

Was tun, wenn das Leben nicht gelingt?

Die Emmausjünger waren verzweifelt (Lk 24,13-32). All ihre Hoffnung war dahin. Sie dachten, Jesus sei der Messias. Und jetzt? „*Wir aber hofften, er sei es, der Israel erlösen werde.*“ (Lk 24,21). Doch jetzt starb er ihnen unter der Hand weg. Angst vor der Verfolgung kam auf. Hatten sie an das Falsche geglaubt?

Wir haben heute nicht diese Probleme, aber auch bei uns gibt es Situationen, in denen das Leben nicht gelingt, wo wir verzweifelt sind, wo wir die Dinge nicht einordnen können ... Wie häufig fühlen wir uns ganz alleine gelassen in solchen Situationen – wie die Emmausjünger. Manchmal resultieren daraus Fehlentscheidungen, wie der Griff zum Alkohol, eine Überreaktionen emotioneller Art. Wir suchen Trost in der Internetpornographie oder wir machen einen Rückzug aus dem Leben, was zur Vereinsamung führen kann.

Manchmal gelingt das Leben nicht. Und gerade jetzt, wo eine gesunde Ehe- und Familiensituation sehr hilfreich sein kann, erlebt man zuweilen das Gegenteil. Ehen erleben immer wieder Phasen von potentiellen Spannungen, die nicht selten zur Scheidung führen. Man würde gerne die Ehe erhalten, aber die Energie reicht nicht mehr aus. Da ist die Enttäuschung, das Alleingelassen sein, das nicht Verstandenwerden, das ständige Tragen um des Friedens willen... Alles wird einem zu viel.

Dummerweise gibt es Verhalten, das gegen aussen in der Kirchgemeinde gut gesehen wird: Ausraster, Abstand zur Gemeinde, vorehelich schwanger, Scheidung, Rauchen. Nur allzu schnell wird dabei mit dem Finger auf einem gezeigt, was in der Not erst recht gerade keine Hilfe bedeutet, statt dass die Gemeinde der Ort wäre, wo Vergebung und Wiederherstellung möglich ist. Jetzt wird einem noch gesagt, was man falsch gemacht hätte und Mitchristen distanzieren sich von einem.

Ja, manchmal gelingt das Leben nicht. Das kann es sogar auf geistlichem Gebiet geben, so wie die Hoffnung der Emmausjünger dahin war. Stimmt ihr Glaube überhaupt?

Was tun, wenn das Leben nicht gelingt? Wenn selbst das Gebet nichts bewirkt hat? Wenn die Erklärung, die Jesus den Emmausjüngern danach gab, noch nicht da ist?

Auch Paulus erlebte Situationen, dass Gott ihn Wege führte, die er nicht einordnen konnte. In 2Kor 1,8f beschreibt er sogar folgende Situation: „*Wir wollen euch, Brüder, nicht verschweigen die Bedrängnis, die uns in der Provinz Asia widerfahren ist, wo wir über die Massen beschwert waren und über unsere Kraft, so dass wir auch am Leben verzagten und es bei uns selbst für beschlossen hielten, wir müssten sterben.*“ Das sagt der Paulus, der übermässig gearbeitet hat, gefangen gesetzt wurde, Schläge erlitt, Schiffbruch erlitt und im Meer auf Trümmern trieb, überfallen wurde, von falschen Brüdern enttäuscht wurde, Hunger und Durst, Kälte und Hitze erlebte, die Sorgen der Gemeinden ihn umtrieben, wie er in 2Kor 11 beschreibt, und das alles erst noch für Gott! Der Gott, der gerade nicht alle seine Gebete einfach so erhörte, sodass er sorglos leben konnte. Paulus verzagte einmal sogar am eigenen Leben! Er machte ebenso wie wir die Erfahrung: „*Solange wir im Leibe wohnen, weilen wir fern von dem Herrn.*“ (2Kor 5,6). Wir hätten es gerne, dass das Reich Gottes schon voll durchgebrochen wäre. Das erwarteten die Emmausjünger auch; aber es kam anders. Es ist eben nicht so, dass das Reich schon voll sichtbar ist (Hebr 2,8; 1Joh 3,2). Wir leben noch in der fleischlichen Natur, was mit sich bringt, dass eine Kirchgemeinde wie unser Leben noch unvollkommen sind. Wir haben darum kein Recht, mit dem Finger auf andere zu zeigen, wenn deren Leben gerade nicht gelingt. Vielmehr geht es um das Vergeben, das Tragen und Aufhelfen.

Auch König David kennt Situationen des Mobbing und der Verfolgung. Auch seine Gebete wurden nicht immer sofort erhört: „*HERR, wie lange willst du mich so ganz vergessen? Wie lange verbirgst du dein Antlitz vor mir? Wie lange soll ich sorgen in meiner Seele und mich ängsten in meinem Herzen täglich? Wie lange soll sich mein Feind über mich erheben?*“ (Ps 13,2f). Kennen wir nicht alle zeitweise solche Situationen? Mal intensiver, mal weniger. Auch die Emmausjünger erzählten ratlos dem Wanderer, wie sie alles nicht einordnen konnten. Sie hatten ja noch nicht erkannt, dass dieser Wanderer bei ihnen Jesus selber war.

Was können wir tun, wenn das Leben mal wieder nicht so gelingt, wie wir uns das wünschen? Manch frommer Ratschlag bewirkte schon gerade das Gegenteil, was es sollte. „Du musst einfach mehr beten und mehr glauben“ stimmt weder, noch hilft es! Was also tun?

Wir sehen bei David, wie er mit der Situation umging: Er klagte es dem Herrn. Auch die Emmausjünger beklagten ihre Situation; sie sprachen darüber. Manchmal verstehen wir Gott nicht, sind sogar wütend auf ihn. Dann sag ihm das, er weiss es ja eh schon.

Als Paulus in 2Kor 1 sogar am Leben verzagte, verstand er noch nicht, wozu das gut sein soll. Danach erkannte er: „*Das geschah aber, damit wir unser Vertrauen nicht auf uns selbst setzten, sondern auf Gott, der die Toten auferweckt. ... Auf ihn hoffen wir*“. (2Kor 1,9f).

1) Gerade die Psalmen zeigen uns den Umgang mit Krisen. In Notsituationen kann es hilfreich sein, jeden Tag einen Psalm zu lesen und die Worte des Psalmisten zum eigenen Gebet zu machen. Man weiss ja eh sonst kaum mehr, was man überhaupt noch beten soll. So erkenne ich, dass ich nicht alleine bin in meinen Zweifel und Nöten. Gottes Wirken besteht dann vorerst nicht im Lösen des Problems, sondern im Durchtragen, damit wir es ertragen können (1Kor 10,13).

2) Gottes Durchtragen besteht nicht selten darin, dass wir lernen, Hilfe in Anspruch zu nehmen. Doch hierin schämen wir uns oft. Wir sind doch selbst stark, nicht schlechte Christen! Und was denken andere? Doch es gibt viele gute psychologische Tools, um Situationen im Leben deutlich zu machen. Als Christen haben wir zuweilen eine Abscheu vor psychologischer Beratung, sodass wir diesen lieber fern bleiben. Doch psychologische Elemente machen Lebenserfahrung deutlich. Kombiniert mit dem Glauben helfen uns diese Beratungen, sich selbst und andere besser zu verstehen. Wir gehen ja auch zum Arzt, wenn wir ein körperliches Problem haben – nebst dem Gebet.

3) Wichtig ist zudem die vertrauensvolle Gemeinschaft. Tiefe Gemeinschaft wirkt heilend auf uns. Es ist nicht zufällig, warum Mose das Volk Israel in 10er und 50er Gruppen aufteilte. Natürlich kann leider auch eine Kleingruppe sehr eng, gesetzlich, formal oder häuchlerisch sein. Aber gerade das gemeinschaftliche Austauschen korrigiert mich im Alltag. Ich höre, wie andere Situationen anpacken und welche Schwerpunkte sie legen. Nutze diese Gemeinschaftszeiten für tiefergehende Austausche, wo es um das Leben geht. So wird Gemeinschaft eine heilende Gemeinschaft.

4) Baue Freundschaften! Das ist nicht nur als Teenager wichtig. Baue Freundschaften, die auch in Notsituationen tragen. Die beiden Emmausjünger hatten wenigstens sich als Freunde. Den Emmausjüngern half das Erzählen.

5) Nach dem Erzählen folgt dann aber auch das aktive Zuhören. Jesus erklärte ihnen, dass dies alles so geschehen musste. Er erklärte ihnen aus der Bibel, was alles über ihn vorausgesagt wurde. Dann offenbarte er sich beim Abendessen als auferstandenen Jesus. Die beiden sagten dann zu sich: „*Brannte nicht unser Herz in uns, als er mit uns redete auf dem Weg und uns die Schrift öffnete?*“ (Lk 24,32). Manchmal besteht die Hilfe darin, dass wir zur Ruhe kommen und ganz neu auf die Stimme Gottes hören.

Gebet heisst nicht nur reden, sondern auch zuhören! So kann Gott auch prophetisch zu uns reden. So offenbart sich Gott, woraus eine neue Begegnung mit Ihm folgt. Gerade diese neue Begegnung mit Ihm ist dann oft das, was wir in der aufgerauten Situation brauchen. Lasst uns hören, was der Geist zu uns spezifisch sagen möchte!