

Die richtige Wahl treffen
Heilsame Veränderungen in unserem Leben (Beyerhaus)

Liebe Gemeinde,

in ganz Württemberg wird heute gewählt. In allen ev. Kirchengemeinden wird heute darüber abgestimmt, wer zukünftig entscheiden soll, wie das Gemeindeleben vor Ort aussehen soll: welche Schwerpunkte gesetzt werden und ob - und wenn ja welche - die Kirche von morgen Visionen haben wird.

Und besonders auch in Bezug auf die Synodalwahlen fragen sich viele: welchen Kurs wird die Kirche auf Landesebene nehmen? Wird sie es schaffen, sich wieder ein Profil zu geben, den evangelischen Christen Orientierung zu geben, aufzubrechen zu neuen Ufern indem sie sich wieder auf Christus als ihr Fundament besinnt? Auf seine Weisheit, seine Schätze?
Oder wird sie der ständigen Versuchung einer Volkskirche erliegen, gängigen Zeitströmungen immer nur eilig hinterherzuschwimmen und das religiös zu verbrämen, was sich gesellschaftlich bereits längst durchgesetzt hat?

"Nehmt nicht die Forderungen dieser Welt zum Maßstab" (Gute Nachricht: *Passt euch nicht den Maßstäben dieser Welt an*) so hieß es in der Schriftlesung.
Kirche soll nicht der Zuckerguss, sondern das Salz der Erde sein.

Ob sie das ist oder nicht ist, wird allerdings nicht allein durch Wahlen entschieden. Kirche nach evangelischem Verständnis sind auch nicht nur die Kirchengemeinderäte, Pfarrer, Dekane, Synodale und Bischöfe. Kirche - das sind wir alle.

Und wer mit dem Finger auf die Kirche zeigt, der sollte sich vielleicht mal die drei Finger genauer anschauen, die wieder zurückzeigen auf ihn selbst und die fragen: und was ist mir dir?

Kirche, so sagt der Apostel Paulus ist der Leib Jesu Christi auf Erden - und zu einem Leib gehört weitaus mehr als ein Kopf. Ein Leib besteht aus vielen, vielen, einzelnen Gliedern. Und nur wenn auch die einzelnen Glieder ihre Funktion im Körper wahrnehmen, kann der Leib insgesamt funktionieren. *"Weil ihr Gottes Barmherzigkeit erfahren habt - so sagt Paulus in Röm 12 - fordere ich euch liebe Brüder auf, mit Leib und Leben für Gott dazusein."*

Heute geht es im wesentlichen also um uns selbst - die Brüder unter uns und die Schwestern.

"Heil werden" lautet des Gesamtthema unserer Predigtreihe. Und das ist ja nicht nur der Wunsch von Menschen, die jetzt gerade im Diak liegen. Wir alle haben ja so viele Macken, Defekte, Schwächen und unheilsame, unheilvolle Angewohnheiten. Viele allerdings habensich mit ihren Macken ganz gut arrangiert und sich so sehr an sie gewöhnt, dass sie gar keinen echten Handlungsbedarf mehr sehen.

Und Erklärungen sind schnell an der Hand.

Früher hat man gleich den Teufel höchstpersönlich für alles mögliche verantwortlich gemacht. Heute sind's die Gene, die unser Handeln festlegen - "das hab ich von meinem Opa geerbt, der ist auch so schnell in die Luft gegangen, da kann ich gar nix machen, so bin ich halt!"

Oder die Hormone:

Die einen lustlos lethargisch, die anderen feurig wie arabische Hengste.
So ist's halt. Der Mensch, das triebgesteuerte Wesen.

Und wenn's nicht die Gene und auch nicht die Hormone sind, dann halt die Umgebung. Die Mitmenschen, meine Eltern. Meine Kindheit.

Und **natürlich** prägt das alles unser Wesen. **Natürlich** prägt das unsere Gefühle, unser Verhalten, unsere Reaktionen ganz enorm. Da besteht überhaupt kein Zweifel.

Aber es gibt eben auch einen anderen, ganz entscheidenden Faktor. Einen Faktor, der uns Menschen ja wesentlich von unseren Verwandten, den Tieren unterscheidet. Und das ist unsere Fähigkeit, trotz genetischer Disposition, trotz hormoneller Schübe und trotz der Prägung durch die Umwelt letztlich

immer noch die Wahl zwischen guten und schlechten Entscheidungen zu haben.

Ich glaube nicht daran, dass wir das hilflose biologisch-undynamische Endprodukt von Genen, Hormonen und Umwelt sind.

Ich könnte Ihnen manches erzählen von meiner Kindheit als 5-jähriger im Internat in Südafrika, wo ich von sadistischen Schülern der Oberstufe mit Stockhieben auf blankem Gesäß vor lachenden Mitschülern bearbeitet wurde. Mit dem hochhoffiziellen Segen der Schulleitung.

Oder von meiner Klassenlehrerin, die uns rote Schmierseife in den Mund gestopft hat, wenn wir ein falsches Wort in den Mund nahmen. Oder auch von einem späteren Fachlehrer, der keine größere Befriedigung kannte, als Schüler, wie mich, die er nicht leiden konnte, vor der ganzen Klasse zu demütigen und in Prüfungen auf fieseste Art reinrasseln zu lassen.

So etwas hinterlässt Spuren - noch Jahrzehnte später kamen diese Dinge bisweilen immer noch in Alpträumen hoch. Und über die eigentlich wunden Punkte in unserem Leben reden wir ja gar nicht in der Öffentlichkeit. Ich auch nicht.

Aber unabhängig von den vielen Faktoren, die unser Leben bestimmen:

Vieles von dem, was uns krank macht, was uns blockiert, hat mit Entscheidungen zu tun, die wir letztlich selbst verantworten müssen. Bewusste oder unbewusste Entscheidungen sind oft der Grund dafür, wenn unser Glaube lustlos, unser Gebet kraftlos und unser Verhalten lieblos ist.

Wir haben Möglichkeiten unser Leben, unsere Gefühlswelt, unser Verhalten zu steuern, die die meisten nicht ausschöpfen.

Im Büro einer Bekannten im Landratsamt hängt ein Spruch, den ich hier schon mal zitiert habe, ich finde ihn aber so wichtig, dass ich's nochmal mach.

Sinngemäß heißt es da:

"Achte auf deine Gedanken, sie werden zu Worten.

Achte auf deine Worte, sie werden zu Handlungen.

Achte auf deine Handlungen, sie werden zu Gewohnheiten.

Achte auf deine Gewohnheiten, sie werden zu deinem Charakter.

Achte auf deinen Charakter, er bestimmt dein Leben"

Charakterschwächen entwickeln sich nicht über Nacht. Sie sind häufig das Ergebnis davon, dass wir in bestimmten Situationen immer und immer wieder das falsche tun - die falsche Wahl treffen oder auch, dass wir uns einfach unseren spontanen Gedanken und Gefühlen hingeben und gar nicht erst versuchen, ihnen etwas entgegenzusetzen.

In der Regel entscheiden wir uns für das, was bequemer ist, oder vielleicht auch mit einem höheren Lustgewinn verbunden ist.

Und ganz allmählich entwickelt sich das zu festen Gewohnheiten, die ich nur noch ganz schwer ändern kann. Ich habe als Ehemann die Wahl, ob ich einer schönen Frau hinterher schaue - muss ja nicht gleich pfeifen. Und wenn ich oft genug meinen Augen das Signal geben: "Los, schau hin!" oder gerade kein Signal gebe, nämlich wegzuschauen, dann kann ich irgendwann gar nicht mehr anders. Dann verdreht sich der Kopf von ganz allein.

Ich habe die Wahl, ob ich abends vor dem Zubettgehen nochmal in den Kühlschrank schaue, oder nicht. Wenn ich das immer und immer wieder tue, automatisiert sich diese Handlung - mit den entsprechenden Folgen für die Figur.

Wenn mich meine Schüler aufregen, habe ich die Wahl: Mache ich einen zur Schnecke, oder fresse ich den Ärger in mich rein, greife ich zu Hause zur Flasche, oder geh ich erst mal ne Runde joggen, um meinen Adrenalinspiegel wieder abzubauen. Oder suche ich immer und immer wieder das Gespräch, auch mit Eltern. Kurzfristig am bequemsten und vielleicht sogar wirkungsvollsten ist vielleicht die Flasche - aber was ist die richtige Entscheidung?

In Schulungskursen wird Sekretärinnen beigebracht, immer zu lächeln, wenn das Telefon klingelt, weil sich eine freundliche Mimik auf die Stimme überträgt. Und so entwickelt sich Freundlichkeit am Telefon zu einer guten und festen Angewohnheit.

Und aus dem gleichen Grund brauchen wir alle und vor allem auch Kinder und Jugendliche feste

Routine, feste Zeiten, um gute Angewohnheiten in Fleisch und Blut übergehen zu lassen - ob das Klavierspielen oder Hausaufgaben machen ist. Oder auch die tägliche stille Zeit mit Gott.

Und das gleiche gilt für so viele Bereiche unseres Alltags.

Allerdings dürfen wir nicht erwarten, dass sich dumme Angewohnheiten, die sich über Jahre hin zementiert haben, von heute auf morgen ändern lassen.

Jetzt, wo sich das Jahr allmählich dem Ende zuneigt, wäre es ja mal ganz interessant, Bilanz zu ziehen, was aus all den guten Vorsätzen von Silvester geworden sind. Die meisten wissen wahrscheinlich gar nicht mehr, was sie sich alles vorgenommen haben.

Und es ist auch gewagt zu sagen: „ab heute wird alles anders!“.

Das läuft nicht.

Das wäre so ähnlich wie wenn man versucht, permanent gegen den Autopiloten eines Schiffes anzusteuern.

Wissen Sie, was ein Autopilot ist? Ist dazu da, ein Flugzeug oder Schiff automatisch auf einen bestimmten Kurs zu setzen. Gibt´s auch bald bei Autos, dann kann man bei 150 auf der Autobahn Zeitung lesen.

Bei einer Segelyacht ist das so, dass wenn ein anderes Boot entgegenkommt, man durchaus eingreifen und kurzfristig dagegen steuern kann.

Aber das ist anstrengend, und nur für kurzzeitige Manöver gedacht.

Solange der Autopilot eingeschaltet ist, will die Yacht immer wieder auf ihren vorprogrammierten Kurs zurück.

Und mit uns Menschen ist das ganz ähnlich. Gene, Hormone, Umwelt, Werte, die uns durch Medien suggeriert werden, bittere Erfahrungen aus der Vergangenheit, das alles sind Faktoren, die unseren Autopiloten programmiert haben und uns auf einen Kurs setzen, der durchaus nicht immer ans richtige Ziel führt.

Und die Frage ist deshalb: Wie können wir unseren Autopiloten neu programmieren, wenn wir erkannt haben, dass unser tägliche Trott uns in die falsche Richtung führt? Und wir immer wieder auf den alten Kurse gedrückt werden?

Ich will ganz kurz 7 Punkte nennen:

1. Nehmen Sie sich zunächst nur eine einzige Sache vor, die Sie in ihrem Leben ändern wollen.

"Der Dummkopf ist mit seinen Gedanken überall und nirgends" heißt es in Sprüche 17:24.

Wer ab morgen ein anderer Mensch sein will, wird immer auf dem Bauch landen

Das ist so ähnlich wie bei einer Fliege, die wir irre im Zimmer rumsaust, in alle Richtungen gleichzeitig fliegt und ständig an die Scheibe klatscht.

Nein, ich konzentriere mich auf eine einzige Sache, die ich möglichst bald ändern möchte. Eine Sache - eine schlechte Angewohnheit.

2. Konzentrieren Sie sich erstmal auf einen einzigen Sieg pro Tag im Kampf über diese schlechte Angewohnheit .

Im Vaterunser heißt es: *"Unser tägliches Brot gib uns heute."* Und in der Bergpredigt sagt Jesus: *"Quält euch nicht mit Gedanken an morgen - es genügt, dass jeder Tag seine eigene Last hat"*

Das heißt: Gott gibt uns nichts auf Vorrat. Weder die nötige Kraft, die wir für die Siege über unseren inneren Schweinehund brauchen, noch gibt er uns alle Lösungen für unsere Probleme im voraus.

Gott will uns Tag um Tag helfen. Jeweils für einen Tag Kraft geben. Und zwar darum, damit wir uns allein auf ihn verlassen, nicht auf unsere angesammelten Vorräte. Er führt uns Schritt um Schritt. Aber er will auch dass wir seine Hilfe tatsächlich in Anspruch nehmen.

Vater im Himmel: „gib mir Kraft, diesen einen Tag nichts Schlechtes über andere zu reden“.

Lieber Gott, bewahre mich heute davor, dass ich im Internet nicht auf die falschen Seiten gehe.

Gib mir für heute Kraft, zu vergeben.

Hilf mir heute, meinen Kindern gerecht zu werden und sie aufzubauen.

Hilf mir heute mit meiner Einsamkeit umgehen zu können.

3. Verlassen Sie sich nicht auf ihre Willenskraft, sondern auf Gottes Kraft.

Im Gesangbuchlied „Der Tag bricht an“, einem Lied übrigens, von dem manche behaupten, dass es unter Altbischof Theo Sorg auf dem Index stand, heißt es: „Unser Sorg richtet nichts aus“.

Mit unserer mit unserer Kraft, mit unserem Willen ist nichts getan - aber Gottes Kraft kann verändern.

4. Stellen sie die Zusagen des Wortes Gottes gegen ihre eigenen negativen, selbstzerstörerischen Gedanken, mit denen sie sich selbst klein machen.

Sehen Sie, die Bibel hat etwa 7000 Verheißungen zwischen beiden Buchdeckeln. Davon kann ein bißchen auswendig lernen und als Antwort parat halten, wenn wir von negativen Gedanken geplagt werden. Wie oft reden wir uns das ein: "Ich schaff nix, ich kann nix, ich taug nix".

Dagegen halten wir dann Gottes Verheißungen, eine davon haben wir gerade besungen: „Wir glauben Gott den Heiligen Geist, den Tröster, der stark macht, was darniederlag“.

1.Joh 3,1

3 1 Die Herrlichkeit der Gotteskindschaft

Seht, welch eine Liebe hat uns der Vater erwiesen, daß wir Gottes Kinder heißen sollen - und wir sind es auch! Kinder, Geliebte, Augäpfel Gottes!

5. Richten Sie Ihre Gedanken darauf, was Sie tun, nicht in erster Linie darauf, was sie dabei fühlen.

Kein Raucher fühlt sich wohl, wenn er nach dem Frühstück die Zigarette weglässt. Kein Sportfan fühlt sich wohl, wenn er das Spiel Deutschland Ukraine verpasst, um mit seiner Familie auf den Einkorn zu gehen.

Kürzlich habe ich die Geschichte von einem Mann gelesen, der zu seinem Psychologen sagte: "Ich liebe meine Frau nicht mehr. Da ist keine Leidenschaft mehr da, außerdem geht sie mir tierisch auf den Sender. Sie macht mein Leben oft unerträglich. Ich hab´s mir überlegt - ich lasse mich scheiden."

Sein Psychologe nickt verständnisvoll und sagt: "Verstehe ich gut".

Allerdings, wenn Ihr Frau Ihnen tatsächlich das Leben so schwer gemacht hat, dann sollten Sie es ihre Frau vorher nochmal richtig spüren lassen. Das brauchen Sie zur Verarbeitung.

Der Mann sagt überrascht: "Meinen Sie? Stimmt, die Idee ist nicht schlecht. Was soll ich tun?"

Der Psychologe gab ihm folgenden Rat:

Anstelle einfach nach Hause zu gehen und ihrer Frau zu sagen: "So, ich lass mich scheiden" behandeln sie ihre Frau für die nächsten 30 Tage wie eine Prinzessin. Machen Sie ihr Komplimente. Lesen Sie ihr Gedichte vor, glutvolle Liebesgedichte. Wenn Sie singen können, singen sie ein paar schöne Liebeslieder.

Bringen Sie ihr Frühstück ans Bett. Kneten Sie ihren Rücken, massieren Sie ihre Füße, wenn sie müde ist. Gehen Sie mir ihr abends ins Restaurant mit Kerzenschein und leisen Klavierklängen von Richard Claydermann im Hintergrund. Kaufen Sie Ihr ein bißchen Kleidung, ein bißchen Schmuck, überraschen Sie ihre Frau mit einem Riesenblumenstrauß.

So, und dann nach diesen 30 Tagen sagen Sie einfach zu ihr:

"Übrigens - ich habe die Scheidung beim Anwalt eingereicht." Bumm - das wird ihr so richtig zeigen, was sie Ihnen angetan hat.

Und stellen Sie sich vor: der Mann tut das tatsächlich.

Allerdings ging die Geschichte anders aus als erwartet. Nach den 30 Tagen kommt er wieder zurück zum Psychologen und sagt. "Ich habe jetzt 4 Wochen lang meine Frau wie eine Prinzessin behandelt, ich hab ihr Gedichte vorgelesen, ihr den Rücken massiert und Komplimente gemacht. Am Anfang ist mir das wahnsinnig schwer gefallen. Aber irgendwie kam mir das am Ende fast normal vor".

Der Psychologe: "Na, und wie ist das jetzt mit der Scheidung?"

Der Mann - ach, das ist jetzt vom Tisch. Ich habe jetzt auf einmal wieder Gefühle für meine Frau.

Ein ungewöhnlicher Therapievorschlag, der aber die beabsichtigte Wirkung zeigte.

Nun immer wird das so nicht laufen. Schon deswegen, weil Männer so etwas nur in Geschichten für ihre Frauen tun.

Aber ich glaube schon, dass Erstaunliches bewirkt werden kann, wenn wir uns in bestimmten Situationen unseres Lebens anders verhalten, als unsere Gefühle unser Autopilot das spontan vorgeben.

6. Und das letzte: Suchen Sie den Kontakt zu Menschen, die ihnen helfen, notwendige Veränderungen in ihrem Leben vorzunehmen.

Reduzieren sie den Kontakt zu Menschen ab, die sie wieder auf den alten Kurs bringen. Schließen Sie sich einem Hauskreis an, der ihnen helfen kann, sich neu darauf zu besinnen, wo alle Schätze der Erkenntnis und der Weisheit auch in Bezug auf Ihr Leben zu finden sind.

Wer sie auf in seiner großen Liebe auf den richtigen Kurs bringen möchte und kann.

Amen