

# Inhaltsverzeichnis

Vorwort .....	7
(1) Kommunikation „Wir reden wieder miteinander!“ .....	9
(2) Identität Wissen, wo man hingehört .....	27
(3) Freiheit Wird alles besser auf Pandora? .....	41
(4) Selbstwert „Ich kann nicht über meinen Schatten springen!“ .....	59
(5) Orientierung Leben ohne Gebrauchsanweisung? .....	73
(6) Vertrauen „Ich traue keinem!“ .....	89
(7) Leben und Tod Das Konto für das Leben danach .....	107
(8) Zukunft Nie mehr krank oder arbeitslos .....	123
Anmerkungen .....	138

## Kommunikation

### **„Wir reden wieder miteinander!“**

Wie häufig haben Sie gestern telefoniert? Können Sie sich noch erinnern, wer Ihnen in den letzten acht Tagen elektronische Post (E-Mail, SMS) geschickt hat?

Wenn ich mir die zahlreichen elektronischen Kommunikationsmittel ansehe, über die wir heute in unseren Breiten verfügen, dann ist meine erste Reaktion: Wunderbar! Noch nie in der Geschichte konnten wir so viel, so schnell, so zeitnah, so umfassend, so bequem und so kostengünstig kommunizieren!

Mancher könnte daraus schlussfolgern, dass wir Meister im Kommunizieren sind. Wenn ich allerdings lese, dass die meisten Beziehungsprobleme unserer Zeit ihre Wurzeln in einer mangelhaften oder nicht mehr stattfindenden Kommunikation haben, dann macht mich das sprachlos!

Ein Vater erzählte mir vor längerer Zeit über seine erwachsenen Kinder: „Ich verstehe das nicht. Am Handy sind sie so gesprächig, dass horrend hohe Rechnungen zustande kommen. Auch SMS können sie nie genug versenden und bekommen. Aber richtig miteinander reden und dabei den Anderen ansehen, das können sie nicht! Jetzt kündigen sie sogar Freundschaften per SMS! Eineinhalb Jahre ist das Pärchen zusammengegangen. Und nun beendet er die Beziehung per SMS!“

Es ist paradox: Je mehr Kommunikationsmöglichkeiten es gibt, desto schwerer fällt es uns an-

scheinend, miteinander zu reden. Kann es sein, dass wir kommunikationsärmer werden, ohne es zu merken? Genügt es, eine gemeinsame Sprache zu beherrschen, um einander zu verstehen? Wie kommt es, dass viele nicht mehr miteinander reden? Was können wir tun, wenn die Leitung einfach tot bleibt? Und was hat das Ganze mit einem Leben in höheren Dimensionen (Leben 2.0) zu tun? Diesen Fragen gehe ich in diesem ersten Kapitel nach. Dazu werde ich Ihnen von Julia und Rolf erzählen, und dann von Frau Walter.

Bei Julia und Rolf hat es gekracht. Sie sind seit zwei Jahren verheiratet. Jetzt hat Rolf die Nase voll: Julia ist mit ihren Vorwürfen zu weit gegangen. Rolf hat mitten im Streit das Gespräch für beendet erklärt und nun reden sie seit drei Tagen und drei Nächten nicht mehr miteinander.

Tagsüber kann man sich geschickt aus dem Wege gehen, aber nachts, wenn man im Bett nebeneinanderliegt, ist es am schlimmsten: Kein „Gute Nacht, Liebling!“, kein Kuss ...

Kennen Sie diese Situation? Ich kenne sie – zum Glück nur aus der Anfangszeit unserer Ehe.

Frau Walter sitzt im Flur, hält ihr Gesicht in den Händen und kämpft gegen die Tränen: Im Krankenzimmer liegt ihr 70-jähriger Vater im Sterben. Sie würde so gern zu ihm gehen, um die Hand des Kranken festzuhalten, aber sie darf nicht hinein. Er bleibt dabei: Seine einzige Tochter hat den Rat ihres Vaters missachtet und den „Falschen“ geheiratet. Das war vor 20 Jahren! Seitdem hat er kein Wort mehr mit ihr reden wollen. Dabei bleibt es!

Drei Tage und drei Nächte, gar 20 Jahre „Funkstille“ – wenn die Argumente fehlen, wenn der Geduldsfaden reißt, wenn die Sturheit über die

Vernunft siegt, bestrafen wir den Anderen mit unserem Schweigen und übersehen dabei, dass wir selbst den größten Schaden davontragen.

### **Werden wir kommunikationsärmer, ohne es zu merken?**

- Es ist interessant zuzuhören, wenn junge Leute unter sich sind und miteinander reden. Es hört sich häufig wie eine „Comic-Sprache“ an. Viele kommen mit kurzen Ausrufen und Wortfetzen völlig aus; ganze Sätze betrachten sie anscheinend als Verschwendung.

- Der übermäßige Fernsehkonsum sowie das viele Chatten und Simsen tragen auch nicht gerade dazu bei, die sprachlichen Fähigkeiten zu verbessern. Es ist kein Wunder, wenn viele „Fernsehkinde“ kaum einen grammatikalisch korrekten Satz zustande bringen. George Orwell, Verfasser des berühmten Zukunftsromans *1984*, scheint Recht zu bekommen: Die Neusprache der Zukunft wird die einzige Sprache der Welt sein, deren Wortschatz Jahr für Jahr abnimmt.

- Darüber, ob sich das Internet grundsätzlich zum Ersatz für herkömmliche Kommunikationsformen entwickelt, streiten sich die Fachleute. Die Gefahr besteht, dass intensive Internetnutzer zwar weltweit übers virtuelle Netz kommunizieren, aber im Alltag zu Einzelgängern werden, die unfähig zum unmittelbaren Kontakt mit ihren Mitmenschen sind und kaum ein Wort mit ihren Eltern oder Mitschülern wechseln.

In *Bild der Wissenschaft* war zu lesen: „Der Mensch ist nicht für die virtuelle Kommunikation geschaffen.“ Wieso nicht? Weil die Sprache eines

der Merkmale ist, die den Menschen von den übrigen Lebewesen unterscheidet: Nur der Mensch besitzt die Wortsprache. Das instinktgesteuerte Kommunikationssystem der Tiere dient im Wesentlichen der Erhaltung des Lebens und der Art. Der Mensch dagegen hat die Fähigkeit, Sachverhalte darzustellen, sowie Bedürfnisse wie Sicherheit, Geborgenheit und Liebe auch mit Worten auszudrücken.

Beherrschen wir eine Sprache nicht, so spüren wir deutlich, wie das menschliche Miteinander grundlegend erschwert wird. Zum Beispiel am Arbeitsplatz, wenn der ausländische Kollege schmolzt, weil er die sprachliche Feinheit eines Witzes nicht verstanden hat. Oder im Urlaub, wenn das Gespräch mit einem netten Menschen ins Stocken gerät, weil die paar Vokabeln, die wir schnell während des Fluges eingepaukt haben, nicht mehr ausreichen.

### **Welche Sprache müssen wir beherrschen, um einander zu verstehen?**

Damit meine ich: Ist das Sprechen derselben Sprache (zum Beispiel Deutsch) eine Garantie dafür, dass wir erfolgreich kommunizieren können? Wie viele Freundschaften zerbrechen und wie viele Ehen gehen auseinander, obwohl beide Seiten dieselbe Sprache sprechen!

Die Sprachtechnik allein kann niemals die emotionale Dimension ersetzen, die für das Gelingen von Kommunikation entscheidend ist. Worauf kommt es dann an?

Es gibt einige Kommunikationsprinzipien, die allein zwar keine Wunder bewirken, aber Barrieren beseitigen helfen und gute Voraussetzungen

für ein besseres Miteinander schaffen. Ich möchte nur ein paar davon nennen.

- „Die Teenagerzeit ist die Phase mit den meisten Missverständnissen in der Sprache und dadurch die Zeit mit vielen Verletzungen“, schreibt Ruth Heil, Eheberaterin und Mutter von elf Kindern. Sie erzählt aus der eigenen Erfahrung: Wenn ihre Teenager zu laut werden und sie spürt, dass auch sie am liebsten schreien möchte, zieht sie sich ins Bad zurück und schließt die Tür zu. Vorher sagt sie ihnen: „Lasst uns eine Gesprächspause einlegen. Wir können weiterdiskutieren, wenn ihr leiser mit mir sprecht – oder wenn ihr nicht mehr so aufgeregt seid.“ Wenn es draußen schließlich still geworden ist, kommt sie wieder heraus, um das Gespräch zu Ende zu führen.

Das ist sicher nur eine Möglichkeit von vielen. Aber das Prinzip leuchtet ein: Kommunizieren kann man nur, wenn die Atmosphäre stimmt und wenn auf beiden Seiten die Bereitschaft dazu vorhanden ist!

- Besonders junge oder sensible Menschen neigen leicht dazu, das als Vorwurf aufzufassen, was man ihnen sagt. Vermeiden können wir das, wenn wir so genannte „Ich-Botschaften“ formulieren. Die Frau kann ihrem Mann an den Kopf werfen: „Du kannst dich nicht von deinem iPod trennen!“ Sie könnte aber auch sagen: „Ich habe das Bedürfnis, mit dir *allein* zu sein.“

Bei der „Ich-Botschaft“ greifen wir den Gesprächspartner nicht an, sondern reden von uns und unseren Gefühlen – wie sein Auftreten auf uns wirkt, was seine Worte oder Handlungen bei uns auslösen. „Ich-Botschaften“ machen es einem leichter, Wünsche konstruktiv und respektvoll zu äußern.

- Im Rahmen einer „Zeitbudget-Forschung“ wurde vor einigen Jahren u. a. ermittelt, wie lange ein durchschnittliches deutsches Paar täglich über persönliche Dinge spricht. Ich musste über das Ergebnis staunen: zwei Minuten! Kein Wunder, dass so viele Ehen scheitern. Täglich zwei Minuten Gespräch über persönliche Dinge – das reicht für keine Beziehung. Selbst Katzenbesitzer bringen es auf mehr Zeit: Sie sprechen im Schnitt zwölf Minuten täglich mit ihren Lieblingen.

Der bekannte Trendforscher Matthias Horx schreibt diesbezüglich: „Beziehungsarbeit ist inzwischen anstrengender als Karrieremachen. Zwischen Männern und Frauen, so scheint’s, entwickelt sich ein Dauerclinch, der unser Alltagsleben zu vergiften droht.“

Damit es nicht so weit kommt, scheint mir sehr wichtig zu sein, dass beide Partner die Unterschiede zwischen Mann und Frau auf dem Gebiet der Kommunikation berücksichtigen.

70 bis 80 Prozent der Frauen, die eine Beratung aufsuchen, geben die gestörte Kommunikation in ihrer Ehe als Hauptproblem an: „Mit meinem Mann kann ich überhaupt nicht reden!“ „Ich könnte platzen, wenn er stundenlang schweigt!“

Reinhold Ruthe, Psychotherapeut und Eheberater, bringt es so auf den Punkt:

- Frauen wollen reden, Männer klären die Dinge mit sich selbst.
- Frauen wollen Austausch, Männer können sehr gut schweigen.
- Frauen wollen sich mitteilen, Männer sprechen am liebsten über Sachprobleme.
- Frauen leiden mehr unter Einsamkeit, Männer haben Schwierigkeiten, Gefühle zuzulassen.

Aus diesem Grund ist es enorm wichtig, dass beide Partner sich bemühen, die Gefühls- und Gedankenwelt des Anderen zu verstehen: Wer sich in den Anderen nicht einfühlen kann, versteht ihn nicht, bejaht ihn nicht, liebt ihn nicht. Er geht von sich aus. Er glaubt, der Andere müsse fühlen, denken und reagieren wie er. Das ist ein fundamentaler Irrtum. Wir alle sind grundverschieden. Unsere Beziehungen können nur verbessert werden, wenn wir auf den Anderen zugehen und seine Wert- und Lebensvorstellungen ernst nehmen.

### **Wie kommt es, dass viele nicht mehr miteinander reden?**

Ich denke an Julia und Rolf: Wie ist es möglich, dass Menschen, die einander versprochen haben, sich zu lieben und zu ehren, plötzlich tage-, wochen- oder monatelang nicht mehr miteinander reden? Oder an Frau Walter: Wie ist es möglich, dass ein Vater 20 Jahre lang kein Wort mit seiner Tochter spricht?

Es gibt menschliche Reaktionen und Verhaltensweisen, die man nur schwer oder kaum mit logischen oder wissenschaftlichen Erklärungen begründen kann. Unser Innerstes bleibt letztlich ein Rätsel. In Bezug auf die Ursache habe ich aber durch meine Beschäftigung mit der Bibel herausgefunden: Die Schwierigkeiten in der zwischenmenschlichen Kommunikation fingen an dem Tag an, als es beim ersten Menschenpaar zu einem Bruch in der Kommunikation mit Gott, ihrem Schöpfer, kam.

Als Gott den Menschen schuf, verlieh er ihm – unter anderem – die Fähigkeit der Sprache. Adam



und Eva konnten miteinander sprechen und einander verstehen. Und genau so leicht konnten sie mit Gott in ihrer eigenen Sprache sprechen und auch sein Reden verstehen – ohne dass irgendein vermittelnder Dolmetscher nötig gewesen wäre.

Leider kam es recht bald zu einem Bruch in dieser Beziehung. Es war ein Bruch, der wirklich alles „auf den Kopf stellte“, zuerst die Kommunikation zwischen den Menschen und ihrem Schöpfer, dann aber auch zwischen den Menschen untereinander.

Auf der EXPO 2000 in Hannover konnte man den „Planet of Visions“ besichtigen. Gleich im ersten Raum war das Paradies zu sehen, allerdings ... auf den Kopf gestellt. Das heißt, das Paradies hing an der Decke! Eine gute Symbolik, wie ich meine, denn der Bruch in der Beziehung des Menschen zu Gott stellte alles auf den Kopf: Plötzlich wollte der Mensch nicht mehr mit seinem Schöpfer reden, sondern hatte Angst vor ihm.

- Im ersten Buch der Bibel heißt es:

*Am Abend, als ein frischer Wind aufkam, hörten sie [das erste Menschenpaar], wie Gott, der Herr, im Garten umherging. Ängstlich versteckten sie sich vor ihm hinter den Bäumen. Aber Gott rief: „Adam [hebräisch: Mensch], wo bist du?“ Adam antwortete: „Ich hörte dich im Garten und hatte Angst, weil ich nackt bin. Darum habe ich mich versteckt.“ (1. Mose 3,8–10 Hfa)*

Die Kommunikationsstörung zwischen dem Menschen und seinem Schöpfer begann im Herzen; sie war also nicht ein Sprachproblem, sondern ein *Vertrauensproblem*. Darum versteckte sich das erste Menschenpaar vor Gott, ging ihm aus dem Weg. Wenn Menschen nicht mehr miteinander reden, liegt die Ursache tiefer und hat häufig mit Angst, Misstrauen, seelischen Verletzungen oder

einem Vertrauensbruch zu tun. Umgekehrt geht der Heilung einer Beziehung in der Regel nicht ein Wortwechsel voraus, sondern eine Änderung der inneren Einstellung, zum Beispiel der Entschluss, den Anderen mit seinen Macken und Tücken oder trotz seines Versagens anzunehmen.

Ein Neustart in der Beziehung (Leben 2.0) kann nur dann gelingen, wenn das beschädigte Vertrauen wiederhergestellt wird. Weil aber Vertrauen eine Herzensangelegenheit ist, reichen hier Kommunikationstechniken nicht aus. Hierfür wird jemand gebraucht, der Denken und Fühlen gleichermaßen „behandeln“ kann, und der uns noch besser kennt, als wir uns selbst: unser Schöpfer.

- Der Vertrauensbruch dem Schöpfer gegenüber (im biblischen Kontext sprechen wir vom „Sündenfall“) stellte noch mehr auf den Kopf. Er löste nämlich zum ersten Mal den sogenannten „Sündenbock“-Mechanismus aus: „Ich war es nicht ... die Frau ist schuld!“, sagte Adam. „Ich konnte nichts dafür ... die Schlange ist schuld!“, redete sich Eva heraus (siehe 1. Mose 3,12.13).

Sicher ist Ihnen dieser „Sündenbock“-Mechanismus nicht fremd. Statt dass wir uns zu den eigenen Fehlern bekennen, machen wir Andere für unser Verhalten verantwortlich oder zumindest mitschuldig. Die eigene Schuld nicht eingestehen zu wollen, das ist seit dem Sündenfall einer der größten „Kommunikationskiller“!

- Der Sündenfall stellte aber noch mehr auf den Kopf. Das Beispiel der ersten beiden Söhne des ersten Menschenpaares zeigt, welche krank machenden Gefühle entstehen, wenn man nicht miteinander und mit Gott über das redet, was einem nicht gefällt oder was man nicht versteht: Kain war

eifersüchtig auf seinen Bruder Abel, redete jedoch nicht mit ihm darüber. Und Kain hatte auch Probleme mit Gott, weil er von ihm nicht die gleiche Anerkennung bekam wie sein Bruder Abel. Aber Kain redete auch nicht mit Gott darüber.

Statt mit seinem Bruder oder mit Gott darüber zu sprechen, starrte Kain *mit finsterner Miene vor sich hin*, bis er eines Tages seinem Bruder vorschlug: „Komm, wir gehen zusammen aufs Feld!“ Als sie dort ankamen, fiel er über Abel her und schlug ihn tot. (1. Mose 4,5.8 Hfa)

Auch hier zeigt sich, wo die tiefe Ursache zwischenmenschlicher Feindschaft liegt: im Denken und im Fühlen. Kain schlug seinen Bruder zuerst in seinem Herzen tot – das tatsächliche Erschlagen (mit einem Stein oder womit auch immer) war „nur“ noch die Ausführung der Tat, die er in seinem Innersten beschlossen und vollzogen hatte.

Manche töten mit Waffen, noch mehr Menschen töten aber mit Worten, mit Blicken, mit Schweigen oder mit Liebesentzug. Gemäß der Bergpredigt von Jesus ist das eine wie das andere „Mord“ (Matthäus 5,21.22).

- Der Sündenfall stellte noch mehr auf den Kopf.

Im „Planet of Visions“ während der EXPO war auch eine moderne Fassung des Turmes zu Babel zu sehen. Die Besucher konnten durch altertümliche Korridore voller unverständlicher Schriftzeichen schreiten.

In diesem „Korridor der sprechenden Schriften“ war zu erleben, wie aus unverständlichen Schriftzeichen dank Computertechnik klare, verständliche Botschaften wurden. Das war eine Anspielung auf die Verwirrung der Sprachen, von der

das Alte Testament erzählt (siehe 1. Mose 11,1–9).  
Wie kam es denn dazu?

Die Menschen wollten das verlorene Paradies aus eigener Kraft erreichen. Dazu fingen sie an, einen Turm zu bauen, der bis in den Himmel reichen sollte. Weil das Gespräch mit Gott abgerissen war, gelang auch die Verständigung untereinander nicht: Jeder sprach plötzlich eine andere Sprache; sie verstanden einander nicht.

Das Bauprojekt musste eingestellt werden; denn wo Menschen einander nicht verstehen, kann man kein gemeinsames Ziel ansteuern und erreichen.

Die Folgen des Sündenfalls, dieses Bruches im Verhältnis des Menschen zu seinem Schöpfer, dauern bis heute an: Wenn man einander nicht versteht, kann man nicht miteinander arbeiten, ja man kann nicht einmal nebeneinander leben, wie die vielen Dauerkonflikte zwischen Nachbarstaaten zeigen.

Das Sprechen einer gemeinsamen Sprache reicht nicht aus, um friedlich und harmonisch miteinander zu leben und zu arbeiten: Dazu bedarf es mehr als einer gemeinsamen Sprache, nämlich einer gemeinsamen „Wellenlänge“ des Vertrauens, der gegenseitigen Annahme, der Wertschätzung, der Offenheit, der Liebe.

Diese innere Einstellung aber ist durch den Sündenfall, durch die Trennung des Menschen von seinem Schöpfer, derart gestört, dass nur Gott selbst helfen kann.

Nun ist uns damit, dass wir die Ursache kennen, vielleicht grundsätzlich, aber noch nicht praktisch geholfen. Wie können wir ganz konkret den Kontakt zu Gott neu aufnehmen und pflegen?

## Was tun, wenn die „Leitung“ tot bleibt?

Was tun, wenn Julia und Rolf (das zerstrittene Ehepaar) auch nach der vierten, fünften und sechsten Nacht ihr Schweigen nicht brechen, weil keiner bereit ist, nachzugeben und als Erster das erlösende Wort spricht? Was kann man noch tun, wenn man – wie Frau Walter – 20 Jahre lang mit allen Mitteln vergeblich versucht hat, den un-nachgiebigen, alt gewordenen Vater, der auf dem Sterbebett liegt, zur Versöhnung zu bewegen?

Es gibt Situationen, in denen alle menschlichen Versuche, wieder miteinander zu reden, scheitern, denn zum Sprechen benötigen wir nicht nur die Zunge, sondern auch den Verstand – und das Herz! Die Zunge kann man mit Willenskraft im Zaum halten oder in Bewegung bringen; den Verstand kann man notfalls überlisten; das Herz aber gehorcht nicht auf Kommando und kann, unter bestimmten Umständen, so steinhart werden, dass es kaum noch fähig ist zu „empfangen“, geschweige denn zu „senden“.

Hier kann nur eine höhere Instanz helfen, eine übermenschliche „Umleitung“! An der Funktionsweise des Internets lässt sich das gut erläutern.

Als das Internet geschaffen wurde, bestand eines der Ziele dieses weltumspannenden Kommunikationsnetzes darin, den Ausfall einer Quer-Verbindung zwischen den Großrechnern bzw. Knotenpunkten sofort zu überbrücken. Im Falle eines Krieges sollten die übermittelten Informationen zwar auf Umwegen, aber sicher und schnell den Empfänger erreichen. Diesem Prinzip ist es heute zu verdanken, dass bei einem Untersee-

kabelschaden zum Beispiel die interkontinentale Kommunikation nicht zusammenbricht.

Es gibt in der geistig-geistlichen Welt auch so etwas wie eine überirdische „Umleitung“, die helfen kann, wenn die zwischenmenschliche Kommunikation schweren Schaden erlitten hat: das Gebet. Das Gebet ist in erster Linie die „Telefonleitung“, die uns mit unserem Schöpfer verbindet. Darüber hinaus ist das Gebet eine Art Umleitung, um über den gemeinsamen Schöpfer eine Brücke zu einem Menschen zu schlagen.

Was ist aber mit „Beten“ gemeint? Wie betet man richtig? Kann das jeder? Hilft es überhaupt?

- **Kann jeder beten?** Jeder, der hören kann, kann auch beten; denn Beten beginnt mit Hören. Zuhören kann nur, wer schweigt, und das Schweigen kann schon ein Gebet sein, nämlich die Bitte um jene Stille, in der es uns möglich ist, auf Gott zu hören. Der Theologe und Publizist Jörg Zink schreibt dazu: „Hören lernen heißt aufhören, selbst zu reden, sich wegwenden von sich selbst und bemerken, dass ein Anderer, der wichtiger ist als wir selbst, uns meint.“

Natürlich kann man auch mit Gott während der Autofahrt reden, aber es ist wichtig, Gelegenheiten der Stille zu schaffen, um innerlich zur Ruhe zu kommen. Dieses Stillesein vor Gott hilft uns nicht nur, auf ihn zu hören, sondern befähigt uns auch, unseren Mitmenschen besser zuzuhören.

- **Wie betet man?** Hierzu erzählte Jesus einmal ein sehr einprägsames Erlebnis:

*Zwei Männer gingen zum Tempel, um zu beten, der eine von ihnen war ein Pharisäer, der andere ein Zöll-eintreiber. Der Pharisäer stellte sich ganz nach vorne und betete etwa folgendermaßen: „Oh Gott, ich danke*

*dir dafür, dass ich nicht wie andere Leute bin, wie die Räuber, Betrüger, Ehebrecher oder, der Himmel bewahre mich davor, wie dieser Zolleintreiber da hinten. Du weißt ja, dass ich zweimal in der Woche faste und dir von meinem gesamten Einkommen gewissenhaft den Zehnten gebe.“*

*Doch auch der Zolleintreiber, der hinten im Tempel stand, betete. Er hielt die Hände vor sein Gesicht und wagte es nicht einmal, aufzuschauen, während er zu Gott sprach: „Gott, erbarme dich meiner! Vergib mir, ich bin ein Sünder!“*

*Ich sage euch: Als dieser Zolleintreiber, nicht der andere, nach Hause ging, war zwischen ihm und Gott alles in Ordnung. Denn wer sein Vertrauen auf sich und seine Leistung setzt, wird leer ausgehen. Wer aber sein Vertrauen allein auf Gott setzt, weil er eingesehen hat, wie es wirklich um ihn steht, dem wird Gott mit seinem liebevollen Erbarmen begegnen. (Lukasevangelium 18,10–14)*

Eigentlich war das Gebet des Pharisäers kein Gebet, sondern ein Vortrag. Dieser Mann redete nur von sich, dazu stellte er Vergleiche mit Anderen, vermeintlich Schlechteren, an. Er bat Gott auch um nichts, sondern informierte ihn über seine religiösen Leistungen. Das ist kein Beten!

Der zweite Beter, der Zolleintreiber, redete nicht viel. Das ist auch nicht nötig; denn es kommt beim Beten nicht auf die Menge der Worte an und auch nicht darauf, Gott mit ausgewählten Formulierungen zu beeindrucken, sondern die Herzensanliegen in einfachen Worten auszudrücken.

● **Bewirkt Beten etwas?** Natürlich! Dieser Zolleinnehmer ging befreit und erleichtert nach Hause. Das ist befreiende Kommunikation, wenn man bei Gott das abladen darf, was einem das

Herz schwer macht. Millionen können davon berichten, wie sie durch das Gebet diese befreiende Wirkung immer wieder, sogar täglich, erleben.

Bei Julia und Rolf zum Beispiel ging die „Funkstille“ in der vierten Nacht zu Ende. Rolf lag im Bett und baute im Gebet „eine Brücke“ über Gott zu seiner Frau. Im Gespräch mit Gott ging ihm auf, dass es nicht nötig war, alles hinunterzuschlucken, wenn er bereit war, im richtigen Ton mit seiner Frau über seine Gefühle zu sprechen. Er bat Gott, ihm zu verzeihen, dass er seine Frau mit Schweigen bestrafen wollte.

Während Rolf so im Liegen – mit geschlossenen Augen – in Gedanken mit Gott redete, spürte er, wie sich ein Knoten in seinem Hals löste, und wie er die befreienden Worte über die Lippen brachte: „Schatz, es tut mir leid, dass ich eingeschnappt war. Ich liebe dich immer noch. Lass uns doch in Ruhe über alles reden!“

Und wie verhielt es sich beim Vater von Frau Walter? Da hat das Beten doch nichts bewirkt!

Beten bewirkt nicht immer bei dem etwas, für den man betet, aber garantiert beim Beter selbst. Der Vater von Frau Walter starb unversöhnt. Aber das Gebet half ihr, ihrem Vater zu vergeben, so dass sie keinerlei Verbitterung mehr spürt, wenn sie an ihn zurückdenkt.

Im Umgang mit unseren Kindern haben meine Frau und ich oft festgestellt: Es gab Zeiten, da konnten wir mit ihnen über Gott sprechen, aber es gab auch Zeiten, in denen es besser war, mit Gott über sie zu reden und für sie zu beten.

Das kommt wunderbar in einer Erfahrung zum Ausdruck, die eine gläubige Mutter vor vielen Jahren mit ihrem damals schon erwachsenen Sohn ge-



macht hat. Ich hörte sie von ihm selbst und war danach sehr gerührt.

Der junge Mann (ich nenne ihn hier Ludwig) wollte gern ins Frankfurter Rotlichtviertel, um sich dort einmal umzuschauen. Weil er ein sehr gutes Verhältnis zu seiner Mutter hatte, informierte er sie über sein Vorhaben. Die Mutter hielt nicht mit ihrer Meinung diesbezüglich hinterm Berg, versuchte allerdings auch nicht, irgendeinen Druck auf ihren inzwischen erwachsenen Sohn auszuüben.

Bevor er aber aufs Fahrrad stieg, betete sie für ihn, und das tat sie auch noch, als er bereits weg war.

Stundenlang schlenderte Ludwig durch die berühmtesten Straßen, unsicher, ob er wirklich die entsprechenden Lokale betreten sollte oder nicht. Er kehrte lange nach Mitternacht nach Hause zurück.

Die Mutter fragte ihn am nächsten Tag nicht, wo er gewesen war oder was er getan hatte. Es vergingen Jahre, bis Ludwig seiner Mutter von sich aus eröffnete: „Mutter, kannst du dich noch an meinen nächtlichen Ausflug damals nach Frankfurt erinnern? Ich möchte dir heute sagen: Ich bin in keines der Lokale hineingegangen.“ Worauf seine Mutter ihm antwortete: „Ludwig, ich habe die ganze Nacht für dich gebetet – bis du nach Hause gekommen bist!“

Beten baut Brücken, wenn uns die Worte fehlen, wenn lange Reden unangebracht sind oder wenn die Kommunikation misslingt. Aber Beten ist noch mehr: Durch das Gebet vertrauen wir Menschen, die uns am Herzen liegen, einem Größeren an – Gott selbst.

Das Gebet ist kein Zauberstab; denn Gott respektiert den freien Willen eines jeden Menschen. Aber es ist sehr befreiend, um die Unterstützung eines starken Partners zu wissen, der nicht der Worte bedarf, um Knoten im Hals zu lösen und verletzte Beziehungen zu heilen.

Was auch immer dem Start in ein neues Leben im Wege stehen mag – gestörte zwischenmenschliche Beziehungen, das Unvermögen, Gedanken und Gefühle auszudrücken, unbereinigte Schuld, Misstrauen Gott oder Menschen gegenüber: Das Gebet, das auch mit einem Stillesein beginnen kann, ist der erste und beste Türöffner, häufig genug sogar zum eigenen Herzen und zur Findung der eigenen Identität.

### **Buchempfehlungen:**

- Gary Chapman, *Die fünf Sprachen der Liebe. Wie Kommunikation in der Ehe gelingt*, Francke Buchhandlung, Marburg, 9. Auflage 2008 (ISBN 978-3-86122-621-5).

- Nancy van Pelt, *Von Herz zu Herz. Erfolgreich kommunizieren*, Advent-Verlag, Krattigen, 2000 (ISBN 978-3-905008-59-3).

Aktualisierungen, weiterführendes Material und zusätzliche Buchempfehlungen sind im Internet abrufbar: [www.lebenzweipunktnull.info](http://www.lebenzweipunktnull.info)