

# Von der Katastrophe zur Heilung

Menschen sind auf Gemeinschaft angelegt

**Matthias Reissner**

© M. Reissner, online seit: 22.04.2004, aktualisiert: 24.10.2022

© SoundWords 2000–2022. Alle Rechte vorbehalten.

Alle Artikel sind lediglich für den privaten Gebrauch gedacht. Sie können auch ohne Nachfrage privat verteilt werden. Kommerzielle Vervielfältigungen jeder Art sind nicht gestattet. Veröffentlichungen auf anderen Internetseiten sind nur nach Rücksprache möglich.

Ich bin so alleine und kann es kaum noch aushalten. Ich möchte für jemanden wichtig sein, aber es gibt niemanden, der sich für mich interessiert. Ich kann mich nicht erinnern, dass mich irgendwann jemand umarmt, angelächelt oder einfach nur *etwas Zeit für mich* hatte. Ich fühle mich innerlich so leer. Ich hungere nach jemanden, der mich liebt. Ich fühle mich so wertlos.

*I used to believe any guy that said "I love you", really and truly loved me.<sup>1</sup>*

Ein Hilfeschrei geht um die Welt. Wir brauchen jemanden, der stärker ist als wir, der sich um uns kümmert, zu dem wir Vertrauen haben können und der uns das gibt, nach dem wir uns sehnen.

Gott hat uns das Bedürfnis ins Herz gelegt, uns der Liebe und Fürsorge eines Stärkeren anzuvertrauen. Und wir wünschen uns zutiefst das, wozu wir bestimmt sind. Sein Plan war, dass Adam und Eva sich Ihm zuwenden sollten, Ihm, der viel stärker ist, und dann einander, um sich an dem zu erfreuen, was sie selbst einander geben konnten. Wir sehnen uns nach Achtung und Anteilnahme, nach Einfluss und Beziehungen. Uns dürstet nach Dingen, die unserer Seele wohltun. In der Wüste einer gefallenen Welt sind wir am Verschmachten.

Adam und Eva wurden mit einer Sehnsucht nach Liebe und Fürsorge eines Stärkeren (das ist Gott) erschaffen. Und noch mehr: Sie wurden zur Gemeinschaft mit Gott erschaffen. Als Gott Adam die Pflege für den Garten übertrug, gab er ihm einen sinnvollen Auftrag. Adams Arbeit war wichtig. Seiner Sehnsucht nach persönlichem Wert und Bedeutung war ganz entsprochen. Sein Gehorsam aber war die Voraussetzung dafür, dass alles so bleiben konnte, wie Gott es eingerichtet hatte. Als Adam seine Freiheit benutzte, um so sein zu wollen wie Gott, löste er etwas aus, das die Welt in ihren Grundfesten erschütterte. Plötzlich war die Beziehung und Gemeinschaft mit Gott und den Mitmenschen (Eva) unterbrochen. Plötzlich hatte er Angst. Angst, abgelehnt zu werden. Er versteckte sich. Die Angst trieb ihn dazu, eine Schutzschicht um sich zu bauen. Jedoch, Gott suchte ihn. Er ließ ihn nicht alleine. Gott sprach zu Adam: „Wo bist du?“ Und dann zeigte sich, dass der Mensch sich isoliert. Adam und Eva beschuldigen sich gegenseitig. Ihre sinnvolle Tätigkeit, den Garten zu bewahren, verlieren sie. Jetzt müssen sie den Erdboden im Schweiß ihres Angesichts bearbeiten. Hass, Neid, Angst, Verfeindung, etc. gehören jetzt zur Tagesordnung.

Jetzt gibt es zwei „Naturen“ und eine Folge davon in Adam und Eva:

- Sehnsucht nach Gemeinschaft, Liebe und bedingungsloser Annahme.
- Sünde (herrschend, führend; vor dem Sündenfall hieß dieser Punkt „rein, schuldlos“).
- Als Folge der Sünde: Angst (von anderen abgelehnt zu werden), Isolation, Misstrauen, etc.

Auch die äußeren Umstände haben sich geändert: Statt sinnvolle Arbeit bei optimalen Bedingungen ist jetzt harte Arbeit angesagt. Nach der Sintflut gab es dann sogar die aus Wasserdampf bestehende Schutzschicht nicht mehr. Die gefährlichen Strahlen der Sonne werden nicht mehr gefiltert.

Und so ist die Situation auch heute: Wir wünschen uns eine Beziehung zu einem Menschen, der stark genug ist, uns so anzunehmen, wie wir sind, ohne sich zurückzuziehen oder sich bedroht zu fühlen. Wir sehnen uns nach jemandem, dem auch dann noch etwas an einem liegt, nachdem er alles über uns erfahren hat. Aber seit dem Sündenfall ist kein Mensch in der Lage, den anderen in Vollkommenheit zu lieben. Und Gott?

Gott sah die Menschen in ihrem Dreck. Aber die Verbindung der Menschen zu Gott war abgebrochen. Nur der Tod eines sündlosen Menschen hätte die Verbindung wiederherstellen können. Aber von den Menschen war jeder sündig. Und da tat Gott etwas ganz Unbegreifliches:

So sehr hat Gott die Welt geliebt, dass er seinen eingeborenen Sohn gab, damit jeder, der an ihn glaubt, nicht verloren geht, sondern ewiges Leben hat. (Die Bibel, Johannes 3,16)

Und dann starb Jesus Christus für die Sünde der Welt. Nach drei Tagen wurde Er wieder auferweckt. Er lebt. Und Er hat dich so lieb, dass Er das für dich tat! Wenn du alles Schlechte, das du gedacht und getan hast, IHM bekennt und IHN als deinen Retter annimmst, dann gilt auch für dich:

Er wurde um deiner Übertretungen willen durchbohrt, wegen deiner Missetaten zerschlagen; die Strafe lag auf Ihm, damit du Frieden hast, und durch Seine Wunden bist du geheilt worden. Du gingst in die Irre wie Schafe, du wandtest dich auf deinem eigenen Weg; aber der Herr warf alle deine Schuld auf Ihn. (Die Bibel, nach Jesaja 53,5.6)

Und jetzt? Jetzt ist mit dir Folgendes geschehen:

- Du bist Bürger von Gottes Reich geworden. Das ist deine zweite Staatsbürgerschaft (und laut der Bibel deine wichtigere Bürgerschaft). Deine bisherige ist dir geblieben.
- Jesus Christus und Gott-Vater wohnen jetzt in dir (Die Bibel, Johannes 14,23).
- Dein Körper ist ein Tempel des in dir wohnenden Heiligen Geistes (Die Bibel, 2. Korintherbrief 6,19).

Wie du noch feststellen wirst, sind die drei Punkte

- Sehnsucht nach Gemeinschaft, Liebe und bedingungsloser Annahme,
- Sünde (ist zu „ich muss nicht mehr sündigen“ geworden)
- als Folge der Sünde: Angst (von anderen abgelehnt zu werden), Isolation, Misstrauen, etc.

nicht verschwunden. Jedoch muss die Sünde nicht mehr die treibende Macht sein, um deine Wünsche zu erfüllen.

Und was hast du davon?

Wie du siehst, haben die drei neu hinzugekommenen Punkte (Bürger in einem neuen Reich, Jesus Christus und Gott-Vater wohnen in dir, dein Körper ist ein Tempel des Heiligen Geistes)

etwas mit Gemeinschaft zu tun. Ging Gott mit Adam nur im Garten umher, so wohnt Gott jetzt sogar in dir. Das übertrifft die Gemeinschaft, die Adam mit Gott hatte.

Der Punkt „*Sehnsucht nach Gemeinschaft, Liebe und bedingungsloser Annahme*“ wird nie verschwinden (wäre ja auch schrecklich), sondern soll eher noch größer werden. Dieser Punkt macht uns Menschen aus. So wurden wir von Gott geschaffen. Sehnsucht nach Gemeinschaft mit Gott und mit den Menschen. Jedoch steht diesem der Punkt *Angst (von anderen abgelehnt zu werden), Isolation, Misstrauen, etc.*“ (der ja beim Sündenfall entstanden ist) genau entgegen.

Die Sünden sind vergeben (und werden daher von Gott nicht mehr gerichtet) und die Gemeinschaft mit Gott, unserem Schöpfer (der weiß, was für uns gut ist), ist möglich, aber die Folgen der Sünde hier auf der Erde bleiben. Das kannst du an folgendem Beispiel sehen:

1. Nimm ein Stück Butter und stich Zahnstocher hinein (eine Sünde wurde begangen).
2. Ziehe die Zahnstocher wieder heraus (die Sünden wurden von Gott und dem betroffenen Menschen vergeben).
3. Schau dir jetzt die Butter an. Sie ist voller Löcher (die Sünde hinterlässt Spuren und hat irgendwelche Folgen).

Die beiden Punkte Sehnsucht und Angst werden uns hier auf der weiter Erde begleiten. Ebenso auch das Thema Sünde. Lies bitte dazu in der Bibel im „Brief an die Römer“ die Kapitel 5–8.

Wir haben Sehnsucht nach Gemeinschaft mit anderen und dann doch die Angst, dass der andere sich von uns zurückziehen könnte, dass wir von ihm abgelehnt werden. Jedoch, am meisten sehnen wir uns nach jemanden, dem auch dann noch etwas an einem liegt, nachdem er alles über einen erfahren hat. Nachdem er weiß, wie wir wirklich sind.

Und dann sind wir wieder (oder immer noch?) bei den am Anfang des Artikels geschriebenen Feststellungen: Wir wollen bedingungslos geliebt und angenommen werden. Und doch wehren wir uns dagegen, indem wir aus Angst vor dem anderen viele Schutzmauern um uns aufbauen, damit niemand sieht, wie es in unserem Innern ist.

Und die Auswirkungen der Angst sind furchtbar. Ein Beispiel:

Von einer Familie beklagen sich ein Teenager bei einem Seelsorger: „Papa hat keine Zeit für mich. Er geht ganz früh zur Arbeit und kommt von dort erst zurück, wenn ich schon im Bett bin. Und wenn er zu Hause ist, dann ist er mit etwas anderem beschäftigt. Sollten wir jedoch mal zusammensitzen, dann ist er zwar körperlich da, aber er hört mir gar nicht zu. Er versteht mich nicht.“

Ein Einzelfall? Wenn du dich umsiehst, wirst du feststellen, dass die Welt voll mit solchen oder ähnlichen Problemen (die sich dann häufig wieder auf ein Beziehungsproblem in der Kindheit, besonders zwischen drei und elf Jahren, zurückführen lassen) ist. Auch bei vielen christlichen Familien ist das so. Die Folgen sind schrecklich und machen sich teilweise erst im

Erwachsenenalter bemerkbar.

Was kann die Ursache sein?

- Sich komisch fühlen, wenn man sein Kind umarmt (eine Umarmung hat jedoch eine sehr starke positive Auswirkung auf das Kind)
  - Angst, andere würden „dumme“ Bemerkungen machen. Angst, zu versagen.
- Man hat selber nur Liebe bekommen, wenn man sie sich verdient hat (in der Bibel fordert uns Jesus Christus zu einer bedingungslosen Liebe auf. Das heißt: Egal, wer du bist und was du getan hast, ich habe dich lieb, *nur deine schlechten Taten verurteile ich, nicht die Person*. Bedingungslos heißt aber auch: Wenn ich mir die Liebe nicht verdienen kann, dann kann ich sie auch nicht verlieren)
  - Angst, zu zeigen, dass man von Liebe ein ganz falsches Verständnis hat.
- Angst, Verantwortung zu übernehmen; wenn die „Erziehung“ schief läuft, ist man nicht schuld, man war ja nicht da – was für ein Trugschluss!
  - Angst, zu versagen.
- Man(n) denkt nur an sich selbst. Das ist hauptsächlich ein Problem der Baby-Boomer-Generation (geboren 1946–1964). Von ihnen wurde gesagt: „Die sollen es einmal besser haben als wir.“ Tatsächlich, materiell geht es vielen von ihnen wirklich besser. Aber, ob das wirklich das Wichtigste ist?
  - Angst, materiell zu versagen.
- Man hat Geborgenheit selber nie erfahren. Das ist das Problem der nachfolgenden Generationen. Dieser Punkt wird in Zukunft immer mehr zunehmen. Teilweise erleben wir die Auswirkungen schon heute.
  - Angst, zugeben zu müssen, dass man selbst nie Liebe erfahren hat.

Wie wir sehen, ist eine Hauptursache die oben beschriebene Angst zu versagen, den Anforderungen nicht zu entsprechen und dann abgelehnt zu werden.

Über die Folgen möchte ich hier nicht schreiben. Sie sind zu schrecklich, als dass ich sie hier aufschreiben möchte. Aber eines möchte ich dennoch erwähnen: Die Schwere der Folgen und die Häufigkeit der „Fälle“ wird wie bei einer Spirale zunehmen. Wir leben in einer kaputten Gesellschaft. Selbst Christen sind davon betroffen. Wirklich, ganz ehrlich. Auch wenn viele es aus Angst vor ... (schon wieder eine unser ICH schützen sollende Mauer?) nicht zugeben wollen. Die nicht zu übersehenden Tatsachen sprechen für sich. Es ist wirklich an der Zeit, die persönliche Einstellung zu ändern! Bevor es wirklich zu spät ist!

Gibt es einen Ausweg? – Ja! Wenn die persönliche Gemeinschaft der betroffenen Personen mit Gott in Ordnung ist (siehe oben), ist Linderung, teilweise auch vollkommene Heilung möglich.

1. Zunächst muss ein Gespräch mit beiden betroffenen Personen stattfinden. Wenn du

- Angst hast, alleine mit deinen Eltern zu reden, dann wende dich zunächst an jemanden, zu dem du Vertrauen hast. Diese Person wird auch bei dem Gespräch behilflich sein.
2. Der nächste Schritt heißt „bekennen und vergeben“. Kannst du deinem Kind deine Sünde (denn „Nicht-Zeit-haben-Wollen für das Kind“ ist Sünde. Zum Beispiel 1. Timotheus 5,8 „sorgen“ betrifft nicht nur das Materielle!)
  3. Jetzt kümmern wir uns um die Folgen. Wir erinnern uns an das Beispiel mit der Butter. Sünde hat Folgen, auch wenn die Sünde vergeben ist.

Um die psychischen Folgen zu lindern/heilen empfehle ich, einen Seelsorger bzw. christlichen Psychologen/Psychotherapeuten aufzusuchen. Infos zum Beispiel unter <http://www.sonnenhalde.ch> (das ist die Klinik Sonnenhalde, manchen ist vielleicht der Name Dr. med. Samuel Pfeifer von seinen Büchern her bekannt).

Eine zusätzliche Möglichkeit, die aber tiefes Verständnis und Vertrauen voraussetzt, ist, sich folgende Bücher zu besorgen:

- Josh McDowell / Bob Hostetler  
*Handbuch Jugendseelsorge*  
ISBN 3-89397-383-4 (CLV-Verlag)  
In diesem Buch werden 49 wichtige Probleme (die häufig die Folgen von zum Beispiel oben genanntem sein können) der Jugendlichen aufgezeigt. In fünf einfachen Schritten wird man durch den Hilfeprozess geleitet.
- Josh McDowell  
*Zwischenmenschliche Konflikte*  
ISBN 3-89436-314-2 (Christliche Verlagsgesellschaft Dillenburg)  
Dieses Büchlein empfehle ich solchen Teenagern, die genau das beschriebene Beziehungsproblem (Teen/Eltern) haben.

Aber warum erst handeln, wenn das Unglück schon geschehen ist? Alle (Noch-nicht)-Eltern möchte ich ganz herzlich bitten, dieses Buch zu lesen:

- Josh McDowell  
*Generation ohne Bindung?*  
ISBN 3-89436-325-8 (Christliche Verlagsgesellschaft Dillenburg)  
Wie wir unsere Jugend davor bewahren können, sich selbst zu zerstören.  
„Immer mehr junge Leute verlieren die Hoffnung, weil sie sich isoliert und von ihren Eltern, von den Erwachsenen allgemein und von der Gesellschaft entfremdet fühlen.“

Du hast noch weitere Fragen zu diesem Thema? Dann darfst du dich vertrauensvoll an mich wenden. Meine E-Mail-Adresse bekommst du von der SoundWords-Redaktion. Selbstverständlich werde ich alles vertraulich behandeln.

## **Anmerkungen**

[1] Josh McDowell, *Personal Letters from Teens*.