

Es ist gut so wie es ist – Versöhnt mit dem eigenen Leben (5V: Versöhnung)

[Wir hören den Song «*Ein graues Haar*» der deutschen Band PUR.]

An alle, die schon graue Haare haben: Wie es euch wohl ging, als ihr auf eurem Kopf das erste graue Haar entdeckt habt? Wir gehen verschieden damit um. Zwei meiner Lehrer hatten derart Mühe damit, dass sie sich jahrelang die Haare färbten. Irgendwann kam jedoch der Moment, als sie damit aufhörten. Sie konnten nun zu ihrer neuen Haarfarbe stehen, hatten sich offensichtlich damit versöhnt, nicht nur älter zu werden, sondern eben auch älter auszusehen.

Zum Leben gehört jedoch weit mehr als das Anderswerden der Haarfarbe... Wir alle haben unsere individuelle Geschichte. Vermutlich besteht kein Leben nur aus Schönerem und Leichtem, sondern es gehören auch die einen oder anderen schwierigen Situationen, Phasen oder Eigenschaften dazu. Wagst du den Blick zurück? Wie geht es dir dabei? Ist es gut so wie es ist oder hättest du in manchen Momenten gerne Dinge gelöscht oder am liebsten sogar nochmals ganz neu begonnen – vielleicht noch heute?

Reisender ohne Gepäck?

Ein junger Soldat erleidet im Krieg einen Kopfschuss. Dadurch verliert er sein Gedächtnis. Er weiss nicht mehr, wie er heisst, woher er kommt, und er kennt auch seine Familie nicht mehr. Der Fall wird publik gemacht und viele Angehörigen melden sich. Der junge Mann soll sich nun vorstellen. Zunächst gibt es nur Enttäuschungen. Aber plötzlich ruft eine Familie wie aus einem Munde: «Da ist er ja, unser Sohn, unser Bruder.» Doch der Mann ohne Gedächtnis zeigt keine Reaktion und steht erschreckend unbeteiligt vor den Seinen. Man versucht, seinem Gedächtnis mit Geschichten aus seiner Jugendzeit auf die Sprünge zu helfen. Vergeblich! Eine Hausangestellte spricht von einem Muttermal. Das gibt ihm schlussendlich Gewissheit, wer er ist. Nun hat er plötzlich eine Vergangenheit. Dennoch stellt er sich dumm und stellt sich einer anderen Familie vor. Diese Familie weiss sofort, dass er nicht der Ihre ist, aber sie braucht einen männlichen Erben. So kommt man überein, dass er sich als ihr Sohn ausgibt – aus dem einzigen Grund, weil er glaubt, seine Vergangenheit hinter sich lassen und neu anfangen zu können. Als «Reisender ohne Gepäck» (so heisst das Drama des französischen Autors Jean Anouilh)¹ wollte der junge Mann nun nur noch die Zukunft vor sich haben.

Natürlich können wir uns nicht so gewaltsam von der Vergangenheit lossagen. Vergangenheit heisst, geprägt sein von dem, was hinter uns liegt:

- die Lebensumstände bei der Geburt
- die soziale Stellung (in) der Familie
- Weichenstellungen, Fehlentscheidungen
- Enttäuschungen, Verluste
- Schuld: Altlasten und «Leichen im Keller»

Wir alle tragen das Gepäck der Vergangenheit mit uns. Auch der Mann aus jenem Drama wird bald wieder eine Vergangenheit haben, mit der er fertig werden muss. Verdrängen hilft höchstens kurzfristig; was im Langzeitgedächtnis gespeichert ist, erlischt nie.

Ich vergleiche das Leben mit einem Teppich. Es gibt dunkle Fäden und helle Fäden. Wenn wir versuchen, die dunklen auszureissen, zerstören wir den ganzen Teppich. Deshalb ist es wichtig, dass wir ein Ja finden...

- zu unserer Vergangenheit
- zu dem, was wir geworden sind
- zu den erlebten Schicksalsschlägen
- zum Heute, in dem wir leben
- zu dem, was unaufhaltsam auf uns zukommt

Der Philosoph Romano Guardini schreibt:

An der Wurzel von allem liegt der Akt, durch den ich mich selbst annehme. Ich soll damit einverstanden sein, der zu sein, der ich bin. Einverstanden, die Eigenschaften zu haben,

¹ Gelesen bei: Samuel Moser, Versöhnung (er)leben, 107ff.

die ich habe. Einverstanden, in den Grenzen zu stehen, die mir gezogen sind. Die Klarheit und Tapferkeit dieser Annahme bildet die Grundlage allen Existierens.²

Also nicht: «der, der ich bin, wehmütig grüsst den, der ich sein möchte», sondern: «Ich danke dir dafür, dass ich wunderbar gemacht bin» (Psalm 139:14).

Das tönt leichter, als es in Tat und Wahrheit ist. Wir alle werden mit unserer Vergangenheit unterschiedlich gut fertig. Manches war so schmerzvoll oder beschämend, dass wir es nicht wagen, darüber zu sprechen. Wie ist es möglich, sich trotzdem mit dem eigenen Leben zu versöhnen? Das hätte ich gerne ein paar biblische Personen gefragt.

Einige Reisende

Zum Beispiel **Josef**, den Lieblingssohn Jakobs (ab 1. Mose 37). Er wurde von seinen Brüdern misshandelt und in die Fremde verkauft. Dort gab er sein Bestes, kam aber trotzdem ins Gefängnis. Später wurde er der zweithöchste Mann im Land. Josefs Leben war also ein ständiges Auf und Ab und endete schliesslich «oben». – Er hat mir zu seinem Leben folgendes SMS geschrieben: *«Ich sehe im Rückblick, dass Gott aus allen Höhen und Tiefen meines Lebens am Schluss etwas Gutes gemacht hat.»*

Die zweite Person ist **Lea**. Sie war nicht hübsch und musste einen Mann heiraten, der sie nicht wollte und nicht liebte. Das war Leas Schicksal (1. Mose 20:31). Dass sie – im Gegensatz zu ihrer hübschen und geliebten Schwester – mehrere Kinder bekam, änderte das nicht (vgl. Namensgebung der Kinder). – Auch Lea hat mir ein SMS geschrieben: *«Von meinem Mann nicht so geliebt zu werden, wie ich das gebraucht hätte, war oft sehr hart. Ich musste mich oft damit 'zufriedengeben', dass Gott mich liebt, auch wenn ich ja schon weiss, dass dies das Wichtigste und Wertvollste ist.»*

Ich denke auch an **Hanna** (1. Samuel 1). Sie wurde nicht schwanger und deswegen von Peninna, der anderen Frau ihres Ehemannes, verachtet und gekränkt. Selbst aufrichtige Liebe ihres Mannes half ihr nicht. Sie flehte Gott um ein Kind an und wurde schliesslich erhört. Sie bekam später sogar noch weitere Kinder (1. Samuel 2:21). – Hannas SMS: *«Gottes Gebeterhörung und meine Kinder haben den unsäglichen Schmerz heilen lassen, den ich damals erlitten habe.»*

Mose, das Hebräerbüblein, wuchs am ägyptischen Königshof auf. Er ermordete einen ägyptischen Sklaventreiber (2. Mose 2:12), führte dann sein Volk aus Ägypten, wird wie nur ganz wenige Menschen Freund Gottes genannt (2. Mose 33:11). Er setzte sich mit grösster Leidenschaft für Gottes Sache ein. Er war Gott ein einziges Mal untreu (4. Mose 20:7-12), weshalb er am Schluss nur ins versprochene Land blicken, nicht aber hineinwandern durfte (5. Mose 32:51). – Moses SMS: *«Es war schon hart für mich, am Ende wegen dieses einzigen Fehlers nicht ins verheissene Land gehen zu dürfen. Aber ich habe Gottes Barmherzigkeit und Treue gekannt, deshalb konnte ich das akzeptieren. Es war zudem so tröstlich, am Lebensende ganz allein mit Gott zusammen zu sein.»*

Zum Schluss **Jona**: Er floh vor Gott, der ihm einen besonderen Auftrag gegeben hatte. Seine Flucht misslang, Gott holte ihn zurück. Jona führte den Auftrag aus, war dann aber unzufrieden mit dem Ergebnis, sogar verbittert (Jona 4:8). – Auch Jona hat ein SMS verfasst: *«Auch wenn ich staune über den Verlauf dieser Geschichte von mir und Ninive, bleibt sie irgendwie schwierig für mich.»*

Die einen dieser Personen erleben ein Happy End, die anderen nicht (oder es ist nicht bekannt). Ihr Rückblicks-SMS ist von mir natürlich frei erfunden, wenn auch abgeleitet von dem, was über diese Personen in der Bibel geschrieben ist. Es wäre sehr interessant, genauer nachzuforschen, aber wir haben jetzt leider nicht die Zeit dafür; du kannst dem selbst nachspüren durch das Lesen ihrer Geschichte. Was wir hier jedoch sehen: Auch die Personen der Bibel, mit denen Gott Geschichte schrieb, erlebten manch Schweres und hatten damit zu kämpfen. Wir wissen nicht, wie sie damit umgingen, ob und wie sie sich mit ihrem Leben versöhnten. Obwohl es manchmal ein gutes Ende gab, bin ich zurückhaltend, um aus diesen guten Geschichten ein Rezept zur Versöhnung mit dem Leben abzuleiten. Ich finde es auch zu einfach, wenn man sagt, dass die feste Zuversicht auf Gott alle

² Gelesen bei Samuel Moser: Versöhnung (er)leben, 72.

Wunden heilt und durch den Tod von Jesus am Kreuz nun ja Versöhnung möglich ist. Manche Menschen und Christen können das bezeugen, andere nicht. Es stimmt zwar: Jesus hat für alle Sünden und Vergehen der Welt mit dem Tod bezahlt. Und ja, es heisst bei Jesaja, dass wir durch seine Wunden geheilt seien (vgl. Jesaja 53:5). Ich traue dem Heiligen Geist zu, dass er schon jetzt vieles zu heilen vermag in unseren Herzen. Doch gerade die Worte aus Jesaja 53 müssen wir in den Zusammenhang stellen mit Offenbarung 21, wo es heisst, dass Gott alle Tränen von unseren Augen abwischen und allem Leid endgültig ein Ende setzen wird. Die Offenbarungsstelle spricht von der Zukunft und von Gottes neuer Welt; erst dann wird es vollständige Heilung geben. Bis dahin leben wir weiterhin in dieser Welt, die seit dem Sündenfall (1. Mose 3) durch und durch vom Zerbruch, von Not und Schmerzen geprägt ist und auf Erlösung wartet.

Es wäre nun aber unsinnig, wenn wir deswegen die Versöhnung mit unserem Leben nicht suchen würden. Es wäre ungesund für unsere Seele und auch lieblos uns selbst gegenüber. Nicht, dass wir narzisstisch werden sollen, auf keinen Fall. Aber uns selbst lieben sollen wir, denn das Gebot «Liebe deinen Nächsten» endet mit den Worten «wie dich selbst» (vgl. 3. Mose 19:18 und Galater 5:14).

Container für den «Seelenabfall»

Versöhnung ist vergleichbar mit alltäglicher Aufräumarbeit und der Entsorgung verschiedenster Arten von Abfall. Die unterschiedlichen Abfälle – Papier, Altglas, Kompost usw. – haben je ihren eigenen Behälter, Sammelort oder ihre besonderen Abfuhrtermine. Auch heikle oder grössere Abfälle – Batterien, Chemikalien, Sperrgut – haben ihren Ort der Entsorgung. Entsprechend gibt es verschiedene «Container» für den «Seelenmüll». Auch dieser soll entsorgt werden; es ist äusserst angenehm und entlastend für meine Seele, wenn ich davon befreit werde. Das bringt nämlich Lebensqualität und lässt besser schlafen.

Die Altlasten der Seele müssen aber, wie der Alltagsmüll, sortiert werden. Es wäre fatal, wenn alles als «Sünde» pauschal gebeichtet würde. Es gibt zwar die reale **Schuld**: gemeinsames Verhalten, begangenes Unrecht, böse Worte, Betrug, Diebstahl, physische oder psychische Gewalt und vieles mehr. Dafür benötigen wir den *Container Vergebung*. Das Kreuz unseres Herrn Jesus Christus ist der von Gott vorgesehene Abladeplatz für Schuld. Jesus ist der, der die Sünde der Welt (weg)trägt (1. Johannes 1:29). Genau darum geht es bei der Ver-Gebung: Die Schuld wird ver-geben, also weggegeben, so dass nichts (!) mehr zurückbleibt. Sie wird aufgehoben und weggetragen. Wohin? Dort zum Kreuz. Indem wir vergeben, geben wir die Sünde weg zu Jesus. Wir lassen die Schuld nicht mehr bei uns oder auf dem andern. Dadurch werden wir als Betroffene frei. (Kolosser 3:13) So gesehen kann Vergebung auch einseitig erfolgen: Indem ich jemandem vergebe, entlasse ich ihn aus seiner Schuld, denn diese trägt nun Jesus.

Nebst der realen Schuld gibt es aber auch schmerzhaftes **Missverständnisse**. Wir verstehen einander falsch und plötzlich wird aus einer wirklich harmlos gemeinten Bemerkung eines Freundes oder des Ehepartners eine böse Unterstellung, die unsere Beziehung vergiftet und die wir dem andern womöglich noch nachtragen. Dabei war es wirklich nicht so gemeint! Missverständnisse können nicht auf dieselbe Weise wie Sünden entsorgt werden, weil es eben nicht dasselbe ist. Missverständnisse brauchen deshalb einen eigenen *Container*. Da ist Klärung nötig, man muss darüber sprechen und der Sache auf den Grund gehen. Das Besondere an der «Entsorgung» von Missverständnissen ist: Dieses Aufräumen geht nicht allein wie bei der Vergebung. Sondern man kann diesen «Müll» sinnbildlich nur gemeinsam einsammeln und gemeinsam raustragen zum Container.

Neben den Sünden und den Missverständnissen gibt es aber noch anderen Müll, der durchaus auch kräftig stinken und faulen kann, der aber anders entsorgt werden muss: Es sind die **Fehler**, die wir machen. Menschen machen Fehler, in der Regel völlig unbeabsichtigt. Manche Fehler sind harmlos, andere ziehen eine Kette von Ereignissen nach sich und richten ernsthaften Schaden an. Fehler haben aber mit Sünde, Schuld, Gemeinheit oder Lieblosigkeit wenig bis nichts zu tun. Den Zug habe ich verpasst, weil ich zu spät losging; dies war ein Fehler und nicht eine Sünde. Denn Ball habe ich nicht absichtlich in die Fensterscheibe des Nachbarn geschossen, sondern habe schlecht gezielt: ein Fehler. Beim Einkaufen habe ich den Salat vergessen; das ist keine Sünde, sondern ein Fehler. Die

Entsorgung im *Container Fehler* geschieht, indem der, der den Fehler gemacht hat, ihn zugibt und – soweit möglich – wiedergutmacht. Der andere, der unter dem Fehler leidet, entsorgt, indem er verzeiht.

Eine andere Abfall-Kategorie sind **Charakterschwächen**. Sie sind willentlich nicht so einfach direkt beeinflussbar und können nicht einfach so schnell verbessert werden, sondern bleiben oft ein Leben lang. Genauso lang nerven sie... Ihre Entsorgung geschieht nicht durch Beschönigen oder die Aussage: «Ist nicht so schlimm...», sondern indem man sie annimmt:

Römer 15:7 *Nehmt einander an, so wie Christus euch angenommen hat. Auf diese Weise wird Gott geehrt.*

Einander annehmen bedeutet: Wir geben einander Raum, trennen uns nicht, ertragen einander. Indem ich den anderen annehme, ist nicht einfach alles gut und es macht mir nichts mehr aus, aber der andere darf bleiben und ich halte ihn aus. Diese Art der Entsorgung kostet Kraft und ist nicht leicht. Doch sie ist möglich, wenn wir mit Jesus in Gemeinschaft sind, denn es heisst ja: «... wie Christus euch angenommen hat.»

Hier möchte ich auch noch ein Wort von Petrus anfügen:

1. Petrus 4:8 *Vor allem aber lasst nicht nach, einander zu lieben. Denn »Liebe sieht über Fehler hinweg«³.*

Weitere Hilfsmittel für die Versöhnung mit dem Leben

Wenn dir etwas aus deinem Leben schwer aufliegt, dann kann es so befreiend sein, wenn du es jemandem erzählst. Gerade dann, wenn es um eigene Schuld geht, ist auch eine Beichte eine gewaltige Entlastung. Da wird vor einer Vertrauensperson Schuld beim Namen genannt und Gott bekannt. Die Vertrauensperson ist durch eine eigene authentische Gottesbeziehung autorisiert, im Namen Jesu Vergebung zuzusprechen (1. Johannes 1:9).

Manchmal ist daraufhin ein weiterer Schritt nötig: die konkrete Entschuldigung. Wie schwer fallen uns doch Sätze wie: «Es tut mir leid!», oder: «Bitte vergib mir!». Eigentlich erstaunlich angesichts der Tatsache, dass wir die Liebe, Gnade und Vergebung durch Jesus kennen. Aber ja, dieser Schritt ist anstrengend, denn hier geht es um schwere Säcke voller Stolz, Angst, Trotz und Rechthaberei.

Versöhnung kann auch bedeuten, zu verzichten. Zum Beispiel auf das Recht der Wiedergutmachung oder auf ein Schuldeingeständnis (Matthäus 6:14-15) – oder auch auf Rache (vgl. Römer 12:19). Das fühlt sich meist nicht gut an, weil man dann leer ausgeht. Man hat dann gegenüber dem andern kein Druckmittel mehr... Doch das Loslassen führt in eine Freiheit. Wer die Schuld nicht nachträgt, hat die Hände frei für Neues.

Vielleicht hilft es dir zur Versöhnung, Erlebtes detailliert aufzuschreiben und das Blatt danach zu verbrennen oder den beschrifteten Stein in einen See zu werfen. Oder einen Brief zu schreiben, beispielsweise an den nie gefundenen Traumpartner oder an die erwünschten, aber nie eingetretenen Lebensumstände. Vielleicht sogar an ein Körperteil, z.B. das zu kurze Bein, das dich schon damals im Schulsport immer behindert hat, oder an die schlechten Augen und der zu tragenden Brille, deretwegen du so oft ausgelacht wurdest und die du auch später lieber nie getragen hättest.

Manchmal ist bei Versöhnungsarbeit menschliche Hilfe entscheidend. Anstrengende und gefährliche Arbeit erledigen wir ja wie selbstverständlich auch nicht allein, da brauchen wir Unterstützung, eine «Assistenz». Wie hilfreich ist es da, wenn eine Vertrauensperson, ein Seelsorger, eine gute Freundin, zuhören, trösten, ermutigen, vielleicht auch ermahnen oder bremsen, aber insgesamt helfen beim Finden eines Wegs der Versöhnung.

Vielleicht kennst du noch andere Dinge, die dir schon geholfen haben. Ich wünsche dir sehr, dass du dich mit deinem Leben wirklich versöhnen kannst. Hab Mut, dies anzugehen. Den Mut, jemanden als «Assistent» anzufragen. Die Kraft, dich zu erinnern, auch wenn das wehtut. Die Bereitschaft zu sortieren und den Seelenmüll in die entsprechenden Container zu entsorgen. Jesus steht dir in diesem Prozess bei, er ist Tröster und Helfer, schenkt Zuflucht und gibt Kraft, damit du am Schluss sagen kannst: Es ist gut so wie es ist. Amen.

³ Man könnte auch übersetzen: Die Liebe deckt eine Menge von Sünden zu.