tod von Jesus Christus war unsere Trennung von Gott („Sünde“) zu beseitigen. Um die Eigendynamik der Sünde zu unterbrechen, um die Kettenreaktion der Sünde zu stoppen, ging er in den Tod. Weil ich glaube, dass Jesus auch für nur einen Menschen gestorben wäre, bedeutet das für mich: Ich bin das Leben des Sohnes Gottes wert! Nicht mein Glaube, meine Religiosität, mein Gehorsam machen mich wertvoll, nein: *Gott* macht *mich* wertvoll!

Kein Mensch kann auf Dauer (seelisch) gesund bleiben, wenn er nicht Liebe, Annahme, Bestätigung erfährt. Wer versucht, seinen Selbstwert durch Menschen zu erfahren, macht sich von ihnen krankhaft abhängig. Er wird ein Leben lang um die Liebe seiner Mitmenschen buhlen. Zu wissen aber, dass der Größte im Universum JA zu mir sagt und mich so liebt, wie ich bin, befreit mich davon, um jeden Preis nach Lob und Bestätigung zu betteln.

Jesu sagte: „Du sollst deinen Nächsten lieben wie dich selbst“ (**Matthäus 19,19**). Seitdem mir bewusst geworden ist, dass ein Größerer, Gott selbst, zu mir JA gesagt hat, kann ich meinen Nächsten lieben, wie mich selbst. Jesus nimmt mich bei der Hand und hilft mir immer wieder, über „meinen Schatten zu springen“, damit ich andere ermutigen kann, mit Gott auch über ihren Schatten zu springen.

3. Ich kann JA zum Nächsten sagen, weil Gott mir vergeben, mich von der Last meiner Vergangenheit befreit hat

Darüber, wie Jesus einem Menschen zu einem neuen Anfang, also zu einem „Leben 2.0“ verhalf, lesen wir im **Johannesevangelium 8,1-11** die wunderbare Geschichte von einer Frau mit zweifelhaftem Ruf, der Jesus einen neuen Anfang schenkte. In dieser Geschichte kommt der bekannte Satz vor: „Wer unter euch ohne Sünde ist, der werfe den ersten Stein auf sie“. Ich habe daraus fünf Lehren gezogen:

1. Lehre: Kein Mensch hat das Recht, auf einen anderen mit dem Finger zu zeigen, ihn bloß zu stellen, weil er versagt hat oder weil er ein Sünder ist. Denn in dem Augenblick, wo mein Zeigefinger auf einen anderen hinweist, zeigen drei Finger auf mich selbst!
2. Lehre: Vor Gott stehen alle Menschen auf ein und derselben Stufe, nämlich auf der Anklagebank. Weil kein Einziger sündlos ist, hat jeder letztlich den Tod verdient. Unsere Unterscheidung zwischen schlimmen Sünden (heute: Mord, Sexualverbrechen) und Kavaliersdelikten (heute: Ehebruch, auch „Seitensprung“ genannt; oder schummeln bei der Steuererklärung) gilt vor Gott nicht!
3. Lehre: Gott will den Sünder nicht bestrafen, sondern ihn befreien. Die Lehre eines ewig brennenden Höllenfeuers und andere nicht biblische Ansichten entstellen das wahre Bild Gottes. Gott ist nicht ein Sadist, der es genießt, wenn wir schmoren oder gesteinigt werden, sondern er ist ein menschenfreundlicher Gott, der sich freut, wenn es uns in jeder Hinsicht gut geht.
4. Lehre: Jesus verharmloste die Sünde nicht, sondern nannte sie beim Namen. Aber er nahm den Sünder in Schutz. Gott hasst die Sünde zutiefst, liebt aber den Sünder vom Grunde seines Herzens. Voraussetzung ist nur, dass der Sünder sich zu seiner Sünde bekennt, sie nicht beschönigt oder wegredet.
5. Lehre: Jesus spricht uns nicht nur frei, sondern er befähigt uns zur Freiheit. Er hilft uns, neu zu beginnen: Leben 2.0! Dieses „Gehe hin und sündige von jetzt an nicht mehr!“ ist kein Befehl, sondern eine Verheißung. Indem Jesus das zur Frau sagt, befähigt er sie, ein neues Kapitel ihres Lebens zu schreiben, und zwar im Zeichen der Reinheit und Menschenwürde.

Sehnen Sie sich danach, neu beginnen zu können - wie damals, in der Schule, als wir ein neues, sauberes Heft anlegen konnten? Bei Gott ist das möglich, wie viele Flecken es auf den bisherigen Seiten Ihres Lebensheftes geben mag! Gott will jedem Menschen, der zu seiner Vergangenheit steht, einen neuen, befreiten Beginn schenken. Er macht die Vergangenheit nicht ungeschehen. Die Folgen unserer Fehler bleiben uns meist nicht erspart, aber wir können sie leichter ertragen, wenn wir in unserem Innersten, frei von Schuldgefühlen, den Frieden der Vergebung spüren. Mit einer Leiche im Keller wird man nie glücklich und befreit leben können. Es gibt aber keine Leiche, die so groß oder so stinkig wäre, dass Gott uns nicht davon befreien könnte!

Zum Nachdenken

- „Gott hat euch nicht mit vergänglichen Werten wie Silber oder Gold losgekauft von eurem früheren Leben ... Er bezahlte für euch mit dem kostbaren Blut von Jesus Christus, der rein und ohne Sünde zum Opferlamm Gottes wurde.“ (1. Petrusbrief 1,18.19 NLB)
- Weil Jesus Christus auch für Sie allein gestorben wäre, stellt sein Leben den Preis dar, den Sie wert sind. D. h.: Sie sind das Leben des Sohnes Gottes wert - und ich bin es auch!
- Religion ist der Versuch des Menschen, Gott zu gefallen, sein Wohlwollen zu ernten. Biblischer Glaube geht den umgekehrten Weg: Zuerst sagt Gott JA zu uns, so wie wir sind. Die daraus resultierende Liebe und Dankbarkeit verändern dann unser Leben.

Buchempfehlungen

Nancy und Ron Rockey, Kay Kuzma, „Wie Gefühle heilen können nach Verletzungen in der Kindheit“, Advent-Verlag, Lüneburg, Pb., 212 Seiten, 11,00 EUR, ISBN 978-3-8150-1880-4
Walter Trobisch, „Liebe dich selbst. Wege zur Selbstannahme“, Pb., 71 Seiten, ISBN 978-3417202267 (nur antiquarisch zu haben, z. B. über Amazon)