

02.05.2021

Pastor Sebastian Gräbe

„Ich kann nicht aus meiner Haut!“

Ihr habt den alten Menschen mit seinen Werken ausgezogen und den neuen angezogen, der erneuert wird zur Erkenntnis nach dem Ebenbild dessen, der ihn geschaffen hat. Da ist nicht mehr Grieche oder Jude, Beschnittener oder Unbeschnittener, Nichtgriechen, Skythe, Sklave, Freier, sondern alles und in allen Christus. So zieht nun an als die Auserwählten Gottes, als die Heiligen und Geliebten, herzliches Erbarmen, Freundlichkeit, Demut, Sanftmut, Geduld; und ertrage einer den andern und vergebt euch untereinander, wenn jemand Klage hat gegen den andern; wie der Herr euch vergeben hat, so vergebt auch ihr! Über alles aber zieht an die Liebe, die da ist das Band der Vollkommenheit. Und der Friede Christi, zu dem ihr berufen seid in einem Leibe, regiere in euren Herzen; und seid dankbar. Lasst das Wort Christi reichlich unter euch wohnen: Lehrt und ermahnt einander in aller Weisheit; mit Psalmen, Lobgesängen und geistlichen Liedern singt Gott dankbar in euren Herzen. Und alles, was ihr tut mit Worten oder mit Werken, das tut alles im Namen des Herrn Jesus und dankt Gott, dem Vater, durch ihn. (Kol 3, 12-17)

„Ich kann nicht aus meiner Haut!“ Bestimmt kennt ihr so Situationen, in denen wir gerne anders wollten – oder unbedingt anders müssten – aber es geht nicht: „Mach dich doch mal locker! – „Sie es doch einmal positiv!“ - „Ein bisschen mehr Konzentration“ – „Stell dich doch nicht wegen allem so an“. Das geht nicht immer – nicht so uneingeschränkt. Es gehört zu uns. Wir können nicht aus unserer Haut. **Wahrheit – oder billige Ausrede?** Schwer zu sagen. Die Wahrheit liegt wie so oft in der Mitte. Es gibt ganz tief verwurzelte Prägungen. Meistens sind das Ängste. Die legen wir nur schwer ab. Manchmal gelingt es trotz größter Anstrengung nie. Wir können nicht aus unserer Haut. In der eigenen Haut gefangen zu sein, ist kein schönes Gefühl. Viel zu oft ist es aber auch Bequemlichkeit: „So bin ich eben! Wenn es euch nicht passt – Pech gehabt!“ Das sind keine Ängste und Zwänge. Das ist Selbstgefälligkeit.

Wie können nicht aus unserer Haut – wir wollen nicht aus unserer Haut – so sind wir eben – so sind *die* eben! Und das ist ja auch Ok. In Gemeinde sind wir ja tolerant. **Tolerant oder Ignorant?** Die Wahrheit liegt in der Mitte: So manchen Paradiesvogel oder Querkopf bewusst auszuhalten ist tolerant. Das gehört zu einer gesunden Gemeinschaft unbedingt

dazu. Eine Gemeinde, die Vielfältigkeit nicht aushält, ist krank. Wenn aber alle sagen und machen können, was sie wollen; wenn es gar keinen Anspruch mehr gibt, ist das ignorant. Dann wird das Wort „Toleranz“ nur benutzt, um die eigene Bequemlichkeit zu rechtfertigen.

Wie viel Veränderung ist möglich? Wo verlaufen die Grenzen zwischen Zwang und Bequemlichkeit? Wo ist Toleranz geboten – wo gehört Ignoranz eingedämmt? Paulus geht bei diesem Thema in die Vollen. *„Ihr habt den alten Menschen mit seinen Werken ausgezogen und den neuen angezogen.“* Unsere Einwände ignoriert er erstmal geflissentlich. Ihr könnt nicht aus eurer Haut? Ihr könnt euch nicht so einfach verändern, wie ihr Kleider an- und auszieht. Doch! Genau das geht! Ist das **maximaler Anspruch oder maximaler Zuspruch?** Die Wahrheit liegt in der Mitte! Es ist ein maximaler Zuspruch an alle, die immer wieder damit hadern, nicht aus ihrer Haut zu können – an alle, die an sich selbst scheitern – mürbe geworden durch lange Therapien: Verzweifelt nicht! Es ist möglich. Ja mehr noch! In Christus habt ihr bereits einen neuen Menschen angezogen. Ihr seid schon „neu“. Denn Christus hat euch erwählt! Nicht nur zu 50%, sondern zu 100%. In so manches müsst ihr noch reinwachsen, so mancher Schuh mag noch nicht passen – doch das wird schon werden. Ignoriert alle Stimmen in euch drin – was ihr alles nicht seid – was ihr nicht geschafft habt – was immer noch nicht klappt. Ignoriert alle, die euch sagen, wo ihr nicht genügt, wieder versagt habt und sowieso völlig daneben seid. Hört auf das eine entscheidende Wort: Ihr habt den neuen Menschen angezogen. Ihr seid jemand! Ihr seid schon ein neuer Mensch. Damit ist das wichtigste schon längst geschafft. Alles andere ist dann auch möglich! Ein maximaler Anspruch ist es an alle Selbstbequemen: „So bin ich eben“ gibt es nicht! Ihr seid in Christus neue Menschen! Dazu wurdet ihr erwählt. Nicht nur zu 50%, sondern zu 100%. Den Schuh müsst ihr euch jetzt auch anziehen! Das ist die eine Konsequenz aus eurem Glauben! Ja, Glaube bedeutet angenommen sein – wie ich bin. Es bedeutet aber nicht bleiben, wie ich bin. Glaube führt unbedingt zur Ruhe und in die Freiheit – aber nicht in Bequemlichkeit und Ignoranz.

Wo beginnt Veränderung? Und wo hat Toleranz ihre Grenzen? Paulus geht hier in die Vollen: Glaube ist unbedingte Annahme und unbedingte Veränderung. Neugeburt ist mehr als ein bisschen christliche Selbstoptimierung. Es geht im Kern um das Evangelium selbst! *„Da ist nicht mehr Grieche oder Jude, Beschnittener oder Unbeschnittener, Nichtgrieche, Skythe, Sklave, Freier, sondern alles und in allen Christus.“* Wer in Christus ist – ist wirklich eine neue Kreatur – nicht mehr definiert durch Ethnie, Herkunft und Geschlecht – sondern einfach nur neue Kreatur. Das mag für uns heute nach ziemlichem Mainstream klingen. Gleichberechtigung aller ist aller Munde. Gleichzeitig hapert es doch an der Umsetzung gewaltig. Aber das war damals bei Paulus nicht anders. Es war sogar noch krasser. Gleichberechtigung aller war in keinem Mund: Warst Du Frau – gehörtest Du in die Küche und hattest nichts zu sagen. Warst Du Sklave – warst Du ein Gegenstand, den man irgendwo zwischen Hühner und Töpferwaren auf dem Markt kaufte. Warst Du Ausländer wurdest du diskriminiert. Damals waren das quasi göttliche Gesetze. Die ganze Gesellschaft lebte nach ihnen. Aber nicht Gemeinde! Sie sollte diese Utopie verwirklichen: Alle an einem

Tisch der Brüderlichkeit und Schwesterlichkeit. Ein Ort – an dem jede und jeder ihren Platz finden kann. In der Welt mag es anders sein – im Reich Gottes nicht. Maximaler Zuspruch und Maximale Annahme für alle Sklaven, Ausländer, Frauen, Niedrigstlohnarbeiter, Bettler und sonst wie Ausgestoßenen: Die Zuschreibungen aller anderen – was sie aus euch gemacht haben – wie sie euch behandeln – das seid nicht ihr. Ihr seid neue Menschen. Eine maximale Forderung an alle anderen: Es ist auch an euch neuer Mensch zu werden – indem ihr eure Menschlichkeit anzieht! Tut ihr das nicht, ist der Kern des Evangeliums verloren! Klappte das uneingeschränkt? Natürlich nicht! Es gab Streit um das Essen, um Macht, um Eitelkeiten. Was das Miteinander angeht: Da sind wir noch ganz dicht dran an der Urgemeinde. Aber

Paulus zieht eine deutliche Grenze. Wo der Grundsatz des Evangeliums in Frage gestellt wird – wo das Reich Gottes verdunkelt wird – dort ist eine Grenze. Wo Menschen nicht akzeptiert werden – wo Menschen ausgegrenzt werden – wo Menschen von oben herab behandelt werden – aus welchen Gründen auch immer - da zählt kein „So bin ich eben!“ – das ist Verständnis keine richtige Antwort. Da kann es keine Toleranz geben.

Innerhalb dieser Grenze aber gilt das Band der Liebe. Sie soll alles zusammenhalten. **Liebe! Hilfe oder Totschlagargument?** Die Wahrheit liegt in der Mitte. In vielen Gemeinden ist aus dem Band der Liebe ein ganzer Teppich der Liebe geworden. Da wird einfach alles drunter gekehrt. Das ist schön bequem. Oder man nimmt das Band der Liebe und stranguliert sich damit gegenseitig – man geht sich schon längst an die Gurgel – aber aus Liebe sei das ja nicht so schlimm. Dann ist Liebe ein Machtinstrument und Totschlagargument: Das müsst ihr halt ertragen, da gebietet die Liebe! In der Regel bleibt dann ein verbitterter Kern von Menschen, die alle nicht aus ihrer Haut können – und alle anderen sind längst geflohen – um ihre Haut zu retten.

Aber vollkommene Liebe meint doch etwas anderes. Wer liebt, knüpft gemeinsame Bande. Das ist wirklich so. Liebe – wenn sie zu einer Beziehung werden soll – ist immer ein gemeinsames Spinnen, Anknüpfen und Zusammenbinden. Liebe geht unter die Haut – und wo sie das tut – da kann ich auch plötzlich aus meiner Haut. Da verändere ich nicht den anderen für mich, sondern ich verändere mich für den anderen. Idealerweise hört das gemeinsame Knüpfen nie auf. Beziehungen bleiben gesund, wo ehrliche Klarheit herrscht: Hier kann ich nicht aus meiner Haut – ich bin wirklich so. Dort bin ich nur bequem. Da kann ich mich verändern. Wo Liebe so funktioniert, ist sie wie ein Band, das alles zusammenhält. Ich stelle mir da so ein Band vor, dass man um ein Bündel Äste oder Korn bindet. Es verhindert, dass alles auseinanderfällt – aber es gibt genug Raum, um sich aneinander zu reiben. Wenn Liebe so gelebt wird - aus Verliebtheit und Verpflichtung – aus Gefühl und Gedanken – aus wunderbarer Leichtigkeit und ehrlicher Arbeit – aus in Freiheit geknüpften Banden – dann wird diese Liebe ein vollkommenes Band. Dann sind alle Teile beisammen. Dan fehlt nichts. So könnte Liebe auch in der Gemeinde funktionieren: Als ein Band das gemeinsam geknüpft wird. Als ein Band das alles zusammenhält. Dazu muss man sich diesen Schuh aber auch anziehen.

Eine Gemeinschaft aus Liebe zusammengehalten. **Realistische Möglichkeit oder Traumbild?** Die Wahrheit liegt in der Mitte. Ein Traum wird es bleiben – für alle, die zu bequem sind sich diesen Schuh anzuziehen. Für alle, die Ausreden finden, warum sie so sind. Für alle die Nörgelei als Kritik verkaufen, Unverbindlichkeit als Freiheit und Selbstsucht als Hilfsbedürftigkeit. Wer die alten Kleider nicht abstreift, wird keine neuen anziehen. Wer sich in der Liebe nicht probiert, wird sie nie leben. Ein Traum bleibt sie auch für alle, die sich im Traum von der Liebe verlieren. Das geht auch. Man phantasiert so sehr, wie eine perfekte Beziehung zu sein hat, wie der perfekte Partner auszusehen hat, wie sich perfekte Liebe zeigen müsste, wie das wäre in einer perfekten Gemeinde, dass man die Liebe darüber verpasst. Jedes falsche Wort wird als Kränkung aufgefasst. Jeder Fehltritt des anderen wird zum Tritt auf meinen Fuß. Eigentlich wird man nur enttäuscht – von allen - am laufenden Band. Nie wird man richtig verstanden. Alles scheitert an der eigenen Perfektion. Statt gemeinsam zu arbeiten, wird sich belauert. Liebe wird erst zum Krampf und dann zum Kampf. Der Denkfehler ist: Vollkommene Liebe hat nichts mit Perfektion zu tun! Im Gegenteil. Paulus hatte diese Spannung wohl vor Augen: Auf der einen Seite all jene, die zu bequem waren, um Liebe zu leben – auf der anderen Seite all jene, die jedes Haar in jeder Suppe fanden. Und in der Mitte ein paar arme Würstchen. Deswegen gibt es Beziehungstipps – wie es mit der Liebe gelingen kann. Es ist ganz einfach: Ihr braucht *„herzliches Erbarmen, Freundlichkeit, Demut, Sanftmut, Geduld; einer ertrage den andern und vergebt euch untereinander.“* Das mutet ein wenig an, wie die Büchse der Pandora – ein christliches Allerlei. Wie geschaffen, zu frustrieren: „Den Schuh zieh ich mir bestimmt nicht an! Das ist mir zu viel!“ - „Siehst Du, wenn Du so nicht sein kannst, fehlt dir die Liebe! Das sagt sogar die Bibel.“ Aber so ist es ja auch falsch verstanden. Was Paulus hier entwirft ist eine Arbeitsanweisung – ein Werkbuch: So könnt ihr gemeinsame Banden knüpfen. Demut, Sanftmut, Geduld und Vergebung sind ja Fähigkeiten zur Konfliktlösung. Ich brauche sie, wenn es knirscht, wenn Probleme bearbeitet werden. Nur dann „ertrage“ ich andere. Nicht vorher. Perfekte Liebe wäre konfliktfrei. Perfekte Liebe ist ein Traum. Vollkommenen Liebe ist nicht konfliktfrei – sie bearbeitet Konflikte. Und zwar so – dass ich von mir selbst einfordere, was ich insgeheim vom anderen erwarte. Indem Liebe nicht alles zudeckt – aber in aller Klarheit auch Geduld übt und Vergebung praktiziert. Vollkommene Liebe ist eine realistische Möglichkeit.

Vollkommene Liebe – **Erfüllung oder Krampf?** Die Wahrheit liegt in der Mitte. Es kann ein unheimlicher Krampf werden. Etwa wenn aus der Gemeinde eine Besserungsanstalt wird. Wenn Liebe sich in guten Sitten und maximaler Rücksicht erschöpft. Wenn man sich mit Herzlichkeit maskiert – um bloß nicht lieblos zu erscheinen. Wenn es zu jedem Konflikt drei Oberlehrer gibt. Wenn alles zum Thema und Problem erklärt wird. Man kann so lange Probleme bearbeiten, die keine sind, bis man Problem bekommt, die vorher keiner hatte. Liebe wird auch Krampf, wenn aus Liebe die Fäuste in der Tasche geballt werden müssen – weil kein Wort der Ermahnung denkbar ist. Das ist alles keine Erfüllung. Es hilft keinem weiter. *„Lehrt und ermahnt einander in aller Weisheit; mit Psalmen, Lobgesängen und geistlichen Liedern singt Gott dankbar in euren Herzen.“* Ein ausgewogener Vorschlag. Manchmal krampft es in Gemeinde, da braucht es Worte der Ermahnung: Diesen oder

jenen Schuh musst du dir schon anziehen. Hier solltet ihr an euch arbeiten! Darüber muss geredet werden! Ermahnung muss ja nicht immer gleich Schelte sein. Sie kann auch ermutigen: Das schaffst Du schon! Du gehörst trotzdem dazu. Lass uns gemeinsam nach Lösungen suchen! Manchmal muss Ermahnung aber auch klare Grenzen setzen: Bis hier her und nicht weiter. Dieses Verhalten ist indiskutabel. Das kann hier keinen Raum haben. Das mag in diesem Moment nicht wenig erfüllend sein. Aber das ist genau jene Beziehungsarbeit, die es unbedingt braucht, um ein Band der Liebe zu knüpfen. Wo es keine Konfliktbearbeitung gibt, kann sich alles ganz „easy“ anfühlen – genauso „easy“ bricht dann auch alles auseinander. Deswegen: Perfekte Liebe ist eine tägliche Entscheidung, ein tägliches Arbeiten und manchmal auch ein Krampf. Aber es gibt ja noch die andere Seite: Gesang – Freude – Dankbarkeit. Auch das darf in keiner Beziehung zu kurz kommen. Eine Beziehung, die nur Arbeit ist braucht keiner. Für eine Beziehung, die keine Erfüllung bringt, arbeitet auch keiner. Beziehungen als Dauerkonflikt machen krank. Gemeinde, die nur Konflikte bearbeitet, macht krank. Da kommt die Scheidung irgendwann von selbst. Es braucht Freude trotz mancher Reibung. Es braucht Momente in denen spürbar wird: Deswegen raufen wir uns überhaupt zusammen. Es braucht diese Erlebnisse – nicht einmal jährlich beim Gemeindefest, sondern viel häufiger. An diesen Momenten wirkt jede und jeder mit: Durch Freude, Freundlichkeit und Unterstützung. Denn eines ist wichtig: Nicht nur die Liebe erträgt so manches. Freude erträgt auch manches. Freude trägt nur, wenn sie echt ist – wenn Beziehungen geklärt sind – wenn man durch das Band der Liebe verbunden ist. Dann ist die Freude vollkommen. Dann wird Beziehung zur Erfüllung. Sonst ist es nur gute Miene zum bösen Spiel.

Liebe Gemeinde,

„Ich kann nicht aus meiner Haut“. Das Gefühl kennen wir alle. Manchmal stimmt das. Wie gut, dass es einen Gott gibt, der uns trotzdem erwählt hat. Wie gut, dass ich auch damit einen Platz in Gemeinde finden kann. Wie gut, dass ich trotzdem eine Neue Kreatur bin. „Ich kann nicht aus meiner Haut!“ Oft stimmt das nicht. Auch das ist gut! Mein Leben - ich kann es verändern! In Christus sind wir alle längst neue Menschen. Das gilt es zu verwirklichen. Das können wir verwirklichen. Der Weg dahin beinhaltet Arbeit – aber auch Freude, Liebe und Erfüllung. Am Ende steht eine große Verheißung: Die vollkommene Liebe Christi – das Reich Gottes. Sie sind kein Traum, sondern reale Möglichkeit.

Amen.