

FRANK HEINRICH
mit Uwe Heimowski

FRANK UND FREI

Warum ich für die Freiheit kämpfe



SCM

SCM

Stiftung Christliche Medien

Der SCM Verlag ist eine Gesellschaft der Stiftung Christliche Medien, einer gemeinnützigen Stiftung, die sich für die Förderung und Verbreitung christlicher Bücher, Zeitschriften, Filme und Musik einsetzt.



© der deutschen Ausgabe 2017

SCM-Verlag GmbH & Co. KG · Max-Eyth-Straße 41 · 71088 Holzgerlingen
Internet: www.scm-verlag.de · E-Mail: info@scm-verlag.de

Soweit nicht anders angegeben, sind die Bibelverse folgender Ausgabe entnommen:
Lutherbibel, revidierter Text 1984, durchgesehene Ausgabe in neuer Rechtschreibung 2006, © 1999 Deutsche Bibelgesellschaft, Stuttgart.

Weiter wurden verwendet:

NLB: Neues Leben. Die Bibel, © der deutschen Ausgabe 2002 und 2006 SCM-Verlag GmbH & Co. KG, Witten.

GNB: Gute Nachricht Bibel, revidierte Fassung, durchgesehene Ausgabe in neuer Rechtschreibung, © 2000 Deutsche Bibelgesellschaft, Stuttgart.

Umschlaggestaltung: Kathrin Spiegelberg, Weil im Schönbuch

Titelbild: Susanne Domaratus-Enders (susidomaratus.de)

Satz: Satz & Medien Wieser, Stolberg

Druck und Bindung: CPI books GmbH, Leck

Gedruckt in Deutschland

ISBN 978-3-7751-5760-5

Bestell-Nr. 395.760

Inhalt

Dank	7
Einführung: Finally Frank	9
Teil 1	
Raus in die Freiheit	
– aus dem engen Horizont religiöser Prägung	13
1. Prägungen: Drinnen und Draußen, Schwarz und Weiß	14
2. Vom Richten: Ein geistliches Gefängnis	20
3. Rumänien: Freiheit in Gefangenschaft	26
Teil 2	
Rein in die Freiheit	
– die ganz persönliche Dimension	33
4. Neu denken lernen	34
5. Von der Freiheit, seine Schwächen zuzugeben	42
6. Begleiter auf dem Weg zur Freiheit:	
Mentoring und Coaching	50
7. Die Freiheit, der zu werden, der ich bin	57
8. Worauf du dich verlassen kannst: Freundschaften	67
9. Freiheit zur Verantwortung: Der Leiter in mir	73
10. Von anderen lernen: Vorbilder	78
11. Zeiten und Orte der Freiheit	87
12. Gebetsunterstützung	96
13. Frei, sich zu binden	102

Teil 3

Der Kampf für die Freiheit

– politische Dimension von Freiheit	111
14. Freiheit für andere	112
15. Frei, um zu leben	119
16. Religionsfreiheit	124
17. Gefangene freisetzen	134
18. Do Thi Minh-Hanh	140
19. William Wilberforce – mein Vorbild im Kampf gegen Sklaverei	152
20. Sklavenhandel	158
21. Die Heilsarmee im Kampf gegen Kinderprostitution ...	169
22. Geschichtliche »Zwänge« aufbrechen	175
23. Freiheit für Frauen und Kinder	182
24. »Weil wir euch lieben, du Wichser«	193
25. Flüchtlinge	199
26. Brücken zur Freiheit	206

Teil 4

Freisetzen

– wie Freiheit sich erleben lässt	213
27. An den Ursachen arbeiten	214
28. Freiheit und Toleranz	221
29. »Überleben im Beruf«	226
30. Freiheit zum Aufstehen – und zwar rechtzeitig	233
31. Frei zur Verantwortung: Politisches Engagement von Christen	239
32. Frank und frei – einige offene Fragen	245

Franziskanischer Segen	249
------------------------------	-----

Bildnachweis	251
--------------------	-----

Anmerkungen	253
-------------------	-----

Einführung: Finally Frank

Frank. So heiÙe ich. Meine Eltern haben diesen Namen für mich ausgewählt. Aber das ist nicht nur mein Name. Sie gaben meinem Leben damit ein Motto.

Frank kommt aus dem Althochdeutschen und bedeutet »frei« oder »tapfer«. Letzteres nehme ich schmunzelnd zur Kenntnis. Für besonders tapfer halte ich mich nicht. Na ja, immerhin tapfer genug, um ein sehr persönliches Buch über Freiheit zu schreiben.

Freiheit. Das ist mein Thema.

Schon meine Kindheitsträume hatten viel mit Freiheit zu tun. Vor einigen Jahren wurde ich gefragt, wovon ich als Kind träumte und was ich später einmal werden wollte. Spontan notierte ich einige Begriffe.

Als Erstes fiel mir »Robin Hood« ein. Der Bogenschütze aus Sherwood Forrest, der die Reichen beraubte und das Geld dann den Armen gab, war einer meiner ersten Helden. So wollte ich werden! Vermutlich war ich da nicht der Einzige.

Weiter sprudelten die Gedanken: »Change the world« – ich wollte die Welt verändern, sie zu einem besseren Ort machen. Not lindern. Eine starke Stimme für die Schwachen wollte ich sein. Ich träumte davon, ein Held für das Gute zu werden, ein Musketier oder eine männliche Johanna von Orleans – und möglichst berühmt wollte ich dabei werden (damals natürlich in der vollen Überzeugung, nicht Ruhm und Ehre zu suchen, sondern ausschließlich aus dem Bestreben heraus, ganz uneitel möglichst viele Menschen zu erreichen). Mir schwebte vor, den Friedensnobelpreis zu gewinnen.

Auf jeden Fall wollte ich eine Spur hinterlassen.

Begeistert las ich als Jugendlicher die Bücher »Das Kreuz und die Messerhelden« von David Wilkerson und »Run, Baby, Run« von Nicky Cruz, die aus ihrer jeweiligen Perspektive die gleiche wahre Geschichte beschreiben: Ein junger Pastor vom Land (Wilkerson) sieht einen Fernsehbericht über eine Gerichtsverhandlung jugendlicher Straftäter. Er wird davon so berührt, dass er nach New York reist, um dort Mitgliedern von Straßengangs zu predigen, dass ein Leben ohne Gewalt und Drogen möglich ist. Tatsächlich kommt das härteste Gangmitglied von allen (Cruz) zum Glauben, und viele andere mit ihm. Ihr Leben verändert sich radikal. Um sie weiter zu begleiten, gründet Wilkerson »Teen Challenge«, eine christliche Lebensgemeinschaft und Suchtkrankenhilfe.

Freiheit ist über die Kindheit und Jugend hinaus immer mein Thema geblieben. Kein anderes Thema bewegt mich so stark. Eigentlich bin ich nicht rührselig, doch immer wieder treibt es mir die Tränen in die Augen, wenn Gefangenschaft sich in Freiheit verwandelt. Ich weine, wenn ich miterlebe, wie Menschen frei werden. Sei es bei einem Kinofilm wie Tim Robbins' Gefängnisdrama »Die Verurteilten«. Sei es, wenn in der Seelsorge den Leuten eine Last von der Seele fällt und sie befreit aufatmen. Sei es, wenn jemand ein Zeugnis gibt, dass er von der Drogenabhängigkeit oder der Prostitution frei geworden ist. Oder wenn ich von Menschen höre, die für die Freiheit anderer kämpfen.

»Was soll einmal auf deinem Grabstein stehen?«

Vielleicht kennen Sie diese Frage. Sie ist eine gängige Übung, um Menschen anzuregen, über den Lebenssinn nachzudenken. Als Sozialarbeiter ist sie mir noch aus meinem Studium vertraut. »Grabstein« klingt ein bisschen gruselig, aber es macht den Ernst der Frage klar. Ich habe nur ein Leben. Was mache ich damit? Was sollen die Menschen einmal über mich sagen können? Wie möchte ich mein Leben gestalten? Wie kann ich ein Motto erkennen und in einem Satz zusammenfassen, der charakteristisch ist für alle Bereiche meines Lebens? Was ist mein Thema?

Meine Antwort steht fest: In meinen Grabstein sollen diese zwei

Worte eingemeißelt werden: »finally frank«. »Endlich Frank«, könnte man es übersetzen. Oder auch: »am Ende frei«. So möchte ich leben: Dass ich am Schluss ganz ich selbst war, der Frank, den Gott sich vorgestellt hat, als den er mich geschaffen hat. Und dass ich ganz frei geworden bin von Zwängen und Abhängigkeiten.

Vielleicht ist das zu viel verlangt für dieses Leben. Nun, dann möchte ich es so verstanden wissen: »Spätestens jetzt, bei seinem Gott, ist er ganz frei.«

Um nicht missverstanden zu werden: Das darf gerne noch eine Weile dauern. Es ist hilfreich, das Leben einmal vom Ende her zu denken, aber das soll ganz gewiss nicht resignativ und abschließend sein.

Im Gegenteil: Freiheit ist mein Lebensthema und auf dem Weg bis zum »Finally Frank« werde ich jeden Schritt bewusst gehen. Ich werde für Freiheit kämpfen, wenn mich die Ohnmacht überfällt angesichts der vielen Menschen, die gefangen, gebunden oder versklavt sind. Und ich werde die Freiheit feiern, wo ich sie bei mir selbst und anderen erlebe.

Dieser Kampf ist noch lange nicht zu Ende. Nicht der persönliche Kampf. Nicht der geistliche. Nicht der politische. Zu viel, viel zu viel Unfreiheit nimmt die Menschen gefangen. Aber der Kampf ist nicht aussichtslos. Er hat ein Fundament, mit dem Freiheit möglich wird. »Zur Freiheit hat uns Christus befreit! So steht nun fest und lasst euch nicht wieder das Joch der Knechtschaft auflegen!«, schreibt Paulus in seinem Brief an die Galater (Galater 5,1).

Wie Unfreiheit, aber vor allem, wie Freiheit aussehen kann, davon handelt dieses Buch.

Teil 1

Raus in die Freiheit – aus dem
engen Horizont religiöser Prägung



1. Prägungen: Drinnen und Draußen, Schwarz und Weiß

Der Geist ist wie ein Fallschirm: Er kann nur funktionieren,
wenn er offen ist.

Lord Thomas Robert Dewar

Eine merkwürdige Situation: Ich gehe über die Straße. Auf der Hälfte schaltet die Ampel auf Rot – und ich fühle mich schlecht. »Bei Rot geht man nicht über die Straße!« Das sitzt fest in meinem Gewissen. So wurde ich erzogen. Bis heute ist das tief in mir verwurzelt. Ich weiß natürlich, dass ich bei Grün losgegangen bin oder dass an manchen Orten die Ampeldauer gar nicht ausreicht, um den ganzen Weg bei Grün zu schaffen. Ich weiß, dass ich nichts Falsches gemacht habe. Ich weiß es. Aber es fühlt sich nicht so an. Woher kommt das?

Sicher gibt es viele Ursachen. Eine davon ist die Prägung, und auf die möchte ich hier eingehen. Durch unsere Eltern und durch unser Umfeld werden wir geprägt, bewusst oder unbewusst. Bei Gemüse kann man schmecken, welcher Dünger verwendet wurde. In meinem Fall wurde mit reichlich Bibelzitate und strengen christlichen Grundsätzen gedüngt.

In Siegen geboren verbrachte ich den größten Teil meiner Kindheit in einem Altenheim im Schwarzwald. Einem sehr frommen Altenheim. Die meisten der bibelfesten Bewohner hatten sich, bevor sie dort einzogen, lange Zeit in der Endzeit gewährt – durchaus nachvollziehbar bei zwei durchlittenen Weltkriegen. Weil sie damit rechneten, dass Jesus noch zu ihren Lebzeiten wiederkommen würde, hatten sie keine Vorsorge für ihr Alter getroffen. Oh-

ne Rente waren sie nun auf die Unterstützung anderer Christen angewiesen, die daraufhin das Lebens- und Pflegezentrum Haus Rehoboth gründeten, das später zum Christlichen Hilfsdienst e.V. wurde.

Mein Vater, ein sehr praktisch veranlagter Mensch, arbeitete dort als Hausmeister und meine Mutter in der Hauswirtschaft. Wir lebten als Familie mit im Altenheim. Unter den Senioren waren schon einige sehr schrullige Typen dabei, liebevolle Originale, denen ich einen Schatz an Gebeten und Bibelwissen verdanke und wahrscheinlich auch meine Liebe zu den »schrägen« Menschen am Rande der Gesellschaft, mit denen ich später bei der Heilsarmee gearbeitet habe.



Mit den Eltern Hans und Ruth sowie Schwester Bärbel

Aber in diesem geistlichen Gewächshaus war mitunter auch ein ganz schöner Mief, und davon blieb die Kinderseele nicht verschont. Manches atmete ich ein, ohne dass es mir recht bewusst wurde. Heute würde ich es »zwanghaften Glauben« nennen. Vieles blieb unausgesprochen, war aber prägend. Das Schwarz-Weiß-Denken etwa. Es war immer klar: Wir sind die Gläubigen, die anderen – die Welt, die Katholiken, die Namenschristen, die Heiden – sind die Verlorenen.

Dann gab es bestimmte Riten, die sich für einen echten Christen

gehörten, und anderes, was sich eben nicht gehörte: Ein Christ macht jeden Tag seine Stille Zeit, er liest in der Bibel, er gibt seinen Zehnten – brutto und mit Freuden, denn »einen fröhlichen Geber hat Gott lieb« (2. Korinther 9,7). Ein Christ hatte damals keinen Fernsehapparat, er ging nicht ins Kino, Discobesuche und Tanzen waren nicht erlaubt.

Wie gesagt, das alles hatte ich quasi eingeatmet. Ich stellte diese Regeln nicht infrage. Stattdessen redete ich mir ein: Ich brauche all das, was verboten ist, gar nicht.

Doch auch wenn ich es nicht wahrhaben wollte: Das stimmte nicht. Ich war unzufrieden und ganz und gar nicht frei. Später entwickelte ich beispielsweise eine regelrechte Fernsehsucht. Ich hatte als Kind nie gelernt, wie ein »normaler« Konsum aussieht, als Erwachsener verlor ich die Kontrolle.

Noch Jahrzehnte später war mein Glaube von Zwängen geprägt. Wenn meine Familie nach einer anstrengenden Woche am Sonntag mal ausschlafen und zu Hause bleiben wollte, war ich strikt dagegen. Ich erwartete, dass sie den Gottesdienst besuchten, und machte Druck auf Frau und Kinder. Wollten sie nicht, ging ich alleine – und war anschließend schlecht gelaunt.

Es dauerte lange, bis ich merkte, wie gesetzlich das ist. Gottesdienste sind eine tolle Sache. Aber sie sind keine Pflichtveranstaltung und schon gar nicht dazu da, um sich als besserer Christ zu fühlen und auf die anderen herabzusehen.

Wie zwanghaft, ja manchmal schizophran mein Leben war, zeigt das Beispiel Schule. Wenn ich am Morgen meine Bibel gelesen hatte, ging ich fröhlich geistlich in die Schule. Dort war ich aber ein Außenseiter und zog den Spott auf mich. Das hielt ich nicht immer aus – wie soll ein Kind das auch aushalten – und so verhielt ich mich dann gar nicht so brav christlich, wie es sich zu gehören schien. Ich heischte nach Anerkennung, war quirlig und lebendig, nicht einmal extrem – Frank halt. Doch wenn ich nach der Schule heimging, drückte ein Gefühl der Verdammnis auf meine Schultern. Wahrscheinlich hätte man an meinem Gang er-

kennen können, ob ich – bibelgelesen – zur Schule ging oder – nach einem lebendigen Schultag – auf dem Rückweg war.

Typisch für das latente geistliche Klima in meiner Umgebung war auch der Anspruch, sich immer selbst zu prüfen und nach einer verborgenen Sünde oder Fehlern Ausschau zu halten, um diese dann zu bekennen und Gott um Vergebung zu bitten. So hatte ich immer das Gefühl, Gott nicht ganz genügen zu können.

Jahre später, schon im Erwachsenenalter, notierte ich dazu in meinem Tagebuch: *Was fehlt noch – wo ist der Haken? Was hab ich noch zu geben? Alles ist lauwarm und abgestanden (...) Ich habe den Eindruck, dass keiner mich wirklich kennt und deshalb auch nicht wissen kann, wie's wirklich um mich steht. Ich habe pausenlos den Gedanken: »Nicht gut genug!« Theoretisch check ich's, aber praktisch passiert jahrelang »nix«.*

Noch als »geistlicher Milchbubi« habe ich gebetet: »Gott bewahre mir meine Unschuld, bis ich die richtige Frau finde.« Der Hauptgrund dafür war die Angst, für meine Sünde bestraft zu werden, wenn ich nicht rein bleiben würde. Aber es gab auch noch ein anderes Motiv: einen latenten Hochmut, schließlich war ich doch »geistlicher« als die anderen. Doch auch hier scheiterte ich mit meinen Ansprüchen an der Realität: Zwar hatte ich keine Beziehung zu einem Mädchen, aber ich kämpfte ständig mit Selbstbefriedigung.

Das Altenheim bot also einen strengen Rahmen, der mich sehr einschnürte. Natürlich gab es Ausnahmen, aber die waren klar definiert: Laute Rockmusik war verpönt. Wenn ich meine Arno- & Andreas-Platten mal ganz laut aufdrehte, war das aber gerade noch in Ordnung. Bei deutschsprachiger, christlicher Rockmusik war schon mal eine Ausnahme erlaubt. Sogar auf christliche Konzerte durfte ich gehen. Das war nicht bei allen gerne gesehen, aber meine Eltern schufen mir da innerhalb des engen Rahmens große Freiräume.

Doch selbst dort blieb ich gefangen in meinem Umfeld und seinen Denkmustern. Nach dem Konzert einer Band, das mir super

gefallen und mich auch geistlich berührt hatte, sahen wir einen der Musiker mit einer Zigarette in der Hand. Der Freund, mit dem ich das Konzert besucht hatte, raunte mir zu: »Siehst du das? Der raucht. Ob das wirklich Christen sind?« Jetzt war die Band also nicht mehr gut. Mir stieß das ziemlich sauer auf. Konnte es sein, dass eine Zigarette alles durchstrich, was ich vorher erlebt hatte?

Später brauchte ich an vielen Stellen richtiggehend Befreiung, um mich zu einem fröhlichen Christen zu entwickeln. Mag es den einen oder anderen Bibeltreuen auch befremden: Ich brauchte zum Beispiel Befreiung von der Stillen Zeit und vom Bibellesen. Nicht von den Übungen an sich, die sind und bleiben etwas Gutes, und die Bibel ist bis heute die Grundlage meines Glaubens. Aber ich brauchte eine Befreiung von dem Gedanken oder besser gesagt dem Gefühl, dass der Segen eines Menschen, und sei es nur das Gelingen des Tages, von Andacht und geistlicher Übung abhängt. Für mich war die Stille Zeit ein täglicher Krampf. Ich musste sie einhalten, ob ich wollte oder nicht. »Man« machte das in unseren Kreisen. Erst als ich begriffen hatte, dass ein Tag ohne Stille Zeit keine Strafe Gottes nach sich zieht, gewann ich die Freiheit, gerne in der Bibel zu lesen. Aber um das ganz persönlich zu erfahren, musste ich die Stille Zeit einmal für eine Weile ausfallen lassen.

Morgens war in meiner Jugend, wie gesagt, die Stille Zeit ein Muss, abends galt dasselbe für eine gemeindliche Aktivität. Fast jeder Abend hatte ein geistliches Programm. Da standen die Bibelstunde, der Jugendkreis oder der Chor auf der Agenda. Das gehörte einfach dazu, man ging hin. Ohne Wenn und Aber. Ich schluckte das nicht nur, ich brauchte es – wenn man so will, zum geistlichen »Abreagieren«. Schließlich hatte sich ja im Laufe des Tages eine Menge »Fehlverhalten« angesammelt, irgendwie musste ich Gott jetzt wieder nahekommen.

All diese Aktivitäten sind, wie auch die Stille Zeit, für sich genommen sehr gut. Man pflegt Gemeinschaft, man lernt die Bibel kennen, man betet zusammen. Schwierig wird es, und so habe ich

es erlebt, wenn diese Aktivitäten zur Pflicht werden und zum Gradmesser des Glaubens.

Als ich mich irgendwann traute, abends ins Kino zu gehen, merkte ich, wie tief meine Ängste saßen: Ich konnte das nur mit einem fürchterlich schlechten Gewissen. Ich hätte doch in dieser Zeit etwas für Gott tun können und sollen!

Diese Prägung als Unfreiheit zu erkennen und mutig etwas daran zu ändern, war ungemein schwer und ein jahrelanger Prozess. Innerhalb des frommen Gewächshauses war es beinahe unmöglich.

Zwei »No-Gos«, also Dinge, die gar nicht gehen, absolut unmöglich sind, lagen immer in der Luft. Erstens: Man durfte auf keinen Fall zugeben, dass man unfrei ist. Wir waren doch Christen, unsere Selbstwahrnehmung hieß: »Man hat einander zu lieben, man ist fröhlich, man ist frei.« Es konnte nicht sein, was nicht sein durfte.

Zweitens: Man hielt sich immer schön klein und demütig »vor dem Herrn«. Wie will man aber aufbegehren und etwas Neues wagen, wenn man seine Stärken nicht kennt?