

Stunde des Höchsten

Gottesdienst vom Sonntag, 15. April 2018
Thema: Wie Beziehungen gelingen ...

Predigt von Marcus & Susanne Mockler

Wir haben diese Predigt unter das Thema »Wie Beziehungen gelingen« gestellt, denn als Grundlage dienen uns Verse, die der Apostel Paulus an die Gemeinde in Ephesus geschrieben hat, und zwar im vierten Kapitel seines Briefs. Dort heißt es: »Alle Bitterkeit und Grimm und Zorn und Geschrei und Lästerung seien fern von euch samt aller Bosheit. Seid aber untereinander freundlich und herzlich und vergebt einer dem andern, wie auch Gott euch vergeben hat in Christus.« (Epheser 4, 31–32)

Wir stellen uns vor, diese Verse stünden auf den Startseiten von Internetauftritten. Bei Facebook zum Beispiel. »Alle Bitterkeit und Grimm und Zorn und Geschrei und Lästerung seien fern von euch samt aller Bosheit.« Oder auf der Startseite von Parteien, die Wahlkampf machen. »Seid untereinander freundlich und herzlich und vergebt.« Wow! Das wäre mal eine Gegenbotschaft zu dem Hass und den Bosheiten, die in den Netzwerken ausgekübelt werden. Und das leider auch von Christen.

Doch wir wollen hier nicht mit dem Finger auf andere zeigen. Wie ist das bei uns? Wie ist das bei dir und bei mir? Ist unser Leben und unser Umfeld eine „No-Go-Area“ für Bitterkeit und Grimm und Zorn und Geschrei und Lästerung und Bosheit? Wenn alle immer nett zueinander wären, dann hätten wir vermutlich auch kaum Beziehungsprobleme. Das ist aber nicht so. Und insofern spricht Paulus nicht nur zu gedankenlosen Facebook-Usern und unfairen Wahlkämpfern, sondern zu jedem von uns.

Wie Beziehungen gelingen ... Wir haben uns in unserem wichtigsten Buch, der Bibel, dem Wort Gottes auf Spurensuche gemacht. Und wir müssen feststellen: Die Bibel ist ein Buch voller Geschichten gestörter Beziehungen. Fast von der ersten Seite bis fast zu der letzten.

Das erste Menschenpaar, Adam und Eva, leitet die folgenreichste Beziehungsstörung der Weltgeschichte ein. Die beiden halten sich nicht an das einzige Verbot, das Gott ihnen gegeben hat, nämlich das Verbot, Früchte vom Baum der Erkenntnis zu essen. Die Strafe folgt auf dem Fuß – das erste Ehepaar wird aus dem Paradies vertrieben – und seitdem leben alle Menschen jenseits von Eden. Auch die Gemeinschaft mit Gott, die unmittelbare Nähe, ihn unmittelbar reden hören – das alles ist nicht mehr so einfach.

Und es geht noch gröber weiter. Kain erschlägt seinen Bruder Abel. Wir haben schon in der zweiten Generation der Menschheit einen Brudermord. Beziehungsstörung scheint da ein eher verharmlosender Begriff zu sein. Und so läuft das weiter: Vergewaltigung im häuslichen Umfeld, Verkauf des Bruders in die Sklaverei, Rebellion von Kindern gegen ihre Eltern, Ehebruch, Kriege und Morde. Menschen können es nicht miteinander. Beziehungsstörungen sind nicht die Ausnahme, sie sind die Regel!

Wobei wir nicht schwarzmalen wollen – es gibt in der Bibel auch vorzügliche Beziehungen, sowohl unter Menschen als auch zwischen Menschen und Gott. David und Jonathan, das war eine super Männerfreundschaft. Von Jesus wird berichtet, dass er unter seinen Jüngern einen hatte, den er besonders liebte. Paulus und einige seiner Schüler, etwa Timotheus, hatten offenbar ein exzellentes Verhältnis. Aufs Ganze gesehen müssen wir dennoch festhalten: die tollen Beziehungen sind rar, die gestörten die Regel. Das heißt: Schon von der Bibel her müssen wir damit rechnen, dass Beziehungen in schwere Krisen geraten, manchmal scheitern, manchmal heilen.

Gott will aber offenbar gelingende Beziehungen. Es ist ihm nicht egal, wie wir miteinander umgehen. Es ist ihm nicht gleichgültig, ob in einer christlichen Ehe der Zoff oder die Liebe regiert. Es lässt ihn nicht kalt, ob eine Gemeinde unter Misstrauen und Grabenkämpfen ächzt, oder ob man dort selbst bei sachlich begründeten Meinungsverschiedenheiten respektvoll und liebevoll umgeht. In anderen Worten: Zeige mir Deine Beziehungen, und ich sage dir, was du glaubst.

Ein liebevoller und respektvoller Umgang bedeutet übrigens nicht, dass bei allen Menschen, mit denen wir zu tun haben, der Kuschelfaktor bei 100 liegen muss. Auch schon in der Bibel, zum

Beispiel bei Paulus, gab es Auseinandersetzungen, die geführt werden mussten – um der Wahrheit willen. Das ist vermutlich gerade der Grund, warum Paulus hier klare Vorgaben macht – er hatte schon sattsam gesehen, wie Christen *nicht* miteinander umgehen sollten. Und ihm war klar: Solches Verhalten hat mit Christsein nichts zu tun.

Nun ganz praktisch: Was können wir dafür tun, dass unsere Beziehungen gelingen? Das Muster bei Paulus ist eindeutig. Er sagt nicht nur, was wir lassen sollen, sondern empfiehlt immer, etwas Schlechtes durch etwas Gutes zu ersetzen – damit kein Vakuum entsteht. Es geht also nicht nur um die Frage: Was sollte ich nicht mehr tun, was sollte ich lassen? Sondern auch um die Frage: Was sollte ich stattdessen tun? In unserem Text heißt es da: »Abstand nehmen von Bitterkeit und Grimm und Zorn und Geschrei und Lästerung und Bosheit.« Stattdessen: »Seid aber untereinander freundlich und herzlich und vergebt einer dem andern, wie auch Gott euch vergeben hat in Christus.«

Die erste Kunst ist es, überhaupt wahrzunehmen, dass Ungemach droht und sich Bitterkeit und Grimm in die Beziehungen schleichen. Wer es merkt, sollte unbedingt die innere Pausetaste drücken. Stopp! Nicht sofort reagieren, sondern überlegt. Nicht im Affekt sprachlich zurückhauen, sondern lieber für einen Moment schweigen und sich den eigenen negativen Gefühlen stellen. Lieber ein vorübergehender Rückzug als eine spontane Attacke.

Dann ist es ungeheuer wichtig, für Situationen zu beten – gerade für die schwierigen. So hat es Jesus gemacht, so hat es Paulus gemacht, so sollen wir es machen. Wir glauben an einen liebenden Vater im Himmel, den unser Leben total interessiert und dem es eben nicht egal ist, ob wir im Frieden oder im Krieg mit anderen Menschen leben. An einen Vater, der in Jesus Christus ein Band zu uns geknüpft hat, das eine stabile Verbindung herstellt. Ihm dürfen wir das alles bringen, auch den Beziehungsmüll, der sich in und um uns anhäuft. Er hilft uns, da liebevoll Ordnung zu schaffen.

Und dann sind wir aufgefordert, aktiv dagegen zu halten. Das ist da am einfachsten, wo wir die Menschen und die Situationen kennen – zuhause, im privaten Umfeld. Wir wissen doch im Laufe der Zeit, wann es zu eskalieren droht. An großen Familienfesten zum Beispiel. Könnten Sie



nicht mal schon vor dem Fest ein »Deeskalationsprogramm« starten? Mögen Sie sich zum Beispiel auf ein einfacheres Essen einigen, um den Druck aus dem Küchenbetrieb rauszunehmen? Das mag wie ein banales Beispiel klingen, aber damit fängt es an.

Wenn ein Kind mit einer schlechten Note heimkommt – reagiere ich mit Freundlichkeit und Herzlichkeit oder mit Verachtung oder gar Gemeinheit? Wenn einer gestresst von der Arbeit nach Hause kommt – müssen dann wirklich in der ersten halben Stunde auch noch alle derzeit existierenden Beziehungsprobleme ausdiskutiert werden? Das geht schief!

Wo sind Ihre Fallen? Werden Sie Deeskalationsprofis! Sehen Sie kritische Situationen voraus. Die Krise ist am einfachsten zu meistern, wenn sie gar nicht erst entsteht. Das kann man üben und muss man üben. Das Übungsmaterial wird uns nicht ausgehen, so lange wir es mit Menschen zu tun haben.

Zu einem guten Umgang miteinander gehört für Paulus entscheidend, dass wir anderen vergeben. Die Kraft der Vergebung hat Paulus wie wenige andere erfahren – vom Christenhasser und Christenverfolger zum Christusnachfolger. Ohne Vergebung keine Zukunft für die Beziehung. Es ist so unendlich wichtig, dass wir das begreifen. Das ist doch überhaupt der Grund, warum Jesus, der Sohn Gottes, in diese Welt kam – um Vergebung zu ermöglichen. Dazu ist er am Kreuz gestorben.

Unversöhnlichkeit und fehlende Vergebungsbereitschaft ist für Christen geradezu undenkbar. Gott sagt: Ich räume den Scherbenhaufen weg, den du angerichtet hast. Ich mache einen neuen Menschen aus dir. Wer wünscht sich das nicht? Nochmal neu anfangen dürfen, eine neue Chance bekommen?

In der Konsequenz müssen selbstverständlich auch wir bereit sein zu vergeben. »Vergebt einer dem andern, wie auch Gott euch vergeben hat in Christus.« Jesus formuliert es in der Bergpredigt so: »Wenn ihr aber den Menschen nicht vergebt, so wird euch euer Vater eure Verfehlungen auch nicht vergeben.« (Matthäus 6, 15) Vergebungsbereitschaft ist also nicht »nice to have«, sondern grundlegender Bestandteil eines Christenlebens.



Wir wollen hier nicht die Illusion aufbauen, dass das immer gleich gelingt. Es hat selbst bei Paulus nicht immer funktioniert. Einmal gab es solch einen heftigen Streit mit seinem Missionarskollegen Barnabas über eine Personalfrage, dass sie danach erst einmal getrennte Wege gingen – das war in dieser Phase auch keine gelungene Beziehung.

Es wird aber dann am besten gelingen, wenn wir uns anstecken lassen vom Beispiel, das Jesus gegeben hat.

Von dem, der uns so unfasslich liebt, dass er die Strafe für unsere Sünden am Kreuz selbst getragen hat – und der will, dass wir in guten Beziehungen leben. Je mehr wir Jesus lieben, desto leichter wird es uns fallen, ohne Bitterkeit und Bosheit zu leben und stattdessen vergebungsbereit und liebevoll zu sein und andere Menschen zu lieben: Freunde und sogar Feinde. Jesus liebt dich! Liebst du Jesus? Das ist zwar nicht die einzige, aber die beste Grundlage für gelingende Beziehungen.

Amen.

Danke, wenn Sie »Stunde des Höchsten« mit Ihrer Spende unterstützen!

Stunde des Höchsten
Evangelische Bank
Konto: 135 135 | BLZ: 520 604 10
IBAN: DE48 5206 0410 0000 1351 35 | BIC: GENODEF1EK1

Für Spenden aus der Schweiz:

Die Zieglerschen e.V.
Spende »Stunde des Höchsten« | Postkonto: 91-405885-2 EUR
IBAN: CH02 0900 0000 9140 5885 2 | BIC: POFICHBEXXX