

Über den Autor:

Andreas Baumann lebt mit seiner Frau und drei Kindern im Großraum Frankfurt. Nach mehreren Jahren als Gemeindepastor wechselte der promovierte Theologe und Missionswissenschaftler in die Leitung des „Christlicher Hilfsbund im Orient e.V.“ Daneben engagiert er sich als Autor, Dozent und Seminarleiter. Eine eigene Website zum Genesis-Prinzip finden Sie unter www.genesis-prinzip.de

Inhaltsverzeichnis

Einleitung	7
Spuren einer großen Sehnsucht	7
Das GENESIS-Prinzip	9
1. Unser Leben braucht ein Zentrum	12
Am Anfang steht Gott	12
Hoffnung mitten im Chaos	16
Wie Neues in unser Leben hineinkommt	18
Der Gott, der redet	20
Gottes Stimme hören	22
Mit Worten die Welt verändern?	25
2. Unser Leben braucht Licht	28
Licht bringt Klarheit: Warum eine ehrliche Bestandsaufnahme nötig ist	28
Licht bringt Ordnung: Weshalb wir unser Leben immer wieder reflektieren sollten	30
Licht bringt Energie: Wie wir verhindern, auszubrennen	34
3. Unser Leben braucht Grenzen	39
Mit Grenzen das Leben vor Zerstörung schützen	40
Mit Grenzen dem Leben einen Rahmen geben	43
4. Unser Leben braucht einen Rhythmus	50
Rhythmen der Schöpfung	50
Rhythmen in der modernen Gesellschaft	54
Mit Rhythmen heute leben lernen	57
5. Unser Leben braucht eine Bestimmung	62
Was den Menschen ausmacht	62
Unser Leben – von Gott her bestimmt	64
Unser Leben – zu einem Auftrag bestimmt	69

Bibliografische Information Der Deutschen Bibliothek
Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen
Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet
über <http://dnb.ddb.de> abrufbar.

ISBN 978-3-86827-281-9

Alle Rechte vorbehalten

© 2011 by Verlag der Francke-Buchhandlung GmbH

35037 Marburg an der Lahn

Umschlagbild: © iStockphoto.com / colonel, desuza.communications

Bild im Innenteil: © iStockphoto.com / John Woodcock

Covergestaltung: Verlag der Francke-Buchhandlung GmbH /
Sven Gerhardt

Satz: Verlag der Francke-Buchhandlung GmbH

Druck: Bercker Graphischer Betrieb, Kevelaer

www.francke-buch.de

Unser Leben – zur Gemeinschaft bestimmt	75
„Und siehe, es war sehr gut“?	81
6. Unser Leben braucht eine Geschichte	86
Vertraue der Geschichte Gottes in deinem Leben	87
Komme Gottes individueller Berufung für dein Leben auf die Spur	89
Lebe das Abenteuer	94
7. Unser Leben braucht den Sabbat	103
Der Sabbat – ein Geschenk für uns Menschen	103
Der Sabbat – Gottes geheiligter Tag	107
Der Sabbat – mehr als nur ein Tag	108
Der Sabbat – Lernen, inmitten des Kampfes im Frieden zu leben	110
Ein Wort zum Schluss	112
Anhang	113
Der Schöpfungsbericht der Heiligen Schrift	113
Wie man ein Kind Gottes wird	115
Beim Lesen der Bibel auf Gottes Stimme hören	118
Die zehn Gebote – Das Leben vor Zerstörung bewahren	119
Zur Erinnerung: Das GENESIS-Prinzip – Kompakt	120
Literaturhinweise	121
Weiteres zum GENESIS-Prinzip	122

in Erinnerung an
unsere geliebte (Ur-)Oma

MARIA BAUMANN, GEB. SCHÄFER
(1911–2008)

gewidmet unseren
wundervollen Töchtern:

ANNIKA, LUISA, NAEMI



Spuren einer großen Sehnsucht

Wenn ich erst einmal in einem Buchladen zu stöbern beginne, vergesse ich manchmal regelrecht die Zeit. Ich genieße es, mir die unterschiedlichsten Bücher anzuschauen, auch wenn ich dann oft den Buchladen wieder verlasse, ohne ein einziges Buch gekauft zu haben.

Dieses Mal aber war es anders. Ich war mit der konkreten Absicht gekommen, mir eine neue Bibel zu kaufen. Als ich in dem mir unbekanntem Geschäft nachfragte, schickte man mich in den ersten Stock hinauf. Von der Treppe aus konnte ich bereits die Überschrift der Abteilung lesen: „Esoterik, Religion, Philosophie.“ Okay, dachte ich, hier ordnet man heutzutage also die Bibel ein: Irgendwo zwischen Reiki, Dalai Lama und allerlei Lebensweisheiten. Bevor ich weiter darüber nachdenken konnte, war ich oben angekommen. Ich fand mich direkt vor einer riesigen Verkaufspyramide, auf der Dutzende von unterschiedlichen Büchern standen. Es dauerte nicht lange und ich hatte wieder einmal mit dem Stöbern begonnen. Doch konnte ich es diesmal nicht wirklich genießen: Mit jedem Buch, das ich in die Hand nahm, wuchs meine Verwunderung.

Hier war ich auf einen Verkaufsstand gestoßen, der offensichtlich dem potenziellen Käufer eine Art „Best of Esoterik“ präsentieren sollte. Ich konnte kaum glauben, welche Buchtitel ich da in die Finger bekam: Verständlicherweise interessierte mich das Buch über „die Kraft der weiblichen Urinstinkte“ weniger als die Ratgeber, die mir erklärten, wie ich „ein wahrer Mann werden“ könne – z.B. auf dem „Pfad des friedvollen Kriegers“. Hier erfuhr ich: „Schicksal ist machbar“. Für Gesundheit gab es „die Wunder der Quantenheilung“, „430 Heilsteine“ und den Ratgeber „wie die violette Flamme mir Heilung für Körper, Geist und Seele bringt“. Und hatte man erst einmal „das Geheimnis zur Erschaffung der gewünschten Realität“ gelüftet, konnte man einfach die eigenen Wünsche als „Bestellungen an das

Universum aufgeben“. Es war in jedem Fall wichtig, „unterwegs in die nächste Dimension“ zu sein. Schließlich deuteten „uralte Prophezeiungen“ auf „die baldige Transformation der Welt“ hin. Und wollte ich „im Einklang mit der göttlichen Matrix“ leben, half womöglich auch das Wissen „wie ich übersinnliche Fähigkeiten entdecken und einüben kann“ und „wie man Kontakt mit seinem Schutzengel aufbaut“. Wenn das nichts nützte, konnte ich mich ja immer noch einweihen lassen in „das Geheimnis des Herzmagneten“ oder in „das geheime Wissen der Schamanen“. Nachdem ich all diese Bücher gesehen hatte, war es gut, dass ein letztes Buch mir schließlich noch „Feng Shui gegen das Gerümpel in meinem Kopf“ anbot.

Ich kam aus dem Staunen nicht mehr heraus. Die Vielzahl dieser unterschiedlichsten, z.T. völlig gegensätzlichen Angebote erschlug mich förmlich. Und mir stand sehr deutlich vor Augen: Wenn solche Bücher in unserer modernen, aufgeklärten Gesellschaft zu Kassenschlagern werden können, dann waren das nichts anderes als Spuren einer großen Sehnsucht.

All die Möglichkeiten der modernen Wissenschaft und Technik und die Errungenschaften der modernen Medizin haben offenbar die letzten tiefen Fragen der Menschheit nicht beantworten können. Unser Durst nach Leben ist nach wie vor ungestillt. Wir wissen mehr als je zuvor, aber wir verstehen nicht mehr zu leben. Wir befinden uns im Zeitalter der Toleranz, leben aber oft in gescheiterten Beziehungen. Wir besitzen viel, trotzdem hungert unsere Seele. Und obwohl unser Kopf voll ist, bleibt unser Herz oft leer. Ein vages Gefühl, dass das doch nicht schon alles gewesen sein kann, verfolgt uns auf Schritt und Tritt. Und auf der Suche nach Erfüllung scheint alles erlaubt – nichts scheint zu absurd zu sein, wenn es nur irgendwie Hilfe verspricht.

Als ich damals in diesem Buchladen schließlich meine Bibel kaufte, kam mir der Gedanke: Warum versuchen es die Menschen unserer Zeit nicht einmal mit diesem Buch? Findet sich nicht dort die Antwort auf unsere Sehnsucht nach Leben? Liegt es an uns Christen, dass man der Bibel keine Kompetenz für die wirklich wichtigen Dinge im Leben zutraut? Oder hat es vielleicht damit zu tun, dass wir

Christen die Bibel selbst nicht mehr als das lebensschaffende „Buch der Bücher“ erfahren?

Das vorliegende Buch ist in einer Zeit meines Lebens entstanden, in der ich neu erlebt habe, dass die Worte der Bibel die Kraft haben, unser Leben zu verändern. Und wenn ich im Folgenden einige der Einsichten aus dieser Zeit weitergebe, so tue ich das mit dem einen tiefen Wunsch: Dass wir in unserer modernen Zeit diesem alten „Buch der Bücher“ eine Chance geben. Dass wir uns darauf einlassen, diesen uralten Worten noch einmal neu zuzuhören. Hineinzuhören in diese Geschichten, die in einer anderen Zeit, Kultur und Sprache aufgeschrieben und uns überliefert wurden. Sicher – manches scheint uns nicht verständlich, fremd oder schwere Kost. Und doch lässt sich noch heute erleben, dass diese alten Geschichten auf geheimnisvolle Art und Weise lebendig werden und mitten in unser Leben hineinsprechen. Plötzlich begegnen wir in ihnen der Stimme dessen, der alle Sehnsucht stillt.

Das GENESIS-Prinzip

Inmitten einer für mich sehr schwierigen Zeit hatte ich damit begonnen, das erste Kapitel der Bibel zu lesen – immer und immer wieder. Irgendwie spürte ich, dass es zu mir zu reden begann. Von den Erfahrungen, die ich mit diesem ersten Kapitel der Bibel gemacht habe, möchte ich hier berichten und Sie, den Leser, einladen, Ihre eigene Begegnung mit dem Schöpfungsbericht zu wagen.

Gerade der Anfang eines Buches ist ja ganz wesentlich. In wissenschaftlichen Abhandlungen werden normalerweise am Anfang die Grundlagen erklärt und deutlich gemacht, worum es eigentlich geht. Und am Schluss werden die Ergebnisse zusammengefasst. Liest man also Anfang und Schluss, weiß man bei wissenschaftlichen Büchern oft schon über das Wichtigste Bescheid.

Nun ist die Bibel natürlich keine wissenschaftliche Abhandlung und ich möchte auch dringend davon abraten, sie als solche zu lesen. Die Bibel erzählt die Geschichte Gottes mit uns Menschen. Und diese Geschichte erreicht gerade in der Mitte – wenn es um Jesus Chris-

tus geht – ihren Höhepunkt. Nur von dieser Mitte her ist eigentlich alles richtig zu verstehen. Doch ganz vorn, am Anfang der biblischen Berichte, erfahren wir wesentliche Grundlagen: Wie war diese Welt ursprünglich gedacht? Was ist Sinn und Ziel unseres menschlichen Lebens? Wie kann unser Leben gelingen? Beim Lesen des ersten Kapitels der Bibel geriet ich ins Staunen, wie viel einfache und doch so grundlegende Lebensweisheit es enthält, die uns modernen Menschen scheinbar verloren gegangen ist.

Nimmt man sich einmal die Zeit, dann lassen sich hier ganz wesentliche Lektionen für ein gelingendes Leben lernen. Das bekannteste Beispiel dafür ist vielleicht die Tradition eines wöchentlichen Ruhe- und Feiertages. Die Idee dazu stammt aus dem ersten Kapitel der Bibel. Dort wird berichtet, dass Gott am siebten Tag von seiner schöpferischen Arbeit ruhte. Als Sabbat im Judentum und später als der uns bekannte Sonntag hat sich diese Tradition eines wöchentlichen Ruhe- und Feiertages verbreitet und durch die Geschichte hindurch bewährt. Es scheint eine Ur-Weisheit darin zu liegen, die unserem menschlichen Wesen und Bedürfnis zutiefst entspricht. Dieses Beispiel ist jedoch nur ein Aspekt eines umfassenderen Ganzen, eines Ur-Prinzips, das ich hier das „GENESIS-Prinzip“ nenne. Denn „Genesis“ bedeutet „Anfang“ oder „Ursprung“ – und zugleich ist „Genesis“ der griechische Name für das erste Buch der Bibel.

In unserer heutigen technisierten Welt stehen wir in der Gefahr, dass uns manche Urweisheiten des Lebens mehr und mehr verloren gehen. Und immer mehr beginnen wir zu ahnen, dass der Fortschritt, den das moderne Leben mit sich bringt, doch nicht alles ist.

Längst spüren wir, dass wir einen hohen Preis zahlen, wenn die Grundlagen für ein ausgewogenes und gelingendes Leben in Vergessenheit geraten. Deshalb lohnt sich gerade in unserer Zeit eine neue Begegnung mit diesem ersten Kapitel der Bibel. Es enthält eine Fülle von ursprünglicher Lebensweisheit, die für ein gelingendes Leben von unschätzbarem Wert ist.

Sehen wir also einmal genauer hin: Wie hat Gott in seiner Weisheit das Leben werden lassen? Und wie kann auch in unserem Leben Neues wachsen? Antwort darauf gibt uns das „GENESIS-Prinzip“.

Im Folgenden werden wir seinen Reichtum und seine verschiedenen Aspekte entdecken.

ANREGUNG:

- *Lesen Sie das erste Kapitel der Bibel (siehe Anhang). Nehmen Sie sich Zeit dafür und lesen Sie es langsam – Wort für Wort. Es empfiehlt sich sogar, es laut zu lesen, wenn möglich. Denn mit Mund und Ohren ist unser Körper ganzheitlicher am Lesen beteiligt und kann den Text umfassender wahrnehmen. Wenn Sie wollen, gönnen Sie sich nach jedem Satz des Textes ruhig eine Pause. Lassen Sie die Worte der Heiligen Schrift einfach einmal auf sich wirken. Lassen Sie sie einsinken und nachklingen in Ihrem Herzen.*
- *Woran bleiben Sie beim Lesen hängen? Welche Aussagen faszinieren Sie? Wo fühlen Sie sich angesprochen?*
- *Kommen diese Verse Ihnen zunächst fremd vor, macht das gar nichts. Der Text stammt schließlich aus einer ganz anderen Zeit und Kultur und manches muss erst erklärt werden. Vieles wird Ihnen durch die Lektüre dieses Buches nach und nach deutlicher werden. Lesen Sie den Text mit etwas zeitlichem Abstand bald noch einmal – und irgendwann noch einmal. Und vielleicht beginnen auch Sie nach und nach die leise Stimme Gottes zu hören, die in diesen Zeilen ganz persönlich zu Ihrem Herzen reden möchte.*

1. Unser Leben braucht ein Zentrum



Genesis 1,1-3:

„Am Anfang schuf Gott Himmel und Erde. Und die Erde war wüst und leer, und es war finster auf der Tiefe; und der Geist Gottes schwebte auf dem Wasser. Und Gott sprach: Es werde Licht! Und es ward Licht.“

Am Anfang steht Gott

Die Bibel beginnt mit einem kurzen und einfachen Satz: „Am Anfang schuf Gott Himmel und Erde.“ Eine klare Aussage, in der eine Tatsache festgestellt wird: Da ist einer, und der hat alles gemacht: „Himmel und Erde“, also das ganze Universum.

Damit ist auch schon einiges über diesen Gott gesagt. Wenn er hinter diesem für uns so unfassbaren Universum steht, muss er ungeheuer mächtig sein. Schon ein kurzer Blick auf diese Schöpfung macht das mehr als deutlich:

Unsere Erde ist einer von mehreren Planeten, die um unsere Sonne kreisen. Die nächste, uns benachbarte Sonne – „Proxima Centauri“ genannt – ist vier Lichtjahre entfernt; d.h. das Licht, das sich mit einer Geschwindigkeit von 300.000 Kilometern pro Sekunde ausbreitet, braucht vier Jahre, um die Entfernung zu unserer Nachbarsonne zurückzulegen. In einem Jahr schafft das Licht eine Entfernung von 9,5 Billionen Kilometern. Auf der Reise zu unserem nächsten Nachbarstern haben wir damit aber erst ein Viertel des Weges zurückgelegt. Doch damit nicht genug: Unsere Sonne und der Nachbarstern Proxima Centauri sind nur zwei von über 200 Milliarden anderen Sternen, die zu unserer Galaxie – der sogenannten „Milchstraße“ – gehören. Und unsere Milchstraße selbst ist wiederum nur eine von Milliarden anderer Galaxien. Die fernste bisher von Forschern entdeckte Galaxie ist rund 13 Milliarden Lichtjahre von uns entfernt. Können Sie sich das vorstellen? Ich nicht!

Es ist faszinierend zu verfolgen, wie Wissenschaftler immer mehr die Weiten des Universums erkunden. Doch je ausführlicher die Theorien über die Beschaffenheit und Entstehung des Alls werden, desto größer wird letztlich unser Staunen. Denn alle diese Theorien sind letztlich für unseren menschlichen Verstand nicht wirklich zu fassen. Wir Menschen sind es einfach gewohnt, in unseren begrenzten Kategorien von Raum und Zeit zu denken. Gestehen wir uns ruhig ein: Wir sind begrenzte Wesen.

Es ist wichtig, sich diese Tatsache bewusst zu machen. Denn in unserer modernen Welt ist der Mensch zum Maß aller Dinge geworden. Zum Mittelpunkt all unseres Denkens und Handelns, zur letzten Instanz über Richtig und Falsch, Gut und Böse, Leben und Tod. Aber ist das gerechtfertigt?

Kein Mensch hat sich sein Leben selbst gegeben. Und niemand kann verhindern, dass es ihm irgendwann – früher oder später – wieder genommen wird. Sicher hat der Mensch ungeheure Fähigkeiten, und ohne Frage trägt er Verantwortung für sein Handeln. Aber in unserem ganzen Sein bleiben wir doch zutiefst abhängige Wesen. Wie könnten wir da der Mittelpunkt und das Zentrum des Lebens sein? Schon immer haben die Menschen deshalb nach einer anderen Größe, die über ihnen steht, gefragt. Und schon immer hat man darüber nachgedacht, wer oder was hinter den Wundern der Schöpfung steht. Menschen aller Zeiten und Kulturen waren auf irgendeine Art und Weise religiös, weil sie ahnten, dass es mehr gibt als uns Menschen, mehr als diese sichtbare, begrenzte Welt, in der wir uns bewegen. Selbst in unserer scheinbar so gottfernen westlichen Welt lassen sich bei genauerem Hinsehen viele erstaunlich religiös anmutende Elemente erkennen.

Schon der erste Satz der Bibel gibt eine Antwort auf das menschliche Fragen nach dem Ursprung und Zentrum allen Seins: „Am Anfang schuf Gott ...“ Es gibt einen Urheber dieses unfassbaren Universums, einen allmächtigen Schöpfer, der über allem steht. Nimmt man diese Aussage ernst, so verwundert es nicht, dass die Verfasser der Bibel sich immer wieder staunend vor der unfassbaren Größe und Macht dieses gewaltigen Schöpfergottes, dem Ursprung und Zentrum aller Dinge verneigen.

So wird bereits im ersten Satz der Heiligen Schrift unser modernes Denken auf den Kopf gestellt: Das erste Subjekt der Bibel ist Gott! Nicht der Mensch. Der heute scheinbar so allmächtige Mensch taucht hier überhaupt nicht auf. Diese wunderbare Schöpfung um uns herum ist nicht durch menschliche Arbeit und menschliche Kreativität entstanden, sondern durch Gott. In den ersten 25 Versen der Heiligen Schrift kommt der Mensch nicht ein einziges Mal vor.

Ich denke, das ist eine Provokation für uns moderne Menschen. Können wir das überhaupt noch akzeptieren: Einen Gott über uns zu haben? Bedeutet das nicht, dass wir ins finstere Mittelalter zurückfallen und den Menschen wieder zu einem abhängigen, unmündigen Wesen machen? Ist nicht gerade das einer der wesentlichen Fortschritte der Moderne gewesen, dass der Mensch seinen Verstand genutzt und sich emanzipiert hat von „dem dort oben“?

Es muss noch eine andere Alternative zwischen mittelalterlicher Unmündigkeit und modernen Allmachtsfantasien geben. Ungeheuer aufschlussreich ist in diesem Zusammenhang ein Phänomen, das der Psychoanalytiker Horst-Eberhard Richter in seinem Buch „Der Gotteskomplex“ beschrieben hat. Er zeigt dort erstaunliche Parallelen zwischen Erscheinungen der modernen Gesellschaft und einem bestimmten Krankheitsbild auf, das er aus seiner Praxis als Psychoanalytiker kennt: Kinder, die nicht mehr die Geborgenheit von Eltern erleben, fangen in bestimmten Fällen damit an, sich selbst zu überhören. Richter beschreibt nun, wie er sehr ähnliche Symptome in unserer modernen Gesellschaft beobachtet. Und seine Diagnose als Psychoanalytiker lautet: Der moderne Mensch hat Gott verloren. Früher gab es ihn noch, den Vater im Himmel. Doch seitdem wir versucht haben, ihn abzuschaffen, müssen wir seine Rolle selbst einnehmen. Wir müssen Gott spielen. Und diese Rolle überfordert uns. Sie macht uns zunehmend krank. Wenn wir glauben, wir könnten oder wir müssten alles im Griff haben, wird das zum krank machenden Wahn. Denn das ist uns in unserem begrenzten menschlichen Sein schlichtweg nicht möglich. Wir haben Grenzen an Zeit, an Kraft und an Verantwortung. Sicher können wir sehr viel. Sicher haben wir Verantwortung, die wir auch wahrnehmen müssen. Aber über allem

steht ein anderer, der diese Welt und unser aller Leben letztlich in seiner Hand hält. Und wer das weiß, der kann auch einmal getrost loslassen.

Auch wenn es uns modernen Menschen als Zumutung erscheint: Die Bibel macht von Anfang an deutlich: Der Mensch ist nicht das Maß aller Dinge. Er braucht vielmehr selbst ein Fundament, auf das er sein Leben bauen kann. Und wer den Gott der Bibel besser kennenlernt wird feststellen, dass diese Tatsache zutiefst befreiend ist. Wer einen liebenden Vater im Himmel hat, der kann entschlossen Verantwortung übernehmen und tatkräftig anpacken. Aber er darf bei all dem gelassen bleiben – denn er muss nicht mehr selbst Gott spielen. Der Mensch ist dazu geschaffen, sein Leben auf ein sicheres Fundament zu gründen, das er sich selbst nicht geben kann. Dieses Fundament erhalten wir, wenn wir unser Leben Gott anvertrauen. Der Mensch ist auf ein Zentrum hin geschaffen, aus dem heraus er leben soll. Dieses Zentrum ist Gott, unser Schöpfer.

Darum geht es beim GENESIS-Prinzip: Am Anfang und im Zentrum allen Lebens steht Gott. Wenn wir unseren Alltag von ihm und den Ordnungen seiner Schöpfung her gestalten, wird gelingendes Leben überhaupt erst möglich. Längst hat der Mensch der Postmoderne eine vage Ahnung davon bekommen. Ein neues Sehnen nach Spiritualität und einer Lebensgestaltung, die nicht nur von oberflächlichen Dingen bestimmt ist, lässt sich an vielen Stellen erkennen. Allerdings führt diese postmoderne Spiritualität den Menschen meist in die Irre, denn sie bietet dem Menschen nur eine Art esoterischen Supermarkt, in dem er sich nach Herzenslust selbst bedienen kann mit dem, was ihm für seine spirituelle Entwicklung hilfreich erscheint. Im Zentrum dieser postmodernen Spiritualität steht jedoch immer noch der Mensch, der selbst entscheidet, welcher Gott ihm was zu sagen hat – oder eben auch nicht. Die Antworten auf grundlegende Fragen unseres Lebens finden sich deshalb nicht in allerlei spirituellen Ratgebern. Sie finden sich in der Bibel. Davon bin ich zutiefst überzeugt. Neues wächst dort, wo ein Mensch wieder Anschluss findet an das Zentrum des Lebens – an Gott den Schöpfer. Neues wächst dort, wo man sein Leben nach ihm und seinen Schöpfer

fungsordnungen ausrichtet. Das ist es, was ich hier als das „GENESIS-Prinzip“ bezeichne. Das Urprinzip, das unser Leben von Grund auf verändern kann. Lassen Sie uns im Folgenden eine Entdeckungsreise durch die ersten Seiten der Bibel machen und den Grundsätzen nachspüren, die dort für ein gelingendes Leben zu finden sind.

Hoffnung mitten im Chaos

„Am Anfang schuf GOTT Himmel und Erde!“ Der erste Satz der Bibel hat unseren Blick auf Gott als Zentrum des Universums gelenkt. Im zweiten Satz geht es um unsere Erde und man würde eigentlich folgenden Satz erwarten: „Und siehe die Erde, die Gott geschaffen hatte, war ... SEHR GUT!“ So müsste es doch heißen, oder?

Tatsächlich steht an dieser Stelle das Prädikat „sehr gut“ aber noch überhaupt nicht. Das kommt erst viel später, gegen Ende des Schöpfungsberichtes. Zunächst steht hier etwas ganz anderes, sehr Erstaunliches: „Und die Erde war ... WÜST und LEER und es war FINSTER ...“

Stellen Sie sich so eine Welt vor, die der allmächtige Gott geschaffen hat? „Wüst und leer“ und „finster“? Ist er nicht der Gott der Schönheit und Kreativität? Im Hebräischen stehen an dieser Stelle für „wüst und leer“ die Worte „tohu wa bohu“. An was denken Sie, wenn Sie dieses Wort „Tohuwabohu“ hören? Ich denke dabei an ein wildes Durcheinander – vielleicht an ein unaufgeräumtes Kinderzimmer, in dem die Spielsachen wie „Kraut und Rüben“ durcheinanderliegen. So also soll die Welt gewesen sein, die Gott geschaffen hatte? Schon manche jüdische Theologen hatten mit dieser Bibelstelle solche Mühe, dass sie versuchten, Erklärungen dafür zu finden, wie es dazu kommen konnte. Einige meinten: Vielleicht sei die Schöpfung ja ursprünglich einmal schön und gut gewesen. Doch als der Satan und seine Engel von Gott abgefallen seien, sei die Schöpfung in Mitleidenschaft gezogen worden. Und so sei aus ihrer ursprünglichen Schönheit schließlich Wüste, Leere und Finsternis geworden. Im Schöpfungsbericht im ersten Buch der Bibel werde demnach also beschrieben, wie Gott die Welt danach wiederhergestellt habe.

Doch von all dem ist im Text des Buches Genesis nichts zu lesen. Alles also reine Spekulation! Die Heilige Schrift hält es nicht für nötig, uns zu erklären, warum es ein Tohuwabohu gegeben hat. Das „Warum“ spielt hier offenbar keine entscheidende Rolle. Es geht vielmehr um etwas anderes: Inmitten dieses wilden Durcheinanders fängt Gott nun an zu wirken. Der Ausgangspunkt dieser wunderbaren Schöpfung um uns herum war also nicht gerade vielversprechend – ganz im Gegenteil!

In diesen erstaunlichen ersten Worten der Bibel liegt eine tiefe Wahrheit für unser Leben verborgen. Denn wenn wir ehrlich sind, kennen wir das vermutlich alle auf die eine oder andere Art: Unser Leben gerät durcheinander – das reinste Chaos, Tohuwabohu. Wir erleben Zeiten, in denen wir uns wie in einer „Wüste“ vorkommen. Oder wir sind gerade in einer Phase unseres Lebens, wo wir uns zutiefst leer fühlen. Wir werden von der Finsternis in unserem eigenen Leben oder im Leben von Mitmenschen bedrängt. Eine kalte Finsternis, die wir so nicht erwartet hätten und die uns zutiefst erschreckt.

ANREGUNG:

Wo gibt es in meinem Leben „Tohuwabohu“? Was ist bei mir durcheinandergeraten? Habe ich schon Zeiten der „Wüste“ und „Leere“ erlebt?

Auf die Frage nach dem „Warum“ von Situationen und Ereignissen in unserem Leben erhalten wir nicht immer eine befriedigende Antwort. Doch wie auch immer es zu dem Durcheinander in unserem Leben gekommen sein mag –; sei es durch eigene Schuld, die Schuld anderer oder durch Schicksalsschläge, auf die wir keinen Einfluss hatten: Wenn es in unserem Leben drunter und drüber geht, bedeutet das nicht, dass Gott mit uns am Ende wäre. Ganz im Gegenteil: So wie Gott damals aus einem dunklen Chaos eine wundervolle Schöpfung werden ließ, so kann er aus dem Durcheinander unseres Lebens Schritt für Schritt einen fruchtbaren Garten wachsen lassen.

Das ist die entscheidende Botschaft, um die es hier geht: Es gibt eine unverwüstliche Hoffnung – selbst inmitten des Chaos.

Gott möchte das Tohuwabohu unseres Lebens gebrauchen, um darin zu wirken und Neues wachsen zu lassen. Doch das geschieht nicht von selbst. Und es geschieht nicht aus menschlicher Kraft und Überlegung heraus. Denn das menschliche Leben braucht ein Zentrum außerhalb seiner selbst. Eine Kraft, die von außen in das Leben hineinkommt.

Wie Neues in unser Leben hineinkommt

Von dieser Kraft, die alles verändern kann, ist im Schöpfungsbericht des Buches Genesis ausdrücklich die Rede. Denn das Chaos ist nur der eine Teil, der beschrieben wird. In unserem Text heißt es weiter: „Die Erde war wüst und leer; und es war finster auf der Tiefe. UND DER GEIST GOTTES SCHWEBTE AUF DEM WASSER!“ Hier begegnet uns Hoffnung mitten im Chaos. Wir müssen uns nicht selbst – wie Baron Münchhausen – am eigenen Schopf aus dem Schlamassel ziehen. Gottes Geist ist für uns da.

Wer ist dieser Geist? In der Bibel wird an verschiedenen Stellen deutlich, dass der Geist Gottes letztlich Gottes Kraft und Gegenwart, ja Gott selbst ist, der in das Leben von Menschen hineinkommt und dort wirken will. Der Geist Gottes wird u.a. beschrieben als „Geist der Kraft, der Liebe und der Selbstbeherrschung“ (2.Tim. 1,7); oder als „Geist der Weisheit und des Verstandes“ (Jes. 11,2), als Geist, der frei und lebendig macht (Röm. 8,2); und als Geist, der im Leben von Menschen bestimmte Früchte wachsen lässt: „Liebe, Freude, Friede, Geduld, Freundlichkeit ...“ (Gal. 5,22). Hier wird deutlich: Die Hoffnung für eine echte Veränderung in unserem Leben liegt darin, dass mit dem Geist Gottes etwas ganz Neues in unser Leben hineinkommt: Gott selbst mit seiner Gegenwart, seiner Kraft und seinen Möglichkeiten.

ANREGUNG:

Schließen Sie einmal die Augen und machen Sie sich ein Bild von dem, was in Ihrem Leben durcheinandergeraten ist. Stellen Sie sich die Dinge vor, die Ihnen in den Sinn kamen, als vom „Tohuwabohu“ in Ihrem Leben die Rede war. Und dann machen Sie sich folgendes Bild: Darüber schwebt der Geist Gottes. Gott selbst, der alles ordnen, heilen und erneuern kann. Der Geist, der Neues wachsen lässt. Er ist da, weil er damit beginnen möchte, auch das Chaos Ihres Lebens zu ordnen. Wo würde er in Ihrem Leben wohl anfangen?

Fast klingt es zu schön, um wahr zu sein. Wenn es aber tatsächlich wahr ist, dass Gottes Geist unser Leben grundlegend verändern kann, dann drängt sich eine Frage auf: Wie kann dieser lebensschaffende Geist in unserem Leben wirksam werden? Die Bibel macht deutlich, dass dieser Geist ein Geschenk ist, das Gott den Menschen macht, die ihm ihr Leben anvertrauen. Lukas drückt es in dem Evangelium, das er aufgeschrieben hat, einmal so aus (Kapitel 11,13): „Wenn nun ihr, die ihr böse seid, euren Kindern gute Gaben geben könnt, wie viel mehr wird der Vater im Himmel den heiligen Geist geben denen, die ihn bitten!“ Für die Menschen, die Gott ihr Leben anvertrauen, die Kinder Gottes geworden sind, ist die Frage: „Wie kommt der Geist Gottes in mein Leben hinein?“ eigentlich relativ leicht zu beantworten: Gott ist bereits in ihrem Leben gegenwärtig und seine Kraft steht ihnen zur Verfügung. Sie dürfen ihren himmlischen Vater einfach darum bitten, dass sein Geist in ihrem Leben wirkt. Und wenn sie es ernst meinen, wird er beginnen, ihr Leben zu verwandeln.

Umgekehrt macht die Heilige Schrift deutlich: Wer noch kein Kind Gottes geworden ist, der hat auch den Heiligen Geist noch nicht. An dieser Stelle entscheidet sich also alles! Denn beim GENESIS-Prinzip geht es letztlich nicht um einige neue Kenntnisse oder um die Anwendung bestimmter Techniken. Es geht vielmehr darum,

dass Gott selbst und sein alles verändernder Geist in unser Leben hineinkommen und dort wirksam werden will.

Wie man ganz konkret zu einem Kind Gottes werden und Gott sein Leben anvertrauen kann, davon ist natürlich im ersten Kapitel der Bibel noch nicht die Rede. Im Anhang dieses Buches gebe ich jedoch einige einfache Hinweise, wie man ein neues Leben als Kind Gottes beginnen kann. Wenn Sie den Wunsch haben, dass Gottes Geist in Ihr Leben kommt und es von Grund auf verändert, sollten Sie deshalb zunächst einmal dort weiterlesen.

ANREGUNG:

*Wissen Sie, was es bedeutet ein „Kind Gottes“ zu sein?
Haben Sie die Gewissheit, dass Sie selbst ein Kind Gottes sind und dass der Heilige Geist in Ihrem Leben am Werk ist?
Wenn Sie sich wünschen, dass Gottes Geist in Ihr Leben kommt und es zu verändern beginnt, dann lesen Sie an dieser Stelle zunächst den Abschnitt „Wie man ein Kind Gottes wird“ im Anhang.*

Der Gott, der redet

Wie hat Gott in der Schöpfungsgeschichte das Chaos geordnet? Und wie wirkt Gott in unser Leben hinein, um dort Veränderung zu schaffen?

Lesen wir einmal weiter: „Und Gott sprach: Es werde Licht! und es ward Licht.“ (V. 3) Gott spricht nur wenige Worte, und die ganze Situation verändert sich.

Die Religionen der Welt haben viele verschiedene Vorstellungen von Gott. Wenn es allerdings um den Gott der Bibel geht, dann ist das etwas, was ihn ganz wesentlich kennzeichnet: Er ist ein Gott, der redet. Schon allein in diesem allerersten Kapitel der Bibel heißt es elf Mal: „Und Gott sprach ...“ Der Gott der Bibel aber spricht nicht nur, sondern durch sein Reden verändert er die Dinge!

Wie geht es Ihnen mit dieser Beobachtung: dass Gott Dinge verändert, indem er spricht? Vielleicht denken Sie: Was können Worte denn schon verändern? Wenn man an so manche leere Versprechen in der Politik denkt, ist man doch eher geneigt zu sagen: Wir wollen nicht nur bloße Worte hören, wir wollen lieber Taten sehen!

Doch hier spricht nicht irgendwer. Es spricht der allmächtige Schöpfergott: „Und GOTT SPRACH: ES WERDE Licht! UND ES WARD Licht!“ Gott befiehlt – und die Wirklichkeit passt sich seinem Wort an. Die Welt verändert sich tatsächlich, weil Gott hineinspricht. Wie ein roter Faden zieht sich das durch die gesamte Bibel: Gott spricht, Jesus Christus spricht – und es geschieht: Kranke werden gesund, Situationen wenden sich zum Besseren und Menschenleben werden verändert.

Wünschen wir uns das letztlich nicht auch, wenn wir z. B. an die Krisenherde unseres Lebens denken? Dass Gott einfach so hineinspricht und alles wird anders: Die offenen Fragen geklärt, das Leiden beendet, die Schulden bezahlt, alle Probleme beseitigt ...?

Sicherlich gibt es hier einen Unterschied, den wir beachten müssen: In der Schöpfungsgeschichte spricht Gott zu toter Materie. Er spricht und es passiert einfach. Wir aber sind keine tote Materie. Wir sind viel mehr: Nämlich Menschen, Personen mit einem Willen. Deshalb behandelt uns Gott nicht wie tote Materie und auch nicht wie Marionetten, die einfach dem Willen des Puppenspielers zu folgen haben. Er hat uns als ein Gegenüber geschaffen, mit dem er ins Gespräch kommen will.

Gott respektiert unseren Willen. Er überlässt es unserer Entscheidung, ob wir ihm zuhören wollen oder nicht. Gottes Reden hat die Kraft, auch unser Leben zu verändern. Aber es liegt an uns, ob wir uns dafür öffnen wollen und ob wir das annehmen, was er uns zu sagen hat.

Das ist ein entscheidender Aspekt des GENESIS-Prinzips: Unser Leben wird zum Positiven hin verändert, wenn wir beginnen Gott zuzuhören und seinem Reden Folge zu leisten.

Als der von mir hoch geschätzte Theologe Klaus Bockmühl eines Tages erfuhr, dass er an unheilbarem Krebs erkrankt war und nur

noch wenige Monate zu leben hatte, traf er eine interessante Entscheidung: Er legte alle seine Arbeit zur Seite und bat Gott um ausreichend Zeit und Kraft, um noch ein kleines Büchlein zu schreiben. Es sollte ein Thema behandeln, das in seinen Augen für die Christenheit von entscheidender Bedeutung war. Das Buch wurde tatsächlich fertig und trägt den Titel: „Hören auf den Gott, der redet!“

Auf Gott zu hören verändert alles. Oder wie es in der Bibel kurz und klar gesagt wird: „Höret – so werdet ihr leben!“ (Jes. 55,3)

Wie aber redet Gott heute zu uns? Und wie können wir ihn hören?

Gottes Stimme hören

Durch die Bibel redet Gott zu uns. Hier erfahren wir, wie er im Lauf der Jahrhunderte mit Menschen Geschichte gemacht hat. Die einzelnen Bücher der Bibel wurden von ganz unterschiedlichen Menschen verfasst, die Gott durch seinen Heiligen Geist so inspiriert hat, dass wir ihn auch heute noch in den Worten der Bibel zu uns reden hören. Nicht umsonst wird die Heilige Schrift deshalb auch das „Wort Gottes“ genannt. Wer also Gott hören möchte, muss die Bibel lesen. Neben den ersten drei Kapiteln des Buches Genesis empfiehlt es sich für Einsteiger, zunächst einmal mit einem der vier Evangelien, den Berichten über das Leben von Jesus Christus, zu beginnen. Wie man sich beim Lesen der Bibel darin üben kann, Gottes Stimme zu hören, dazu finden sich im Anhang dieses Buches einige Anregungen.

Das Reden Gottes ist allerdings nicht auf das geschriebene Wort beschränkt. Auch heute kann Gott auf verschiedene Weise sehr konkret zu uns Menschen sprechen. Die Allerwenigsten haben allerdings erlebt, dass sie Gottes Stimme mit ihren Ohren akustisch hören konnten. Gott hat aber viele andere Wege, um sich uns verständlich zu machen. Manchmal redet er durch die Worte anderer Menschen zu uns, manchmal einfach durch die Umstände, die uns ins Nachdenken bringen. Oder er redet zu uns, wenn wir seine Schöpfung betrachten. Oft aber ist es einfach eine zarte leise Stimme, die wir tief in unserem Inneren vernehmen. Gott ist durch seinen Heiligen Geist

in uns, seinen Kindern, lebendig. Und dort – tief in unserem Innern – auch dort kann Gott zu uns reden.

Doch nicht jede Stimme in uns kommt notwendigerweise von Gott! Vielleicht hören wir einfach nur unsere eigenen Wünsche? Vielleicht sind es die Prägungen der Vergangenheit? Vielleicht sind es andere Einflüsterungen, die uns in die Irre führen wollen und die nicht von Gott kommen! Wie viele haben schon gemeint, Gott habe zu ihnen geredet und dann Dinge getan und gesagt, die nicht dem Geist des Evangeliums entsprechen. Manche Menschen sind in Sekten gelandet, weil sie irgendwelchen selbsternannten Propheten Glauben schenken, die behaupteten – und es wohl oft selbst glaubten – ihre seltsamen Lehren kämen von Gott. Die Bibel warnt uns, dass es auch irreführende Stimmen gibt. Beim GENESIS-Prinzip aber steht Gott selbst im Mittelpunkt. Er möchte, dass wir auf ihn hören, nicht auf alle möglichen anderen Stimmen. Deshalb ist es wichtig, dass wir alles prüfen, was als scheinbares Reden Gottes an uns herantritt. Wie können wir aber sichergehen, dass es wirklich Gott ist, der zu uns redet?

Wenn bei mir im Büro das Telefon klingelt und ich den Hörer abnehme, kann es schon mal vorkommen, dass der Anrufer nicht sofort seinen Namen nennt. Dann beginnt es in meinem Kopf zu rattern: Wer ist das am anderen Ende der Leitung? Personen, mit denen ich täglich zu tun habe, erkenne ich oft sofort, so z. B. die Stimme meiner Frau Martina.

Ähnlich ist es mit der Stimme Gottes. Wenn wir uns mehr und mehr darin üben, Gottes Reden kennenzulernen, indem wir in der Bibel lesen, dann werden wir uns an seine Stimme gewöhnen. Sie wird uns vertraut. Je mehr wir im Wort Gottes zu Hause sind, desto leichter wird es uns fallen, seine Stimme zu erkennen.

Einen weiteren wichtigen Punkt gilt es zu beachten: Gottes Stimme ist zwar wahrnehmbar, oft jedoch leise. Wer deshalb ernsthaft Gott reden hören möchte, der sollte einmal versuchen, alle ablenkenden Nebengeräusche abzustellen und zur Ruhe zu kommen.

Ich hatte einmal eine längere Strecke über die viel befahrene Autobahn A 5 zu fahren. An einer Baustelle kam es dann zu einem Stau.

Nichts ging mehr – weder in meiner Fahrtrichtung noch auf der Gegenseite. Nach und nach wurden die Motoren abgestellt, man stieg aus, unterhielt sich mit den Fahrern der Autos vor und hinter einem. Manche holten sich etwas zu essen aus dem Kofferraum. Andere begannen etwas zu lesen und ein Lastwagenfahrer machte sogar ein Nickerchen. Kein Motor lief mehr, kein Hupen war zu hören – gar nichts. Und plötzlich – ich hatte gerade mein Fenster heruntergeklappt – hörte ich das wunderbare Singen der Vögel aus einem an die Autobahn angrenzenden Waldstück. Nie hätte ich gedacht, dass man an dieser viel befahrenen Stelle der Autobahn die Vögel singen hören könnte! Aber sie waren die ganze Zeit über dagewesen, doch erst, als der Verkehr zum Erliegen kam, waren sie laut und deutlich zu vernehmen.

Mit der Stimme Gottes ist es oft ganz ähnlich: Wir hören sie nicht, weil unser Leben zu laut und zu schnell geworden ist. Dann ist es notwendig, sich einmal für einige Zeit aus dem Trubel um uns herum zurückzuziehen, um zu äußerer und innerer Ruhe gelangen zu können. Denn Gott redet oft in der Stille.

Viele Christen haben es sich zur Gewohnheit gemacht, sich regelmäßig Zeit für und mit Gott zu nehmen. Sie lesen dann einen Abschnitt aus der Bibel und nehmen sich Zeit zum Beten. Eine wirklich empfehlenswerte Sache! Doch es ist wichtig, dass man diese Zeit tatsächlich auch zum Hören nutzt. Wenn man nur durch einen Bibelabschnitt hetzt, sich vielleicht den Kopf noch mit allerlei theologischen Informationen füllt und zum Schluss Gott die eigenen Anliegen im Gebet herunterrattert – dann ist es zu einem wirklichen „Stille sein“ vor Gott und Zuhören gar nicht gekommen. Das GENESIS-Prinzip aber macht uns schon auf den ersten Seiten der Bibel deutlich, dass es Gott ist, der im Mittelpunkt steht – nicht wir selbst. Lassen wir ihn zu Wort kommen!

Manchmal, wenn ich mit Martina und unseren Kindern am Mittagstisch saß, hatten wir einander viel zu erzählen. Jeder wollte zu Wort kommen und von seinen Erlebnissen berichten – aber keiner wollte zuhören und den anderen ausreden lassen. Wir mussten immer wieder eingreifen und unseren Kindern nach und nach beibrin-

gen, dass es wichtig ist, dem anderen zuzuhören und ihn ausreden zu lassen. Zu einer guten Beziehung gehört beides: Reden und Zuhören. Das Zuhören aber ist es, was in Beziehungen oft zu kurz kommt.

Lassen wir Gott zu Wort kommen? Und wenn ja, lassen wir ihn auch einmal ausreden, so lange, bis er alles gesagt hat, was er uns sagen möchte?

Auf Gott zu hören verändert alles. Versuchen Sie es einmal – und das Abenteuer kann auch in Ihrem Leben beginnen!

ANREGUNG:

Wir können mit konkreten kleinen Schritten beginnen, wenn wir lernen wollen, auf Gott zu hören.

Reservieren Sie sich einmal eine halbe Stunde Zeit, in der Sie ungestört sind. Und dann lassen Sie Gott „zu Wort kommen“! Fragen Sie ihn, was ER Ihnen sagen und zeigen möchte:

Wie siehst du mich, Herr?

Was willst du mir sagen?

Was bewegt dich?

Wie geht es dir, Herr (mit dieser und jener Sache)?

Was denkst du darüber?

Was soll ich heute tun?

Schreiben Sie einmal auf, was Gott Ihnen in dieser Zeit des Hörens in den Sinn gibt!

Prüfen Sie später: Hat hier tatsächlich Gott zu mir geredet? Entspricht das Gehörte dem Reden Gottes in der Bibel?

Mit Worten die Welt verändern?

Gott verändert die Wirklichkeit durch seine Worte. Eine gewaltige Sache! In diesem Zusammenhang ist mir ein Geheimnis wichtig geworden, das im Neuen Testament zum Vorschein kommt. Nicht nur Gott spricht Worte, die das Leben verändern – sondern auch wir

selbst können mit Worten Situationen verändern. Denn Gott gibt uns Anteil an seinem schöpferischen Wirken.

In der Bibel findet sich an mehreren Stellen die ungeheure Verheißung, dass wir die Welt verändern können, indem wir beten. So heißt es im Lukas-Evangelium: „Bittet, so wird euch gegeben!“ (Lk. 11,9) Auch wir können also Worte sprechen, die die Wirklichkeit zum Positiven hin verändern.

Dabei handelt es sich nicht um Zauberei oder magische Worte, die nur richtig ausgesprochen werden müssen, damit sie wirken. Es geht auch nicht – wie manche heute meinen – darum, eine „Bestellung an das Universum“ abzugeben. Vielmehr geht es um die Bitte eines Kindes an seinen himmlischen Vater. Das hat nichts mit einem Befehl oder einer Bestellung zu tun. Je enger unsere Beziehung zu unserem Schöpfer wird, desto mehr werden wir seine Absichten erkennen und verstehen. Unsere Bitten werden dann zunehmend mit seinen Absichten übereinstimmen. Und wo unser Gebet so eins wird mit dem Willen Gottes, verheißt er, unsere Bitten zu erhören. „Bittet, so wird euch gegeben!“ Gott beteiligt seine Kinder an der Veränderung, die er in ihrem Leben und in dieser Welt wirken möchte. Durch unsere Worte können auch wir die Welt verändern! Das ist ein Geheimnis, dem es sich lohnt, immer mehr auf die Spur zu kommen.

ANREGUNG:

*Welche Veränderungen in Ihrem Leben wünschen Sie sich zutiefst?
Wäre diese Veränderung auch im Sinne Gottes?
Dann bitten Sie ihn in einfachen Worten, dass er das in Ihrem Leben bewirkt.
Haben Sie Geduld und bitten Sie Gott immer wieder darum!
Und dann seien Sie gespannt, was passiert: „Bittet, so wird euch gegeben! Suchet, so werdet ihr finden! Klopfet an, so wird euch aufgetan! Denn: Wer da bittet, der empfängt. Wer da sucht, der findet. Und wer da anklopft, dem wird aufgetan.“ (Lk. 11,9-10)
Notieren Sie sich kurz, wofür Sie wann gebetet haben!
Lesen Sie diese Aufzeichnungen später noch einmal durch. Wo hat Gott bereits gehandelt und Ihre Gebete erhört? Wo bisher noch nicht?*

Gott ist der Ursprung allen Seins! Er möchte das Zentrum und das sichere Fundament unseres Lebens sein. Auch im größten Tohuwabohu kann er handeln. Und auch im Chaos unseres persönlichen Lebens möchte er eingreifen und durch seinen Geist Neues wachsen lassen. Das geschieht, wenn wir uns auf sein Reden einlassen. Haben Sie den Mut dazu! Denn Menschen, die auf Gott hören, verändern sich.

2. Unser Leben braucht Licht



Genesis 1,3-5

„Und Gott sprach: Es werde Licht! und es ward Licht. Und Gott sah, dass das Licht gut war. Da schied Gott das Licht von der Finsternis und nannte das Licht Tag und die Finsternis Nacht. Da ward aus Abend und Morgen der erste Tag.“

Gottes Reden verändert. Was aber war es nun genau, das der Schöpfer als Erstes durch sein Wort erschaffen hat? Womit beginnt er die Welt zu verändern?

Das Erste, was Gott erschafft, ist das Licht. Was aber ist das Besondere am Licht? Und was lässt sich daraus für unser Leben lernen?

Licht bringt Klarheit: Warum eine ehrliche Bestandsaufnahme nötig ist

Die Welt wird uns am Anfang als „wüst und leer“ und als „finster“ beschrieben. Stellen wir uns noch mal das Tohuwabohu eines Kinderzimmers vor: Alles liegt wild durcheinander. Und es ist stockdunkel, weil die Fensterläden geschlossen sind. Was wäre da als Erstes zu tun, wenn das Chaos im Zimmer beseitigt werden soll? Keine Frage: Erst mal muss der Lichtschalter gedrückt oder die Fensterläden müssen aufgerissen werden. Auf jeden Fall muss Licht in das Dunkel kommen, damit man überhaupt einen Überblick bekommt, wie es aussieht. Eine Bestandsaufnahme ist nötig. Erst dann kann man mit dem Ordnen des Chaos beginnen.

Natürlich kann das erst mal ein Schock sein, wenn man sieht, wie groß das Chaos wirklich ist. Vielleicht ist manches schlimmer als gedacht. Aber was hilft's? Wenn sich etwas ändern soll, muss alles ans Licht.

Manch einer geht nicht gerne zum Arzt, weil er Angst hat, dass

der Arzt ihm eine schlimme Diagnose stellt. Trotzdem ist das unverzichtbar. Denn selbst eine unerwartet schlimme Diagnose kann der erste Schritt zu einer hilfreichen Behandlung der Krankheit sein. Verdrängung hilft da gar nichts – sie kann geradezu lebensgefährlich sein. Die Heilung beginnt mit einer ehrlichen Diagnose.

Wie sähe eine umfassende Diagnose unseres Lebens aus? Wie sähe es aus, wenn alles ans Licht käme, auch das, was wir sogar noch vor den Menschen verstecken können, die uns am engsten verbunden sind?

Sich der ernststen Diagnose eines Arztes zu stellen, braucht einen geschützten Rahmen: Es braucht das Wissen, dass der Arzt es gut meint. Und das Vertrauen, dass meine Gesundheit bei ihm in guten Händen ist. Und vor allem die begründete Hoffnung, dass er die Kompetenz hat, mir wirklich zu helfen.

Wie viel mehr gilt das, wenn es um eine umfassende Bilanz unseres Lebens geht. Ist es da überhaupt möglich, einen sicheren und geschützten Rahmen zu finden? Unter uns Menschen ist das immer nur begrenzt möglich. Bei unserem Schöpfer aber gibt es diesen sicheren und geschützten Rahmen. Warum?

Weil er nicht so reagieren wird, wie unsere Mitmenschen oft reagieren: Mit Vorwürfen, weil sie enttäuscht von uns sind. Gott aber können wir gar nicht „enttäuschen“ – er kennt die Wahrheit über uns und unser Leben ja sowieso schon längst. Er hat uns gemacht, deshalb versteht er uns auch so gut wie niemand anderes. Und wo wir Schuld auf uns geladen haben, möchte er uns vergeben. Die Bibel beschreibt, wie er dafür alles gegeben hat: Jesus Christus hat den Preis für unsere Schuld bezahlt, als er an unserer Stelle gestorben ist. Gott wendet uns deshalb nicht den Rücken zu, wenn die Wahrheit über uns ans Licht kommt. Er ist treu und steht zu uns. Er möchte uns helfen und das, was in unserem Leben durcheinandergeraten ist, ordnen. Er möchte unser Leben da, wo es krank geworden ist, heilen. Und dort, wo Dinge in die Brüche gegangen sind, will er uns erneuern.

Wenn Sie den Wunsch danach verspüren, dass das Durcheinander sich ordnet und Neues in Ihrem Leben wächst, dann haben Sie

den Mut, vor Ihrem Schöpfer einmal ehrlich Bilanz zu ziehen. Nehmen Sie sich eine Zeit der Stille, in der Sie mit Ihrem Schöpfer allein sind. Und bitten Sie ihn, seine Diagnose zu stellen. Die meisten Menschen warten leider viel zu lange damit. Sie spüren, dass sie längst den Arzt hätten aufsuchen sollen, schieben es aber auf die lange Bank. Wie viel Leid hätten sie sich und anderen ersparen können, wenn sie früher zu dem gekommen wären, der heilen und erneuern kann. Deshalb: Wenn Sie spüren, dass der Zeitpunkt gekommen ist, dann warten Sie nicht länger.

ANREGUNG:

Nehmen Sie sich eine Zeit der Stille, in der Sie mit Ihrem Schöpfer allein sind.

Bitten Sie ihn um eine Diagnose Ihres Lebens.

Beten Sie z.B.: „Herr, stelle mich in dein Licht! Durchleuchte mein Leben! Was siehst du? Was ist gesund? Was ist krank? Was bedarf der Vergebung? Was der Heilung? Was bedarf der Veränderung?“

Schreiben Sie auf, was Gott Ihnen in den Sinn kommen lässt!

Bitten Sie ihn um Vergebung, wo Sie Schuld auf sich geladen haben!

Und bitten Sie ihn, das, was in Ihrem Leben kaputtgegangen ist, zu heilen. Bitten Sie ihn darum, Ihr Leben anzurühren und zu verändern!

Danken Sie Gott schließlich dafür, dass er Sie gehört und Ihre Schuld vergeben hat – so wie es in der Bibel versprochen ist: „Wenn wir aber unsere Sünden bekennen, so ist er treu und gerecht, dass er uns die Sünden vergibt und uns reinigt von aller Ungerechtigkeit“

(1. Joh. 1,9).

Licht bringt Ordnung: Weshalb wir unser Leben immer wieder reflektieren sollten

Das Licht war nicht nur zu Beginn der Schöpfung wichtig. Gott hat

ihm vielmehr einen festen Platz im Rhythmus seiner Schöpfung gegeben. Er richtete es so ein, dass die Sonne an jedem Morgen aufgeht. So bringt jeder neue Tag Helligkeit und Klarheit in die Schöpfung hinein.

Schauen wir einmal etwas genauer hin, mit welchen Worten dieser Vorgang beschrieben wird: „Und Gott SAH, dass das Licht GUT WAR. Da SCHIED Gott das Licht von der Finsternis und NANNTE das Licht Tag und die Finsternis Nacht.“ (Gen. 1,4+5)

Erstaunlich, was hier beschrieben wird. Man könnte doch davon ausgehen, dass Gott keine „Qualitätskontrolle“ nötig hat, wenn er etwas tut. Aber Gott nimmt sich tatsächlich die Zeit, um das, was er gemacht hatte, noch einmal genau anzuschauen. Er begutachtet es und ordnet es ein.

Wenn Gott selbst sich die Zeit nahm, sein Tun zu reflektieren – um wie viel mehr haben wir es dann nötig, in unserem Leben hin und wieder Bilanz zu ziehen. Die Dinge anzuschauen, zu bewerten, zu unterscheiden, zu benennen und so für uns zu sortieren.

Nicht nur am ersten Schöpfungstag lesen wir von dieser reflektierenden Tätigkeit Gottes. Immer wieder begegnet sie uns im Schöpfungsbericht. Nach getaner Arbeit zieht Gott Bilanz.

Ich kann mich an manche schlaflose Nacht erinnern, in der ich spürte, dass Unverarbeitetes in mir rumorte und ich deshalb keinen Schlaf finden konnte. Wir leben heute in einer Zeit, in der pausenlos viele Eindrücke auf uns einströmen und Ansprüche an uns gestellt werden. Und oft kommen wir kaum noch damit nach, die Dinge für uns innerlich zu verarbeiten. Doch es ist ungeheuer wichtig, das, was in uns an unverarbeiteten Dingen ist, nicht dauerhaft wegzudrücken und uns oberflächlich abzulenken. Haben wir den Mut, diese Dinge anzuschauen, zu benennen und Bilanz zu ziehen.

Mir haben dabei, mein Leben zu reflektieren und neu Klarheit und Durchblick zu gewinnen, immer zwei Dinge besonders geholfen.

1. Aufschreiben, was in mir ist

Oft ist es hilfreich das, was in uns rumort und uns innerlich bewegt, einmal niederschreiben. Mir hat diese Methode immer wieder sehr

geholfen. Es gab einige Situationen, wo ich sogar nachts aufgestanden bin, wenn ich nicht einschlafen konnte, um das aufzuschreiben, was mir den Schlaf raubte. Das war eine gute Möglichkeit, die Dinge einfach einmal herauszulassen.

Warum hilft das? Ich erkläre es mir so: Wenn ich etwas aufschreibe, dann wird das, was bis dahin nur unbestimmte Gedankenketten oder unreflektierte Gefühle waren, nun in eine bestimmte Form gebracht: Es wird in Begriffe und in die grammatikalische Logik eines Satzes gefasst. Allein dieser Vorgang bringt schon eine gewisse Ordnung. Und nach dem Aufschreiben haben die Gedanken und Gefühle in mir dann auch außerhalb meiner Selbst eine Gestalt gewonnen. Ich kann das Geschriebene jetzt mit Abstand anschauen, es lesen und mir eine Meinung darüber bilden. Ich kann nun Dinge, die mich beschäftigen, besser reflektieren und verarbeiten. Vermutlich auch deshalb ist das Schreiben eines Tagebuches für viele Menschen von großer Bedeutung.

Für mich persönlich aber ist es noch mehr: Das Schreiben bekommt immer wieder eine zutiefst geistliche Dimension. Fast immer gehen meine Aufzeichnungen nämlich in ein Gebet über. Ich schreibe beispielsweise darüber, was mich gerade bewegt, und frage Gott dann, was er dazu denkt. Oder ich frage ihn, wie ich mit bestimmten Ereignissen umgehen soll, die ich erlebt habe. So kann aus dem Schreiben auch ein Zwiegespräch mit Gott werden. Für mich war es in manchen Zeiten sogar die Form des Gebetes, bei der ich am Konzentriertesten bei der Sache bleiben konnte. Ich kann es deshalb nur jedem empfehlen, der spürt, dass Unverarbeitetes in ihm rumort. Versuchen Sie es einmal mit schlichtem Aufschreiben.

Nehmen Sie sich einfach einen Zettel und Stift und schreiben Sie das auf, was Ihnen als Erstes in den Sinn kommt. Gedanke für Gedanke. Wenn Sie nicht wissen, mit welchem Gedanken Sie beginnen sollen, schreiben Sie nieder, wie es Ihnen geht. Was Sie erlebt haben und wie Sie sich dabei gefühlt haben. Es ist nicht schwer. Versuchen Sie es einmal.

ANREGUNG:

Kaufen Sie sich ein Tagebuch oder eine „Kladde“. Oder legen Sie eine Datei auf Ihrem Computer an und nehmen Sie sich als Experiment einmal drei Wochen lang täglich wenigstens fünf bis zehn Minuten Zeit, um das aufzuschreiben, was Ihnen in den Sinn kommt. Was ist passiert? Wie haben Sie sich dabei gefühlt? Welche Gedanken bewegen Sie gerade? Was meinen Sie, was Gott Ihnen dazu sagen möchte? Was wollen Sie ihm sagen?

Lesen Sie Ihre Aufzeichnungen nach den drei Wochen noch einmal durch und markieren Sie alle Stellen, die Ihnen im Rückblick bemerkenswert erscheinen. Was fällt Ihnen auf?

Wenn Sie sich entschließen, Ihr „Tagebuch mit Gott“ noch weiterzuführen, lohnt es sich, nach einem Jahr alle markierten Stellen nochmals zu lesen. Sie werden staunen, wie der Rückblick auf ein vergangenes Jahr und auf die Worte, die Sie von Gott gehört haben, Ihnen hilft zu verstehen, was in Ihrem Leben vorgeht.

2. Mit einem anderen darüber reden

Eine weitere große Hilfe kann es sein, mit Menschen, denen Sie vertrauen können, über die Dinge zu sprechen, die Sie bewegen. Vielleicht wundern Sie sich, wie manches plötzlich viel klarer wird. Der andere konnte uns gute Ratschläge geben, oder hat einfach nur zugehört und einige aufmerksame Rückfragen gestellt. Es gibt Menschen, die die wunderbare Gabe besitzen, dass im Gespräch mit ihnen mehr Klarheit entsteht. Das kann ein guter Freund sein, mit dem man ab und zu telefoniert, ein Seelsorger oder Therapeut. Manchmal kann es auch ein Mentor im beruflichen Umfeld sein, der uns hilft, in bestimmten Fragen mehr Klarheit zu gewinnen.

Ich persönlich schätze es sehr, auf all diesen verschiedenen Ebenen Menschen zu kennen, mit denen ich bei Bedarf reden kann. Sie sind ein wahres Geschenk und nicht überall zu finden. Kennen Sie Menschen, denen Sie sowohl die Kompetenz als auch die persönliche

Integrität zutrauen und an die Sie sich vertrauensvoll wenden können? Wenn nicht: Fangen Sie doch einfach einmal an, für einen solchen Menschen zu beten. Und dann halten Sie die Augen offen ...

ANREGUNG:

Welche Fragen beschäftigen Sie in Ihrem Leben am meisten? Wie stellen Sie sich einen Menschen vor, mit dem Sie diese Dinge gerne einmal besprechen würden, um mehr Klarheit zu bekommen? Wo gibt es eine solche Person schon in Ihrem Umfeld? Machen Sie einmal ein Treffen aus!

Wenn Ihnen niemand einfällt: Bitten Sie Gott darum, dass er Ihnen jemanden über den Weg schickt!

Gott selbst nahm sich die Zeit, sein eigenes Handeln zu reflektieren. Wir sollten den Mut haben, das Gleiche zu tun. Denn wir leben in einer Welt, in der ungeheuer vieles auf uns einströmt. Da ist es hin und wieder notwendig, das Durcheinander unserer Gedanken zu entwirren und in das Tohuwabohu unserer Gefühle Ordnung zu bringen. Nur so gewinnen wir wieder den Durchblick, was wir von ganzem Herzen wollen und was in unserem Leben wirklich zählt.

Licht bringt Energie: Wie wir verhindern, auszubrennen

Es gibt noch einen weiteren Grund, warum Gott das Licht ganz am Anfang geschaffen hat: Damit erstes Leben entstehen konnte, brauchte es zwei Dinge. So ist es bis heute. Pflanzen brauchen Wasser und Licht, um zu wachsen. Nach dem Bericht der Genesis war das Wasser offenbar von Anfang an ausreichend vorhanden. Was noch fehlte, damit Leben entstehen konnte, war das Licht. Mit dem Licht kam die erste Form von Energie in die Schöpfung hinein. Alles Leben braucht Energie, um werden und wachsen zu können.

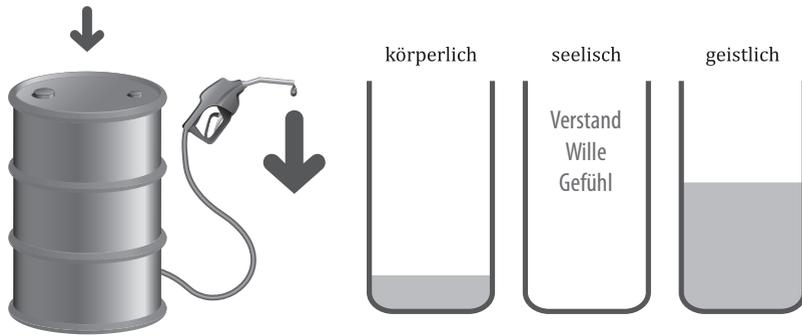
Wollen wir von Gottes Schöpfungsweisheit für unser Leben ler-

nen, sollten wir dieses Prinzip sehr ernst nehmen: Damit in unserem Leben Neues wachsen kann, brauchen wir eine Energiequelle und Energiereserven. Vieles in unserem Leben kostet uns Kraft und Energie. Unsere Energietanks haben deshalb einen ständigen Abfluss zu verzeichnen. Das ist zunächst nicht schlimm. Es ist ja ganz normal, dass Energietanks auch mal weniger voll sind. Denn Leben, das sich für andere einsetzt, Leben, das einer Bestimmung folgt, kostet immer Kraft. Und manchmal fordert das Leben uns bis an die Grenzen. So weit ist noch alles in Ordnung.

Was passiert aber, wenn wir ständig mehr Energie abgeben, als wir bekommen? Was, wenn unser Tank längst leer ist, doch immer noch angezapft wird? Irgendwann ist der Punkt erreicht, wo wir leer und ausgelaugt sind. Wo wir uns wie ausgebrannt fühlen. Es kommt nicht von ungefähr, dass „Burnout“ eine heutzutage immer weiter verbreitete Diagnose ist.

Genauso wie manche Dinge Kraft kosten, gibt es andere Dinge, die unsere Energietanks wieder füllen können. Jeder hat es wohl schon einmal erlebt, dass etwas ihn neu motiviert und ihm neue Kraft geschenkt hat: Vielleicht ein Urlaub, ein Treffen mit einem guten Freund, oder einfach auch ein Wochenende, an dem man sich so richtig ausschlafen konnte. Vielleicht hilft Ihnen auch ein Spaziergang oder eine Stunde im Schwimmbad.

Als Menschen haben wir dabei nicht nur einen Energietank, sondern verschiedene. Im Folgenden habe ich darzustellen versucht, wie man diese verschiedenen Energietanks unterscheiden könnte.



Den ersten Bereich habe ich den „körperlichen“ Energietank genannt. Denken Sie einmal einen Augenblick über diesen Bereich Ihres Lebens nach! Fühlen Sie sich gesund und kraftvoll oder eher müde und ausgelaugt? Versuchen Sie, in sich hineinzuhören. Versuchen Sie dann, eine Art „Wasserstand“ in Ihrem „körperlichen“ Energietank einzuzichnen! Ist Ihr „körperlicher Energietank“ eher voll oder fast leer? Wenn Letzteres der Fall ist, dann überlegen Sie sich, wie Sie ihn wieder auffüllen können. Was hat Ihnen in der Vergangenheit geholfen, dass Sie sich wieder stärker und gesünder fühlten? Ich habe beispielsweise herausgefunden, dass mir das Arbeiten im Garten guttun und dazu beiträgt, dass meine „Batterien“ wieder aufgeladen werden – besonders, wenn ich schier endlose Tage im Büro hinter mir habe. Außerdem schätze ich die entspannende Wirkung eines heißen Bades oder einer ausgiebigen Dusche. Versuchen Sie, drei Dinge zu finden, die Ihnen neue Kraft geben! Schreiben Sie diese Dinge auf.

Haben Sie sich über ihren „körperlichen“ Energietank Gedanken gemacht, so wiederholen Sie das Gleiche für den Bereich „seelischer Energietank“. Wie sieht es hier mit Ihrem Energielevel aus? Was sind die Dinge, die Ihnen neue Energie und Motivation geben? Für mich sind hier beispielsweise Bücher ungeheuer wichtig, da ich durch das Lesen guter Literatur immer wieder neue Inspiration und Motivation gewinne.

Wiederholen Sie schließlich das Ganze noch für den Bereich, den

ich mit „geistlich“ überschrieben habe. Wie gefüllt ist Ihr Energietank hier? Wie geht es Ihnen in Ihrer Beziehung zu Gott? Vielleicht ist die Frage für Sie schwierig, aber sicher gibt es auch hier etwas, das Ihrer Beziehung zu Gott guttun würde. Für mich ist es beispielsweise wichtig, mir immer wieder Auszeiten zu nehmen, um mich zurückzuziehen und mit Gott ganz in der Stille zusammen zu sein. Außerdem wurde ich in meinem Glauben häufig durch christliche Lieder sehr gestärkt.

Wenn Sie den Energielevel in verschiedenen Bereichen Ihres Lebens angeschaut haben, fragen Sie sich bitte: In welchem Bereich ist der „Wasserstand“ am Geringsten? Hier sollten Sie als Erstes ansetzen. Was sind die Dinge, die Ihnen dort neue Energie geben? Was können Sie ganz kurzfristig ändern? Was mittel- und langfristig? Was hindert Sie bisher daran, diese Dinge umzusetzen? Was müssten Sie verändern, um bestimmten neuen Verhaltensweisen einen festen Platz in Ihrem Leben einzuräumen? Gott räumte dem Licht einen festen Platz ein – den Tag. Auch für unser Leben ist es wichtig, dass wir der „Energiezufuhr“ einen festen Platz in unserer Wochen- oder Monatsplanung einräumen.

Einen Hinweis möchte ich an dieser Stelle noch geben: Es gibt manche Dinge, von denen wir meinen, sie würden uns helfen und neue Kraft geben. In Wirklichkeit sind sie aber nur eine Zerstreuung, die uns von unserer Kraftlosigkeit und unseren Problemen eine kurze Zeit ablenken. Sie helfen uns aber nicht wirklich, unsere Energietanks aufzufüllen, und langfristig laugen sie uns unter Umständen sogar eher noch aus. Bei mir ist das z.B. der Fall, wenn ich endlos vor dem Fernseher sitze. Bei anderen ist es vielleicht die Tafel Schokolade – oder der Alkohol. Stellen Sie sich einfach die Frage: Verbessert das wirklich langfristig meine Energiebilanz? Oder raubt es mir letztlich nicht mehr, als es mir gegeben hat.

Was hilft Ihnen wirklich nachhaltig? Nehmen Sie diese Fragen sehr ernst! Wir leben in einer Zeit, in der wir von müden, entmutigten und kraftlosen Menschen umgeben sind. Es ist fast zum Normalfall geworden, auszubrennen. Deshalb ist es umso wichtiger, dass wir uns bewusst machen, was unsere Energietanks mit neuer Energie füllen kann.

Unser Schöpfer hat uns als Wesen geschaffen, die immer wieder neue Energie brauchen. Das sollten wir uns eingestehen. Wenn wir wollen, dass Neues in unserem Leben wächst und dass es fruchtbar für andere wird, brauchen wir Energiequellen, aus denen wir immer wieder schöpfen können. Das Leben ist kein Sprint, sondern ein Marathon. Deshalb sollten wir dafür Sorge tragen, dass wir nicht schon nach der ersten Runde schlapp machen.

ANREGUNG:

Wie gefüllt sind Ihre Energietanks?

Zeichnen Sie in die einzelnen Energietanks einmal Ihren aktuellen „Wasserstand“ ein!

Wodurch kommt „Energie“ in Ihr Leben? Wodurch gibt Gott Ihnen neue Energie (körperlich, seelisch, geistlich)?

Was hindert Sie bisher daran, zu einem ausgewogenen „Energiehaushalt“ zu gelangen? Was müsste verändert werden? Wie können Sie das umsetzen?

In welchem Bereich besteht der dringendste Handlungsbedarf? Welchen ersten konkreten Schritt wollen Sie hier gehen?

3. Unser Leben braucht Grenzen



Im letzten Kapitel ging es darum, dass wir unsere Energietanks immer wieder auffüllen sollten. Die Frage ist nur: Wie können wir uns die dazu nötigen Freiräume schaffen? Das wird auf Dauer nur möglich sein, wenn wir lernen, Grenzen zu setzen. Unser Leben braucht Grenzen! Werfen wir wieder einen Blick in den Text der Schöpfungsgeschichte:

Genesis 1,6-13:

„Und Gott sprach: Es werde eine Feste zwischen den Wassern, die da scheidet zwischen den Wassern. Da machte Gott die Feste und schied das Wasser unter der Feste von dem Wasser über der Feste. Und es geschah so. Und Gott nannte die Feste Himmel. Da ward aus Abend und Morgen der zweite Tag.

Und Gott sprach: Es sammle sich das Wasser unter dem Himmel an besondere Orte, dass man das Trockene sehe. Und es geschah so. Und Gott nannte das Trockene Erde, und die Sammlung der Wasser nannte er Meer. Und Gott sah, dass es gut war.

Und Gott sprach: Es lasse die Erde aufgehen Gras und Kraut, das Samen bringe, und fruchtbare Bäume auf Erden, die ein jeder nach seiner Art Früchte tragen, in denen ihr Same ist. Und es geschah so. Und die Erde ließ aufgehen Gras und Kraut, das Samen bringt, ein jedes nach seiner Art, und Bäume, die da Früchte tragen, in denen ihr Same ist, ein jeder nach seiner Art. Und Gott sah, dass es gut war. Da ward aus Abend und Morgen der dritte Tag.“

Am zweiten und dritten Schöpfungstag geschieht etwas ganz Wesentliches: Die Chaosmächte der Urflut werden von Gott in die Schranken gewiesen. Und das Ergebnis des Ganzen ist, dass am Ende des dritten Schöpfungstages nach und nach Pflanzen, das erste Le-