5. Dem Vater in die Augen schauen – Wie wir ein reines Herz gewinnen können

Gott segnet die, die ein reines Herz haben, denn sie werden Gott sehen. (Matthäus 5, 8)

Das Ziel meiner Unterweisung ist, dass alle Christen von der Liebe erfüllt sind, die aus einem reinen Herzen kommt, aus einem guten Gewissen und aufrichtigem Glauben. (1. Timotheus 1, 5)

Auf meiner eigenen Reise zum Leben im Vaterhaus gab es Krisenzeiten und Höhenflüge. Zu letzteren zählte ganz eindeutig die Zeit, in der ich mit meiner Frau verlobt war. Meine Zukünftige war als frisch gebackene hauswirtschaftliche Betriebsleiterin gerade auf Jobsuche. In unserer Euphorie wagten wir es, Gott im Gebet eine ganz konkrete Wunschliste vorzulegen: Die Arbeitsstelle sollte nahe bei unserem zukünftigen Zuhause sein, sie sollte regelmäßige Arbeitszeiten und freie Wochenenden bieten, sie sollte Spaß machen und dazu noch gut bezahlt sein. Wer die Branche kennt weiß, dass das ziemlich anspruchsvolle Wünsche waren. Aber wir waren einfach so überzeugt davon, dass unser himmlischer Vater uns ganz bestimmt gerne beschenken wird.

Und tatsächlich: Kurz darauf wurde meine Frau von der Personalchefin eines Modezentrums angerufen, bei dem sie sich gar nicht beworben hatte. Über 2 Ecken hatte die Personalchefin erfahren, dass meine Frau auf Stellensuche ist. Sie bot ihr die Leitung der kleinen firmeneigenen Personalkantine an. Das war eine regelmäßige Arbeit von Montag bis Freitag, niemals abends oder am Wochenende. Der Betrieb lag nur 5 Autominuten von unserem zukünftigen Zuhause entfernt. Das angebotene Gehalt war überaus lukrativ. Später erwähnte die Personalchefin, dass sie „versehentlich“ eine zu hohe Eingruppierung angeboten hatte - die sie dann aber nicht mehr zurücknehmen wollte. Da das Kochen schon immer der Bereich in der Hauswirtschaft war, der meiner Frau am meisten Spaß machte, nahm sie die Stelle gerne an...

Wir waren überwältigt, wie konkret unser himmlischer Vater auf unsere Wunschliste reagiert hatte! Kein Wunder, dass mir das Beten damals großen Spaß machte. Ich war mir der Gunst meines Vaters im Himmel einfach so gewiss. Aber leider blieb das nicht für immer so. Wenn ich ehrlich bin waren solche Erlebnisse auch eher die Ausnahme in meinem Glaubensleben. Aber warum eigentlich? Sollte es nicht normal sein, dass wir als Christen so fröhlich und vertrauensvoll unterwegs sind und dabei immer wieder die Wunder Gottes erleben? **Was raubt uns dieses kindliche Vertrauen und die fröhliche Zuversicht? Und wie kann das wieder hergestellt werden?**

Auf diese Fragen gibt es sicher nicht nur eine einzige Antwort. Aber ganz sicher spielt unser Gewissen dabei eine ganz entscheidende Rolle. Die folgende Episode aus meinem Leben hatte mir diesen Zusammenhang zum ersten Mal so richtig vor Augen geführt:

Wie ein schlechtes Gewissen unsere Gottesbeziehung belastet

Erlebt

Damals fiel mir die Gemeinschaft mit Gott und das Beten äußerst schwer. Kaum fing ich damit an, wurde ich an eine bestimmte Sache in meinem Leben erinnert, die mein Gewissen belastete. Es war, wie wenn der Teufel, der in der Bibel auch als der „Verkläger der Brüder" (Offenbarung 12,10) bezeichnet wird, mir ständig mein Versagen vor Augen hielt und mir einredete, dass Gott sowieso nicht auf mich hört. Und ich kaufte ihm das vollständig ab. Nach und nach schlief mein Gebetsleben ein. Ich konnte meinem Vater im Himmel einfach nicht mehr in die Augen schauen. Und ohnehin hatte ich keine Hoffnung mehr, dass Gott mich in irgendeiner Form erhören würde. Ich wusste, es gab nur einen Ausweg: Ich musste mit jemandem offen über diese Sache sprechen. Das fiel mir extrem schwer. Denn irgendwie hatte ich die feste Erwartung, dass mich mein Gesprächspartner genauso anklagen und verachten würde wie diese ätzende Stimme in meinem Herzen. Lange schob ich es vor mir her. Aber dann kam der Tag, als ich endlich darüber reden und die Sache bereinigen konnte. Ich war so erleichtert! Endlich konnte mir niemand mehr ein schlechtes Gewissen einreden. Endlich konnte ich Gott wieder ungehindert in die Augen schauen und vertrauensvoll mit seinem Segen rechnen.

Wer die Bibel öffnet merkt schnell: Das, was ich da erlebt habe, ist in der Bibel ein riesengroßes Thema. Schon die beiden Eingangsverse dieses Kapitels machen das deutlich: Für Jesus ist ein reines Herz die Voraussetzung, um Segen empfangen und Gott schauen zu können. Für Paulus waren ein reines Herz und ein gutes Gewissen sogar 2 der 4 Hauptziele seines Wirkens unter den Menschen! Und das hat einen einfachen Grund:

Ein schlechtes Gewissen trennt uns von Gott. Das können wir schon auf den ersten Seiten der Bibel nachlesen. Dort wird berichtet, wie die Menschen vor dem Sündenfall eine direkte, ungehinderte Gemeinschaft mit Gott genossen haben. Aber als ihnen bewusst wurde, dass sie gegen Gottes Gebot verstoßen hatten und sie sich deshalb schämten, zerbrach diese intime Gemeinschaft. Das gleiche geschieht in unserem Leben auch heute noch.

> Mit reinem Gewissen können wir Gott angstfrei begegnen, uns ihm völlig öffnen und mit großer Zuversicht seinen Segen erwarten

David kannte diese Wahrheit und schrieb darüber in Psalm 24: *"Wer darf den Berg des Herrn besteigen und wer an seinem heiligen Ort stehen? Nur die Menschen, deren Hände und Herzen rein sind"* (Psalm 24, 3+4). Der "Berg des Herrn" ist ein Synonym für seine Gegenwart, die uns mit einem reinen Herzen offen steht. Deshalb fordert uns die Bibel auf: *„Bewahrt euch ein reines Gewissen"* (1. Petrus 3, 16). Wenn unser Gewissen belastet ist, wird auch unsere Beziehung zu Gott getrübt. Dann werden unsere Gebets- und Anbetungszeiten oberflächlich und unsere Gemeinschaft mit Gott reduziert sich auf Förmlichkeiten. **Aber mit reinem Gewissen können wir Gott angstfrei begegnen, uns ihm völlig öffnen und mit großer Zuversicht seinen Segen erwarten**: *„Liebe Freunde, wenn unser Gewissen rein ist, können wir mit Zuversicht und mutig vor Gott treten"* (1. Johannes 3, 21).

Ein reines Herz war Davids Erfolgsgeheimnis

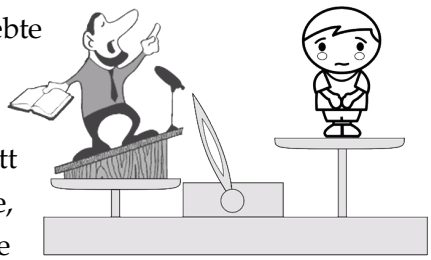
Im Leben Davids können wir genau verfolgen, wie der Zustand seines Gewissens den Unterschied machte zwischen kühnem Gottvertrauen und tiefster Niedergeschlagenheit, zwischen Erfolg und Misserfolg: Mit einem reinen Herzen konnte er inmitten schwerster Angriffe und Kämpfe kühn und selbstsicher sein, weil er Gott, den Allmächtigen, auf seiner Seite wusste. In Psalm 18 rühmt er Gott als seinen Fels und seine Burg, der ihn vor seinen Feinden rettet: *"Mit dir kann ich ganze Armeen zerschlagen, mit dir überwinde ich jede Mauer"* (Psalm 18, 30). Woher hatte er diese Sicherheit und diese Kühnheit, die ihn selbst beim Anblick des furchteinflößenden Goliat nicht verließ? Er war sich einfach völlig sicher, dass Gott mit ihm ist, weil er ein reines Gewissen hatte: *"Der Herr wird mich belohnen, weil ich aufrichtig bin, und mir den Lohn dafür geben, dass ich unschuldig bin"* (Psalm 18, 21).

Deswegen war es für David ein so dramatischer Moment, als der Prophet Nathan ihm seine Sünde aufzeigte und ihm damit ein schlechtes Gewissen machte (2. Samuel 12). **David war sich sehr bewusst, dass sein Glaube, seine Kühnheit und damit auch seine Erfolge in all seinen Kämpfen abhängig waren von seinem reinen Gewissen Gott gegenüber.** Daher rief er in dieser Situation auch voller Verzweiflung: *„Erschaffe in mir, Gott, ein reines Herz!"* (Psalm 51, 12) Und in der Tat war das der Schlüssel dafür, in die Erfolgsspur zurückzufinden.

Wie unser Gewissen schleichend verunsichert wird

Soweit, so gut. So ähnlich hätte ich Ihnen diese Theologie schon vor 20 Jahren "vorbeten" können. Dass Sünde uns von Gott trennt war in dem pietistischen Umfeld, in dem ich christlich sozialisiert worden bin und das ich bis heute sehr schätze, sozusagen Basiswissen. Kombiniert wurde diese Aussage meistens mit dem Grundsatz, dass wir Menschen alle allzumal Sünder sind und bleiben. Das förderte in mir unbewusst das Gefühl, dass es für Christen wohl normal ist, sich fortwährend schuldig zu fühlen.

Hinzu kommt die menschliche Neigung, sich mit Anderen zu vergleichen. Ich erinnere mich daran, wie ich damals viele Geschichten las über große bekannte Glaubenshelden. Das war eigentlich sehr interessant und lehrreich. Aber unbewusst begann ich, mein Leben mit diesen Männern und Frauen zu vergleichen - und kam mir dadurch plötzlich ziemlich schlecht vor. Im Vergleich zu ihnen fühlte ich mich wie "gewogen und zu leicht befunden". Zumal mein Leben eben keine solche Erfolgsstory war. Ich erlebte Enttäuschungen. Und Konflikte mit anderen Christen. Und ich fragte mich: Woher kommen diese Misserfolge? Liegt es an meinem undisziplinierten Gebetsleben? Fordert Gott von mir, dass ich erst meinen Fernseher aus dem Haus werfe, so wie ich es damals von einem Prediger gehört hatte? Diene



ich vielleicht noch dem Mammon, weil ich mein Geld nicht so großzügig weggebe wie der Gründer einer Missionsgesellschaft, von dem ich gelesen hatte?

Diese Fragen bohrten in mir und ließen das Gefühl in mir wachsen, dass Gott doch ziemlich unzufrieden mit mir sein musste. Und schon bald fühlte sich mein Herz nicht mehr rein und sauber an - und entsprechend gehemmt war mein Blick in die Augen meines Vaters im Himmel. Es wäre mir äußerst schwer gefallen, wie David zu beten: "*Erforsche mich, Gott, und erkenne mein Herz, prüfe mich und erkenne meine Gedanken.*" (Psalm 139, 23) Denn tief in meinem Inneren erwartete ich ein vernichtendes Ergebnis, wenn Gott mir so unverblümt den Spiegel vorhalten würde. Erst recht nicht hätte ich mir vorstellen können, so wie David zu beten: *"Ich bin ohne Schuld vor Gott, denn ich habe mich von der Sünde fern gehalten"* (Psalm 18, 24). Hätte mir ein Mitchrist so etwas gesagt hätte ich ihn für einen Irrlehrer oder bestenfalls für arrogant und hochnäsig gehalten! Schließlich machen wir doch alle ständig Fehler und sündigen täglich! Wie könnte jemand so etwas von sich behaupten wie David es hier tat?

Vorsicht Missverständnis: Ein reines Herz hat nichts mit Fehlerlosigkeit zu tun!

Aber mit der Zeit habe ich verstanden: So demütig es sich anhört, sich selbst als permanenten Sünder zu bezeichnen, so problematisch ist das auch: Eine solche Sünderhaltung belastet nicht nur unsere Beziehung zu Gott und unsere Zuversicht auf Gottes Gunst und Segen. Menschen, die mit sich selbst nicht im Reinen sind, leben zudem seelisch äußerst ungesund und wirken mit ihrem verklemmten, gebückten und scheuen Auftreten auf ihre Umwelt unattraktiv und abstoßend. Ist DAS wirklich die Haltung, die uns die Bibel vermitteln wollte? Muss das Beugen unter die eigenen Fehler wirklich ein Dauerzustand im Leben eines Christen sein? Die Antwort der Bibel ist ganz eindeutig: Nein! Ganz im Gegenteil! Es ist deshalb entscheidend wichtig, dass wir die folgende einfache Wahrheit begreifen und tief in unserem Herzen erfassen: **Ein reines Herz zu haben bedeutet nicht, sündlos, perfekt oder vollkommen zu sein!**

Ein reines Herz zu haben bedeutet nicht, sündlos, perfekt oder vollkommen zu sein!

Die Geschichte Davids macht das mehr als deutlich: Die Bibel schildert in ungeschminkter Offenheit seine Betrügereien, seine Rachlust und seine Schwäche für schöne Frauen. Aber oft waren ihm seine Fehler nicht bewusst. Selbst als er den Ehemann seiner Liebschaft indirekt umbringen ließ, musste Gott erst einen Propheten schicken, um ihm sein krasses Fehlverhalten klar zu machen! Ganz offensichtlich gilt in der Beziehung mit dem Vater im Himmel genau das gleiche, was für Kinder die Beziehung zu ihren Eltern gilt: **Solange uns Fehler nicht bewusst sind belasten sie unser Gewissen nicht und schaden deswegen auch unserer Beziehung längst nicht so sehr.** Natürlich sind Eltern nicht begeistert, wenn das Kind die Tapete mit Farbe vollgeschmiert hat. Aber wenn das Kind sich nichts Böses dabei gedacht hatte oder wenn es aus Versehen geschehen

ist werden sie trotzdem barmherzig mit ihm umgehen - vor allem wenn ihnen das Kind danach treuherzig in die Augen schaut! Genauso wird Gott auch unsere Fehler zwar nicht einfach gut heißen oder ignorieren. Auch unbewusste Schuld richtet Schaden an. Aber Gott lehnt uns deswegen nicht ab! Auch er geht barmherzig mit uns um. Deshalb dürfen auch wir ihm ohne Scham treuherzig in die Augen schauen, selbst wenn uns völlig klar ist, dass wir in unserem Leben manchmal noch ziemliche "Sauigel" sind.

> Gott will uns vom falschen Gottesbild heilen, dass er uns ständig mit erhobenem Zeigefinger begegnen würde

Gott erwartet keine Perfektion von uns! Natürlich möchte er, dass wir Sünden bekennen, wenn wir uns einmal ganz bewusst gegen seinen Willen gestellt haben. **Aber mindestens ebenso wichtig ist es ihm, uns von unserem falschen Gottesbild zu heilen, wenn es uns den Eindruck vermittelt, dass er uns ständig nur mit erhobenem Zeigefinger begegnen würde!** Und meine Erfahrung ist: Dieser Heilungsprozess kann ganz schön schwierig und langwierig sein. Es gibt nämlich jemanden, der uns ganz gezielt davon abhalten möchte, ein reines Herz und ein reines Gewissen zu entwickeln:

Den "Verkläger der Brüder" durchschauen und entlarven

Als ich damals meine „Sünde“ vor meinem Seelsorger offen legte, war er zu meiner großen Überraschung gar nicht der Meinung, dass es sich um Sünde handelt! All meine Scham war umsonst gewesen! Der „Verkläger der Brüder“ hatte wieder ganze Arbeit geleistet. Wir müssen lernen, den Teufel und seine Strategie zu durchschauen. Er wird alles tun, um uns auf die Tatsache zu fixieren, dass wir alle immerzu Sünder sind. Er wird uns einreden, dass es - auch ohne bewussten Ungehorsam Gott gegenüber - ganz grundsätzlich unmöglich sei, mit freiem Herzen und erhobenem Haupt zu Gott gehen zu können, weil Gott uns immer wegen dem einen oder anderen Fehler zumindest teilweise ablehnen und verurteilen müsste - und wenn es nur deshalb ist, weil wir vielleicht unsere „stille Zeit“ vernachlässigt haben...

Wie anders war David! Trotz seiner großen charakterlichen Mängel war er voll und ganz der Überzeugung, dass Gott mit ihm sein musste und ihn segnen würde. Und tatsächlich stellte sich Gott zu Davids Vertrauen trotz seiner vielen Fehler! Gott bezeichnete David sogar als „Mann nach seinem Herzen“ (1. Samuel 13, 14). **Offenbar ist dieses feste Vertrauen in Gottes Gunst, wie David es hatte, in Gottes Augen nicht Hochmut oder Selbstüberschätzung. Vielmehr schätzt und segnet Gott Menschen, die fest davon ausgehen, dass Gott sie segnet, auch wenn ihnen durchaus bewusst ist, dass sie noch viele Fehler und Schwächen haben.**

> Festes Vertrauen in Gottes Gunst ist nicht Hochmut oder Selbstüberschätzung. Vielmehr schätzt und segnet Gott Menschen, die fest davon ausgehen, dass Gott sie segnet!

Wir brauchen deshalb Heilung von unserem falschen Gottesbild, wenn wir Gott einseitig nur als den strengen Richter sehen, der auf unsere Fehler fixiert ist und uns den Segen entzieht bei jedem Mangel, den er an uns findet. Gott sieht in erster Linie unser Herz an, nicht unseren

Heiligungsgrad. **Er liebt Menschen, die ihm frei und erwartungsvoll begegnen, selbst wenn sie noch längst nicht perfekt sind!** Und er segnet sie genauso wie menschliche Väter ihren Kindern gerne Gutes tun trotz ihrer Unvollkommenheit und Unreife. So hat es David erlebt. Und genau so hatten meine Frau und ich es damals erlebt, als wir Gott unsere "Arbeitsstellen-Wunschliste" vorgelegt hatten. Unser Vater im Himmel ist kein knausriger Gott. Er hat Freude daran, seine unperfekten Kinder zu beschenken! Denn er ist ein "*gnädiger und barmherziger Gott, langsam zum Zorn und groß an Güte*" (Jona 4, 2, Psalm 86, 15; 103, 8; 145, 8; Joel 2, 13). Das dürfen wir ganz neu begreifen lernen! Wir haben als Christen allen Grund dazu. Denn **wenn schon David sich so "unverschämt" auf Gottes Segen verließ, wie viel mehr können wir das ohne Scham und ohne Zweifel tun, da doch Jesus für unsere Schuld gestorben ist!** Als Christen haben wir einen gewaltigen Vorteil: Wir können uns voll auf Jesu Aussage am Kreuz stellen: "ES IST VOLLBRACHT!" Er ist für jegliche Schuld gestorben, die wir auf uns geladen haben und die wir - bewusst oder unbewusst - noch auf uns laden werden. All unsere Schuld ist bereits bezahlt! Das ist ein Fakt, an dem wir auf keinen Fall länger zweifeln sollten - denn es wäre doch einfach tragisch, wenn wir Gottes gewaltiges Geschenk nicht annehmen würden.

Wenn wir uns nach dem Tod Jesu am Kreuz immer noch durch undefinierbare Schuldgefühle bedrücken lassen, bringen wir Jesus um den Lohn seines Opfers für uns. Denn er wollte, dass wir frei sind!

Wir sollten uns folgendes bewusst machen: **Wenn wir uns nach dem Tod Jesu am Kreuz immer noch durch undefinierbare Schuldgefühle bedrücken lassen, bringen wir Jesus um den Lohn seines Opfers für uns. Denn er wollte, dass wir frei sind!** Frei, uns nicht länger unter der Last unserer Schuld beugen zu müssen! Frei, um aufrecht und mit erhobenem Haupt leben und Gott begegnen zu können! Frei, uns der Gunst und des Segens Gottes sicher zu sein und nicht länger zweifeln zu müssen! Frei, um mit großer Erwartung zu beten und mutig zu handeln in der Gewissheit, dass unser Gott mit uns ist, uns liebt und uns segnet! Frei, um in der Würde und Autorität von geliebten Königskindern zu leben! Ist das nicht phantastisch?

Jetzt wird's persönlich:

Sind Sie sich sicher, dass Gott zu ihnen steht, sie segnet und auf ihr Gebet positiv reagiert?

❑ Ja, ganz bestimmt ❑ Ich denke schon ❑ Ich bin mir nicht sicher

❑ Ich glaube nicht, dass Gott mich segnen kann.

Ist Ihr Gewissen sauber? Oder fällt Ihnen eine konkrete Schuld ein, die Ihr Gewissen belastet?

❑ Nein, alles O.K. ❑ Nein, aber ich habe trotzdem das Gefühl, dass Gott mich ablehnt.

❑ Ja, mir fallen ganz konkret eine oder mehrere Sachen ein, die mein Gewissen belasten.

Falls eine ganz konkrete Schuld Ihr Gewissen belastet: Fällt Ihnen jemand ein, mit dem Sie jetzt über Ihre Schuld reden und sie bekennen können?

_____

3 praktische Hilfen, um uns Gottes Gunst gewiss zu werden

Meine Sünde einem Menschen zu bekennen war mir nicht leicht gefallen. Noch weit schwerer war es, dieses unbestimmte, diffuse Gefühl zu überwinden, dass Gott mich mehr oder weniger ablehnt und mich nicht wirklich segnen kann. Ich habe viele Jahre dafür gebraucht und bin immer noch auf dem Weg. Vielleicht wird es auch für Sie ein gar nicht so einfacher Prozess, tief sitzende Gefühle von Scham, Minderwertigkeit und Unsicherheit Gott gegenüber zu überwinden. Jesus wusste, wie schwer es uns fällt, unser Scham- und Versagergefühl gegenüber diesem großen, perfekten, allwissenden und heiligen Gott zu überwinden. Aber weil es ihm so wichtig war, dass wir uns der Gunst und des Segens Gottes völlig gewiss werden, hat er uns gerade dafür ganz besondere praktische Hilfen für unseren Glaubensalltag mitgegeben. Diese möchte ich Ihnen nun gerne noch vorstellen:

1. Schuldbekenntnis und Zuspruch der Vergebung

Wenn unser Gewissen von einer ganz konkreten und bewussten Schuld geplagt wird, dann kennt die Bibel eigentlich nur einen Weg, dieses Problem wieder loszuwerden: Wir müssen unsere Sünde bekennen! Wenn wir das tun, haben wir Gottes klare Verheißung, dass er uns *„vergibt und uns von allem Bösen reinigt."* (1. Johannes 1, 9)

Ich erlebe es so, dass es bei manchen Sünden völlig genügt, sie Gott im Gebet zu bekennen. Aber manchmal reicht das nicht aus, um mein Herz und mein Gewissen zu reinigen. Die Bibel ermutigt uns für diese Fälle: *„Bekennt **einander** Eure Schuld..."* (Jakobus 5, 16). **Der große Vorteil einer "Beichte" ist die Möglichkeit, dass uns ein Mitchrist Gottes Vergebung hörbar und spürbar zusprechen kann.** Jesus hat uns dazu eine bemerkenswerte Vollmacht mitgegeben: *"Wem ihr die Sünden vergebt, dem sind sie vergeben"* (Johannes 20, 23a, siehe auch 1. Johannes 1, 9). Ist das nicht erstaunlich? Wir sollten diese Vollmacht unbedingt in Anspruch nehmen, um einander von Schuldgefühlen zu entlasten.

> Wenn Schuld ans Licht kommt verliert sie ihre negative Kraft über uns

Ich habe es oft erlebt: **Wenn Schuld ans Licht kommt, verliert sie ihre negative Kraft über uns.** Je länger wir aber mit dem Aufdecken warten, umso schwieriger wird es, die Schuld zu bekennen. Denn mit der Zeit kommt zu dem schlechten Gewissen über die eigentliche Schuld auch noch das schlechte Gewissen über das Geheimhalten der Schuld dazu. **Das liebste Möbelstück des Teufels ist deshalb immer noch die sprichwörtliche lange Bank.** Er weiß genau, dass unbereinigte Schuld uns von Gott fernhält. Und wenn wir schon seiner Lüge nicht glauben, wir bräuchten Schuld nicht ans Licht zu bringen, so gehen wir vielleicht doch auf sein Drängen ein, das Aufdecken der Schuld noch länger vor uns herzuschieben. Doch damit bringen wir uns um das befreiende Erlebnis der Vergebung und um die innige Gemeinschaft mit unserem Vater im Himmel.

Ein wichtiger Grund, warum es uns so schwer fällt, unser Versagen offen zu legen, ist unsere Angst vor Ablehnung. Was denken die anderen über mich, wenn meine fromme, starke Fassade bröselt? Um diese Angst zu überwinden brauchen wir Gemeinschaften mit einer gnaden- und liebevollen Atmosphäre, in der es leicht fällt, Schwäche zu zeigen. **Versagen sollte kein Tabuthema sein, wenn Christen zusammen kommen!** Wenn wir vor anderen Christen so tun, als hätten wir unser Leben komplett im Griff, bauen wir einen Druck auf, der es dem Einzelnen schwer macht, mit seinen Kämpfen und seinem Versagen offen umzugehen. Deshalb sind wir alle (und ganz besonders die Leiter) gefordert, ehrlich und authentisch zu sein und über Schwächen und Fehler in einem geeigneten Rahmen auch offen zu sprechen.

> Versagen sollte kein Tabuthema sein, wenn Christen zusammen kommen

Dazu müssen wir uns bewusst machen, dass wir als Menschen ohnehin keine Chance haben, etwas geheim zu halten. Jesus sagte, dass eines Tages auch die geheimsten Dinge von den Dächern ausgerufen werden (Lukas 12, 1-3). Es wird wesentlich weniger schmerzhaft sein, wenn wir jetzt und hier unsere Schuld selbst vor ihm und vor anderen Menschen bekennen, als dass Gott sie eines Tages offenlegt. Wir dürfen nicht vergessen: Er ist und bleibt auch ein heiliger Gott, der Sünde einfach nicht ertragen und nicht auf Dauer dulden kann. **Eine gesunde Gottesfurcht ist genauso wichtig wie das Wissen um seine Güte und Freundlichkeit, damit wir lernen und motiviert bleiben, unser Gewissen rein und sauber zu halten.**

Das "Beichten" ist also nicht nur für katholische Christen eine große Hilfe. Allerdings braucht man dazu keine Profis und keine festgelegten Rituale. Ein offenes Gespräch mit einem lieben Mitchristen, dem wir vertrauen, reicht völlig aus. Wenn wir einmal den Segen geschmeckt haben, der aus der Vergebung und aus einem reinen Herzen kommt, werden wir diese befreienden Gespräche über unsere Sünden und Fehler immer wieder gerne suchen.

2. Taufe

Nie werde ich vergessen, wie ein Freund von mir sich taufen ließ. Nach seiner Bekehrung hatte er seine Sünden einem Seelsorger bekannt. Aber trotzdem fühlte er sich noch nicht wirklich frei von seiner dunklen Vergangenheit, für die er sich so schämte. Deshalb freute er sich unbändig auf seine Taufe. Es war erstaunlich: Kurz vor Beginn der Tauffeier hatte es noch in Strömen geregnet. Genau in dem Moment, als mein Freund aus dem Wasser wieder auftauchte brach die Sonne durch die Wolken und strahlte ihm ins Gesicht. Es war ein sehr bewegender Moment für alle, die dabei waren - und am meisten natürlich für meinen Freund, der richtiggehend aufatmen konnte, weil er jetzt tief in seinem Herzen die Gewissheit spürte, dass seine Schuld wirklich vergeben ist.

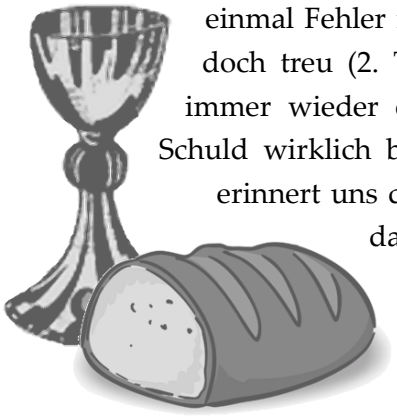
> Die spürbare Erfahrung, dass Gott uns ganz und gar reinigt von unserer Sünde und allem, was unser Herz beschämt, ist ein wichtiger Aspekt der Taufe

Die spürbare Erfahrung, dass Gott uns ganz und gar reinigt von unserer Sünde und von allem, was unser Herz beschämt, ist ein wichtiger Aspekt der Taufe. Petrus betont diesen wichtigen Zusammenhang ganz direkt:

"*Die Taufe ist keine körperliche Reinigung, sondern die Bitte an Gott um ein reines Gewissen"* (1. Petrus 3, 21). Wir sollten deshalb auf keinen Fall auf diese Hilfe zur Gewissheit verzichten, dass unser Ankläger keine Angriffspunkte mehr hat und uns somit nicht länger ein schlechtes Gewissen einreden kann! Es tut gut, sich in Momenten der Verunsicherung ganz auf die erlebte Taufe stellen und sie innerlich dem Teufel entgegenhalten zu können.

3. Abendmahl

Die Taufe ist und bleibt ein einmaliges Erlebnis. Das ist wichtig, denn es bringt zum Ausdruck, dass Gottes Ja für uns ein für allemal fest steht - auch dann, wenn wir wieder einmal Fehler machen und sündigen. Selbst wenn wir untreu sind bleibt er doch treu (2. Timotheus 2, 13)! Damit wir aber auch nach unserer Taufe immer wieder erleben und sogar körperlich spüren können, dass unsere Schuld wirklich bezahlt ist hat Jesus zusätzlich das Abendmahl gestiftet. Es erinnert uns daran, dass sein Leib an unserer Stelle zerbrochen wurde, so dass wir trotz unserer Fehler Segen und Heil erwarten dürfen und dass sein Blut den Bund zwischen Gott und uns ein für allemal besiegelt hat (Matthäus 26, 26-28).



Besonders als protestantische, vom griechischen Denken geprägte Christen, sind wir stark gefährdet, den Wert und die Wichtigkeit solcher körperlich erlebbarer Rituale zu unterschätzen und unser Glaubensleben völlig zu vergeistigen. Jesus wusste es besser. **Ihm war klar, dass wir ganzheitliche Menschen sind, die Wahrheiten auch dadurch begreifen, dass wir sie körperlich spüren und erleben.**

> Wir sind ganzheitliche Menschen, die Wahrheiten auch dadurch begreifen, dass wir sie körperlich spüren und erleben

Deshalb tun wir gut daran, diese Erinnerungsfeier in unseren Gemeinschaften zu pflegen, immer wieder neu kreativ zu gestalten und uns darin von Gott helfen zu lassen, unsere Scham zu überwinden. Auch hier gilt: Man braucht nicht unbedingt Profis oder "heilige Räumlichkeiten", um ein tiefes und bewegendes Abendmahl zu feiern. Schließlich sind wir im neuen Bund allesamt Priester (1. Petrus 2, 9). Entscheidend ist unsere Herzenshaltung, unser Glaube und unsere Dankbarkeit dafür, dass uns in Brot und Wein bzw. Saft wirklich Gott begegnet und uns seine Vergebung, Gunst und Gnade sichtbar und spürbar zusichert.

Liebe Dich selbst!

Ist es nicht phantastisch, dass Gott uns so viele praktische Hilfen mit auf den Weg gibt, nur um uns ganz tief und fest zu versichern, dass wir in seinen Augen wirklich O.K. sind und dass wir mit frohem, reinem Herzen voller Zuversicht und Erwartung zu ihm kommen dürfen? Wir sollten nicht zögern, diese Hilfen in Anspruch zu nehmen, um so aus unserem Gefängnis der Scham, Minderwertigkeit und Ablehnung auszubrechen hinein in die "*herrliche Freiheit der Kinder Gottes*" (Römer 8, 21).

Einer der allerwichtigsten Schlüssel, um aus diesem Gefängnis auszubrechen ist aber ganz sicher das Gebot Jesu, uns selbst zu lieben. Das ist für Jesus genauso wichtig wie die Liebe zu Gott und zu unseren Mitmenschen: *"Das zweite (Gebot) ist ebenso wichtig: Liebe deinen Nächsten* ***wie dich selbst****. Kein anderes Gebot ist wichtiger als diese beiden"* (Markus 12, 31).

> Gottes heilende Liebe kann unser Herz nicht erreichen, solange wir Gottes liebevollen Gedanken über uns innerlich widersprechen, indem wir uns selbst ablehnen und für minderwertig erklären

Aber warum ist es für Jesus so entscheidend wichtig, dass wir uns selber lieben? Jesus wusste: Wir können Gott und unsere Mitmenschen nur dann lieben, wenn wir uns selbst geliebt fühlen. **Und Gottes heilende Liebe kann unser Herz nicht erreichen, solange wir Gottes liebevollen Gedanken über uns innerlich widersprechen, indem wir uns selbst ablehnen und für minderwertig erklären.** Selbstablehnung und Minderwertigkeitsgedanken wirken wie eine Verstopfung im Zufluss der Liebe Gottes in unseren Herzenstank. Dadurch verhindern sie die Heilung unserer Identität und die Stabilisierung unseres Lebens.

Um innerlich heil werden und Gott und andere Menschen lieben zu können ist es deshalb entscheidend wichtig, dass wir uns für ein uneingeschränktes "JA" zu uns selber entscheiden:

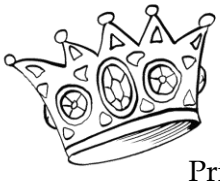
- Weil Gott sagt, dass wir wertvoll sind (Lukas 12, 7), dürfen wir ihm zustimmen und sagen: "Jawohl, ich bin wertvoll, so wie ich bin!".
- Weil Gott sagt, dass wir schön und wunderbar gemacht sind dürfen wir mit David sprechen: *"Ich danke dir, dass du mich so herrlich und ausgezeichnet gemacht hast!"* (Psalm 139, 14)
- Weil Gott uns angenommen hat (Jesaja 43, 1) dürfen und sollen wir uns auch selbst annehmen mit allem, was zu uns gehört.
- Weil wir in Gottes Augen liebenswert sind (Jeremia 31, 3) dürfen wir zu uns selber sagen: "Ja, ich bin geliebt und liebenswert!"

Wer so zu sich selber spricht betreibt kein magisches "Positives Denken". **Diese Wahrheiten über uns selbst auszusprechen bedeutet einfach nur, Gott in seinem Urteil über uns zuzustimmen, Gottes Gebot zur Selbstliebe zu gehorchen und dem Teufel, dem alten Ankläger, sowie allen Menschen, die negative und verurteilende Dinge über uns ausgesprochen haben, eine lange Nase zu drehen.**

Worte haben Macht. Gottes Worte sind die Wahrheit. Die Wahrheit macht uns frei. Geben wir Gottes Worten in unserem Herzen Raum, indem wir ihnen innerlich zustimmen und sie uns selber immer wieder zusprechen. Dann kann Gottes Liebe zu uns fließen, unseren Herzenstank füllen und unser Leben heil und stabil machen.

Der Vater macht uns zu würdevollen Königskindern!

Und damit sind wir bei noch einer ganz entscheidenden Hilfe, um aus unserem Gefängnis der Scham und Minderwertigkeit frei zu kommen: Die Bibel! Gehen Sie doch dort einmal gezielt auf die Suche danach, wie Gott Sie wirklich sieht. Sie werden erstaunt sein! Denn in Gottes Augen sind wir nicht mehr erbärmliche Sünder. Er hat uns die Würde von



Botschaftern des himmlischen Königreichs gegeben (2. Korinther 5, 20), die im Triumphzug Gottes seine gute Nachricht in der Welt verbreiten dürfen (2. Korinther 2, 14) und die als Kinder des Königs (Römer 8, 16) das Reich Gottes erben (Jakobus 2, 5) und in Ewigkeit mit ihm als Könige und Priester regieren werden (Offenbarung 5, 10). Als seine Kinder haben wir Zugang zum Herzen des Vaters und dürfen fest damit rechnen, dass unser Gebet sein Herz bewegt und dass er uns beschützt und segnet (Hebräer 4, 16). Und wir sind nicht nur seine Freunde sondern sogar seine Braut, die er über alles liebt und begehrt und die er eines Tages heiraten wird (Offenbarung 19, 6-9).

Es ist an der Zeit, dass wir uns nicht länger blenden und bedrücken lassen sondern uns unserer Würde und Autorität bewusst werden und voller Zuversicht die Liebe und den Segen unseres himmlischen Vaters in Anspruch nehmen. Er wartet darauf! Unser Vater liebt es, uns zu beschenken!

Auf den Punkt gebracht

Gott möchte uns aufrichten und befreien zu einem Leben in der Würde und Autorität von geliebten Königskindern. Dafür schenkt er uns ein reines Herz, durch das wir mit großer Zuversicht beten, Gottes Liebe empfangen und im Vertrauen auf ihn mutige Schritte gehen können.

- Ein reines Herz ist wichtig, um frei und ungehindert Gott begegnen, ihm vertrauen und seinen Segen erwarten zu können.
- Ein reines Herz hat nichts mit Fehlerlosigkeit zu tun! Oft steckt hinter einem diffusen unreinen Gewissen ein falsches Gottesbild und der "Ankläger der Brüder", der uns durch Lügen und Minderwertigkeitsgefühle von Gott trennen und vom Vertrauen auf ihn fernhalten will.
- Wir können unsere Scham überwinden mit Hilfe von Schuldbekenntnis, dem Zuspruch der Vergebung, Taufe, Abendmahl und den Zusagen aus Gottes Wort. So können wir wieder aufrecht durchs Leben gehen und uns fest darauf verlassen, dass unser Gott mit uns ist!
- Indem wir Gottes Gebot befolgen, uns selber zu lieben, werden wir fähig, Gottes Liebe zu empfangen und dadurch heil und stabil zu werden.