

Inhaltsverzeichnis

Zeit der Stille	7
1. Jeder Mensch ein Original – «Du bist einzigartig!»	9
2. Gott ist anders – «Wenn einer mit dir geht»	16
3. Dimensionen einer Freundschaft – «Damit dein Leben gelingt»	22
4. Heilsame Begegnungen – «Lass dich lieben!»	30
5. Das Fest der Befreiung – «Dir ist vergeben!»	39
Hinweise zum Buss sakrament	51
6. Die Dynamik des Anfangs – «Was dich begeistern wird»	52
7. Menschen des neuen Weges – «Es braucht dein Ja»	59
8. Die Freude am Glauben – «Du bist gesandt»	69
Hinweise zur persönlichen Tauf- und Firmerneuerung	76
Rendez-vous mit deinem Freund	78

Autoren: Leo Tanner in Zusammenarbeit mit Klemens Armbruster,
Marcel Bregenzer und Urban Camenzind-Herzog

Copyright © 2015

Kontakt: sekretariat@weg-verlag.ch

Hrsg.: Internationales Projektteam Wege erwachsenen Glaubens
(IPW).

Im IPW haben sich Verantwortliche aus verschiedenen Diözesen
und Arbeitsbereichen zusammengefunden, die Erwachsenen neue
Zugänge zum Glauben erschliessen möchten.

Das IPW besteht zurzeit aus folgenden Personen: Klemens Arm-
bruster (Diözesanreferent), Marcel Bregenzer (Verheirateter Dia-
kon), Urban Camenzind (Verheirateter Diakon), Theresa Herzog
(Theologin, Rechtsanwältin), P. Hubert Lenz SAC (Professor) und
Leo Tanner (Pfarrer).

Bibelzitate, soweit nicht anders vermerkt, aus der Einheitsüberset-
zung der Heiligen Schrift. © 1980 Katholische Bibelanstalt, Stutt-
gart.

Druck: Fuck, Druckerei und Verlag, D-56072 Koblenz
4. Auflage 2015

ISBN 3-909085-82-8

du zu den Israeliten sagen: Der 'Ich-bin-da' hat mich zu euch gesandt» (Ex 3,13-14).

Ich bin der «Ich-bin-da» heisst: Gott ist immer für uns da. Gott engagiert sich immer für das Heil des Menschen und der Schöpfung. Es heisst aber auch, dass niemand über Gott verfügen kann.

- Gott ist immer für mich da. Nie ist Er gegen mich! Immer steht Er mir zur Seite. Kann ich diese Zusage annehmen? Welche Gedanken und Gefühle löst diese Zusage in mir aus?

Tagesgedanke: _____

3. Tag

Als Christinnen und Christen glauben wir nicht an irgendein höheres Wesen, an irgendeinen Gott, sondern an den Gott, den Jesus von Nazaret erfahren und verkündet hat. Paulus spricht darum vom «Gott Jesu Christi.» «Der Gott Jesu Christi, unseres Herrn, der Vater der Herrlichkeit, gebe euch den Geist der Weisheit und Offenbarung, damit ihr ihn erkennt» (Eph 1,17).

Die Grunderfahrung Jesu war die Erfahrung der mütterlichen Vaterschaft Gottes, von dem Er als Sohn bedingungslos und über alle Massen geliebt ist. Bei der Taufe am Jordan wurde dies offenbar. Die Stimme Gottes sagte: «Du bist mein geliebter Sohn, an dir habe ich Gefallen gefunden» (Mk 1,11).

Die Erfahrung der Identität – Sohn des Vaters zu sein – gab Jesus eine grosse Sicherheit und Klarheit. Er wusste sich ganz geborgen im Herzen Seines Vaters. Alles, was Er brauchte, empfing Er von Ihm. In jeder Situation vertraute Er auf Seine Sorge um Ihn. Er hing mit allen Fasern Seines Seins an Seinem Vater. Sein Vater war die Sonne, um die Sein Leben kreiste. Er war die Mitte all Seines Denkens, Redens und Tuns. Jesus war beseelt vom Verlangen, diesen Seinen Vater allen Geschöpfen bekannt zu machen, um sie an Seiner beglückenden Gemeinschaft mit Ihm teilhaben zu lassen.

- Was bewirkte die Erfahrung Gottes im Leben Jesu?
- Was davon möchte ich auch erleben?

Tagesgedanke: _____

4. Tag

«Gott ist die Liebe. Die Liebe Gottes wurde unter uns dadurch offenbart, dass Gott seinen einzigen Sohn in die Welt gesandt hat, damit wir durch ihn leben. Nicht darin besteht die Liebe, dass wir Gott geliebt haben, sondern dass er uns geliebt und seinen Sohn als Sühne für unsere Sünden gesandt hat.»
1 Joh 4,8–10

Gott ist aktiv in Seiner Liebe. Er sendet Seinen Sohn, damit wir aufleben. Da die Liebe Gottes Wesen ist, kann Er nicht anders als lieben. Gott hört nie auf, uns zu lieben, uns gut tun zu wollen. Eben deshalb, weil Er nicht nur Liebe hat, sondern die Liebe Sein Sein, Sein Wesen ist. Schauen wir auf die Sonne. Sie kann nicht aufhören zu strahlen. Wir können sie verfluchen, sie ignorieren – wir können machen, was wir wollen – sie strahlt genau gleich weiter. So liebt Gott, weil Er Liebe ist in Seinem ganzen Sein.

Darum sagt Jesus in der Bergpredigt: «Denn Gott lässt seine Sonne aufgehen über Bösen und Guten und lässt regnen über Gerechte und Ungerechte» (Mt 5,45). Der gute Gott lässt die Sonne Seiner Liebe, Seiner Bejahung über allen aufgehen. Ausnahmslos allen gilt Seine Liebe. Gott lässt regnen, das heisst, lässt fruchtbar werden, das Leben der Gerechten und der Ungerechten. Er hilft auch «den Bösen» zum Glück, zur Entfaltung ihres Lebens. Allen schenkt er seine bedingungslose Liebe. Sein Herz schlägt für alle Menschen und für all Seine Geschöpfe. Er ist durch Sein Sein als Liebe im Herzen an das Wohlergehen Seiner Geschöpfe gebunden.

«Nicht darin besteht die Liebe, dass wir Gott geliebt haben, sondern dass er uns geliebt ... hat» (1 Joh 4,10). Unsere Aufgabe ist es,

Klagen ermöglicht uns, wahr und echt zu unseren Gefühlen zu stehen. Dazu wollen uns auch die Klagepsalmen in der Bibel ermutigen. Denn «indem der Mensch seine Not in Form des verzweifelten Schreis, der Klage, aus sich entlässt und sie vor Gott stellt, ist ihr der tiefste Stachel, ihre Ausweglosigkeit und Dunkelheit, bereits entzogen» (Gisbert Greshake). Das kann lösend wirken. Gefühle verlieren ihre Macht, wenn wir den Schmerz zulassen.

Auf dem Grund aller beschämenden Gefühle wartet stets die Einladung, Gott und den Menschen zu vergeben. Doch erst wenn der ganze Zorn, die ganze Wut und Not herausgeschrien wurde, ist der Weg dazu frei. Oft vergeben wir und vernachlässigen oder verdrängen dabei unsere Gefühle. Das kann ein Grund sein, warum trotz «Vergebung» Beziehungen nicht wirklich heil werden.

2. Gefühle relativieren

Nachdem wir die Gefühle angenommen haben, gilt es über unsere Gefühle zu «herrschen». Denn wir Menschen sind nicht Sklaven unserer Gefühle. Wir sind vielmehr frei, entsprechend unseren Gefühlen, frei aber auch, trotz unserer Gefühle, anders zu handeln. Anders gesagt: Wir Menschen sind in den Lernprozess gerufen, uns selbst zu steuern.

Wenn wir zum Beispiel zornig sind, können die Gefühle uns sagen: «Am liebsten möchte ich diesen Menschen, der mir so sehr weh getan hat, umbringen.» Bei diesem Schritt betrachten wir unsere Gefühle und geben zu: Unsere Gefühle möchten diesen Menschen am liebsten umbringen. Wir können diese Gefühle nicht verhindern, aber wir haben die Kontrolle über unsere Reaktion auf unsere Gefühle, die Kontrolle über unser Verhalten aufgrund und trotz der Gefühle. Das heisst: Wir leben unsere Gefühle nicht aus. So können wir uns gegen unsere noch so bedrängenden Gefühle entscheiden, diese Person nicht umzubringen. (Was in jedem Fall auch zu raten ist!)

3. Gefühle Jesus anvertrauen

Nach der Annahme können wir die negativen Gefühle der Heilung Jesu anvertrauen: «Danke Jesus, dass Du mir geholfen hast zu verzeihen. Schau, jetzt ist schon wieder diese Wut, dieser Schmerz,... in mir da. Ich vertraue Dir diese Gefühle an. Bitte heile

Du meine Wunde, die diese Gefühle verursachen und segne diesen Menschen. Schenke ihm Dein Erbarmen und Deine Liebe.»

Dabei kann uns der Gedanke helfen: Der Andere ist auch ein Mensch mit Verletzungen und Enttäuschungen. Auch er hat Unrecht erfahren und ist vielleicht deswegen so geworden.

Solches Anvertrauen der belastenden Gefühle ist ein Prozess oder besser gesagt eine Haltung des Glaubens. Wir glauben der Heilskraft Seiner Erlösung am Kreuz und öffnen uns bewusst. In dieser Haltung werden wir in der Regel nach längerer Zeit – auch tatsächlich Sein heilendes Wirken erfahren.

4. Beten und segnen

Der vierte Schritt lädt uns ein auf Jesus in uns zu schauen und uns für das Handeln nach Seinem Geist zu entscheiden. Als Jesus gekreuzigt wird, bittet Er den Vater im Himmel: «*Vater, vergib ihnen, denn sie wissen nicht, was sie tun*» (Lk 23,34). Jesus, nachdem Er selbst vergeben hat, bittet stellvertretend für Seine Peiniger den Vater um Vergebung ihrer Schuld. Auch Stephanus betet für seine Mörder: «*Herr, rechne ihnen diese Sünde nicht an!*» (Apg 7,60). So sind wir eingeladen nach diesen Beispielen für diejenigen zu beten, die an uns schuldig geworden sind. Damit «unsere Schuldiger» Heil und Vergebung erlangen, können wir auch unseren Schmerz, unsere Verletzung für das Heil dieser Menschen annehmen und tragen («aufopfern»).

Wenn wir nicht vergeben können, dann können wir Jesus bitten, dass Er an unserer Stelle vergibt. So können wir z.B. beten: «Jesus, bring diese Bitterkeit, diesen inneren Vorwurf, diese innere Anklage zum Tod am Kreuz. Lass sie sterben in Deiner grösseren Liebe. Ich will nicht mehr daran festhalten. Ich vergebe und will nicht mehr nachtragen. Schenk mir Deinen Frieden und Deine Liebe für diesen Menschen.

Dabei kann uns der Gedanke helfen: Der Andere ist auch ein Mensch mit Verletzungen und Enttäuschungen. Auch er hat Unrecht erfahren und ist vielleicht deswegen so geworden.

«Segnen» (lat. bene-dicere) heisst: Gutes sagen und Gutes wünschen. Unsere Entscheidung, zu vergeben zeigt sich darin, das Gute im anderen zu sehen und anzuerkennen. Es liegt eine besondere Heilskraft darin, wenn wir vor anderen Menschen Gutes über die-