



Herr, segne du Reden und Hören!

1. Abgenutzt und verschlissen?

Mit leichten Beschwerden fing es an. Manche Bewegungen waren schwerer als vorher. Dann kam der Schmerz. Bald ging fast gar nichts mehr.

Der Besuch beim Arzt:

„Tja...“, sagt der, „Um es kurz zu machen: Muskeln schwach, Gelenke abgenutzt und verschlissen, Knochen porös. Viele Baustellen.“

Sie haben wenig auf sich geachtet. Das Alter darf man auch nicht vergessen. Viel kann man nicht mehr machen! Aber... das ist der Lauf des Lebens!“

Ihr Lieben: Abgenutzt und verschlissen - der Lauf des Lebens.

Abgenutzt und verschlissen. Ist das auch der Lauf des Glaubens?

Wird er irgendwann altersschwach und unbeweglich, brüchig, verkrümmt und verkürzt. Ein Fall für den Orthopäden? Oder gar ein unheilbarer Fall?

2. Die schwankenden und müden in der Gemeinde und bei uns

In der Gemeinde, an die Paulus im Hebräerbrief schreibt, scheint es so gewesen zu sein. Sie haben keine Kraft mehr. 60 Jahre ist das mit Jesus her – Generationen. In der Zeit hat sich der begeisterte

Glaube, die lebendige Hoffnung scheinbar unter der Last und den Strapazen des Alltags und der Zeit abgenutzt.

Die Gemeinde ist jetzt ein müder Haufen, die Leute sind im Glauben schlaff geworden, es droht der Stillstand.

Sie streiten sich über Belanglosigkeiten, manche kommen nicht mehr zu den Gottesdiensten und die anfängliche Leidenschaft für Jesus hat nachgelassen. Manche überlegen, ob es vorher nicht einfacher war und man zum vorherigen Glauben und zur früheren Lebensweise zurückkehren sollte.

Schlaffe Hände, zitternde Knie aus Angst vor dem Morgen, ein eingeschlafener oder altersschwacher Glaube, vielleicht ein Glaube der am Verzweifeln ist. Kommt euch da manches bekannt vor?

Zum Beispiel:

Du willst deinen Weg mit Gott gehen, nur auf ihn schauen. Begeistert fängst du an. Doch das Leben scheint dir immer mehr und noch mehr und noch mehr aufzulegen, bis der Rücken nicht mehr mitmacht, bis die Seele stöhnt und die Hände nicht mehr beten können. Du verkrümmst innerlich und kriegst den Blick vom Boden oder von dir und deinen Sorgen nicht mehr weg. Und der Glaube bröseln allmählich unter der Last zusammen.

Oder:

Du schaust in die Welt auf die Kriege, auf die Katastrophen. Du vergegenwärtigst dir das Leid der Menschen. Du verzweifelst daran, dass sich etwas in dieser Welt im großen Stil zum Guten wenden kann. Ein Blick in die Schlagzeilen bestätigt dich in deiner Sicht.

Es gibt dafür sogar ein neues Wort: »Doomscrolling« wird dieses Verhalten genannt – eine Wortschöpfung aus »doom«, Englisch für Untergang oder Verderben, und »scrollen«, dem Verschieben des Bildschirms. Gemeint ist das endlose Lesen von negativen Nachrichten, in das wir alle schnell hineingeraten und sich auch emotional und psychisch mithineinziehen lässt und das dich schier verzweifeln lässt trotz Glauben.

Und auch das kennen wir:

Vielleicht scheint es manchmal bequemer Gott einfach aus seinem Leben weg zu lassen als sich auf ein Leben mit ihm einzulassen. Andere Prioritäten setzen, lieber das, was ich hier und jetzt schnell haben kann. Lieber mich selbst in den Mittelpunkt stellen als ständig über andere nachzudenken. Glaube, Gemeinde, Kirche, brauch ich alles nicht.

Und selbst in kirchlichen Kreisen ist es ja so, dass auch der Glaube leidet, wenn in der Kirche irgendwas verkehrt läuft, wenn gestritten und gekürzt wird, wenn Gewohntes sich verändert oder wenn Kirche in der Kritik steht.

Ich glaube, so manches kommt uns durchaus bekannt vor. Vielleicht muss daher auch unser eigener Glaube immer mal wieder zum Arzt und auf Reha muss.

3. Paulus' Rezept: In Bewegung bleiben...

Paulus scheint gut zu wissen, was in seiner Gemeinde los ist. Und was er im Predigttext schreibt, das könnte man vielleicht mit einer geistlichen Orthopädie beschreiben. Orthopädie heißt wörtlich übrigens die „Lehre vom aufrechten Kind“.

Paulus versucht, die verkrümmten Gemeindemitglieder und Kinder Gottes wieder aufzurichten. Weil der Predigttext wirklich sehr komplex mit vielen Anspielungen ist, lese ich nur einzelne Teile aus Hebräer 12 vor.

Da schreibt er gleich zu Beginn:

Stärkt die müden Hände und die wankenden Knie und tut sichere Schritte mit euren Füßen, dass nicht jemand strauchle wie ein Lahmer, sondern vielmehr gesund werde. (Hebr 12,12f)

Zwei Dinge sind mir bei in diesem einen wichtigen ersten Satz:

Die Gegenüberstellung von Straucheln und sicheren Schritten – da geht es um Bewegung. Glaube ist kein Sein und Haben, das ist ein Weg. Paulus beschreibt ihn etwas weiter vorne wie einen Wettlauf im Stadion. Glaube und Leben mit Jesus ist ein Weg und wir sind auf dem Weg. Wir sind auf dem Weg und zwar nicht nur einen kleinen Abschnitt, sondern unser ganzes Leben.

Das andere, was ich an dem Satz heraushöre:

Glaube kann sich auf diesem Weg zwar erschöpfen und abnutzen sein, aber er lässt sich auch wieder stärken. Und das find ich ein ganz wichtiges Bild.

4. Wie geht geistliche Orthopädie?

Die spannende Frage: Wie geht das, geistliche Orthopädie?

Nach einem Beinbruch, nach wochenlangem Stillstand, da wird das Bein und die schwach gewordenen Muskeln langsam wieder gestärkt, bewegt und belastet. Tag für Tag mehr. Das ist mühsame, lange dauernde Arbeit, die sich aber auszahlt. Am Ende winken wieder Kraft und Beweglichkeit.

So wie Training schwache Muskeln aufbauen kann, wie sich Verspannungen lösen lassen und Verkrümmungen können geradegemacht werden können, so kann es auch im Glauben sein.

Paulus schickt seine Gemeinde und heute auch uns also aufs Laufband und zum Krafttraining.

Stärkt die müden Hände und die wankenden Knie.

Übrigens: die Aufforderung geht nicht an einen einzelnen, sondern sie steht im Plural. Wir sind beim Training aufeinander angewiesen. Deswegen hab' ich auch persönlich meine Probleme mit der Aussage: „Ich brauche keine Kirche und Gemeinde, ich lebe meinen Glauben für mich.“ Glaube braucht Gemeinschaft, da komme ich gleich noch mehrfach drauf warum.

Jeder ist mal stark und hilft anderen von Zeit zu Zeit und jeder braucht auch die anderen, von Zeit zu Zeit und erst recht im Glauben. Und es wäre echt unbarmherzig, wenn man nicht mehr sagen darf: „Mir geht es nicht gut“, „Ich hab gerade keine Kraft mehr“ oder „Ich zweifle daran“. Das erlebe ich in der Gemeinde Gott sei Dank anders.

Ganz klar ist: Es geht nicht um oberflächliche Wellness, es geht um Vergewisserung und Verankerung, um ein Geradewerden und um Heilung im Glauben. Dazu muss trainiert werden. Muskeln wachsen, wenn sie immer wieder gereizt werden. Und es braucht Geduld und natürlich auch eine Beständigkeit. Und manchmal tut es weh bevor es besser wird.

5. Trainingseinheit: Frieden, Heiligung und mehr

Auf dem Trainingsplan könnte Verschiedenes stehen.

Kräftigung zum Beispiel! Welche Übungen stärken dich in deinem Glaubensleben? Das könnte Beten und Singen sein zum Beispiel. Und zwar als fester Bestandteil des Lebens und Alltags – Regelmäßigkeit ist ja wichtig, wenn die Glaubensmuskulatur gestärkt werden soll! Das macht mich persönlich fester, vergewissert mich zum Beispiel, stärkt die Beziehung zu Gott.

Auch Dehnung könnte auf dem Plan stehen. Manchmal ist der Glaube starr wird, dann gibt's ja alle möglichen Verkürzungen und Verkrümmungen: eingefahrene Denkmuster, Schwarz-Weiß-Denken bis dahin, das man anderen den rechten Glauben abspricht oder dass man sich selbst quält oder der Glaube sogar Angst macht.

Da brauchts auch den Orthopäden.

Glaube darf sich auch mal dehnen und strecken: Bibel lesen. Im Gespräch mit anderen sein. Da lerne ich: So lesen und verstehen andere diese Stelle, so glauben andere.

Etwas anderes hat Jesus doch damals auch nicht gemacht, wenn er mit den Schriftgelehrten und Pharisäern oder überhaupt den Menschen geredet und versucht hat, deren starren Glauben wieder zu dehnen und neu auszurichten.

Paulus schreibt seiner Gemeinde eine besondere Trainingseinheit vor, quasi einen Kurs für die ganze Gemeinde:

Jagt dem Frieden nach mit jedermann und der Heiligung. (Hebr 12,14)

Ich kann es heute nur kurz anreißen. Frieden halten üben, sein Leben heilig sein lassen.

Das klingt ja natürlich logisch. So wie wenn ich zu dir sage: Bewegung, frische Luft und gesunde Ernährung, viel Schlaf tun dir gut. Man weiß es und trotzdem hält man sich oft nicht daran.

Deswegen setzt Paulus es seiner Gemeinde wieder und wieder auf den Trainingsplan. Versucht Frieden zu halten und euch für Frieden einzusetzen auch in einer Umgebung und auch in Situationen, in denen es schwerfällt. Frieden heißt nicht: immer Schönwetter machen oder immer alles dulden. Frieden heißt auch: Unrecht widerstehen. Gerechtigkeit suchen. Aber: sich nicht zum Zorn, zur Gewalt hinreißen zu lassen, sondern dem Bösen widerstehen. Und das muss ich auch im Kleinen immer wieder üben. Und wo das gelingt, da setzt das kleine Gegengewichte zu den Schreckensnachrichten aus der Welt und ich erlebe: Gerechtigkeit üben, Versöhnung schaffen, das ist durchaus möglich, da tut sich doch was, da bewegt sich was.

Jagt dem Frieden nach mit jedermann und der Heiligung. (Hebr 12,14)

Heiligung. Ein heiliges Leben, was Gott gefällt. Auch das, eine lebenslange Trainingseinheit! Es kann ja keiner sagen, dass wir gar nicht wissen, was gut und schlecht. Ich glaube, was unser eigenes Verhalten betrifft, da wissen wir oft sehr genau was gut und schlecht ist. Vielleicht besonders jetzt zum Jahreswechsel, wo ja doch auch die guten Vorsätze bedacht werden. Welches Verhalten, welche Eigenschaft will ich fördern, welches Verhalten an mir ablegen, weil es mir und anderen schadet, krank macht und Beziehungen vergiftet.

Und weil nicht nur das, was uns von außen hindern will so stark ist, sondern auch weil der innere Schweinhund so groß ist, empfiehlt Paulus im Hebräerbrief bei allem auch den Blick auf Jesus, *den Anfänger und Vollender des Glaubens (Hebräer 12,2)*. Schaut auf ihn!

6. Ausrichten auf das himmlische Ziel und auf Jesus

Jesus lebt uns das ja alles vor. Wie ein Trainer, der die Übungen vormacht.

Er zeigt uns wie Gebet geht, selbst in Notsituationen, aber auch um Dankbarkeit zu üben.

Jesus zeigt, wie wir uns dehnen müssen, wenn er uns Gottes Wort und Willen erklärt, wie eigentlich gemeint ist und wie er Fehlstellungen korrigiert.

Er lebt uns die Bewegung zum anderen vor, wenn er uns zeigt wie ich auf Kranke, Ausgegrenzte, Andersdenkende zugehen kann.

Er zeigt, wie du im Glauben über dich hinauswachsen kannst, wie du ungeahnte Kräfte freisetzen kannst, wenn es gelingt, sich zu versöhnen oder zu vergeben.

Und er weist uns immer wieder darauf hin, wie herrlich das Ziel auf unserem Weg ist.

Wer also noch Trainingseinheiten sucht und braucht, der darf sich Übungen bei Jesus anschauen!

Das sind einige der Trainingseinheiten auf dem Weg des Glaubens um wieder gerade und aufrecht zu werden und in Form zu bleiben.

Wir sagen oft. Der Weg ist das Ziel. Beim Glauben stimmt das so nur bedingt. Der Weg hier ist noch nicht das Ziel. Die erhoffte Wirklichkeit steht noch aus. Das Ziel bestimmt aber schon den Weg und das Ziel verändert den Weg.

Paulus schreibt seiner Gemeinde das Ziel nochmal deutlich das Ziel vor Augen und warnt sie sogar abzufallen auf dem Weg. Er warnt sie, sich andere Ziele zu suchen, die bequemer scheinen. Ihr würdet alles wegwerfen, was ihr schon erreicht habt, ihr würdet wegwerfen, was Jesus für euch getan hat.

Und er zeichnet ihnen nochmal das Ziel vor Augen: Zion. Für uns ein eher fremder Begriff. Für die Menschen damals klang da alles an: der Ort, an dem Gott selbst wohnt, das himmlische Jerusalem, die ewige Heimat. Es ist das Kontrastbild zu all dem, was hier an Negativem erlebt wird.

Und wenn wir es auf heute übertragen, dann bedeutet dieses Ziel:

Der Ort, an dem alle deine Sehnsucht gestillt ist.

An dem all dein Leid ein Ende hat.

Der Ort, an dem es keine Angst und keine Sorgen gibt.

Der Ort, an dem es keinen Mangel an Liebe gibt.

Und der Ort, an dem dich nichts von Gott trennt.

Der Ort, an dem alle deine Zweifel weggefegt sind.

Das ist das Ziel auf das wir uns unser ganzes Leben lang.

zu bewegen und für das wir uns fit halten sollen.

Das Ziel bestimmt aber schon den Weg und das Ziel verändert den Weg.

Es gibt ein wunderbares Zitat von Martin Luther, dass unsere Situation auf den Punkt trifft.

Das Leben ist nicht ein Frommsein,
sondern ein Frommwerden,
nicht ein Gesundsein,
sondern ein Gesundwerden,
nicht ein Sein, sondern ein Werden,
nicht eine Ruhe, sondern eine Übung.
Wir sind's noch nicht, wir werden's aber.
[...]

Und deswegen: Ab auf Laufband, ran an die Hanteln.

Stärkt die müden Hände und die wankenden Knie und tut sichere Schritte mit euren Füßen!

Amen.