



FRAU *aktiv*

Material für die Frauenarbeit
im Süddeutschen
Gemeinschaftsverband

*Lebe
sehe was...*



Liebe Leserinnen!

Heute könnte ich eine Wette mit hohem Einsatz eingehen. Ich bin nämlich ganz sicher, dass so gut wie jede von euch, die auf der Titelseite das „Ich sehe was ...“ gelesen hat, den Satz im Stillen schon zu Ende dachte. „... was du nicht siehst.“

„Ich sehe was, was du nicht siehst.“ Dieses geniale Spiel, für das weder Vorbereitung noch Equipment nötig ist, mit dem aber Wartezeiten aller Art für Kinder (und Eltern) erträglicher gestaltet werden können. Das davon lebt, einen Blick für die Kleinigkeiten der Umgebung zu entwickeln und nicht so Offensichtliches zu entdecken. Das herausfordert, die Welt mit den Augen des anderen wahrzunehmen. Und das – zumindest Kindern – umso mehr Spaß macht, umso länger es dauert, bis die Lösung gefunden ist.

„Ich sehe was – und ich möchte, dass du es auch siehst!“ So würde Gott dieses Spiel abwandeln. Auch er möchte Wartezeiten für seine Kinder erträglicher machen. Auch er möchte, dass wir die Kleinigkeiten in unserer Umgebung und das Offensichtliche seiner Gegenwart in unserem Leben als solches wahrnehmen. Auch er möchte uns herausfordern, unser Sein, unser Leben, die Welt mit anderen, mit seinen Augen zu sehen. Aber er möchte uns dafür nicht raten, nicht im Ungewissen und in Unsicherheit rätseln lassen.

„Ich sehe was – und ich möchte es dir zeigen.“ Gott möchte uns zeigen, wie er uns sieht, unser Leben, unsere Möglichkeiten, unsere Zukunft. Gott möchte uns zeigen, wie er die Menschen um uns her sieht und unsere Welt. Gott möchte uns zeigen, welche Zukunft er für uns sieht – ausgefüllt mit Hoffnung, Frieden, Freude, Zugehörigkeit.

Mit diesem Frau aktiv Heft möchten wir einen Lichtstrahl hineinleuchten lassen in euren Alltag, eure Sehgewohnheiten, den normalen Blickwinkel – und ins Scheinwerferlicht rücken, was Gott in und für euch sieht, denkt, tut. Wie schön, wenn wir entdecken, was er schon sieht.



Stefanie Rau
SV-Bezirk Öhringen

Musik-Empfehlung dazu:

Der Sieg gehört dir allein (Battle belongs)
Von Urban Life Worship

Einfach einen der QR-Codes scannen.



Icons: ©freepik

Gottes Macht ist nicht unsichtbar. Sie ist real.
Wenn wir stets auf ihn blicken,
holt er uns aus Zwängen heraus,
die uns in Furcht gefangen halten.
Wir schaffen das Unmögliche,
indem wir uns auf Gott konzentrieren,
bei dem alle Dinge möglich sind.

CHRISTINE CAINE

unsplash.com ©Kelly Sikkema

ERLEBT

- 3 Beobachtungen
- 6 Wer bin ich hinter der Maske?
- 10 Sieht Gott mich?
- 16 Mich so sehen, wie Gott mich gemeint hat

GEISTLICHER IMPULS

- 4 „Schau mir in die Augen, Kleines!“
- 7 „Er sah und es jammerte ihn“

THEMATISCHER IMPULS

- 9 Mit den Augen eines Kindes
- 12 Was du anstarrst wächst
- 13 Meine Augen sehen – nur was eigentlich?

PRAXIS-TIPPS

- 11 Mein ganzes Leben ist dir vertraut
- 14 10 Mal „Ich möchte“

15 MEDIEN-TIPPS

- 15 Impressum

BONUS

Material

Zusätzliche Themen-Bausteine findet ihr im Bonusmaterial zum Heft unter www.sv-web.de/medien

Beobachtungen

Es war an einem Samstagvormittag im Supermarkt. Ich hatte mich mal wieder in die falsche Schlange eingereiht. Eigentlich wollte ich solche Leerlaufzeiten nutzen, um ein unauffälliges Miniworkout zu machen. Wie im Pilates gelernt das „Powerhouse“, also Bauch und Po, anspannen, den Beckenboden nach oben ziehen und gerade hinstehen. Heute lümmelte ich lustlos und schief an meinem Einkaufswagen und beobachtete die Menschen um mich herum.

Sie stand vor mir. Schwarze Kleidung, mit zu viel Kajal umrandete Augen, die Wimpern sahen aus, als würde sich eine stachlige Raupe daran festkrallen und ihre Haare mussten die unterschiedlichsten Farbschattierungen erdulden. Auf dem T-Shirt stand ein okkulter Spruch und das, was auf dem Kasensband lag, widersprach jeder Idee von leckerem, gesundem Essen. Dazu orderte sie eine Schachtel schwarze Marlboro.

Meine innere Beurteilungskommode öffnete sich und ich hatte sie in eine Schublade gesteckt. Vor allem der Spruch auf dem T-Shirt verletzte mein pietistisch geprägtes Empfinden. Doch ganz leise meldete sich in meinem Inneren eine Stimme, die sagte: Auch diese Frau ist mein geliebtes Geschöpf, auch sie habe ich wunderbar erdacht und gewollt.



unsplash.com ©Kelly Sikkema

Ich war erschrocken über mich selbst, die abwertenden Gedanken und das vorschnelle Urteil, das ich gebildet hatte, allein vom Sehen. Ich kannte diese Frau doch gar nicht. Ich hatte sie nach dem ersten äußeren Eindruck und dem Inhalt ihres Einkaufswagens beurteilt. Vielleicht hatte sie die gesunden Sachen schon gestern gekauft und wollte die schwarzen Zigaretten ihrem Großvater mitbringen. Also tat ich, was man in solchen Situationen tun kann: Ich betete für sie und sprach ihr leise Gottes Segen zu.

Ich wünsche mir, dass ich die Menschen um mich durch Gottes Augen sehen kann. Ein Gebet, das ich oft bete.

Es verändert

den Blickwinkel.

Dann sehe ich in der „fertigen“ Frau das verwundete Mädchen. Ich entdecke in dem Typen, der scheinbar selbstbewusst, mit stolzeschwellter Brust durchs Leben geht, den kleinen Jungen, der verstört seine Umwelt betrachtet. Ich habe erfahren, dass er mit aggressiven Worten schon manchen verletzt hat, aber

nach einem Gespräch mit ihm wurde mir klar, dass tief in ihm ein empfindsames Kind sitzt, das selbst verletzt wurde und sich nun mit großspurigem Auftreten schützt. Oder der etwas komischen Kauz in unserem Ort, der schon immer mit haarsträubenden Ideen aufgefallen ist und manchmal Kommentare von sich gibt, die er besser für sich behalten hätte. Aussagen, bei denen jeder nur genervt die Augen verdreht. Dann kommt dieser Abend, an dem er mich durch sein großzügiges Handeln überrascht und beeindruckt.

Gott sieht anders. Er sieht tief in unser Inneres. Er sieht die Möglichkeiten und Grenzen in mir – und im Menschen neben mir. Er kennt ihn schon lange, besser als ich ihn je kennenlernen werde. Wenn ich mir klar mache, dass mein Gegenüber ein Mensch ist, den Gott freundlich ansieht und liebt, hilft mir das ein wenig, ihm anders zu begegnen; mich nicht nur auf meinen Augenschein zu verlassen oder auf meine Menschenkenntnis oder was andere über ihn sagen, sondern das Gute in ihm zu sehen.

Besonders schwer fällt mir das, wenn mir der Mensch nicht nur ab und zu und kurz begegnet. Wenn er mich täglich nervt, verletzt und mir das Leben schwer macht. Aus eigener Kraft kann ich mich anstrengen so viel ich will, da kommt nirgendwo Liebe hervor oder nur für 8,5 Minuten (wenn ich meinen oberheiligen Tag habe). Auf Dauer braucht es ein täglich neues Bitten um freundliche, liebevolle Augen, durch die ich den anderen sehen kann – und den Nachschub von Gottes Liebe.



Regina Autenrieth
SV-Bezirk Ulm



unsplash.com ©Schneeflocke, iStock, iStock, iStock, iStock, iStock

„Schau mir
in die Augen,
Kleines!“

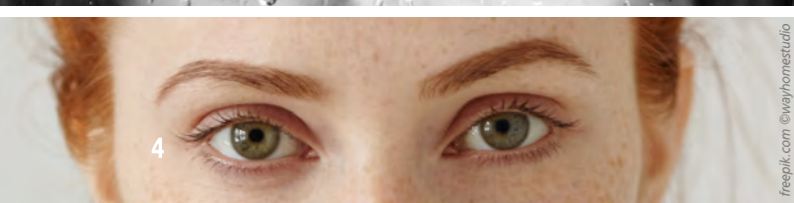
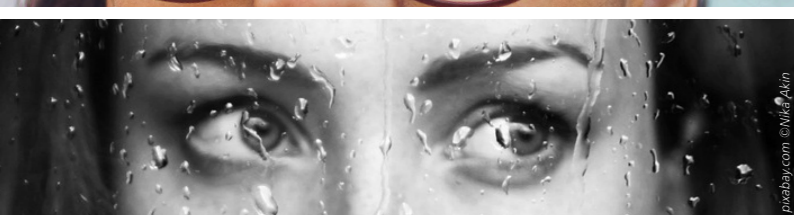
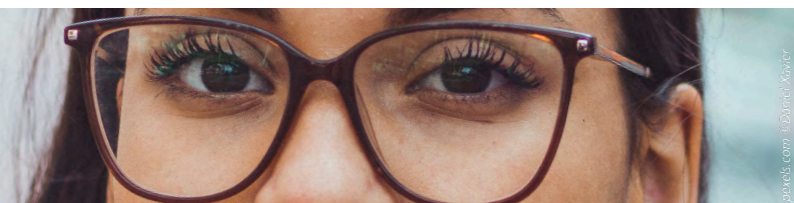


Dieses Zitat aus „Casablanca“, dem vielleicht berühmtesten Liebesfilm aller Zeiten, kennst du bestimmt – selbst wenn du den Film nie gesehen hast. Und obwohl dieser im Grunde nicht passend übersetzte Satz eigentlich ein Trinkspruch ist – so in etwa „auf dein Wohl“ – wird er auch im Laufe des Films zu einem Ausdruck von Zuneigung und Wertschätzung und dem Bedürfnis, eine getroffene Entscheidung zu erklären. „Schau mir in die Augen, Kleines ...“

„Schau mir in die Augen“ – nimm mich wahr, konzentriere dich auf mich, lass alles andere außen vor. Das wünschen wir uns von denen, die wir lieben. „Schau mich an“ – und sieh mein dich ermutigendes Lächeln und mein aufmunterndes Zwinkern. Vielleicht auch meine Warnung, dich nicht provozieren zu lassen oder in die falsche Richtung zu laufen. „Schau mich an“ – und erkenne, was ich für dich empfinde und dir wünsche. „Schau mich an“ – und entdecke in meinen Augen meine Zuwendung, Wertschätzung und Hoffnung für dich.

„Schau mir in die Augen, Kleines – und erkenne, was ich für dich bereit habe.“

So ist dieser Satz zwar nicht in der Bibel zu finden. Und doch ist es ein Satz, den Gott genau so zu dir sagen könnte. Er sieht dich. Und er wünscht es dir, dass du deine Augen zu ihm wendest. Denn in seinen Augen bist du wertgeachtet (Jes.43,4), mit Freude sieht er dich an (Zef.3,17) und lässt sein Angesicht über dir leuchten (4.Mo.6,25). Und er will dich mit seinen Augen leiten (Ps.32,8)!! Dazu braucht es Blickkontakt. Also ist es gut und empfehlenswert – geradezu weise – in seine Augen zu schauen.



„Die Bibel Kraftquelle, Wegweiserin, Ermutigerin, Lebenselixier und Korrekturhilfe. Sie ist das Facebook Gottes, in dem wir durch Jesus das Gesicht Gottes erkennen.“
–Klaus Göttler

Wenn du dich nun fragst, wie das gehen kann, Blickkontakt zum unsichtbaren Gott zu haben, kann ich dir nur empfehlen: Schau direkt in deiner Bibel nach – dort lässt sich Gott am besten kennenlernen. Sei nicht schüchtern, sondern besprich mit ihm alles, was dich gerade beschäftigt – dieses Gespräch wird nicht einseitig sein. Lass dir von anderen vorschwärmen, was sie mit Jesus (all-)täglich erleben und mach dir bewusst, was du selbst heute mit ihm erlebt hast.

Vor vielen Jahren schon hat Gott mich darauf aufmerksam gemacht, dass es hilfreich ist, Blickkontakt mit ihm zu haben. In einer Familie aufgewachsen, in der Jesus ganz selbstverständlich mit dazu gehört, kam es an meiner Konfirmation zu einem etwas ungewöhnlichen Moment. Der Gottesdienst war vorbei, der Pfarrer hatte mir meinen Konfirmationsvers zugesprochen (der damals nicht ausgesucht, sondern ausgelost war) – und mein Patenonkel hat sich irgendwie mächtig aufgeregt. So einen Vers könne man einem jungen Menschen doch nicht auf den Lebensweg geben – und wenn, dann hätte der Pfarrer zumindest den letzten Teil nicht vorlesen brauchen. Ob sich mein Patenonkel wörtlich genau so geäußert hatte, weiß ich nicht mehr – vielleicht ist manches auch eine Art „Legende“. Der „Vers des Anstoßes“ ist aus Psalm 141 (Luther-Übersetzung): „Auf dich, Herr, sehen meine Augen. Ich traue auf dich. Gib mich nicht in den Tod dahin.“

„Das Privileg deines Lebens ist es, zu werden, wer du wirklich bist.“
–Carl Gustav Jung

„Schau mir in die Augen, Kleines!“

Was sehe ich, wenn ich in Gottes Augen schaue? Was hat Hagar in seinen Augen gesehen? Zunächst wahrscheinlich ein Spiegelbild ihrer eigenen Verzweiflung, ihrer Hoffnungslosigkeit und großen Not. Aber ganz sicher auch sein Mitgefühl, seine Barmherzigkeit und die Vorfreude, ihr von seiner Hoffnung und der Verheißung über ihrem Leben zu erzählen.

Was hat die Frau am Jakobsbrunnen in Jesu Augen gesehen? Wahrscheinlich den Schmerz über ihr verworrenes Leben, Trauer über ihre bedrückende Situation und das Dunkel der Einsamkeit. Aber ganz sicher auch die Hoffnung auf

Veränderung, die Möglichkeit von Vergebung und Heilung und die Perspektive, als Tochter des Höchsten zu leben – in Ewigkeit und auch schon jetzt.

Was hat Maria in Jesu Augen gesehen, als sie zu seinen Füßen saß? Ganz sicher die Freude darüber, dass sie diesen Platz gewählt hat. Die Güte und Barmherzigkeit, mit der Jesus seine Brüder und Schwestern betrachtet. Die gewisse Hoffnung, die er für uns hat.

Was sehe ich, wenn ich in seine Augen schaue? Manchmal ein Spiegelbild dessen, was meine Augen und mein Leben im Moment bestimmt – aber immer das, was er von mir denkt, für mich vorbereitet hat und mir schenken will. Zugehörigkeit. Frieden. Leben. Seinen Segen. Was siehst du?

„Schau mir in die Augen – und sieh, dass ich Liebe für dich habe und Zukunft.“ (vgl. 1.Joh.3,1)

Diese Liebe zu mir immer wieder in seinen Augen zu entdecken, lässt meine Augen und mein Herz aufleuchten (Ps.34,6 / Eph.1,18). Diese Liebe rührt mich an. Diese Liebe stärkt mein Vertrauen in ihn, dass er sich meiner annimmt. Besonders meiner Last von Unvermögen, Versagen und Schuld. Diese Liebe richtet mich auf – ich muss meinen Blick nicht länger niedergeschlagen gesenkt halten. Jesus rührt mich an – und ich darf den Blick heben und von ihm geleitet nächste Schritte gehen (Ps.121 / Lk.21,28).

„Kopf hoch – sonst kannst du die Sterne nicht sehen. Oder: Erhebt eure Häupter, denn eure Erlösung naht“



„Schau mir in die Augen, Kleines – und sieh ...“

Je öfter wir unsere Augen auf Jesus richten, seinen Blick suchen und im Blickkontakt zu ihm leben, desto mehr prägt uns das (2.Kor.3,18). Bei Paaren, die voll Liebe und schon lange miteinander leben, lässt sich beobachten, dass sie sich ähnlicher werden – manchmal sogar vom Aussehen her. Vor allem aber in dem, was ihnen ein wichtiges Anliegen ist, was sie mit ihrem Leben bewirken wollen und wofür sie sich – jeder auf seine Art – einsetzen. Bei uns und Jesus kann das ähnlich sein.

Wir lernen, Menschen, Situationen, das Leben mit seinen Augen zu sehen – und entdecken eine gewisse Diskrepanz zwischen dem, was wir sein könnten und dem, was wir sind. Im Positiven wie im Negativen. Jesus zeigt mir, was er mir zutraut, beruft mich unter Umständen weg von dem, was bisher geworden ist – und zeigt mir, welche Gaben er in mich hineingelegt hat, damit sie wachsen und blühen. Mose konnte davon erzählen, Petrus hat das erlebt und genauso Maria.

Und Jesus zeigt mir auch, was noch anders werden darf bei mir. Charakterzüge, Verhaltensweisen, Gedanken in meinem Leben, die ich bisher eigentlich vollkommen okay fand. Jesus lässt mich sehen – zum Glück ganz wohl dosiert –, was in den Augen des Vaters keinen Bestand hat. Das ist manchmal ziemlich schmerzhaft – die Einsicht genauso wie der Weg der



Veränderung. Aber in Zusammenhang mit meinem Konfirmationsvers gebracht, sind das wohl die Dinge, die bisher für mich selbst oder auch für andere nicht segensreich, sondern eher „Tod geweiht“ waren.

Wir lernen, Menschen, Situationen, das Leben mit seinen Augen zu sehen – und sehen manches zunehmend anders. Barmherziger, geduldiger, nächstenliebender. Empfindsamer für das nicht so offensichtliche. Offener für das, was bei Menschen „dahinter“ steckt. Wir lernen, wie Jesus mit den Augen des Herzens zu sehen (Eph.1,18 / 1.Joh.4,19).

Und wir lernen zu sehen, was wir zuvor nicht wahrnehmen konnten.

- Was klein ist und was groß im Reich Gottes. Was wertvoll ist in den Augen Jesu. Was Bestand hat. Fische und Brote, kleinste Münzen, Zeit, den gelähmten Freund zu Jesus zu bringen.
- Was wir für selbstverständlich halten, obwohl es doch täglich neu Wunder und Geschenke unseres Vaters sind. Die Sonne, die morgens aufgeht. Die Brötchenauswahl beim Bäcker. Dass wir ein Zuhause haben.
- Was wir nicht erklären können – aber dankbar schauen. Die Engel, die uns umgeben und schützen, manchmal auch, indem sie uns Wege versperren. Den Frieden darüber, nicht alles haben oder erreichen zu müssen, weil wir bei ihm mehr als genug bekommen. Den Trost und die Gewissheit, am Ende von Herzen erwartet zu sein.

„Ich würde jeden ermutigen, das Leben mehr aus der Ewigkeitsperspektive zu betrachten – es mehr von hinten zu sehen.“
–Philipp Mickenbecker“



Stefanie Rau
SV-Bezirk Öhringen

„Immerfort empfangen mich aus Deiner Hand, das ist meine Wahrheit und meine Freude.“

Immerfort blickt Dein Auge mich an, und ich lebe aus diesem Blick, Du, mein Schöpfer und mein Heil. Lehre mich in der Stille Deiner Gegenwart, das Geheimnis zu verstehen, dass ich bin und das ich bin vor Dir und durch Dich und für Dich.“
–Romano Guardini

Wer bin ich hinter der Maske?

Ich war 19 und mir ging es wirklich nicht gut. Das Wochenende war eine Katastrophe gewesen: Ich hatte zu wenig geschlafen, zu viel gegessen, eine komplizierte Beziehung noch komplizierter beendet (oder eben nicht – das war mir nicht so ganz klar). Und jetzt sollte der Alltag wieder losgehen. Im Studentenwohnheim wollte ich einfach nur auf mein Zimmer gehen ...

Schon am Eingang begrüßte mich eine Kommilitonin: „Mensch, dir scheint's ja gut zu gehen. Du strahlst ja richtig!“ Ich war erschrocken.

Aber sie hatte recht. Keiner konnte ahnen, wie es mir ging. Ich hatte eine Maske auf, schon jahrelang: der Sonnenschein. Egal, wie es innen aussah, nach außen hin strahlte ich.

Wer bin ich?

Als Theaterpädagogin bin ich fasziniert von Masken.

Da ist Miram, ein Mädchen aus dem Asylbewerberheim in Magdeburg. Das kleine dünne Flüchtlingsmädchen mit unglaublich großen Augen blieb während unserer Theaterworkshops meist schüchtern an der Hand eines Erwachsenen. Doch eines Tages brachte meine Kollegin aus dem Schauspielhaus Kostüme mit. Und Miram bekam das heißbegehrte pinke Schmetterlingskostüm. Sie zog es an und war wie verwandelt. Miram war für eine Stunde ein pinkfarbener Schmetterling. Selbstbewusst strahlend flatterte sie durch den Raum, sprang von Stuhl zu Stuhl und präsentierte sich vor den anderen.

Nur eine Maske? Das kleine Mädchen war ganz anders als sonst. War sie echt? Ja! Diese Maske, dieses Kostüm half ihr dabei, Dinge in ihr zum Glänzen zu bringen, die sonst verschüttet waren.

Das erlebe ich häufig: Durch eine andere Rolle – eine Maske – entdecken Menschen neue Seiten an sich!

Oder Renate. Sie ist über 50, blondiert, gekonnt geschminkt und immer zu allen freundlich. Sie lächelt, egal, was sie sagt, egal, wer ihr gegenübersteht. Aber manchmal lächeln ihre Augen nicht. Wer sie gut kennt, der spürt: Jetzt verkrampft sie sich innerlich und zwingt sich zu diesem Lächeln bis die Situation vorüber ist.

Nur eine Maske? Renate hat ihre Gründe, ihrem Gegenüber nicht direkt zu sagen, was sie denkt und fühlt. Sie schützt sich. Und manchmal vielleicht auch den anderen.

Schutz vor Verletzungen

Es gibt Fechtmasken; Masken, die Ärzte bei einer OP tragen; Tauchmasken ... Diese Masken haben ein Ziel: Schutz. Das Gesicht schützen, damit man sich auf etwas anderes konzentrieren kann.

Menschen, die im Alltag Masken tragen, tun das auch aus einem bestimmten Grund: Schutz. Sie schützen ihr Gesicht, ihr Herz, sich selbst.

Als Kinder trugen wir keine Masken. Wir haben der Welt vertraut, unser Herz offen mit uns herumgetragen. Irgendwann haben wir erlebt: Das tut uns nicht gut. Wir wurden verletzt – durch unsere Familie, Freunde, Lehrer, in Beziehungen, in der Gemeinde. Wir wurden ignoriert, als wir traurig waren; zurückgewiesen, als wir Liebe verschenken wollten; verurteilt, als wir wütend waren. Und haben uns geschworen: Das passiert uns nie wieder! Ab jetzt mit Maske.

Was will ich verbergen?

Begegnen wir also jemandem, der eine Maske trägt, sollten wir genauer hinschauen. **Warum trägt sie jetzt gerade eine Maske? Was ist es, was sie da schützen will?**

Sie fragen sich:
Wer bin ich denn schon, dass ich brillant,
herausragend, talentiert und berühmt
sein sollte?

Andererseits:
Wer sind Sie denn, dass Sie das alles
nicht sein sollten?
Sie sind ein Kind Gottes.
Wenn Sie sich kleiner machen, nützt das
der Welt nichts.
Indem wir unser Licht leuchten lassen,
geben wir anderen Menschen die
Erlaubnis, dasselbe zu tun.

–Nelson Mandela

Oder noch wichtiger: **Wieso wittert sie Gefahr? Wieso trägt sie eine Maske, wenn sie mich sieht? Geht von mir für sie eine Gefahr aus?**

Auch für mich selbst stellt sich die Frage: **Wann trage ich eine Maske, und warum?**

Masken können schützen. Aber Masken sind immer nur für eine bestimmte Zeit gedacht. Wenn der Kampf, die OP, der Tauchgang vorbei ist, wird die Maske abgenommen.

Masken können nämlich auch gefährlich sein, z.B. wenn wir sie über eine Verletzung stülpen, ohne die Wunde darunter zu versorgen. Eine Maske schützt, aber sie heilt nicht. So entsteht eine Lüge. Die Lüge, dass die Maske besser ist als wir selbst. Dass wir uns ohne Maske niemandem zumuten können. Dass das, was dahinter ist, nicht liebenswert ist.

Egal, wie sehr sie uns schützt, wie wichtig sie sein kann, wie angenehm sie ist, wir dürfen nicht vergessen: Es ist eine Maske.

Ich hatte vergessen, die Maske abzunehmen und musste ganz bewusst lernen: Das, was hinter der Maske ist, ist wertvoll, liebenswert, schützens- und nicht versteckenswert.

GEISTLICHER IMPULS

Wenn davon berichtet wird, wie Jesus Menschen begegnet, kommt diese Redewendung immer wieder:

„ER SAH UND ES JAMMERT IHN.“

Jesus begegnet kranken Menschen. Sie knien vor ihm nieder und flehen ihn an, ihn zu heilen. „Und **ES JAMMERT IHN.**“ Jesus steht vor einer großen Menschenmenge. Sie sind ganz begeistert und erwarten Großes von ihm. Jesus sieht sie an: „Als er das Volk **SAH, JAMMERT ES IHN.**“

Dasselbe Wort verwendet Jesus auch im Gleichnis vom verlorenen Sohn. Er erzählt vom Sohn, der seinen Vater verlässt. Er bricht alle Brücken hinter sich ab und geht in die Fremde. Als er zerlumpt und nach Schweinemist stinkend zurückkehrt, heißt es: „Als er aber noch weit entfernt war, **SAH IHN** sein Vater und **ES JAMMERT IHN**, und er lief, fiel ihm um den Hals und küsste ihn.“

Das griechische Wort, das Luther mit „jammerte“ übersetzt hat, verweist auf die Eingeweide. Jesus sieht die Menschen und das berührt ihn in seinem Innersten. Es geht ihm durch und durch. Es zerreißt und quält ihn. In diesen wenigen Worten steckt das ganze Evangelium.

Ich musste lernen, anderen zu sagen: „Es geht mir nicht gut. Ich bin müde. Ich brauche Hilfe. Ich habe heute schlechte Laune.“ Während dieses Lernprozesses habe ich eine erstaunliche Entdeckung gemacht. Als ich meiner Freundin Lisa sagte: „Irgendwie bin ich heute total mies drauf!“, antwortete sie: „Das darf ja auch mal sein.“ Diese Begebenheit ist 16 Jahre her, kommt mir aber vor, als wäre sie gestern gewesen. Dieser einfache Satz hat mich tief berührt.

Sich gegenseitig helfen

Für manche Menschen ist es lebenswichtig, eine Maske zu tragen. Als Schutz oder um entdecken zu können, was in ihnen steckt. Andere müssen sich unter ihrer Maske erst einmal ihren Wunden widmen. Wieder andere müssen lernen, die Maske abzunehmen, Vertrauen zu wagen, ehrlich zu sein vor anderen Menschen, vor Gott. Wieder andere müssen lernen, genauer hinschauen, wenn sie sehen, dass jemand eine Maske trägt: Warum trägt diese Person jetzt eine Maske? Warum gerade die? Was habe ich damit zu tun?

Wir können lernen, Menschen zu sein, die sich selbst trauen, ehrlich zu sein, damit sich andere in unserer Mitte wohlfühlen können und es anderen leichter wird, ihre Masken abzunehmen.

Jesus sagt: „... ihr werdet die Wahrheit erkennen, und die Wahrheit wird euch frei machen“ (Joh.8,32).

Bettina Becker: **Wer bin ich hinter der Maske?**
in: Lydia 3/2014, Gerth Medien, www.lydia.net



Durch seinen Sohn Jesus sieht Gott das Elend der Menschen. Und er betrachtet es nicht von weit weg. Es geht ihm nahe, wie seine Geschöpfe leiden und miteinander umgehen, wie sie sich von ihm abwenden und ins Verderben rennen. Es geht ihm nahe und er greift ein.

ER SAH UND ES JAMMERT IHN – in diesem kleinen Satz wird sichtbar und spürbar, was es bedeutet, dass Gott uns liebt.

Es kommt zusammen, was bei uns oft auseinanderfällt. Liebe und Wahrheit. Die Liebe, mit der Jesus uns liebt, blendet die Schwierigkeiten, die wir haben, nicht aus. Seine Liebe geht nicht oberflächlich über das hinweg, was in unserem Leben falsch läuft. Vielmehr hilft uns seine Liebe, das Falsche zu erkennen und zurecht zu bringen. Seine Liebe ist so grundsätzlich an unserem Besten interessiert, dass ihm unsere blinden Flecken nicht gleichgültig sind. Er sieht das, was uns hindert, ein gutes Leben zu führen und spricht es an. Damit sich etwas ändern kann.



Mit den Augen eines Kindes

Ich wünsche uns, dass wir einander so ansehen können wie wir von Gott angesehen sind.

Gesellschaft und unter uns kursieren, auf die Geschichte vom barmherzigen Samariter übertragen, klingen sie irgendwie unpassend, oder?

„SELBER SCHULD, DER HÄTTE AUCH BESSER AUF SICH AUFFASSEN KÖNNEN UND EINEN ANDEREN WEG EINSCHLAGEN.“

„DA KÖNNTE JA JEDER KOMMEN. DER BELASTET UNSER SOZIALSYSTEM, OHNE DASS ER IRGEND ETWAS DAFÜR GELEISTET HAT.“

„DER SOLL SICH NICHT SO ANSTELLEN. UNS WIRD AUCH NICHTS GESCHENKT. JEDER MUSS SELBER SEHEN, WIE ER KLARKOMMT.“

Der Samariter hat den Reisenden, der unter die Räuber gefallen war, so angesehen, wie Jesus uns ansieht. Mit Wertschätzung und Liebe, mit Achtung und Respekt, mit Empfindsamkeit und Offenheit. Er ließ sich berühren von der Schwäche und der Not des anderen.

Jesus **SAH** den betrügerischen Zöllner auf dem Baum, der sich vor allen versteckte. Jesus **SAH** die Frau, auf die alle mit Fingern zeigten. Jesus **SAH** den aussätzigen Mann, zu dem alle großen Abstand hielten. Jesus **SAH** seine Jünger, die Angst davor hatten, zu kurz zu kommen. Jesus **SAH** die Menschen an. Die Menschen kamen durch ihn mit der bedingungslosen Liebe Gottes in Berührung. Das war der Ausgangspunkt dafür, dass etwas in Bewegung kam und sie ihr Leben ändern konnten.

Ich wünsche uns, dass wir einander so ansehen können wie wir von Gott angesehen sind. Damit andere durch uns mit der bedingungslosen Liebe Gottes in Berührung kommen und unser Leben in Bewegung kommt.

Auszüge aus einer Predigt von Pfarrer Gottfried Heinzmann: **Die Augen sind ein Spiegel** / www.zieglersche.de/glauben-erleben/predigt-05-du-siehst-mich.html

Hier geht es zu der vollständigen Predigt von Gottfried Heinzmann.



Interessanterweise verwendet Jesus das Wort **„ES JAMMERE IHN“** noch in einem anderen Gleichnis. Es ist das Gleichnis vom barmherzigen Samariter. Das Wort steht an der Stelle der Geschichte, wo der Samariter den Verwundeten sieht. Alle anderen sind vorbeigegangen. Der Priester, der Levit – nur der ausländische ungläubige Samariter zeigt eine Reaktion: „Als er ihn [den verwundeten und halb tot geschlagenen Reisenden] **SAH, JAMMERE ES IHN.**“ In diesem einen Wort kommt zum Ausdruck, dass der Samariter den Verwundeten so ansieht, wie Jesus die Menschen ansieht.

Wie sehen wir einander an? Das ist eine ganz wichtige und entscheidende Frage.

Wir Gesunden, die kein Problem mit dem Alkohol haben, die Kranken, die abhängig geworden sind?

Wir Einheimischen, die ein gesichertes Einkommen und ein Dach über dem Kopf haben, die Geflüchteten, die ihr nacktes Leben gerettet haben und bei uns Zuflucht suchen?

Wir Glaubenden, die wir in Jesus den Weg, die Wahrheit und das Leben gefunden haben, die Menschen mit einer anderen Religion oder einer anderen Überzeugung?

Man kann es als Grundaufgabe der Diakonie verstehen, die Menschen mit den Augen Gottes anzusehen. Man kann es als Grundbeauftragung von Christen verstehen, anderen Menschen Ansehen und Würde zu geben, weil wir selbst und mit uns alle Menschen von Gott Ansehen und Würde geschenkt bekommen. Und doch scheitern wir immer wieder daran. Ich möchte das an einem scheinbar kleinen Punkt deutlich machen. Und zwar an der Frage, wie wir miteinander oder übereinander reden. An dieser Frage wird sehr viel von dem deutlich, wie wir einander ansehen.

- Wie denken und reden wir über Menschen, die aus ihrem Heimatland fliehen mussten und in Europa Zuflucht suchen?
- Wie denken und reden wir über Menschen, die arbeitslos sind und von der Sozialhilfe leben?
- Wie denken und reden wir über Menschen mit einer Behinderung, über Menschen mit einer Suchterkrankung, über Menschen, die Hilfe brauchen?
- Wie denken und reden wir über Jugendliche, die mit manchen Irritationen ihren Weg ins Leben suchen? Wie über Nachbarn, die nicht grüßen? Wie über Menschen, die uns nicht sympathisch sind?



„Wenn ihr nicht ... werdet wie die Kinder, werdet ihr nicht in das Himmelreich hineinkommen.“ (Mt.18,3f)

Wie Kinder zu werden, das klingt zunächst nach einem Rückschritt. Sofort spielt sich bei mir Kopfkino ab und ich sehe mich als Kind, das von klein auf jeden Sonntag in der Messe war. Als Kindergartenkind dachte ich immer, dass der Mann mit dem schönen Gewand, der mal vor, mal hinter dem Altar stand, Gott sei. Aber dann sprach er immer über Gott und zu Gott – also konnte er das doch nicht sein, dachte ich mir. Also fragte ich eines Sonntags ganz unverblümt: „Mama, ist das da vorne Gott?“ Ich bekam ein „Schhh“ und ein leises „Nein, Gott kann man nicht sehen“.

Im Evangelium sind es Erwachsene, die sich wie reichlich kindische Streithähne verhalten. Der Kontext, in dem sich die Szene abspielt, ist der Rangstreit der Jünger. Die scheuen sich nicht, ihren Lehrer zu fragen, wer denn der Größte sei. Jesus zeigt eindrücklich, worum es wirklich geht, indem er das Kind ins Zentrum der Aufmerksamkeit platziert – öffentlich, so dass jeder zusehen und zuhören kann:

„In jener Stunde kamen die Jünger zu Jesus und fragten: Wer ist denn im Himmelreich der Größte? Da rief er ein Kind herbei, stellte es in die Mitte und sagte: Amen, ich sage euch: Wenn ihr nicht umkehrt und werdet wie die Kinder, werdet ihr nicht in das Himmelreich hineinkommen. Wer sich so klein macht wie dieses Kind, der ist im Himmelreich der Größte. Und wer ein solches Kind in meinem Namen aufnimmt, der nimmt mich auf.“ (Mt.18,1-5)

Mit seiner Antwort stellt Jesus drei Aspekte in den Vordergrund.

- Nur wer klein ist, wird groß. Die Welt mit den Augen eines Kindes zu sehen, meint die Rückbesinnung auf die eigentlichen Werte des Menschseins, sich frei machen von Anhängigkeiten, sich auf das Wesentliche im Alltag konzentrieren. Die Bereitschaft zur Umkehr, der Wille, zu einem tiefgründigen Glauben durchzudringen, helfen uns, uns

neu zu orientieren und fokussieren. Es bedeutet auch, sich selbst zurückzunehmen. Im Himmelreich sind die Maßstäbe anders gesetzt: Für Gott zeichnet sich Größe durch Demut aus. Wer der Größte sein will, der muss sich selbst in die Hilfsbedürftigkeit eines Kindes erniedrigen.

- Das Bild mit dem Kind in der Mitte ist ein Bild für Jesu eigenes Leben. In der Beziehung zu Gott ist er ja selbst Kind. Er lebt ganz aus Gott und von Gott her. Jesu Reden sind Gottes Worte und Jesu Handeln sind Gottes Taten. Er ist uns Vorbild und der Weg zu Gott selbst. Von ihm müssen wir lernen. Ihm nachzufolgen bedeutet, auf der richtigen Spur zu sein, sein Kreuz auf sich zu nehmen, wie er es freiwillig getan hat. Er hat sich selbst erniedrigt, um von Gott erhöht zu werden (vgl. Mt.23,12). Das hat eine starke Bedeutung für uns.

In dieser Beziehung dürfen auch wir Gott mit „Vater“ ansprechen. Das zeigt seine Fürsorge uns Menschen gegenüber, wie die eines liebenden Vaters ist, der uns umarmen will.

- In Gesten der Nächstenliebe wird Gott erfahrbar. Wenn wir die Liebe Gottes annehmen und teilen, dann zeigen wir auch, dass wir Kinder Gottes sind und nicht nur so heißen. Sind wir bereit, der Liebe des Vaters durch uns Ausdruck zu verleihen?

Das Auge ist in der biblischen Anthropologie (also in der Lehre vom Menschen) von besonderer Bedeutung. Mit dem Auge drückt sich der ganze Leib des Menschen aus.

Hell ist es für denjenigen, der vom Inneren her gut ist, weil er Gutes denkt und tut. So erkennt er Gott. Dementsprechend bleibt derjenige, der Böses denkt und in Gottesferne lebt, im Dunkeln.

Damit wir als Erwachsene Gott erkennen können, müssen wir lernen, mit den Augen eines Kindes zu sehen – klein, einfach und unbeschwert mit leeren Händen vor Gott. Wer es schafft, so zu werden wie ein Kind und das vielleicht sogar durch die eigene Körperhaltung ausdrückt, etwa im Knien vor Gott, der ist nicht rückschrittlich, sondern befindet sich bodenständig auf dem richtigen Weg.

Miriam Pawlak
www.youpax.de/content/mit-den-auge-eines-kindes.php



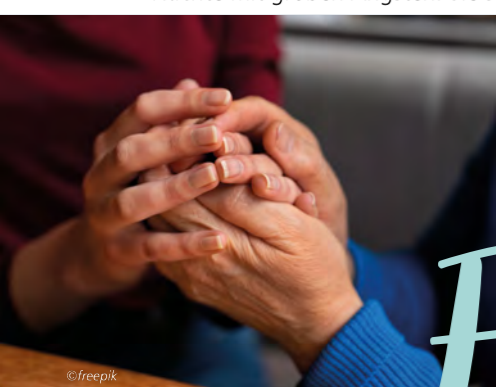
Sieht Gott mich?

Über einen Rettungsring, das Sterben der alten Mutter – und mein Lebensgefühl, als unsichtbares Kind aufzuwachsen

Ich bin in einer Familie aufgewachsen, in der ich die Rolle des „unsichtbaren“ Kindes hatte. Seit ich denken kann beschäftigt mich deshalb die Frage: Sieht Gott mich? Sieht er mich wirklich – ganz persönlich, in meiner realen Situation, mit meiner Sorge, meiner Sehnsucht, meiner Not – jetzt und hier? Zu einem unsichtbaren Kind wird man, wenn man – etwa aufgrund der Familienkonstellation oder verschiedener anderer äußerer Umstände – leicht übersehen wird. Oder weil man sich selbst zurückzieht aus dem Gefühl heraus, nicht wichtig zu sein. Bei mir lag es an mehreren Dingen, dass ich mich nicht gesehen fühlte – und sicherlich oft auch nicht gesehen wurde mit meinen Bedürfnissen und Wünschen, mit meinen Eigenarten und Gaben. Zum einen waren meine beiden Eltern berufstätig als Selbstständige. Dazu kam unser großer Haushalt mit fünf Kindern – ich war das Vierte. Um meine Eltern nicht noch mehr zu belasten, ging ich eher „auf Zehenspitzen“ durchs Leben und meldete keine großen Ansprüche an. So etwas prägt. Selbst dann noch, wenn man seine Kindheitsgeschichte mit Gott aufgearbeitet hat und sich heute auf einem anderen Stand sieht. Gewisse Muster bleiben wie Stempelabdrücke tief eingepreßt und werden zu Fallen, in die man immer wieder tappen kann. Und natürlich hat so eine Lebensprägung auch Auswirkungen auf meinen Glauben. Sieht der große Gott mich wirklich? Bin ich bedeutsam für ihn? Ist er gewillt, mir persönlich zu helfen? Ich habe oft Mühe gehabt, wahrzunehmen, dass Gott auf mich – wirklich auf mich persönlich – achtet.

Mit ihren 92 Jahren nehme ich meine Mutter zu uns. Sie ist ihr Leben lang gläubig, und im Alter hat ihr Vertrauen zu Jesus und ihre Beziehung zu ihm eher noch zugenommen. Sie liegt in ihrem Bett in der festen Gewissheit, dass Jesus in der Ewigkeit auf sie wartet. Sie sehnt sich danach. Doch wie viele Sterbende hat sie kurz vor ihrem Tod sehr unruhige Tage und Nächte mit großen Ängsten. Sie schläft schlecht, Alpträume

quälen sie. Sie spricht fast gar nicht mehr, doch ihre Hände fahren unruhig über die Bettdecke, ihre Blicke sind wirr und ängstlich. „Frieden“ flüstert sie zuweilen flehentlich. Ich versuche mein Bestes.



Frieden

Ich sitze an ihrem Bett. Ich streichele ihre Hände und rede beruhigend mit ihr. Ich bete mit ihr. Ich biete ihr das Abspielen geistlicher Lieder an, doch sie schüttelt den Kopf, sie mag nicht. Sie hat noch nie in ihrem Leben Musik für sich angestellt. Also auch im Sterben nicht. Und die Ängste bleiben. Es zerreißt mir das Herz. Was kann ich nur für sie tun, damit sie getrost und ruhig wird? Jahre zuvor ist mein Mann wie so oft auf dem Flohmarkt gewesen und hat stolz seine Beute mitgebracht: einen echten Rettungsring von einem

Cuxhavener Fischkutter. Ich fand den Kauf überflüssig und ärgerte mich eher. Doch mein Mann hängte den Rettungsring fröhlich in unserem Gästezimmer im dreieckigen Giebel auf. Das Besondere daran? Auf dem Rettungsring steht der Name des Kutters: „Frieden“. Auf einmal fällt der Blick meiner Mutter darauf. Zitternd hebt sie ihre Hand und zeigt auf den Rettungsring. „Frieden“ flüstert sie und ein ganz kleines Lächeln huscht über ihr Gesicht.

Gott hat einer Sterbenden den Rettungsring zugeworfen. Er hat sie, die sich schon irgendwo zwischen Leben und Tod befand, auf einzigartige Weise erreicht und berührt. Seit diesem Moment ist sie ruhig. Schon Jahre zuvor scheint Gott gewusst zu haben, dass dieser Rettungsring einmal nötig sein würde. Dass er da hängen muss und auf den Zeitpunkt seines Einsatzes wartet. Dass der Blick meiner Mutter auf eine Zusage Gottes fällt und sie tröstet. Ist Gott nicht wunderbar? Ich merke, wie ich manchmal so überhaupt keine Ahnung von ihm habe ... Gott ist nicht an Zeit gebunden. **Gott ist nicht an eine gute oder schlechte Absicht von Menschen gebunden. Gott ist nicht an Umstände gebunden. Er kann in unsere Geschichte eingreifen und Dinge so ordnen und bewirken, dass sie uns zum Guten werden.** An einem Sonntagabend stirbt meine Mutter friedlich im Schlaf, während ich ihre Hand halte. Kurz darauf läuten die Abendglocken der nahen Kirche. Sie ist bei Jesus angekommen.

Wie können wir sicher sein, dass Gott uns sieht? Ich bin überzeugt: indem wir ihn sehen lernen. Ihn in den kleinen Dingen und Ereignissen des Lebens wahrnehmen lernen. Gerade Krisen können Chancen sein, sich von der Oberfläche des Alltags zu lösen und hinter die Dinge zu schauen. Nicht an Zufälle zu glauben, sondern an Gott, der auf geheimnisvolle Weise in unser Leben verwoben und eingebunden ist – schließlich haben wir ihn dazu eingeladen! Im Nach-Denken stoße ich auf immer weitere, manchmal unscheinbare Details, die ich erst im Nachhinein wahrnehmen und bewerten kann. Ich werde sicher und habe es erlebt, dass Gott mich, das „unsichtbare“ Kind, gesehen hat. Und genauso hat er meine Mutter gesehen. Hat gewusst, was sie braucht und hat ihr beigeistanden. Hat er uns Schwierigkeiten und Leid erspart? Nein, aber er hat uns darin begleitet, er war dabei.

Er sieht uns. Die Frage ist: Sehen wir ihn auch?

Susanne Tobies: **Sieht Gott mich?** in: Aufatmen 3/2021, SCM Bundes-Verlag, www.bundes-verlag.net



Wie oft ringen Kinder um die Aufmerksamkeit der Eltern? Auch viele Erwachsene blühen auf, wenn man sich ihnen wirklich zuwendet. In Psalm 139 wird klar, wie sehr Gott uns seine Aufmerksamkeit widmet. Seine Zuwendung hat das Zeug, unser ganzes Leben zu prägen.

Lesen Sie Psalm 139,1-6.13-16

1. IN GOTTES ZUWENDUNG GEBORGEN

Viele Psalmen sind als Hymnen geschrieben, die zum Lob Gottes aufrufen. Andere sind sehr persönliche Gebete. Zu diesen gehört Psalm 139. In ihm geht es um wunderbare Aussagen über Gott, die sich in den Niederungen des eigenen Lebens als verlässlich erweisen. David betet diesen Psalm nicht mit dem Rückenwind von Erfolg und Mühelosigkeit, er erlebt sich vielmehr angefeindet und bedrängt (V19-24). Das verleiht der Hauptaussage noch mehr Nachdruck: Wir sind mit unserem ganzen Leben in Gottes Zuwendung geborgen.

FRAGEN & GESPRÄCHSIDEEN

- Gottes liebevolle Aufmerksamkeit gilt Ihnen ganz persönlich. Sie leben unter seinem Segen. Und Sie stehen in der Verantwortung vor Ihrem Schöpfer. Was bedeutet das für Ihren Alltag?
- Gott sieht alles. Welche negativen Gedanken und Prägungen melden sich bei Ihnen bei dieser Aussage? Inwieweit behindern solche Vorstellungen eine vertrauensvolle Beziehung zu Gott?
- Gottes Wirken steckt in jeder Phase Ihres Lebens. **Vergangenheit:** Wo sind Sie im Rückblick dankbar für Gutes, mit dem Gott Ihr Leben reich gemacht hat? Fallen Ihnen schwierige Zeiten ein, in denen die Gegenwart Gottes dennoch Gutes bewirkt hat? **Gegenwart:** Tauschen Sie sich darüber aus, was Ihnen persönlich hilft, sich für Gottes Wirken mitten im Alltag zu öffnen. **Zukunft:** Was wünschen Sie sich für Ihre Zukunft? Gibt es etwas, das Sie mit Gottes Hilfe verändern möchten? Was möchten Sie mit Gottes Unterstützung erreichen?
- Psalmen sind Gebrauchstexte. Sie entfalten ihre Wirkung, wenn wir sie nicht nur bedenken, sondern beten. Gerade dann, wenn Sie selbst sprachlos sind, dürfen Sie Davids Worte leihen. Sie sind fürs richtige Leben geschrieben. David hält Zwiesprache mit seinem Gott. Er spricht aus, was ihn bewegt. Und er empfängt Gottes Zuspruch für sein Leben.

2. GOTTES ALLWISSENHEIT (V.1-6)

Gott nimmt uns in allen Alltagsaktivitäten wahr – sitzen, stehen, arbeiten, ruhen. Alle Pläne und Gedanken, sogar das, was wir in Zukunft sagen, kennt Gott schon. Das ist unfassbar und kostbar. Es kann sich aber auch bedrohlich anfühlen und einengend. David erfährt beides – die segnende und richtungsweisende Hand Gottes. Damit gilt: Wir leben Verantwortung vor ihm. Es ist nicht gleichgültig, wie wir leben. Gott interessiert sich wirklich dafür und will unser Leben prägen.

3. GOTTES ALLWIRKSAMKEIT (V.13-16)

Gott wirkt und handelt in jeder Phase unseres Lebens. Er ist von Anfang an dabei: „Du hast meine Nieren geschaffen“ (V13). In der Vorstellung damals waren die Nieren nicht nur ein körperliches Organ. Sie galten als Sitz der Empfindungen, des Gewissens und des innersten Selbstwertgefühls. In unserem Sprachgebrauch klingt das noch in Redensarten an: „Das geht mir an die Nieren“ oder „auf Herz und Nieren prüfen“. Damit wird bewusst: Gott hat nicht nur unseren Körper geschaffen, sondern unsere ganze Person mit Leib und Seele, mit Emotionen und Gewissen.

In V15 erwähnt David den Mutterschoß. Wie sehr Gott in seinem Leben von Beginn an wirkt, erfüllt David mit Ehrfurcht. Nicht nur die überwältigende Schöpfung kommt von Gott, sondern auch der Mensch als einzigartiges Individuum ist wunderbar vom Schöpfer gemacht. Für jeden einzelnen Menschen und seinen Lebensweg gilt diese Wertschätzung und persönliche Zuwendung Gottes.

In V16 wird deutlich: Die Aufmerksamkeit des Schöpfers umfasst die Vorgeschichte jedes Menschen, seine Gegenwart und die Gestaltung seiner Zukunft.

Die Feststellung „du durchschaust mich“ (V1) und die Bitte „Durchforsche mich ... bring mich zurück auf den Weg zu dir“ (V23-24) bilden einen Rahmen um den Psalm. Gott durchschaut uns völlig ohne unser Zutun. Aber es gibt einen Raum in unserem Leben, den können wir für Gottes Wirksamkeit öffnen oder eben nicht. Wer sich der Verantwortung vor Gott stellt und sich für sein Handeln öffnet, kann göttlichen Segen und Frieden mitten in der eigenen Lebensgeschichte erfahren.

In welchen Momenten kommen Ihnen diese Verse aus Psalm 139 leicht über die Lippen?

In welchen Zeiten fällt Ihnen das Beten dieser Verse schwer? Vielleicht brauchen Sie gerade dann den Zuspruch Gottes, der darin steckt. David hat den Psalm nicht in der Komfortzone verfasst, sondern als er in Schwierigkeiten steckte.

- Gibt es ungeklärte Probleme, für die Sie um den Frieden Gottes bitten wollen? Oder Schuld, für die Sie noch nicht um Vergebung gebeten haben? Dann nehmen Sie Gott beim Wort: 1.Joh.1,9!

Ingrid Jope: **Frei – mein Leben anzuschauen** in: HKM34 2/2015, SCM Bundes-Verlag, www.bundes-verlag.net

Zusatzmaterial zu Seite 11:

Von außen betrachtet:

Vor einigen Jahren träumte ich, ich sei neidisch auf mich selbst. Ich habe mir vorgestellt, ich würde mein Leben von außen betrachten, und habe mich gefragt: Worauf wäre ich neidisch, wenn ich nicht ich selbst wäre?

unsplash.com © Dan Cristian Padure

Tipp:

Betrachte dein Leben aus der Perspektive eines Fremden: Nötigere alle Eigenschaften und Erfahrungen, auf die du neidisch wärst, wenn du nicht du wärst.

Sei dankbar für das Schöne, Gute, Interessante, das du in deinem Leben findest.

Kerstin Hack: **Selbstannahme** © 2010, Down to Earth, Berlin, www.down-to-earth.de

Was du anstarrst, wächst.

Kürzlich habe ich einen Satz gehört, der mich sehr nachdenklich gemacht hat: „Das, was du anstarrst, wächst.“ Damit war nicht das gemeint, was wir mit den Augen in unserem Kopf sehen, sondern das, was wir mit den Augen unseres Herzens ansehen. Das wird größer. Dahinter steckt folgende Wahrheit: Was deine Aufmerksamkeit gefangen nimmt, wächst in dir und deinem Leben. Es hat eine Auswirkung. Du wirst erfüllt davon, positiv oder negativ.

Das Unmögliche sehen

Jesus beginnt seine Reden auffallend oft mit dem Wort: „Siehe ...“ Es bedeutet: Merke auf, nimm es wahr, lenke deine Aufmerksamkeit darauf – siehe! Als Petrus auf Jesus schaute, konnte er aus dem Boot steigen und auf dem Wasser gehen. Er konnte das Unmögliche tun. Dann passierte es: Petrus lenkte seine Aufmerksamkeit auf die Wellen – er schaute in die falsche Richtung. Und damit landete er wieder auf der Ebene des Möglichen und sank.

Worauf siehst du? Auf das, was Jesus kann? Oder auf die Wellen? Auf die Ebene des Möglichen oder auf die Ebene des Unmöglichen, das Gott tun kann? Mit unseren Augen sehen wir die irdische Dimension, in unserem Geist sehen wir die Dimensionen des Himmels – den übernatürlichen Bereich. Worauf du deine inneren Augen richtest, das nimmt an Einfluss zu.

Je mehr du dem Negativen nachgibst, desto mehr wird es dein Leben prägen. Vielleicht ist es dein Nachbar, der dich geärgert hat oder Probleme in deiner Familie, die dich nicht schlafen lassen oder finanzielle Probleme, bei denen du nicht mehr weißt, wie es weitergeht. Es nimmt Raum ein in deinem Denken. Es nimmt dir Lebensqualität, raubt den Frieden, den Schlaf, den Appetit. Gib diesen Dingen keinen Raum in dir.

Den Zusagen trauen

Wenn du auf die Gegenwart des Übernatürlichen schaust, steht dein Glaube auf. Glaube kommt nicht aus dem, was du mit deinen natürlichen Augen wahrnimmst – dafür brauchst du keinen Glauben mehr. „Der Glaube ist der tragende Grund für das, was man hofft: Im Vertrauen zeigt sich jetzt schon, was man noch nicht sieht.“ (Hebr.11,1) Schau mit deinen geistigen Augen auf das, was du noch nicht siehst, und es wird wachsen in dir.

Gott gab Abraham eine prophetische Sicht. Er schaute die Sterne an. Jeden Tag, immer und immer wieder. Und eines Tages sprach Gott zu ihm: „Blicke auf zum Himmel und zähle die Sterne, wenn du sie zählen kannst!“ Und dann gab Gott ihm ein Versprechen: „So zahlreich wird deine Nachkommenschaft sein!“ In diesem Moment glaubte Abraham, was Gott gesagt hatte (1.Mo.15,5-6).

Ich kann mir vorstellen, wie er in den Nächten darauf dasaß, vor seinem Zelt, und die Sterne beobachtete. Wie er sich daran erinnerte, was Gott ihm gesagt hatte und wie er kopfschüttelnd dachte: „Keine Ahnung, wie das gehen soll – aber Gott hat es gesagt!“ Und dann bekam er im Alter von 100 Jahren einen Sohn: Isaak.

Worauf schaust du? Gott hat auch dir Zusagen gegeben in seinem Wort. Er ist dein Hirte. Er wird dich nicht verlassen. Er holt dich aus dem dunklen Tal heraus. Er kennt dich. Wenn du ihn anrufst, wird er hören. Jesus sagt:

„BLICKE AUF ZUM HIMMEL UND ZÄHLE DIE STERNE, WENN DU SIE ZÄHLEN KANNST!“

„Ich bin bei euch alle Tage.“ Eine Verheißung von Gott. Ganz ähnlich der für Abraham. Und genauso können wir reagieren: „Keine Ahnung, wie das gehen soll – aber Gott hat es gesagt!“

Proklamiere deine Verheißungen und rufe sie immer wieder in Existenz, damit sie Raum gewinnen in dir. Glaube ist, wenn du mit deinen geistlichen Augen auf das siehst, was Gott sagt – und es real wird in deinem Herzen. Schau auf die Tatsache

MEINE AUGEN SEHEN – NUR WAS EIGENTLICH?

Meine Augen sehen vielerlei jeden Tag.

Jetzt im Frühling sehe ich vor und hinter unserem Haus blühende Blumen und Büsche, eine willkommene Abwechslung nach Monaten des grauen Einerlei! Viele verschiedene Menschen sehe ich jeden Tag – auf dem Weg zur Arbeit, in Sitzungen und Gesprächen, beim Konfirmandenunterricht, im Gottesdienst. Manche sehe ich häufig, andere gelegentlich, wieder andere nur sehr selten.

Meine Augen sehen natürlich nicht nur das, was sie gern sehen wollen.

Manchmal werde ich Augenzeuge von Streitigkeiten, vielleicht muss ich sogar einen Unfall mit ansehen. Im Fern-Sehen bekomme ich noch ganz anderes zu Gesicht: Krieg, Hunger, Krankheit, menschliche Not. Dinge, die ich aus der Nähe nicht betrachten möchte. Meine Augen erfassen, was ich für die Realität unseres Lebens halte; doch vieles bleibt ausgeblendet oder zumindest so wohltdosiert, dass man es gerade eben noch gut ertragen kann.

Meine Augen sehen stets auf den Herrn, sagt der Psalmist. (Ps.25,12)

Übertreibt er? Jedenfalls würde ich nicht so vollmundig formulieren ... Aber sehen meine Augen denn wenigstens manchmal auf den Herrn? Wohin soll ich überhaupt blicken, damit meine Augen den Herrn sehen?

Überliefert ist das Gespräch eines Rabbis mit seinen Jüngern. Der Meister fragt: „Wann endet die Nacht und der Tag beginnt?“ Der erste Schüler schlägt vor: „Wenn man in der Dämmerung einen Hund von einem Kalb unterscheiden kann.“ Der Rabbi schüttelt den Kopf. Der zweite Schüler bietet an: „Wenn man im Morgengrauen einen Menschen von einem Baum unterscheiden kann.“ Auch dies befriedigt den Meister nicht. Darauf wollen die Jünger die Antwort von ihm erfahren, und der Rabbi bekundet: „Wenn du ins Antlitz deines Nächsten blickst und erkennst darin deinen Bruder oder deine Schwester, dann endet die Nacht, dann beginnt der Tag.“

„Meine Augen sehen stets auf den Herrn; denn er wird meinen Fuß aus dem Netze ziehen“, betet der Psalmist, und zugleich bittet er: „Zeige mir, Herr, deine Wege, lehre mich deine Pfade.“ Auf den Herrn zu sehen bedeutet also zugleich, auf das zu achten, was Gott getan hat und tut, damit wir jenen Weg entdecken, den es zu gehen gilt in der Nachfolge Jesu Christi.

So fundamental es auch aus unserem Blickwinkel ist, dass uns das Augenlicht geschenkt ist – es geht nicht eigentlich um Visuelles. Die zahlreichen Berichte von Blindenheilungen im Neuen Testament laufen allesamt darauf hinaus, dass Menschen – gerade auch den Zeugen dieser Wundertaten – die Augen aufgehen für das, was Gott tut und will.

des Übernatürlichen und nicht auf das Irdische und richte deinen Blick auf das, was Jesus tun kann. Vertraue ihm!

Isolde Müller, Leiterin des Missionswerk Karlsruhe
Ungekürzte Fassung des Artikels unter: www.missionswerk.de/was-siehst-du-artikel/

und im Bonusmaterial zu diesem Heft www.sv-web.de/Medien



unsplash.com ©Hermes Rivera

Meine Augen sehen stets auf den Herrn – und das nicht nur in der Kirche. **Der Herr will dort gefunden werden, wo ich meine geringsten Schwestern und Brüder treffe.** Denn da, wo Menschen leiden, da leidet Gott. Da, wo Menschen geopfert werden, sollte mir der gekreuzigte Herr vor Augen sein. Die Frage ist, ob ich ihn dann erkenne.

„Meine Augen sehen stets auf den Herrn“ liebe sich auch so sagen: „Mein Herz ist ganz auf Gott ausgerichtet.“ Ihm vertraue ich. Ihm gehorche ich. Ihm folge ich nach, so gut ich es eben vermag.

Stephan Schaar, Ungekürzte Fassung:
www.reformiert-info.de/Meine_Augen_sehen_nur_was_eigentlich-31302-0-84-9.html



AUGENKONTAKT

Wer einmal in die gütigen Augen Gottes geblickt hat, der mag sich selbst nicht mehr missgünstig, ungnädig oder lieblos handeln sehen.

Denn Gottes Blick verwandelt unsere Sehgewohnheiten.

Lk.15,1-32
Hans-Joachim Eckstein



pixels.com ©Emmie Horneath

10x „Ich möchte“

– Säen und ernten: Proviant für eine zukunftsorientierte Lebensgestaltung –

Wie können wir als Glaubende und engagiert Mitarbeitende auch in zehn oder zwanzig Jahren noch geistlich fit sein? Wie können wir zu der Weisheit reifen, die dann gefragt ist? Meine Antwort: Wir säen heute, was wir morgen ernten! Anders ausgedrückt: Die Lage, in der ich mich heute befinde, ist zu einem erheblichen Teil das Resultat meiner (Nicht-)Entscheidungen von gestern. Folglich: Die (Nicht-)Entscheidungen von heute bestimmen mein Leben von morgen. Die folgenden 10 Thesen schrieb ich vor mehr als 20 Jahren in der Mitte meines Lebens als persönliche Leitlinien für die zweite Lebenshälfte. Heute – fast 70jährig – schaue ich dankbar zurück:

1. Ich möchte morgen immer noch im kindlichen Vertrauen den Zuspruch der Gnade Gottes über meinem Leben gelten lassen und nicht ein gesetzlicher und verbitterter Mensch werden, der sich seines Heils nicht gewiss ist.

Bei vielen Christen bleibt der einfache Glaube im Schatten von komplexen Lebensfragen, schweren Erfahrungen und Routine auf der Strecke. Deshalb: Heute den kindlichen Glauben pflegen. Das Evangelium nicht aus den Augen verlieren. Gute geistliche Texte lesen. Staunen und Dankbarkeit nicht vergessen. Immer wieder mit leeren Händen vor Gott stehen.

2. Ich möchte morgen zusammen mit Freunden durch die schönen und schweren Zeiten gehen und nicht einsam und verlassen dasitzen.

Deshalb will ich heute in Beziehungen investieren: Tragfähige Beziehungen entstehen nicht einfach so und nicht ohne dass ich etwas investiere. Wer solche Beziehungen in der ersten Lebenshälfte nicht aufbaut, wird spätestens an seinem 50. Geburtstag merken, dass er allein ist! Folglich: Zeit und Energie in langfristige Beziehungen investieren ist kein Luxus, sondern geradezu strategisch für die späteren Lebensphasen.

3. Ich möchte morgen, wenn die Kräfte nachlassen, mit denen ich mein Leben im Griff halte, mich nicht schämen müssen über mein wahres Wesen, das dann zum Vorschein kommt.

Deshalb die inneren Defizite heute selbstkritisch wahrnehmen und im Gespräch mit Jesus – allenfalls mit seelsorgerlicher Hilfe – an einer inneren Veränderung arbeiten. Die Liste der Geistesfrucht in Gal.5,22 bietet einen guten Orientierungspunkt.

4. Ich möchte morgen befreit leben und mein Leben nicht damit verbringen, den Ballast der Vergangenheit zu schleppen.

Deshalb will ich heute keinen Ballast anstauen. Was das Aufstehen am Morgen schwer und unerträglich macht, ist nicht die eigentliche Arbeitsleistung des Tages, sondern der Rucksack, der mit ungeklärtem Ballast aus der Vergangenheit gefüllt ist – unbereinigte Schuld gegenüber Menschen und Gott! *Fazit: Vergebung und Versöhnung suchen, so schnell wie möglich.*

5. Ich möchte morgen zufrieden zurückblicken und nicht immer nur darüber grübeln müssen, warum ich in meinem Leben nicht das getan habe, was ich eigentlich wusste, dass ich es hätte tun sollen.

Deshalb will ich heute die innere Stimme (die Stimme Gottes in mir) ernst nehmen. Die meisten Menschen wissen in den meisten Situationen, was sie eigentlich tun sollten – aber sie trauen ihrer inneren Stimme (oder der Stimme Gottes in ihnen) oft nicht oder hören sie gar nicht. *Fazit: Mehr Stille und Übung, um auf die innere Stimme zu hören – und dann entsprechend handeln.*

6. Ich möchte morgen glücklich sein und nicht vor allem damit beschäftigt, den Scherbenhaufen meines Lebens zu betrachten und mich über meine Dummheiten zu ärgern.

Deshalb will ich heute konsequent den potentiellen Stolpersteinen aus dem Weg gehen. Die großen Versuchungen, die uns in die Falle locken und später das Leben schwer und unerträglich machen, liegen in den Bereichen Geld, Sex und Macht. Jesus hat nicht von ungefähr in diesen Bereichen Radikalität gefordert. Also: Keine unklaren und riskanten Finanzangelegenheiten, keine Geschichten mit dem anderen Geschlecht, keine Machtkämpfe! Und wenn ich stolpere... gibt es bei Gott Vergebung und Neuausrichtung!

7. Ich möchte morgen mit leichtem Gepäck leben und nicht unter der Last der Arbeit und Verantwortung zugrunde gehen und meine Mitmenschen ärgern, weil ich nicht loslassen kann.

Deshalb will ich heute loslassen einüben. Mit zunehmendem Alter wird das Nicht-Loslassen-Können zu einer großen Last für den Betroffenen selbst und für die anderen. *Fazit: Schon heute im Kleinen loslassen lernen – Besitz weggeben, Aufgaben wieder abgeben, Verantwortungen wieder abgeben. Loslassen ist bei den Dingen am schwierigsten, die ich selber ins Leben gerufen habe – und wird schwieriger, je länger ich etwas festhalte.*

8. Ich möchte morgen noch genügend beweglich sein, um mich dort zu verändern, wo es dann richtig und wichtig ist.

Deshalb will ich heute Beweglichkeit und Veränderung üben. Veränderungen laufen nach gewissen Mustern ab, die durchaus auch lernbar sind. Diese lassen sich aber definitiv einfacher in jüngeren als in späteren Jahren einüben. Folglich: Selbstkritisch sein. Nahe bei der jüngeren Generation leben. Interesse am Anderen und Fremden. Im Kleinen immer wieder einmal etwas Neues ausprobieren. Am Puls der Zeit leben. Nicht anfangen, Sätze wie „Das habe ich noch nie gemacht“ und „Früher war das aber ganz anders“ als Abwehrmechanismen zu gebrauchen.

9. Ich möchte morgen ein Förderer der kommenden Generation sein, nicht ein Verhinderer.

Deshalb will ich heute junge Menschen fördern. Für nicht wenige Menschen ist es eine der schmerzlichsten Erfahrungen, andere neben sich emporwachsen zu sehen – vor allem, wenn diese „besser“ und „erfolgreicher“ sind. Stolz ist der tiefste Auslöser dieses Schmerzes. Stolze Menschen sind deshalb mit zunehmender Lebensdauer Verhinderer und nicht Förderer. Also: Heute den eigenen Stolz wahrnehmen und an seiner Überwindung arbeiten. Einüben, sich über das Potential der

jungen Generation zu freuen. Entwicklung von Menschen fördern. Ein Mentor werden.

10. Ich möchte morgen ein klein wenig ein Weiser sein.

Deshalb will ich heute Schritt für Schritt einüben, zu integrieren. Die Jugend ist stürmisch, einseitig und unausgeglich. Das muss so sein. Darin liegt die Kraft der Jugend. Im Laufe des Lebens entdecken wir dann zunehmend, dass vieles eine „andere Seite“ hat: Freud und Leid. Aktion und Reflexion. Weg und Ziel. Zupacken und geschehen lassen. Möglichkeiten und Unmöglichkeiten. Einheit und Vielfalt. Chancen und Grenzen. Gelingen und scheitern. Manche von uns pendeln reaktionär von einem Extrem zum anderen. Andere suchen den faulen, alles lähmenden Kompromiss. Wer weise ist, kann die Pole in kreativer Spannung halten. Deshalb will ich heute schon einüben: Kühne Demut, engagierte Gelassenheit, gehaltene Beweglichkeit, anteilnehmende Sachlichkeit, konsequente Liebe, tiefgründige Fröhlichkeit, humorvolle Ernsthaftigkeit.

Bernhard Ott: **10 Mal „Ich möchte“**
in: Aufatmen 1/2022, SCM Bundes-Verlag,
www.bundes-verlag.net



BONUS Material

Zusätzliche Aspekte zu diesem Themen-Baustein findet ihr im Bonusmaterial zum Heft unter www.sv-web.de/medien

Finden könnt ihr dort zum Beispiel einen Artikel von Nicola Vollkommer („Du bist ein Gott, der mich sieht“ / Eine Frau auf der Flucht und ein Schöpfer auf der Suche).

Valerie Lill:
hoffnungsvoll – 365 Himmelsbriefe für jeden Tag
cap-books

Gary Chapman, R. York Moore:
Gesehen und geliebt –
Gott spricht deine Liebessprache
Francke

Anna Hofacker:
Ein 10/33 Leben – Ehrliche Geschichten von gelebter Barmherzigkeit
Gerth Medien

Steve Volke:
Der Sehendmacher – Wie Jesus mein Herz und meinen Weitblick veränderte
Gerth Medien

Sarah Young:
Leben in seiner Gegenwart –
Inspirationen für Begegnungen mit Gott
Gerth Medien

Sarah Brendel:
Das Kleinste ist nicht zu klein – Mein Lebensweg mit Gott und Menschen
SCM Hänssler

Gunnar Engel:
Agape – Dein Leben ändert sich, wenn du aus Liebe handelst
SCM R. Brockhaus

Katja Stöhr:
Du bist gesehen – Befreit leben unter Gottes liebevollem Blick
SCM R. Brockhaus

MEDIEN-TIPPS

IMPRESSUM



Herausgeber:
Süddeutscher Gemeinschaftsverband e.V.
(innerhalb der ev. Landeskirche)
Gänsäckerstr. 11 · 73730 Esslingen
Tel. 0711 / 54 99 84 10
E-Mail: zentrale@sv-web.de
Internet: www.sv-web.de

Redaktionsteam: Stefanie Rau, Diane Mittenentzwei + SV Frau aktiv Team
Grafische Gestaltung: Yvonne Dürr
Auflage: 1500 Exemplare
Bezugspreis: kostenlos
Erscheinungsweise: 2x jährlich

Bankverbindung:
SV-Förderstiftung Stuttgart
Projekt-Nr. 90013 Frau aktiv
IBAN: DE85 5206 0410 0000 4199 40
BIC: GENODEF1EK1

Bestellungen/Adressänderungen an:
Stefanie Rau
Weygangstr. 31 · 74613 Öhringen
Tel. 0173 826 88 73
stefanie-rau@gmx.de

Mich so sehen, wie Gott mich gemeint hat

Heute Nacht bin ich aufgewacht mit dem Zitat im Kopf:

„Einen Menschen lieben heißt, ihn so sehen,
wie Gott ihn gemeint hat.“

– Fjodor M. Dostojewski

Das Zitat habe ich – wie vermutlich jeder – bisher immer auf andere Menschen bezogen. Doch plötzlich kam mir ein neuer Gedanke.

„Mich selbst lieben heißt, mich so zu sehen,
wie Gott mich gemeint hat.“

– Kerstin Hack nach Fjodor M. Dostojewski

Plötzlich habe ich Tränen in den Augen.
Mich lieben heißt:



In den letzten Jahren ist in dem Bereich in meinem Herzen viel gewachsen. Viel Kopfwissen über Gottes Liebe ist ins Herz gerutscht. Ich kann mich tatsächlich mehr lieben – ohne etwas von dem: So hat Gott mich gemeint. Jahrelang war das nicht so. Ich wusste es im Kopf, aber nicht im Herzen. Jede Menge Blockaden, falsche Gottes- und Selbstbilder standen mir im Weg. Und zu alledem fühlte ich mich auch noch schuldig, weil ich ja als „guter Christ“ wissen sollte, dass Gott mich liebt. **Ich wusste es – theoretisch. Empfund es aber nur selten im Herzen – und sehnte mich danach, es zu spüren.** Ich freue mich, dass es heute – nach einem langen Weg – meist anders ist. Gott liebt mich. Ich bin geborgen in seiner Liebe und Annahme dessen, wer und wie ich bin. Nicht nur Annahme. Er feiert mich regelrecht. Freut sich, dass er mich so gemacht hat, wie ich bin. Und ich liebe ihn. Manchmal durch meine Taten. Und zunehmend mit meinem ganzen Herzen.

Kerstin Hack

Aus: www.kerstinhack.de/allgemein/mich-so-sehen-wie-gott-mich-gemeint-hat/ | Mehr über die Autorin: www.KerstinHack.de