

# „Warum Gemeinde?: Gemeinde als geschützter Raum“

Text: Verschiedene

Datum: 26. Februar 2023

Predigt: Rudi Penzhorn

**LENZO**  
**K+RCHE**  
MIT GOTT FÜR LENZBURG

Wir wollen heute 3 Aspekte anschauen, wie wir Menschen Räume anbieten können, wie sie nach Hause kommen können und in Gottes Gegenwart heil werden können. Diese sind:

1. Freiheit, zu kommen wie du bist.
2. Liebe, die nicht nur Wert findet, sondern Wert gibt.
3. Zeit und geschützter Raum, um heil zu werden.

## **1. Die tiefe Sehnsucht nach Heimat und Zugehörigkeit**

„Dabei sucht der Mensch genau danach: Kontakt zu anderen Menschen, einen Ort der Geborgenheit, wo die eigene Existenz nicht mehr infrage gestellt wird.“ Dieser Satz von Melanie Wolfers ging mir durchs Herz. Ja, das ist doch die tiefste Sehnsucht, vom Menschen: Dazu zu gehören, ein Zuhause zu haben, wo er oder sie einfach sein darf. Und hier haben wir als Kirchen eine starke Botschaft, die wir in die Welt tragen: Gott wartet mit offenen Armen, dass Menschen nach Hause kommen (Lukas 15,11-32); er möchte sie zu seinen Freunden und Hausgenossen machen (Johannes 15,14; Epheser 2,19) und können dort ein ewiges Zuhause finden (Psalm 23,6).

Auch im Leben von Jesus finden wir als Erstes, bevor er seinen öffentlichen Dienst beginnt zwei Aspekte, die klar hervorleuchten: 1. Er weiss sich bei seinem Vater ganz zuhause (Lukas 2,49) und 2. erhält er von Gott die Bestätigung: Du bist mein geliebter Sohn, an dem ich Wohlgefallen habe. (Matthäus 3,17). Dies bietet die Grundlage auf der er den Rest seines Dienstes aufbaut.

Wie gehen wir Menschen es typisch an, wenn wir in einer Gruppe zugehörig fühlen wollen? Wir machen uns ein Bild im Kopf: So muss ich sein, um dazu zu gehören (Im Kontext der Kirche: So ist ein guter Christ!). Und malen uns aus: Wenn ich dieses Bild erfülle, dann werde ich akzeptiert werden.

Aber stimmt das? Wenn man es nüchtern betrachtet, werde ich gar nicht akzeptiert, sondern meine Projektion (mein „Christliches Ich“) wird akzeptiert.

Dabei kommt dann eine zweite Kraft zum Vorschein – die Kraft von Scham. Die amerikanische Sozialforscherin Brené Brown definiert Scham als „Shame is the fear of missing out on connection.“ Melanie Wolfers formuliert es in Deutsch: „Scham ist eng mit dem Scheitern verknüpft. Sie löst das Gefühl aus, nicht zu verdienen, eine Verbindung zu jemand anderem zu spüren, und deckt einen Mantel des Schweigens über unsere vermeintliche Fehlerhaftigkeit.“

Dies zeigt sich zum Beispiel in den Gedanken: „Wenn das die anderen erfahren (was ich getan habe, wie ich denke, wie ich bin, wie ich zweifle und kämpfe) dann gehöre ich nicht mehr mit dazu.“ Und so ziehen wir uns dann hinter die Schutzmauer unserer vermeintlichen Sicherheit zurück. Doch genau dadurch wird es zur selbsterfüllenden Prophezeiung: Indem ich mich schäme und daher zurückziehe, geht genau die

Verbundenheit verloren, die ich mir zutiefst ersehne und werde ich erneut darin bestätigt, dass ich nicht dazugehöre.

## **1. Verletzlichkeit als Weg zu tiefen Beziehungen**

Wieder hören wir Melanie Wolfers: „Zugehörigkeit entsteht allein dort, wo wir uns so authentisch wie möglich zeigen. Und wo wir als die Person angenommen werden, die wir wirklich sind. Zugehörigkeit erfordert also auch, dass wir mutig sind und uns, wortwörtlich, einander zumuten.“ Dabei ist die ganz massive Herausforderung, dass wir keine Garantie haben, wie mein Gegenüber oder die Gruppe reagiert, wenn ich mich zeige, wie ich wirklich bin. Wir wissen eben nicht, wie die Dinge enden. So braucht es viel Mut, den Schritt zu wagen.

Hier haben wir den Knackpunkt erreicht: Es ist Mut nötig, mich verletzlich zu machen, mich zu zeigen wie ich bin um Zugehörigkeit zu erleben. Ja, Verletzlichkeit ist letztlich die Bedingung, dass wir wirklich uns mit anderen Menschen engagieren, ihnen begegnen können. Aber zugleich drängt uns die große Angst bloßgestellt zu werden dazu, uns zu verstecken. Das ist keine leichte Sache!

Vielleicht kann man es gut ins kurze Gebet fassen: „Herr, gib mir den Mut, nicht davonzulaufen und mich sehen zu lassen, wie ich bin, nicht wie ich sein soll.“

## **2. Die Sache mit der Authentizität**

Spannend ist die Feststellung, dass wir häufig bei anderen Offenheit und Authentizität bewundern und es als Stärke werten. Aber in uns selbst befürchten wir es und werten es als Schwäche. Das musste ich schon einige Male schmerzhaft am eigenen Leben feststellen. In Momenten, wo es nicht mehr anders ging, als zu Zeigen, was in meinem Inneren abging, erhielt ich nicht den befürchteten Hohn und Ablehnung, sondern vielmehr Respekt und tiefere Freundschaft.

Wie können wir uns vielleicht daran herantasten, einander authentisch, in einer guten Verletzlichkeit zu begegnen?

Die erste wichtige Feststellung ist: Verletzlichkeit/Authentizität und Seelen-Striptease sind zwei verschiedene Sachen. Verletzlich zu sein bedeutet nicht mit jedem zu jeder Zeit alles zu teilen. Vielmehr geht es darum, innerhalb Beziehungen des Vertrauens sich jemand anderes anzuvertrauen.

Dabei bilden Vertrauen und Verletzlichkeit ein „Hühner-und-Ei System“: Vertrauen lädt ein zur Verletzlichkeit aber zugleich ist Vertrauen das Ergebnis von risikoreicher Verletzlichkeit. Irgendwo braucht es einen Vertrauensvorsprung: Dass ich mich jemand ein Stück anvertraue ohne zu wissen, wie es rauskommt. Das ist der Inbegriff von Verletzlichkeit und ein gewisses Risiko bleibt immer bestehen. Melanie Wolfers fasst

es ins Bild: Vertrauen ist wie das Gehen über eine Brücke, die gerade erst, Schritt für Schritt, gebaut wird. Wir müssen jeden nächsten Schritt wagen und damit riskieren, womöglich abzustürzen.

Weiter braucht Vertrauen Zeit. Vertrauen entsteht nicht in grossen, grandiosen Gesten, sondern in unzähligen kleinen Schritten. Man kann es ins Bild von einem Glas mit Murmeln fassen: Jedes mal, wenn etwas gemacht wird, was das Vertrauen stärkt, wird eine Murmel hinzugefügt. Wenn etwas das Vertrauen anknackt oder Verletzlichkeit gewagt wird, werden Murmeln hinausgenommen. So lange Murmeln im Glas sind, ist Beziehung möglich.

Eine Klammerbemerkung: Daran wird deutlich, welche eine unglaubliche Verantwortung es ist, wenn uns Leute ihr Vertrauen schenken. Wie gehen wir damit um? Wenn es hintenherum weiterzählt wird; wenn es belächelt oder ausgenutzt wird, sind das absolute Vertrauenskiller. Nach vorne wird sich eine solche Person nicht nur uns gegenüber nicht mehr öffnen, sondern überhaupt Mühe haben, sich anderen Menschen anzuvertrauen.

Nein, man kann und muss nicht allen Menschen alles anvertrauen, aber es lohnt sich immer wieder, sich Klarheit darüber zu verschaffen, wer sind die 3-4 Personen in meinem Leben, denen ich mich mit meinen wunden Punkten, meinen schambesetzten Geschichten und allen Selbstzweifeln offenbaren kann? Und die mir so viel bedeuten, dass ich mich ihnen auch offenbaren will.

### **3. Wir brauchen einen Erlöser**

Jetzt kann schnell die Botschaft entstehen: Wenn du dazugehören willst, dann komm aus deiner Burg und mach dich verletzlich. Also – die Verantwortung ist ganz bei dir selbst. Und während das ein Wahrheitsmoment hat – ich kann dich nicht zwingen, dich zu öffnen, ist es nur ein Teil vom Bild. Es tut nämlich auch immer wieder gut, wenn Menschen bereit sind, mich zu sehen, nachzufragen, wie es mir wirklich geht; mich mit liebevoller Interesse hinter meiner Schutzwand hervorlocken.

Und so erstaunt es nicht, dass Jesus als Erlöser auch genau das tut. Eine wunderbare Beschreibung davon finden wir in Offenbarung 3,20: „Siehe ich stehe vor der Tür und klopfe an“ – Jesus schafft die Möglichkeit zur Gemeinschaft, ohne sich aufzudrängen. Die Entscheidung überlässt er uns, ob wir auf tun. Doch zugleich klopft er immer wieder an und macht so deutlich: Wir sind ihm nicht egal! Der Vers geht weiter: „Wenn jemand meine Stimme hören wird und die Tür auf tun, zu dem werde ich hineingehen und das Abendmahl mit ihm halten und er mit mir.“ Da ist wieder echte Beziehung in inniger Verbundenheit, im Geben und Nehmen möglich.

Lassen wir uns auch von diesem Jesus in Dienst nehmen? Anklopfen, freundlich und interessiert nachfragen? Bereit sein hinzuschauen, auch wenn es wehtut?

### **4. Nur wo wir mit uns selbst barmherzig sind, können wir solche Räume für andere schaffen**

Gerne wollen wir als Gemeinde für andere solche Räume bieten, wo sie offen und verletzlich sein können ohne Angst. Doch hier ist der Haken: Nur wenn wir es selbst untereinander praktizieren, diese Räume für uns selbst in Anspruch nehmen, werden es auch andere erfahren. Erst wenn ich selber gehört und zu Herzen genommen habe: „Du bist mein geliebter Sohn / meine geliebte Tochter“, kann ich das in seinem Auftrag weitersagen.

Die Sozialforschung zeigt: Nur wenn Menschen mit sich selbst barmherzig sind, können sie auch anderen Menschen Barmherzigkeit zeigen. So heisst es bereits im höchsten Gebot: „Du sollst deinen nächsten Lieben **wie dich selbst.**“ (Matthäus 22,39) und an anderer Stelle „Seid barmherzig, wie auch euer Vater barmherzig ist.“ (Lukas 6,36)

Wie schaffen wir Räume, wo Menschen hinkommen können, wie sie sind? Indem wir uns selbst und einander die Offenheit eingestehen, so zu sein, wie wir sind und nicht so wie ich denke ich sein muss.

### **2. Liebe erfahren: Wertschätzend oder wertschöpfende Liebe?**

Zuhause angekommen sind wir dann in der Lage, Liebe zu erfahren. Dabei gibt es zwei Arten über Liebe nachzudenken: wertschätzende Liebe oder wertschöpfende Liebe. Ich möchte es in einen Vergleich fassen.

Wert-schätzende Liebe kann mit einer Goldmine verglichen werden: In meinem Gegenüber ist irgendetwas Gutes (das Gold), und ich muss nur lange genug und tief genug suchen, bis ich es gefunden habe. Da stellt sich aber die Frage: Was, wenn ich nichts finde, was ich schätze? Was wenn der Mensch so am Ende ist oder so anders als ich, dass alles mich davonschleudert? Kann ich sie dann nicht mehr lieben?

Wert-schöpfende Liebe kann verglichen werden mit einem Künstler, der Abfall nimmt und in wunderschöne Kunstwerke verarbeitet. Es wird nicht geliebt, weil es an sich einen besonderen Wert hat, sondern umgekehrt, weil es geliebt wird, bekommt es einen besonderen Wert.

Das ist die Liebe mit der Gott uns begegnet: Jesus stirbt für uns, als wir noch nichts vorweisen können (Römer 5,8 vgl. 1. Joh 4,9-11; 1. Petrus 1,18-19). Das macht klar: Wir können und müssen uns nicht unseren Wert verdienen, sondern können ihn uns nur von Gott zusprechen lassen und dann so auch anderen Menschen begegnen. Hellen Keller schreibt: „Liebe mich dann am meisten, wenn ich es am wenigsten verdient habe, denn dann brauche ich es am nötigsten.“

### **3. Zeit lassen um zu heilen**

Das bringt mich auch schon zum letzten Gedanken für heute: Vieles, von dem was wir heute angeschaut haben – Vertrauen aufbauen, Liebe akzeptieren und in

sich einsaugen, Vergebung und Versöhnung, gesund werden an Körper und Seele – braucht Zeit und geschieht nicht über Nacht. Die Prozesse verlaufen meist auch nicht geradlinig von A nach B, sondern es gibt Schritte vorwärts, aber auch Enttäuschungen, Rückschläge und Umwege, die zu gehen sind.

Darin tut es gut den Zuspruch Gottes zu hören, dass er uns Zeit gibt – unser Leben und Glaube darf wachsen und muss nicht von heute auf morgen vollendet sein. So schreibt Johannes in 1. Johannes 3,1-2: „*Seht, welch eine Liebe hat uns der Vater erwiesen, dass wir Gottes Kinder heißen sollen – und wir sind es auch! Darum kennt uns die Welt nicht; denn sie kennt ihn nicht.*“

2 Meine Lieben, wir sind schon Gottes Kinder; es ist aber noch nicht offenbar geworden, was wir sein

werden. Wir wissen aber: wenn es offenbar wird, werden wir ihm gleich sein; denn wir werden ihn sehen, wie er ist.“

Gott hat uns schon das entscheidende Geschenk gemacht: Er hat uns als seine Kinder adoptiert und ein Zuhause geboten, eine neue Identität gegeben, die uns niemand nehmen kann. Das steht felsenfest. Doch es gibt noch vieles davon, was sich in unserem Leben entfalten darf. So dürfen wir auch miteinander staunen und feiern, was Gott bereits gewirkt hat aber zugleich auch mit uns selbst und miteinander Geduld haben im Wissen, dass noch mehr entstehen wird.

### Kleingruppe: Mögliche Fragen fürs Gruppengespräch oder für die persönliche Verarbeitung

- Was ist dir (neu) wichtig geworden? Was hat dich irritiert?
- Was verbindest du mit Verletzlichkeit? Ist es dir etwas Positives oder eher was Bedrohliches?
  - Welche Erfahrungen (positiv/negativ) hast du damit gemacht, als du dich verletztlich gemacht hast?
  - Wo wünschst du dir, dich jemand anzuvertrauen, aber traust dich noch nicht?
  - Wer sind Menschen in deinem Umfeld oder in der Gemeinde, wo du dich ganz offen geben kannst?
- Vertrauen entsteht nicht in großen Würfen, sondern in vielen kleinen Schritten:
  - Was sind konkrete Schritte/Erlebnisse, die Vertrauen stärken?
  - Was sind Vertrauenskiller?
  - Wo trägst du Ballast mit dir rum, wo dein Vertrauen verletzt wurde?
- Was ist der Unterschied zwischen Wert-schätzender und Wert-schöpfender Liebe?
  - Wo hast du wertschöpfende Liebe erlebt? Von Menschen? Von Gott?
  - Wie kannst du solche Liebe an andere weitergeben?
- Wie leicht oder schwer fällt es dir, mit dir selbst Geduld zu haben?
  - Unsere Geduld mit uns selbst prägt nämlich massiv, wie geduldig wir auch mit anderen sein können.
- Empfehlenswerte Lektüre:
  - Gedicht von Dietrich Bonhoeffer: Wer bin ich? [https://www.dietrich-bonhoeffer.net/fileadmin/media/downloadangebot/dietrichbonhoeffer\\_wer\\_bin\\_ich\\_handschrift.pdf](https://www.dietrich-bonhoeffer.net/fileadmin/media/downloadangebot/dietrichbonhoeffer_wer_bin_ich_handschrift.pdf)
  - Buch von Melanie Wolfers: Trau dich, es ist dein Leben.
    - Einige Auszüge sind gratis unter <https://www.kirchenzeitung.at/site/themen/serien/trau-dich-18549> zu finden.
  - Artikel von Melanie Wolfers: Verletzlichkeit: vom Mut, sich verletztlich zu machen: <https://www.einfachganzeleben.de/leben-balance/mut-beziehungen-verletzlichkeit>
  - Brené Brown: Verletzlichkeit macht Stark.