

persönlich

Das Onlinemagazin für Singels und Paare



herausgegeben von der Arbeitsgemeinschaft seelsorgliche Beratung AsB e.V.



Gehirn und unsere Gedanken (Teil 1)

Im Dunkel gesegnet?

Der letzte große Feind

Fragen zur Bibel u.a.

Inhalt

- 3 Editorial
 - 4 Im Dunkel gesegnet?
 - 6 Gehirn und unsere Gedanken
 - 11 Lesermails
 - 14 Der letzte große Feind
 - 16 Fragen zur Bibel
 - 19 Wertvolle Termine
-

Impressum

© 2024 AsB e.V., Arbeitsgemeinschaft seelsorgliche Beratung
www.asb-seelsorge.org
info@asb-seelsorge.org

Lektorat: Peggy Hess, Iris Nitsche
Gestaltung: Jana Lauinger
Verantwortlich für den Inhalt: Walter Nitsche, AsB-Ausbildungsleiter
Bildnachweis: Unsplash, pixabay und privat

Danke, wenn du uns durch deine Spende dabei hilfst,
dieses Magazin weiterhin kostenlos herausgeben zu können!

Spendenkonto:
AsB e.V.
Sparkasse Pforzheim-Calw
IBAN: DE16 6665 0085 0008 9739 62
BIC: PZHSDE66XXX

Mit Freistellungsbescheid des Finanzamtes Ettlingen,
Steuernummer 31197/55001,
sind wir als gemeinnützige Körperschaft anerkannt.
Somit kannst du deine Spenden von deiner Steuer absetzen.



Editorial



Liebe Leserin, lieber Leser,

im lichtdurchfluteten Raum erklingt „Gute-Laune-Musik“, der ein oder andere kann den Text schon mitsingen, die bunten Tücher schwingen an den Händen der überwiegend Ü-90-Jährigen mit und die Füße wippen zum Takt zur Musik. So ungefähr kannst du dir ein regelmäßiges Highlight an meinem Arbeitsplatz vorstellen 😊 Es nennt sich „Sitztanzen für Senioren“. Wusstest du, dass auch sehr betagte Menschen noch fähig sind, Tanzbewegungen zu lernen, die ihnen zuvor völlig fremd waren?

Ich bin immer wieder begeistert darüber, wie gerne sich meine „Goldies“, wie ich sie liebevoll nenne, auf Neues einlassen. Besonders die Kombination von Musik, Bewegung und einem guten Beat bringt die alten Knochen in Schwung und zaubert den Menschen im Seniorenheim ein breites Lächeln auf's Gesicht.

Eine Dame nahm mich nach dem letzten Sitztanzen zur Seite und flüsterte ganz seelig:

**„So was Schönes habe ich noch nie gemacht!“
Es macht Freude, Neues zu lernen, auch im Alter.**

In der aktuellen Ausgabe des Online-Magazins „persönlich“ findest du viele interessante Artikel, die sich u.a. mit genau diesen Themen befassen: Wie kann ich lernen, in neuen Bahnen zu denken? Wie erlebe ich dadurch positive Veränderung und wie bereichert ein Blickwechsel mein Glaubensleben?

Diese und andere spannende Artikel warten darauf, von dir gelesen zu werden 😊

Ein erquickendes Lese-Erlebnis wünscht dir,
Deine Esther Pabel
(Mitarbeiterin der AsB e.V.)



Im Dunkel gesegnet?

Yvonne Wieland

*Yvonne Wieland, Religions- und Gemeindepädagogin,
leitende Mitarbeiterin vom „Wörnersberger Anker“*

Wie kann ich gesegnet sein – im „Dunkel“? Wenn uns Versagen quält und wir über einen wunden Punkt einfach nicht hinwegkommen? Wenn wir uns unfähig zum Leben fühlen oder in einer Situation feststecken? Wenn wir nichts mehr geben können und uns nutzlos fühlen? Wenn die Entwicklung eher rückwärts als vorwärts geht? Wie ist es dann mit Gottes Segen? Und kann ich auch ein Segen sein, wenn ich mich fruchtlos, unbrauchbar, als Versager fühle? Das ist fast eine unerhörte Frage in vielen christlichen Kreisen.

Neulich las ich diesen kurzen Text:

Im Dunkel gesegnet: „Nach all den Jahren fällt es mir immer noch schwer, diese einfache Wahrheit zu glauben: Mit allem, was in mir ist, BIN ICH WILLKOMMEN. Auch auf das Dunkel in mir, das ich nicht gerne anschau, legt er segnend seine Hände. Er strahlt mich an und sagt: „Gerade dein Dunkel mache ich ZUM GRÖSSTEN SEGEN!“ (aus: Gesegnet – Lieblingsworte von Christina Schöffler)

Es gehört sicher zu den größten Geheimnissen des Lebens und Glaubens, was die Autorin dieses Textes zu erfassen beginnt: GERADE dein Dunkel mache ich ZUM GRÖSSTEN SEGEN!

Dass Gott mich in meiner Dunkelheit sieht, hält und segnet, kann ich gerade noch erfassen, aber dass er andere durch mein Dunkel segnet, ist schwer zu glauben. Doch Gott wäre nicht Gott, wenn er aus den Trümmern und Bruchstücken unseres Lebens keinen Segen entstehen lässt! Ja, das weiß ich schon, aber in Momenten, in denen ich etwas Dunkles in mir wahrnehme und ablehne, mich als Versager fühle und spüre, wie belastet andere durch mich sind, fällt es mir schwer, das zu glauben.

Und doch will ich es in meinem Herzen festhalten. Es entlastet mich und befreit mich auch von einem unerreichbaren christlichen Anspruch, den der Vers „Und du sollst ein Segen sein!“ (Gott zu Abraham) an mich stellt. In Zeiten der Dunkelheit nehme ich ihn lediglich als Belastung wahr.

Ich denke an ein zerbrochenes Tongefäß, durch das – gerade, weil es zerbrochen ist – das Licht einer Kerze scheinen kann, die in dem angeknacksten Gefäß entzündet wird. Gottes Segen scheint durch unsere Zerbrochenheit!

„Gott ich danke dir für deine Geduld mit mir, für deine Treue an mir und für deinen Segen, der mein GANZES LEBEN einhüllt!“

Gehirn und unsere Gedanken

- Teil 1 -

Walter Nitsche

Unsere Gedanken prägen unser Gehirn. Jahrhundertlang dachte man, dass die Gedanken mit festgelegten, unveränderlichen Gehirnarealen verbunden seien. Doch die moderne Neurowissenschaft hat bewiesen (u.a. durch bildgebende Verfahren, die man früher natürlich nicht zur Verfügung hatte), dass die Aussagen der Bibel zu diesem Thema ebenfalls exakt und wahrhaftig sind.

*Die Neue Genfer Übersetzung von Röm. 12,2 lautet: „Richtet euch nicht länger nach den Maßstäben dieser Welt, sondern **lernt, in einer neuen Weise zu denken**, damit ihr verändert werdet und beurteilen könnt, ob etwas Gottes Wille ist – ob es gut ist, ob Gott Freude daran hat und ob es vollkommen ist.“*

Wir können also lernen, in einer neuen Weise zu denken! Es gehört zu unserer gottgegebenen Freiheit (und Verantwortung), die Denkprozesse in unserem Gehirn zu steuern!

In dieser Artikelserie wollen wir diesen Geheimnissen etwas auf die Spur kommen.

Die moderne Neurowissenschaft bestätigt biblische Aussagen

Meine Frau ist gelernte Krankenschwester, ein Freund von mir Arzt. Beide sind in meinem Alter (über 70) und beide lernten sie noch die angebliche medizinische „Tatsache“, dass die Anatomie des Gehirns fest vorgegeben sei. Nach Abschluss der Entwicklung in der Kindheit, wäre nur noch eine Veränderung möglich: der schleichende Verfall. Bei Verletzungen der Gehirnzellen (z.B. durch Schlaganfall) könnten diese angeblich nicht ersetzt werden. Neue Funktionsentwicklungen seien nicht möglich.

Diese eingeschränkte, unbiblische und materialistische Sichtweise, die im guten Glauben auch von Christen vertreten wurde, bedeutete aber auch: Wenn sich das Gehirn nicht mehr verändern kann (nachdem dessen Entwicklung abgeschlossen ist), kann auch das Denken – und damit auch wir selbst – nicht mehr wesentlich verändert werden.

Doch das Wort Gottes behauptet, dass weder das menschliche Wesen, das vom Gehirn geprägt wird, noch die Gedankengänge festgeschrieben sind. Sie sind veränderbar.

Norman Doidge arbeitete als Psychiater und Psychoanalytiker (u.a. an der Columbia Universität). Er schreibt: „Wenn Patienten nicht die erwünschten psychischen Fortschritte machten, erkläre die Schulmedizin für gewöhnlich, die Probleme seien fest in den ‚Schaltkreisen‘ des unveränderbaren Gehirns ‚verkabelt‘. Die Vorstellung eines Schaltkreises ist eine jener Metaphern, die das Gehirn mit einer Maschine, genauer gesagt mit einem Computer vergleichen, dessen Prozessoren nur ganz spezifische und fest vorgegebene Funktionen übernehmen. Als ich erfuhr, dass das Gehirn möglicherweise doch nicht fest verschaltet sein könnte, musste ich der Sache auf den Grund gehen...“¹

Norman Doidge machte sich auf und lernte eine Reihe bedeutender Wissenschaftler kennen, die Ende der Siebziger Jahre brillante Entdeckungen gemacht hatten. Unter anderem, dass das Gehirn, abhängig von seinen Tätigkeiten, auch seine Struktur verändert. Die Schaltkreise des Gehirns werden ständig optimiert, damit es seine anstehenden Aufgaben besser lösen kann.

Das nannten diese Wissenschaftler „Neuroplastizität.“ (Neuro steht für „Neuron“ = Nervenzelle; Plastizität für Veränderbarkeit) – und wurden von ihren Kollegen belächelt. Doch inzwischen, nach jahrelangen „Kämpfen“, gehört die Neuroplastizität zu den anerkannten Fakten in der modernen Neurowissenschaft, vor allem auch, weil sie durch bildgebende Verfahren (CT, MRT u.a.) sichtbar gemacht werden konnte. Die „Wissenschaft hatte mal wieder Verspätung“² (gem. eines alten Buchtitels eines interessanten christlichen Buches) gegenüber den Behauptungen der Bibel.



Was für uns jedoch bedeutsam ist: Die Neuroplastizität „kann sowohl flexible als auch starre Verhaltensweisen hervorbringen, weshalb man auch von einem ‚plastischen Paradoxon‘ sprechen kann. Ironischerweise sind einige unserer hartnäckigsten Angewohnheiten und Störungen Produkte eben dieser Plastizität ... Nur wenn wir die positiven und negativen Auswirkungen der Neuroplastizität verstehen, können wir das Ausmaß der menschlichen Möglichkeiten wirklich erkennen.“³

Norman Doidge besuchte auch Michael Merzenich, der vom britischen Neurowissenschaftler Ian Robertson als „weltweit führender Wissenschaftler auf dem Gebiet der Neuroplastizität“ beschrieben wurde. Merzenich habe „besser als jeder andere Wissenschaftler im Detail demonstriert, wie sich diese Gehirnregionen verändern.“⁴

Merzenich erläutert beispielsweise: „Die Großhirnrinde erweitert ihre Verarbeitungskapazitäten, um jede der anstehenden Aufgaben bewältigen zu können.“ Das Gehirn lernt also nicht nur, „es lernt zu lernen.“ Für Merzenich ist das Gehirn kein lebloses Gefäß, das wir mit Wissen füllen, sondern ein lebendiges und hungriges Wesen, das wächst und sich verändert, wenn es die richtige Nahrung und das richtige Training erhält.“⁵

„Merzenich musste lachen, als er mir davon erzählt, was passierte, als er erstmals von der Plastizität des Gehirns sprach. ‚Ich wurde angefeindet, anders kann man es nicht sagen ... Die meisten meiner Bekannten und Kollegen in den konventionellen Neurowissenschaften hielten meine Erkenntnisse für unseriös. Sie behaupteten, ich hätte Experimente schlampig durchgeführt, und zweifelten meine Ergebnisse an. Doch ich hatte die Experimente oft genug durchgeführt, um zu erkennen, dass die Position der Mehrheit arrogant und nicht zu halten war.“⁶



Aber noch mehr: „Wir wissen heute, dass geistige Aktivität bei Tieren mehr Gehirnzellen entstehen lässt und die Lebensdauer von vorhandenen Gehirnzellen steigert. Zahlreiche Untersuchungen bestätigen, dass das Gehirn von Menschen, die geistig aktiver sind, besser funktioniert. Je gebildeter wir sind, desto körperlich und sozial aktiver sind wir, und je mehr wir uns mit geistig anregenden Aktivitäten beschäftigen, umso geringer die Wahrscheinlichkeit, dass wir an der Alzheimerschen Krankheit oder an Altersdemenz erkranken“⁷

Auch die Bildung neuer Gehirnzellen wurde jahrhundertlang bezweifelt. Doch wiederum konnten die modernen bildgebenden Verfahren sichtbar nachweisen, dass auch neue Gehirnzellen geboren werden und wachsen. Dies nennt man Neurogenese. Wie sie wachsen – darauf kommen wir später im Praxisteil noch zu sprechen.

Übrigens: „Sport stimuliert die Sinnes- und Bewegungszentren unseres Gehirns und erhält seinen Gleichgewichtssinn. Diese Funktionen bauen mit zunehmendem Alter ab, was uns für Stürze anfällig macht und dazu führt, dass wir aus Vorsicht zu Hause bleiben. Nichts beschleunigt den Verfall des Gehirns derart wie der Aufenthalt in der immergleichen Umgebung. Die Eintönigkeit lässt unsere Dopamin- und Aufmerksamkeitssysteme verkümmern, die für den Erhalt der Neuroplastizität entscheidend sind.“⁸

Ermutigung für ältere Menschen

Unser Gehirn bleibt „plastisch“, verändert sich und bildet neue Nervenzellen – wenn wir es gebrauchen und dazulernen. „Lernet von mir“, sagt Jesus in Matth. 11,29. Da meint er nicht Denkweisen, die wir schon jahrelang oder gewohnheitsmäßig tun, sondern er hat Neues im Blick. Neues, das ihm und seinem Wesen entspricht.

„Wenn wir Zeitung lesen, unserem über Jahre lang vertrauten Beruf nachgehen oder unsere Muttersprache sprechen, wiederholen wir nur Altbekanntes und lernen nichts Neues dazu. ... Aus diesem Grund ist das Erlernen einer Fremdsprache im Alter besonders geeignet, um das Gedächtnis ganz allgemein zu verbessern und zu erhalten ... Dasselbe trifft auf die Beweglichkeit zu. Wenn Sie Tanzschritte wiederholen, die Sie vor Jahren gelernt haben, helfen Sie Ihrem Bewegungszentrum im Gehirn nicht, in Form zu bleiben. Um Ihr Gehirn fit zu halten, müssen Sie konzentriert etwas völlig Neues lernen. Auf diese Weise legen Sie neue, klare Gedächtnisspuren und haben leichteren Zugang zu älteren Erinnerungen.“⁹

Beim vergangenen AsB-Single-Treffen bot unsere Mitarbeiterin Esther Pabel nachmittags „Line Dancing“ an. Zu eingängiger Musik führte sie vor, wie entsprechende Tanzschritte vom Einzelnen gelernt werden können. Viele nahmen dieses Angebot an, und ich sah vom Fenster aus (ich hatte parallel dazu ein Referat über „Stolpersteine für Singles“,) wie alle mit großer Begeisterung dabei waren und Wenigen war dabei wohl klar, dass sie vor allem Fitness für ihr Gehirn machten.

Norman Doidge kritisiert die heutigen Gegebenheiten mit den Worten: „Zehntausende wissenschaftliche Aufsätze beschreiben die physischen und chemischen Prozesse im alternden Gehirn und das Absterben von Gehirnzellen. Es befinden sich Dutzende Medikamente im Handel und in der Entwicklung, die diesen Prozess verlangsamen und die schwindenden Chemikalien im Gehirn erhalten sollen. Merzenich weist jedoch darauf hin, dass Antidementiva wie Donepezil, Galantamin und Rivastigmin, mit deren Verkauf die Pharmakonzerne Milliarden Gewinne machen, lediglich vier bis sechs Monate lang Besserung bringen.“¹⁰

Eine 68jährige Frau wollte beim letzten AsB-Basiskurs vorzeitig abreisen, obwohl sie vom ganzheitlich-seelsorglichen Ansatz sehr angetan war. Ihre Begründung: „Ich empfinde, das ist für mein altes Gehirn zu viel Neues...“

Genau das es ja: Wir sollen Neues lernen, uns wieder neu konzentrieren lernen, damit unsere Gehirnzellen sich verändern und neu wachsen!

Die Teilnehmerin nahm dann den Basiskurs per DVDs mit, damit sie häppchenweise Neues lernen kann. Ich finde, das war eine gute Entscheidung...

Schließlich noch ein letztes praktisches Beispiel: „Mit zunehmendem Alter blicken wir immer häufiger auf unsere Füße, wenn wir Treppen steigen, weil unsere Füße uns nicht mehr genügend Informationen liefern. Als Merzenich seine Schwiegermutter die Treppe der Villa hinunter begleitete, forderte er sie auf, nicht mehr auf ihre Füße zu sehen und den Weg zu fühlen, um ihre Fußkarte im Gehirn zu erhalten und zu entwickeln, statt sie verkümmern zu lassen.“¹¹

Daher: Lasst uns üben!

Bildnachweis: Pixabay

¹ Doidge, „Neustart im Kopf“, 2008 Frankfurt a.M., S.10

² gem. einem alten Buchtitel J. Morton: „Die Wissenschaft hat Verspätung“ Marburg und Roger Liebi: „Die Forschung hat Verspätung“ Hückeswagen, 2013

³ Doidge, a.a.O., S. 12, ⁴ ebd. S. 55, ⁵ ebd. S. 57, ⁶ ebd. S. 71, ⁷ ebd. S. 248, ⁸ ebd. S. 249,

⁹ ebd. S. 95, ¹⁰ ebd. S. 93, ¹¹ ebd. S. 98

Im nächsten Heft:

Schöpfungswunder Nervenzelle



Lesermails

Fragen zu „Umgang mit Not und Leid“

Ich wäre gern eurem Aufruf gefolgt und hätte noch offene Fragen zu „Umgang mit Not und Leid“ gestellt. Aber sie wurden mir in der Artikelserie alle beantwortet. Könntet ihr das Thema nicht als Büchlein herausgeben? Es würde sich ideal zum Weitergeben eignen.
Anina Graf, Zürich

Danke für deine Anregung. Wir werden deine Frage betend vor Gott ausbreiten.

Klimapolitik

Ich finde es auch gut, wenn ihr Politisches nicht ins „persönlich“ nehmt. Trotzdem muss ich sagen, dass mir der Artikel über Klimapolitik zu Denken gab und ich ihn für mich persönlich wertvoll fand – vor allem, weil ich politisch engagiert bin.
Renate Z., Berlin

Empfindsame Autorin

Welch ein feinfühliger Artikel einer sicherlich sehr empfindsamen Autorin: „Vom Zugang zur Traurigkeit“. Danke für die Veröffentlichung und den Zugang zu solch wertvollen Gedanken.
Erwin Brunner, A.

Schwierigkeit „Ländli-Anmeldung“

*Gleichzeitig zu eurem Hinweis zur „Seminar- und Urlaubswoche“ im Ländli hatte ich einen Mann getroffen, der schon öfters daran teilgenommen hat. Er schwärmte so sehr davon, dass ich mich entschloss, dieses Jahr auch daran teilzunehmen, zumal ich Oberägeri bereits als wunderschönen Ort an einem herrlichen See – mit Blick auf die schneebedeckten Gipfel im Hintergrund – kenne.
Doch die Anmeldung übers Internet klappte nicht..
Emilia Keller, Basel*

Es gab tatsächlich ein technisches Problem, wie uns das Kur-Hotel mitteilte. Es sei aber inzwischen behoben... Wir freuen uns auf dich :)

Nicht bohren und das tun wollen, was nur der Hl. Geist tun kann

Ich bin Christ und habe die gesamten AsB-Kurse mit Begeisterung angeschaut. Doch als „Fachperson“ hatte ich bei meiner eigenen Ausbildung gelernt, dass man analysieren und forschen soll, was konkret geschehen war, was den Betroffenen so verletzt oder gar traumatisiert hat. Ihr lehrt dagegen „nicht bohren“. Das empfinde ich als Widerspruch zu meinem Gelernten. Könnten ihr mir das etwas näher begründen?

Stefan S., Berlin, Psychotherapeut

Das ist richtig: Wir lehren „nicht bohren!“ Als Begründung gibt es verschiedene Aspekte. Zuerst der geistliche Aspekt: Der Hl. Geist offenbart nämlich, was wirklich wichtig ist.

Jer. 17,10 „Ich, der HERR, (bin es,) der das Herz erforscht und die Nieren prüft.“ ELB

1. Kor. 2,10+11 „durch den Geist, der alles erforscht, auch die verborgensten Gedanken Gottes. Nur Gottes Geist ist dazu imstande.“ NGÜ

Röm. 8,27 „Und Gott, der alles durchforscht, was im Herzen des Menschen vorgeht.“ NGÜ
Dies betrifft sowohl die noch unerkannten Sünden (auch die unbewussten sind uns vergeben! – Die Israeliten sollten auch für unbewusste Sünden Opfer bringen) als auch die (noch unerkannten) Verletzungen.

Welche wichtig sind und auch das Wann, macht Gott selbst offenbar. Nicht wir.
Hier sollten wir nicht in das Werk des Hl. Geistes eingreifen: Viele wollen erforschen, was in den Tiefen des menschlichen Herzens verborgen ist. Doch das steht nur Gott zu – und auch er allein ist dazu wirklich fähig. Deshalb muss ein Trauma-Therapeut auch lernen, den Betroffenen an einen „sicheren Platz“ zu führen, falls es zu einem Flashback oder zum Triggern kommt, denn es könnten sonst sogar Organe des Betroffenen versagen.

Viele glauben, dass es unerlässlich sei, sagen zu können: So, jetzt habe ich erkannt, dass ich damals in ein dunkles Zimmer gesperrt wurde, oder mir wurde bewusst, dass mein Vater das Dienstmädchen geküsst hat, oder dass der Lehrer mich blamiert hat, deshalb leide ich heute an dieser Störung.

Auch wenn das Erlebte prägende Auswirkungen gehabt hat und wenn das Benennen der Verletzung gut und wichtig ist, besteht dabei die Gefahr, dass wir uns durch das dauernde Beschäftigen mit diesen Erlebnissen an diese sogar noch mehr binden.

Wir wollen den Sumpf unserer Vergangenheit so weit erkennen, wie ihn uns der Hl. Geist bewusst macht. Dann legen wir den Schmerz in die Wunden Jesu – ein für allemal (auch eine Sünde bringen wir nur einmal ans Kreuz und nicht immer wieder).

Und jetzt steigen wir an der Hand Jesu den „Berg der Souveränität“ hoch. Auch auf halbem Weg können wir schon berichten, was wir mit Jesus bereits an Segen erlebt haben. Dadurch binden wir unsere Gedankengänge an das Wirken Jesu – nicht an den Sumpf.

Betroffene berichten stets von ihrem Sumpf – und wundern sich, dass die Auswirkungen dieses Sumpfes ihr Denken bestimmt. Deshalb auch hier: Röm. 12,2: „Ändert euer Wesen durch die Erneuerung eures Sinnes“! Richtet euren Sinn auf das, was Jesus an euch getan hat und tut. Nicht, was Satan in eurer Vergangenheit alles angestellt hat!

Es ist schlicht und einfach eine Lüge der humanistischen Psychotherapie, wenn behauptet wird, dass nur dann, wenn ich genau weiß, was mich verletzt hat, ich dieser Verletzung auch Herr werde. Klar: Nur was ich benennen kann, kann ich auch beherrschen, sagt Inge Tempelmann in Bezug auf geistlichen Missbrauch. Doch hier geht ´s darum, zu erkennen, in welch toxische geistliche Prinzipien ich verstrickt bin.

Eine extreme Auswirkung, „im Sumpf zu bohren“ finden wir in folgender Entwicklung: Der humanistische Psychotherapeut erkennt keinen klaren Grund für die aktuellen psychischen Störungen des Ratsuchenden. So „bohrt“ er mit Mutmaßungen: Könnte es nicht sein, dass... In den USA gab es schwerwiegende Gerichtsurteile, und Psychotherapeuten, die „bohrende“ Fragen, beispielsweise zu sexuellem Missbrauch in der Kindheit, gestellt haben, wurden zu Gefängnisstrafen verurteilt, weil sie durch ihre Fragen „False Memory“ erzeugt haben. Das Gehirn hatte sich Ereignisse zusammengestellt, die tatsächlich nie stattgefunden hatten.

Doch jetzt hatte man eine „vermeintliche“ Ursache gefunden. Der Ratsuchende schwindelte nicht, log nicht, sondern sein Gehirn hat die Ereignisse so zusammengestellt, dass sie zu einer eigenen Wirklichkeit wurden – die allerdings mit der objektiven Wirklichkeit nichts zu tun hatte. Welch tragisches Geschehen! „Nicht bohren“ ist also nicht nur ein harmloser Warnhinweis. Lassen wir den Hl. Geist sein Werk tun und meinen wir nicht, wir müssten ihm da „offenbarend“ nachhelfen...



Der letzte große Feind

Prof. Dr. Stephan Holthaus

Röm 6,23 „Der Sünde Sold ist der Tod, die Gnadengabe Gottes aber ewiges Leben in Christus Jesus, unserem Herrn“.

Altersbedingt bin ich mittlerweile mehr auf Trauerfeiern eingeladen als auf Trauungsfeiern. Die Zahl der Beerdigungen übertrifft immer mehr die der Hochzeiten. Von Eltern und Schwiegereltern musste ich in den letzten Jahren schon Abschied nehmen, auch von manchen Freunden und Bekannten. Sterben und Tod bekommen im Alter einen größeren Stellenwert. Plötzlich gehört man selbst zur „Letzten Generation“. Wie schnell ging das eigentlich?

Der bekannte Autor Bernhard Schlink hat neulich ein bemerkenswert tiefsinniges Buch geschrieben: „Das späte Leben“. Darin geht es um Martin, der mit 76 die Diagnose „Bauchspeicheldrüsenkrebs“ bekommt. Lebenserwartung: 3-6 Monate. Als Leser verfolgt man mit ihm die letzten Wochen: Das Leben wird plötzlich zum Countdown. Die Uhr läuft ab. Plötzlich sortieren sich die Prioritäten neu. Der Todgeweihte konzentriert sich, denkt nach, lebt bewusster, ja, fängt eigentlich zum ersten Mal richtig an zu leben. Ein bewegendes Buch.

Beerdigungen sind oft erschütternde Offenbarungen. Hier wird deutlich, was wirklich trägt und Hoffnung gibt, und was nicht. Jedes Jahr sterben auf der Welt mehr als 60 Millionen Menschen, jeden Tag sind es über 150.000, in jeder Minute über 100. Der Tod wird gerne verdrängt, ist aber doch überall. Wir wissen es eigentlich: Alles Geschaffene ist vergänglich. Nichts hier ist ewig, alles ist endlich auf dieser Erde. Die Sanduhr meines Lebens rieselt unerbittlich in den unteren Behälter, unsere Uhr läuft ab, eigentlich schon seit unserer Geburt.

Der Tod wird in der Bibel nicht verdrängt oder gar idealisiert, wie in manchen Philosophien. Er wird als der letzte große Feind des Menschen bezeichnet. Er war ursprünglich gar nicht im Plan Gottes vorgesehen, kam erst als Strafe für die Sünde des Menschen in die Welt (Röm 6,23 „Der Sünde Sold ist der Tod“).

Der unerlöste Mensch ist seither quasi dem Tode geweiht. Das Ende ist unausweichlich, markiert die unverrückbare Grenze meines irdischen Daseins. Das ist schwer zu ertragen.

Im totalen Kontrast dazu stehen die Passion Jesu und Ostern, stehen Tod und Auferstehung des Messias. Im Tod Jesu am Kreuz liegt der Schlüssel zum ewigen Leben, so paradox ein solcher Satz klingt. Röm 6,23 geht sogar noch weiter. Der Lohn der Sünde ist zwar der Tod, aber „die Gnadengabe Gottes ist das ewige Leben in Christus Jesus, unserem Herrn.“ Durch den Tod geht es zum Leben, könnte man sagen. Und nach dem Kreuz kommt die Auferweckung Jesu. Sie ist der Beweis dafür, dass der Tod nur eine Durchgangsstation zur Ewigkeit ist, eben nicht Endstation. Es gibt eine Zukunft, eine Hoffnung, der Tod ist besiegt.

Der Tod ist die große Kränkung des narzisstischen Menschen, der meint, alles selbst in der Hand zu haben. Er passt einfach nicht ins Konzept. Weil wir heute den Himmel verloren haben, herrscht am Grab oft Hoffnungslosigkeit.

Gottes Wort fordert uns auf, über Tod und Sterben frühzeitig nachzudenken, die Endlichkeit des Lebens zu bedenken, um klug zu werden (Ps 90,12). Wir sollen nicht am Irdischen hängen. „Memento mori“ – „Bedenke, dass Du sterben wirst“, hieß ein Leitvers im Mittelalter. Aber dabei bleibt die Bibel nicht stehen. In die Endlichkeit des Lebens und in die Todeswelt fällt jetzt schon ein Lichtstrahl der Ewigkeit durch die Botschaft der Auferstehung. Kreuz und Auferstehung gehören zusammen, Karfreitag und Ostern. Das ist die Hoffnung für diese Welt!

*Prof. Dr. Stephan Holthaus
Rektor der FTH Gießen*



Fragen zur Bibel

Walter Nitsche

Widersprüche in den Apostelverzeichnissen?

Mein Religionslehrer provoziert mich öfters, weil ich ihm als gläubiger Mensch, der an die Inhalte der Bibel – als Gottes Wort – glaube, bekannt bin. Er meinte, dass sich sogar die Apostelverzeichnisse widersprechen würden... Matthäus und Markus würden beide einen Jünger „Thaddäus“ erwähnen, der aber bei Lukas fehlt. Lukas spricht dagegen von einem zweiten „Judas“ und Johannes erwähnt einen „Nathanael“. Was soll ich dazu sagen?

Gerlinde G., Hildesheim, Schülerin

Zuerst eine persönliche Empfehlung: Nicht unnötig diskutieren, sondern den Inhalt des Evangeliums leben: Liebe, Annahme, Wertschätzung. Das überzeugt mehr als Tausend Argumente.

Doch zum vorliegenden Einwand: Da irrt der liebe Religionslehrer.

Die Apostelverzeichnisse finden wir in Matth. 10, 2 – 4; Mk. 3, 16 – 19; Luk. 6, 14 – 16 und Apg. 1,13.

Jedes Mal werden Vierergruppen aufgezählt – so wie sie zuerst berufen wurden: die beiden Brüderpaare Petrus mit Andreas und Johannes mit Jakobus. Danach folgen die Paare Philippus und Thomas; Bartholomäus und Matthäus; Jakobus und Thaddäus; sowie Simon und Judas Iskariot. So ist es bei den Evangelisten Matthäus, Markus und Lukas – Allerdings wird Judas, der Sohn des Jakobus in Matthäus „Thaddäus“ genannt. Joh. 14,22 sagt übrigens ausdrücklich, dass es noch einen anderen Judas gab.

Wir müssen bedenken, dass jüdische Männer oft mehrere Namen trugen. Beispiele: Simon oder Petrus; Saulus hieß später Paulus; Joseph oder Barsabas (der den Beinamen Justus trug – Apg. 1,23). Ein anderer Joseph wurde dagegen Barnabas genannt (Apg. 4,36).

Bei Nathanael gibt es zwar eine Unsicherheit, aber keinen Widerspruch: Entweder war dieser frühe Jünger Jesu derselbe, der auch Bartholomäus genannt wurde, oder Nathanael war ein anderer Jünger, der aber nicht zu den Zwölfen gezählt wurde.

Vergebung und Folgen unserer Taten - ein Widerspruch?

In Eph 1,7 lesen wir „In ihm haben wir die Erlösung durch sein Blut, die Vergebung der Sünden, nach dem Reichtum seiner Gnade...“, aber in Gal. 6,7 heißt es: „Denn was der Mensch sät, das wird er ernten.“ Wo ist da die Gnade? Wo die vollkommene(!) Vergebung? Ist das kein Widerspruch?

Hans-Hermann T., Zollikon, Fachinformatiker

Daran darfst du festhalten: „Wer seine Sünden bekennt, da ist er treu und gerecht und vergibt und reinigt von aller Ungerechtigkeit“ (1. Joh. 1,9). Das ist das Ergebnis der vollkommenen Erlösung Jesu am Kreuz. Es ist seine Gnade (= unverdiente Liebe), dass alle Sünde getilgt, alle Schuld vergeben ist. Restlos.

Doch manche Folgen unseres sündhaften Weges müssen wir tragen. Ich möchte ein Beispiel konstruieren: Wenn ich ständig zu viel Alkohol konsumiere und dadurch meine Leber kaputt mache, werde ich entsprechende gesundheitliche Folgen zu tragen haben, auch wenn mir die Sünde an sich vergeben ist. Ein Pastor machte durch seine Geld- und Machtgier seine Gemeinde kaputt, indem er geistlichen Missbrauch anwandte. Er kehrte um und bekannte Gott seine Sünden. Ihm wurde vergeben – aber die Gemeinde war zerstört.

So lautet auch die biblische Lehre: Für unsere Sünden brauchen wir Gnade (griechisch: charis), für die Folgen der Sünden Gottes Barmherzigkeit (griechisch: eleos), damit die Folgen abgemildert werden.

Umgang mit Leid - und der Tod vieler unschuldiger Kinder

Obwohl mir die Artikelserie über Umgang mit Leid und Not viele Aha-Erlebnisse und persönliche Hilfen geliefert hat, frage ich mich doch angesichts des Todes so vieler unschuldiger Kinder, sei es in der Ukraine oder in Israel oder im Gaza-Streifen, wie das mit der Liebe Gottes vereinbar sei. Dazu trifft es oft auch erwachsene Menschen, die noch Gutes für die Welt hätten tun können... Ich kann das nicht mit der Liebe und Gerechtigkeit Gottes in Einklang bringen.

Hannah Jansen, Oldenburg, Krankenschwester

Selbstverständlich ist es schwer, hierauf eine Antwort zu finden. Doch versuchen wir einmal, das Ganze im Blick zu haben. Und schon hier erkennen wir, dass für uns „das Ganze“ immer nur ein winzig kleiner Ausschnitt vom Ganzen ist, das Gott im Blick hat. Wie soll auch unser Verstand, der einem Tropfen im Ozean gleicht, den gesamten Ozean erfassen können?

Trotzdem gibt uns die Bibel Verständnishilfen. Zum einen werden wir in Gottes Wort immer wieder darauf hingewiesen, dass Gott über die jetzige Zeit hinaussieht. Doch menschlich gesehen, können wir diesem Blick natürlicherweise nicht folgen. Trotzdem hilft es, einmal darüber nachzudenken: Was sind 100 Jahre gemessen an der Ewigkeit? Ein Hauch. Paulus drückt es so aus: „Im Übrigen meine ich, dass die Leiden der jetzigen Zeit nicht ins Gewicht fallen, wenn wir an die Herrlichkeit denken, die Gott bald sichtbar machen und an der er uns teilhaben lassen wird.“ (Röm. 8,18)

In 2. Kön. 23,29 + 30 wird uns berichtet, dass Gott einen jungen Menschen sterben lässt, obwohl er ein vorbildliches Leben führte: Josia. Der Tod des jungen Königs war eine Tragödie. Wollte ihn Gott davor bewahren (wie manche rätseln), dass er noch falsche Wege gehen würde? Ein Grund wird uns in 2. Kön. 22,20 genannt: Gott sagte Josia voraus, dass er ihn vorher zu sich nehmen würde, damit ihm der Schmerz erspart bleibt, den Untergang und die Zerstörung Jerusalems mit seinen Augen mitanzusehen zu müssen!

Wenn Paulus schreibt, dass er Lust habe, „abzuscheiden, um bei Christus zu sein“ (Phil. 1,23) dann weist das ebenfalls darauf hin, dass es nicht immer ein Unglück sein muss, zu sterben. Stephanus starb im besten Alter – und doch war sein Märtyrertod ein Anstoß dafür, dass Paulus zum Glauben kam, der das Evangelium dann zu unzähligen Menschen gebracht hat. „Gottes Wege sind vollkommen“ (2. Sam. 22,31)

In 1. Kor. 4,5 heißt es: „Urteilt also nicht vorschnell, sondern wartet, bis der Herr kommt. Er wird alles Verborgene ans Licht bringen...“ und die Gedanken von Röm. 11,33 – 36 möchte ich wegweisend an den Schluss stellen:

„Wie unerschöpflich ist Gottes Reichtum! Wie tief ist seine Weisheit, wie unermesslich sein Wissen! Wie unergründlich sind seine Entscheidungen, wie unerforschlich seine Wege! »Hat jemals ein Mensch die Gedanken des Herrn ergründet? Ist je einer sein Berater gewesen?« »Wer hat Gott jemals etwas gegeben, sodass Gott es ihm zurückerstatten müsste?« Gott ist es, von dem alles kommt, durch den alles besteht und in dem alles sein Ziel hat. Ihm gebührt die Ehre für immer und ewig. Amen.“

Wertvolle Termine...

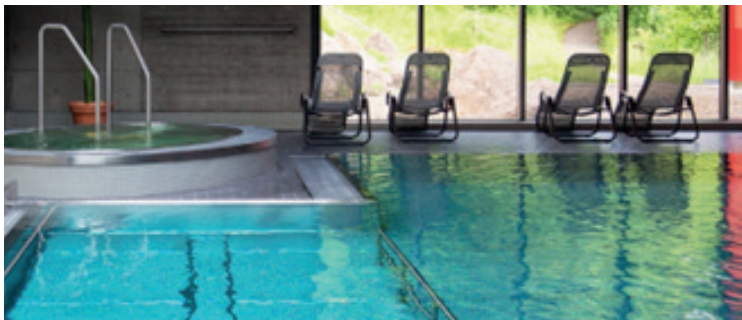
Für die nächsten Monate gibt es interessante und wertvolle Angebote für dich!
Sie sind inzwischen auf unserer Homepage www.asb-seelsorge.org unter „Termine“ veröffentlicht!

Bitte lass dich selbst einladen – und lade andere mit dazu ein.

Zwei besondere Einladungen an den Schweizerischen Ägerisee (Kanton Zug) sind:

Das Sinlge-Weekend vom **21. – 23. Juni 2024** im Kurhotel „Ländli“ mit Pastor Sven und seine Frau Eva Blissenbach (Programm unter „Termine“)
und die beliebte Seminar- und Urlaubswoche vom **26.7. – 2.8.** (auch nur teilweise buchbar – sofern noch Zimmer vorhanden) mit Iris Nitsche, Zarah Lanz und Christian Hillbrands.

Hinweis für Nicht-Schweizer: Der Schweizer Franken ist gerade stark am Sinken! :)



Sich in den charmanten Zimmern mit Blick auf den See wohl fühlen. Entspannen in einer modernen Wellness-Oase. Gemeinsames Lernen in unseren angenehmen Seminarräumen. Köstliches im großzügigen Speisesaal genießen.

Sich von der einzigartigen Schweizer Natur als Gottes Schöpfung beeindruckt lassen und in dieser gemeinsam unterwegs sein. Du bist herzlich Willkommen im Hotel und Seminarhaus Ländli.



Kleine Bitte

Kannst du 5.- € erübrigen? Dann wären wir dankbar, wenn du uns 5.-€ auf unser Spendenkonto überweisen würdest:

Sparkasse Pforzheim-Calw


AsB e.V.

IBAN: DE16 6665 0085 0008 9739 62

BIC: PZHSDE66XXX

(Deine Spende würde es uns ermöglichen, das Magazin „persönlich“ weiterhin kostenlos wie bisher anbieten zu können.)

Herzlichen Dank!



Seid getrost und unverzagt, fürchtet
euch nicht und lasst euch nicht vor ihnen
grauen; denn der HERR, dein Gott, wird
selbst mit dir ziehen und wird die Hand
nicht abtun und dich nicht verlassen.

5. Mose 31,6