

„Mutige Schritte wagen: Seelensorge“

Text: Sprüche 4,23 Datum: 11. Februar 2024

Predigt: Rudi Penzhorn

LENZO
K+RCHE
MIT GOTT FÜR LENZBURG

Es gibt einige Fragen, die Menschen seit eh und je bewegen. Eine dieser Fragen ist: Wie finden wir ein glückliches Leben? Und wie können wir diesem Leben entgegengehen? Das wird uns die nächsten Wochen beschäftigen.

Für diese Predigt bin ich den Autoren Dallas Willard ([Jünger wird man unterwegs](#) und andere Titel) und John Ortberg ([Hüter meiner Seele](#), das viele Gespräche mit Dallas Willard aufgreift) sehr dankbar.

1. Das innere und das äussere Leben

Jede Person hat ein **äusseres Leben**: Dazu gehört der Job, wie wir unsere Zeit verbringen, der Erfolg, unser Besitz, unsere Beziehungen usw. – Dinge, die wir TUN + HABEN. Das sind auch die Teile von uns, die von aussen offensichtlich sind.

Jede Person hat auch ein **inneres Leben**: Gefühle, Sorgen, Ängste, Grundvertrauen, Werte, Charakter usw. – das hat mit unserem inneren Zustand, zu tun, mit dem, was wir SIND. Dies ist nicht direkt sichtbar, sondern im Alltag unsichtbar, auch wenn es überall mitspielt.

Die gängige Weisheit ist: Kümmer dich um dein äusseres Leben, dass du Erfolg erlebst in deiner Ehe, deinem Job, mit deinem Besitz, usw. Und wenn du dort Erfolg hast, wird auch dein inneres Leben dem nachwachsen und wirst du glücklich werden.

Ein Beispiel, wie das aussehen kann, finden wir in einem Gleichnis von Jesus in Lukas 12,16-20. Es geht im Kontext um einen Erbstreit zwischen zwei Brüdern.

Der Landwirt hat ein schönes Problem: Er hat einen so grossen Überfluss, dass er gar nicht weiss, was er damit anfangen soll. So vergrössert er sein Lager um mehr speichern zu können und spricht dann seiner Seele zu: Jetzt kannst du ruhen!

Doch Jesus zieht ein anderes Fazit: Du Narr! In dieser Nacht wird man deine Seele von dir fordern; und wem wird gehören was du bereitet hast?

Es ist eben nicht so, dass unser Leben von aussen angetrieben wird und dann Einfluss auf unser Inneres hat. Sondern es genau umgekehrt.

So spricht König Salomo in Sprüche 4,23: Mehr als alles andere behüte dein Herz (deine Seele); denn von ihm geht das Leben aus. (Vergleiche dazu auch Johannes 7,37-39)

Der Zustand von unserem inneren Leben, was uns zutiefst ausmacht, wie es um unser inneres Sein bestellt ist – das ist das, was unser Leben prägt und letztlich über unser Glück oder Unglück entscheidet.

So sagt Jesus in Matthäus 16,26: Was hülfte es dem Menschen, wenn er die ganze Welt gewönne, und nähme doch Schaden an seiner Seele?

In seinem Buch *Hüter meiner Seele* bringt John Ortberg es sehr gut auf den Punkt:

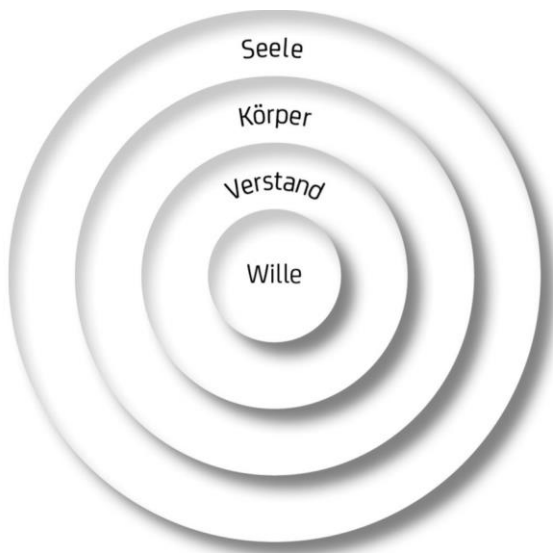
„Wenn meine Seele gesund ist, können äussere Umstände mein Leben niemals zerstören. Und wenn meine Seele nicht gesund ist, können mich äussere Umstände niemals retten.“

2. Was ist die Seele?

Wenn wir unserer Seele gut Sorge tragen sollen, dann lohnt es sich auch zu fragen: Was ist denn die Seele?

Dallas Willard beschreibt folgende Struktur:

- Zentral in unserem inneren Leben ist der **Wille** – wir können Ja und Nein sagen. Das unterscheidet uns von der restlichen Natur – die Freiheit Entscheidungen zu treffen. Und dennoch ertappen wir uns, dass wir Dinge tun, die nicht mit unseren eigentlichen Werten übereinstimmen. Ja, der Wille ist zentral, aber er ist auch eingeschränkt über die Reichweite, die er bestimmt.
- Der zweite Kreis ist unser **Verstand**. Kurz gefasst, alles was ich bewusst wahrnehme, sei es Gedanken und Gefühle. Dort überlegen wir und rechtfertigen wir gewisses Verhalten.
- Der dritte Kreis ist unser **Körper**: Das ist der Teil von mir, durch den ich Einfluss nehme auf mein Umfeld: Durch meine Worte, meine Taten, meine Mimik, etc. Der Körper ist zu vielem fähig und wir delegieren ihm einiges ab, damit der Verstand und Wille für anderes frei ist. Doch auch der Körper bringt seine Bedürfnisse und Triebe mit.
- Der vierte Kreis ist dann letztlich die **Seele**: Die Seele ist das, was all die Teile, die in mir sind, zu einer Einheit zusammenbringt und zu dem macht, was ich zutiefst bin. Man kann es vergleichen mit dem Betriebssystem von einem PC, das all die Teile zu einem funktionierenden System vereint. Man bemerkt kaum, dass es da ist, bis es den Tag nicht mehr funktioniert. Dann merkt man sehr klar, dass etwas nicht in Ordnung ist. Doch die Seele ist zugleich auch mehr als nur die Einzelteile. Das spüren wir vielleicht, wenn wir einen atemberaubenden Sonnenuntergang oder ein majestätisches Alpenpanorama erleben. Oder wenn eine Beziehung ganz tief wächst. Wir sprechen nicht umsonst von Seelenpartner (engl. Soul Mates) und nicht nur Körper- oder Verstandspartner.



Was kennzeichnet die Seele? Vor allem andere, das sie Bedürfnisse hat. Kent Dunnington hat es einmal so ausgedrückt: „In jeder Hinsicht sind wir begrenzt, ausser in einer: Wir haben unbegrenzte Begierden.“

Ja, wir brauchen immer mehr! Das merken wir an vielen Beispielen (Lustige YouTube Videos, Geld, Sex, Nervenkitzel, Chips, ...).

John Ortberg dazu: „Doch tatsächlich ist die unendliche Fähigkeit der Seele, etwas zu begehren, das Spiegelbild der unendlichen Fähigkeit Gottes zu geben. Was wäre, wenn der eigentliche Grund, warum wir nie genug haben, der ist, dass Gott noch nicht aufgehört hat zu geben! Die grenzenlose Bedürftigkeit unserer Seele deckt sich mit der grenzenlosen Gnade Gottes.“

Das Problem ist nicht, dass die Seele Bedürfnisse hat, sondern womit wir diese Bedürfnisse versuchen zu stillen.

3. Was eine gesunde Seele braucht

Wie können wir dann unsere Seele gesund behalten? Was braucht unsere Seele eigentlich – ganz grundsätzlich?

a) Unsere Seele braucht eine Mitte (das ist Gott!) – denn einer Seele ohne Mitte....

...fällt es schwer, Entscheidungen zu treffen.

Denn sie hat keinen grösseren Bezugspunkt als sich selber. Deshalb ist sie ohne Mitte verloren. Vgl Jakobus 1,6 – (Wörtlich: Ein Mensch mit Zwei-Seelen)

...hat ständig das Gefühl, Menschen oder Situationen ausgeliefert zu sein. Sie ist verletzlich und schnell überwältigt. Beispiele: Elia (1. Könige 19) als er vor Isebel flieht und David der vor Absalom flieht (2. Samuel 16). Dazu schreibt John Ortberg: „Die Seele sehnt sich nach Sicherheit. Wir können weder dieser Sehnsucht einen Riegel vorschieben noch Sicherheit bieten. Doch es gibt es ein Nest: „Erbarme dich über mich, o Gott, erbarme dich! Bei dir suche ich Zuflucht, bei dir bin ich geborgen wie ein Küken,

das sich unter die Flügel seiner Mutter flüchtet. – Psalm 57,2“

...fehlt die Geduld und Gelassenheit. Sie kann nicht ruhen. Denn sie muss selbst kämpfen und etwas tun für ihr Glück. In der Bibel sind Abraham und Sarah Beispiele, die nicht auf Gott warten können oder auch das Volk Israel, die mit Mose ungeduldig werden und das goldene Kalb herstellen.

...lässt sich leicht aus dem Sattel werfen. Wenn Krankheit und Misserfolg kommt, bricht alles zusammen. Denn sie hat keinen festen Boden unter den Füßen.

...leitet ihre Identität von Äusserlichkeiten ab. Dazu John Ortberg: „Wenn meine Seele nicht bei Gott ihre Mitte findet, mache ich meine Identität an meiner Leistung fest, an meinem Aussehen, meinen akademischen Titeln oder „wichtigen“ Freunden. Wenn ich das aber alles verliere, verliere ich meine Identität.“ Dies ist die Grundherausforderung von der Seele, die ohne Mitte unterwegs ist.

Beachte: Es geht nicht darum im Leben, dass wir vollkommen, gut, fähig, usw. sind und als Christen möglichst wenig Fehler machen. Es geht nur darum, dass wir an Gott festhalten, denn unsere Seele wurde dafür geschaffen, mit ihm verbunden zu sein. Siehe Psalm 131,2: Die Seele und damit unser ganzes Sein kommt zur Ruhe bei Gott.

Zwei Zitate, die das untermalen:

„Du bist eine Seele, die von Gott geschaffen, für Gott geschaffen und so geschaffen wurde, dass du ihn brauchst. Das bedeutet, dass du nicht geschaffen wurdest, um dir selbst zu genügen.“ - Dallas Willard

„Es liegt eine gewisse Ironie darin, dass wir unsere Seelen zunehmend vernachlässigen, aber in gleichem Maße von unserem Selbst regelrecht besessen sind:

- *Wenn wir uns innerlich leer fühlen, müssen wir uns selbst verwirklichen.*
- *Wenn wir gestresst sind, müssen wir uns um uns selbst kümmern.*
- *Bei einem Einstellungsgespräch müssen wir an uns selbst glauben.*
- *Wenn wir zum Tätowierer gehen, müssen wir dort herausfinden, wie wir uns selbst am besten Ausdruck verleihen können.*
- *Wenn jemand es wagt, uns zu kritisieren, müssen wir uns selbst lieben.*
- *Wenn etwas nicht so läuft, wie wir dies gern hätten, müssen wir für uns selbst eintreten.*
- *Und wie sollten wir uns bei einer Verabredung geben? Wir sollten ganz wir selbst sein. Aber wenn dieses Selbst kaputt ist? Was dann?*

Die Seele existiert immer in der Gegenwart Gottes. Das Selbst ist sich selbst genug und will alles allein schaffen, während uns die Seele daran erinnert, dass wir nicht für uns selbst geschaffen wurden.“ John Ortberg, Hüter meiner Seele. S.61

b) Unsere Seele braucht einen Hüter – und das bist du selbst!

Wenn du ein Auto kaufst und nun der Eigentümer bist: Wer ist für den Unterhalt verantwortlich? Natürlich du selbst als Eigentümer. Das heisst nicht, dass du alles selbst machen kannst. Aber dass deinem Auto die Pflege zu-kommt, die es braucht – dafür bist du verantwortlich.

So können wir fragen: Wer ist für die Versorgung und Pflege deiner Seele zuständig? Du! Deshalb solltest du dir gut überlegen, wie du deine Seele pflegst und was du ihr zukommen lässt. Auch hier: Das bedeutet nicht, dass du ganz allein für das Glück deiner Seele sorgen kannst. Dazu braucht es manchmal andere

Menschen und vieles kann nur Gott allein bewirken! Aber du und du alleine hast die Verantwortung, deiner Seele diese Pflege zukommen zu lassen. Wie das aussehen kann, schauen wir in den nächsten Wochen genauer an.

Es braucht Mut, hinzuschauen, wie es um deine eigene Seele steht. Aber es lohnt sich, denn du und du allein bist für die Gesundheit deiner Seele verantwortlich. Es tut gut, sich einzugestehen – ich habe vieles selbst in der Hand und gestalte mein Leben. Ja, du und ich sind nicht bloss Opfer unserer Umstände.

Kleingruppe: Mögliche Fragen fürs Gruppengespräch oder für die persönliche Verarbeitung

- Was hat dich heute besonders angesprochen? Was vielleicht auch irritiert? Wo sind Sachen schwer verständlich?
- Warum fordert uns Salomo in Sprüche 4,23 auf, „vor allem anderen“ unsere Seele zu behüten?
- Warum sagt Salomo, dass aus der Seele „das Leben quillt“? Was könnte damit gemeint sein?
- John Ortberg führt verschiedene Symptome auf, wie eine Seele ist, der die Mitte fehlt. Wo siehst du diese Symptome im eigenen Leben?
- Was können wir unternehmen, damit Gott die Mitte unserer Seele wird / bleibt?
- Was bedeutet es für dich ganz praktisch, für die Gesundheit deiner Seele zu sorgen?
 - Was hast du schon unternommen? Mit welchem Ergebnis?
 - Was legt dir Gott jetzt gerade ans Herz? Wo legt er vielleicht auch einen Finger auf einen wunden Punkt?