

## LIVINGROOM - 10.5.2020

### SEIFE FÜR DEIN HERZ!

#### GOTTES WORT, PERSÖNLICH GENOMMEN (L. JAENSCH)

**M**omentan beschäftigen wir uns viel mit Hygiene. Wir achten darauf, nach jedem Einkauf die Hände gründlich zu waschen. Wir achten auf unsere Gesundheit, wollen eine Infektion verhindern. Das ist gut. Aber nicht alleine dies schützt uns und erhält uns gesund. Diese Zeit ist der pure Stress in mancherlei Hinsicht. Wir sind geistlich, seelisch und körperlich herausgefordert und müssen herausfinden, was tatsächlich dabei hilft, um gut durch diese Zeit der Einschränkungen und Kontaktverbote hindurch zu kommen.

Ich liebe Strandspaziergänge mit meiner Frau, entspanne mich gerne bei Radtouren oder tauche auch einmal gerne ab in die Fantasiewelten eines guten Buches. Andere kochen gerne ein leckeres Gericht oder machen Musik. Während meines Studiums liebte ich die Arbeit am Bau und als Dachdecker. Nach all der vielen Kopfarbeit im Semester tat es so richtig gut, mal den Vorschlaghammer zu schwingen und eine Wand einzureißen. Das war der perfekte Ausgleich, so bekam ich meinen Kopf wieder frei. Überlege einmal, was dir persönlich gut tut. Und ja, es ist erlaubt, sich auch einmal was zu gönnen!

Aber nicht alles tut gut (1.Kor. 6,12). Manches bietet nur eine kurzfristige Ablenkung oder ein trügerisches Vergnügen, denn es zehrt aus und schwächt. Das ist wie bei Fastfood. Es sieht lecker aus, hat aber keinen Nährwert und macht auch nicht lange satt. Da es nicht lange vorhält, entfaltet es gerade darum recht schnell ein starkes Suchtpotential. Es ist ein großer Unterschied, ob du dich gehen oder mal die Seele baumeln lässt. Ob du träge den ganzen Tag auf deinem Sofa abhängst oder einen Spaziergang an der frischen Luft machst. Ob du ein gutes Buch liest oder ein Klatschblatt, einen glaubensstärkenden Gottesdienst anschaust oder ein schlechtes B-Movie.

**W**as tut dir *wirklich* gut? Was fördert deine Gesundheit, deine körperliche Fitness? Was lässt deine Seele aufatmen und wieder lächeln? Gehe dieser Spur nach. Du darfst dir Gutes tun, das ist erlaubt! In dieser Zeit von Druck und Bedrängnis brauchst du auch etwas Schönes und Gutes in deinem Leben. Das erfrischt und gibt neue Kraft.

Auch der „innere Mensch“ braucht Erholung, Erfrischung und Erquickung! Und genau das ist heute unser Thema! Daher stelle dir einmal die Frage: Was baut meinen inneren Menschen auf, was stärkt und sättigt mein persönliches geistliches Leben?

*Matthäus 4,4 Der Mensch lebt nicht nur von Brot; er lebt von jedem Wort, das Gott spricht.*

Ganz ehrlich: wie häufig hangeln wir Christen uns von Sonntag zu Sonntag, von Hauskreis zu Hauskreis. Unser geistliches Leben besteht oft nur aus dem, was Andere in ihrer Zeit mit Gott empfangen und für uns zubereiten. Nicht aber aus dem „Brot“, das wir selbst in unserer persönlichen Zeit mit Gott in seinem Wort Gottes entdeckt oder im Gebet empfangen haben. Fällt diese Versorgung weg, dann leiden wir Hunger. Das muss aber nicht so sein!

### BRANNT NICHT UNSER HERZ IN UNS ...?

**I**n Lukas 24 lesen wir von zwei Jüngern, die auf einer Wanderung weg von Jerusalem (der Stadt Gottes) waren. Zuviel war passiert, dass sie nicht einordnen konnten. Sie hatten ihre ganze Hoffnung auf Jesus gesetzt. Sie hatten erwartet, dass er sein Königreich aufrichten und sie vom Joch des römischen Reiches befreien würde. Sie hatten gehofft, dass er sie Gott näher bringen würde und die Kraft Gottes alles ändern würde. Und dann brach die ultimative

Katastrophe herein: Jesus wurde gefangen genommen, gefoltert und an einem Kreuz hingerichtet. Das stürzte sie in eine tiefe Sinn- und Glaubenskrise. Ihre ganze Welt lag in Trümmern. Ihre Träume hatten sich in einen Alptraum verwandelt. Und so wendeten sie sich ab, verließen sogar die Gemeinschaft der Jünger, ihre Gemeinde. Sie liefen einfach davon.

Und hier, mitten in der schlimmen Krise nimmt sich der Auferstandene dieser Verzweifelten an. Er schließt sich ihrer kleinen depressiven Reisegesellschaft an, hört ihnen zu und richtet dann ganz sanft ihren Blick auf die Verheißungen des Gotteswortes:

*Lukas 24,25-27 Da sagte Jesus zu ihnen: "Was seid ihr doch schwer von Begriff! Warum fällt es euch nur so schwer, an alles zu glauben, was die Propheten gesagt haben? Musste der Messias nicht das alles erleiden, bevor er verherrlicht wird?" Dann erklärte er ihnen in der ganzen Schrift alles, was sich auf ihn bezog; er fing bei Mose an und ging durch sämtliche Propheten.*

Was für eine Bibelschule? Phantastisch. Der Messias selbst erläutert ihnen das Wort Gottes, schenkt ihnen Offenbarung. Wie gerne wäre ich dabei gewesen und hätte seinen Worten gelauscht ... Diese persönliche Zeit mit dem Auferstandenen, dem lebendigen Wort Gottes, mit der Bibel, verwandelte diese Menschen total. „Die Eröffnung deiner Worte leuchtet“, so heißt es einmal in Psalm 119,130. Sie bekamen durch das persönlich offenbarte Wort wieder Mut, schöpften Hoffnung und Zuversicht. Sie wandten sich um, kehrten zurück (biblisch: sie taten Buße) nach Jerusalem und in ihre Gemeinde. Dort erzählten sie dann über diese Begegnung, dass sie ihre erloschenen Herzen wieder mit Feuer und Leben erfüllt hat:

*Lukas 24,32 »Brannte es nicht wie ein **Feuer in unserem Herzen**, als er unterwegs mit uns sprach und uns den Sinn der Heiligen Schriften aufschloss?«*

Der Psalm 119 ist das längste Kapitel der Bibel. In seinen 176 Versen geht es eigentlich um nichts anderes als darum, wie gut und wohltuend das Wort Gottes ist. Auch Psalm 19,8-12 schwärmt vom Wort Gottes: „Es erfrischt die Seele, ist zuverlässig, erfreut das Herz, erleuchtet die Augen, ist kostbar und süß“. Warum ist das so. Ganz kurz: weil es das Wort Gottes ist. Gottes Wort hat immer Kraft, ist schöpferisch und bringt Leben hervor. Paulus fasst dies gegenüber Timotheus einmal in folgende Worte:

*2.Timotheus 3,15-17 Du bist ... mit den heiligen Schriften vertraut, aus denen du alle Wegweisung bekommen kannst, die zur Rettung nötig ist – zur Rettung durch den Glauben an Jesus Christus. Denn alles, was in der Schrift steht, ist von Gottes Geist eingegeben, und dem entsprechend groß ist auch der Nutzen der Schrift: Sie unterrichtet in der Wahrheit, deckt Schuld auf, bringt auf den richtigen Weg und erzieht (= trainiert) zu einem Leben nach Gottes Willen, damit der Mensch Gottes vollkommen (= nicht perfekt; sondern: ganz, heil, nicht mehr hin und her geworfen, nicht mehr innerlich zerrissen) sei, für jedes gute Werk ausgestattet.*

**G**rund genug also, dass wir uns an dieser Stelle einmal damit beschäftigen, wie wir für uns persönlich das Wort Gottes mit Gewinn lesen können. Ich möchte fünf einfache Schritte kurz darstellen, die dich dabei unterstützen werden. Ich habe diese Predigt „Seife für dein Herz - Gottes Wort persönlich genommen“ genannt, da wir uns am englischen Wort für Seife orientieren werden: SOAP! Jeder der Buchstaben steht dabei für einen ganz praktischen Schritt der persönlichen Bibellese.

Kurze Vorbemerkung: Ich rede hier nicht über Bibelstudium. Ein Studium konzentriert sich darauf, das Wissen und den Einblick in Hintergründe zu vermehren. Es ist Kopfarbeit. Persönliche Bibellese ist aber eine Herzensangelegenheit und Beziehungssache. Dem Inhalt und der Bedeutung eines Liebesbriefes komme ich ja auch nicht wirklich und primär mit wissenschaftlichen Methoden auf die Spur.

## **S** - SCRIPTURE - BIBELWORT

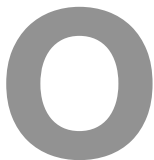
**S**uche dir einen Ort und eine Zeit, an dem du etwas Ruhe haben kannst („geh hin in dein Kämmerlein“). Mache es dir zum Beispiel morgens, bevor die anderen aufstehen mit einer Tasse Kaffee in deinem Lieblingssessel gemütlich. Für die persönliche Bibellese empfehle ich dir eine leicht verständliche Übersetzung, die eine moderne und

direkte Sprache hat (Tip: Neue Genfer Übersetzung oder Neues Leben). Natürlich ist es auch möglich, dies mit einer guten Hörbibel zu machen, wenn Lesen dir eher schwer fällt.

Nimm dir nicht zu viel Text auf einmal vor. Es geht nicht um Leseleistung! Es ist besser, du liest nur einen Vers oder einen kurzen Abschnitt und nimmst dir dann genügend Zeit, diesen auf dich wirken zu lassen, als abgehetzt möglichst viele Kapitel zu schaffen. Du kannst als Ausgang, als Grundlage zum Beispiel einen Bibelleseplan verwenden, der dich durch die Bibel führt, oder aber ein spezielles Thema behandelt. Du kannst auch ein Evangelium, die Psalmen, einen Brief etc. fortlaufend lesen. Oder du fängst einfach mit einem Bibelbuch an, das dich schon immer mal interessiert hat.

Bete nun kurz und erwarte, dass Gott durch sein Wort persönlich und aktuell zu dir spricht. Anschließend liest du den Text mehrmals. Überfliege ihn nicht einfach, lass dir Zeit. Was ist die Kernaussage des Textes? Gibt es einen Vers, der dir ins Auge sticht und gerade jetzt anspricht? Dann verweile erst einmal bei diesem Vers und sinne darüber betend nach.

Ein Tip noch: mache dir zu jedem Punkt von S-O-A-P-! ein paar Notizen, halte deine Gedanken schriftlich fest. Mit der Zeit entsteht so ein regelrechtes Tagebuch göttlicher Ermutigung. Du kannst dort auch später immer mal wieder nachschauen, was Gott schon zu dir geredet hat. Dies taten übrigens schon die Propheten im Alten Testament, siehe z.B. Jesaja 30,8 oder auch Habakuk 2,2.



## - OBSERVATION - BEOBACHTUNG

*Psalm 1,2 Glücklich ist, wer seine Lust hat am Wort des Herrn und über sein Wort nachsinnt Tag und Nacht.*

Das Wort Nachsinnen bedeutet eigentlich so etwas wie „Wiederkäuen“. Lass den Vers, der dich angesprochen hat, auf dich einwirken. Lies ihn mehrfach. Schluck ihn nicht gleich runter und hetze zum nächsten Vers. Kaue sozusagen darauf herum.

Ich liebe es, an dieser Stelle Buntstifte oder Bibelmarker zur Hand zu nehmen und die Verse zu unterstreichen oder ein Wort zu markieren. Manchmal hilft es mir auch, mir schriftliche Notizen zu machen. Was fällt dir in deinem Text auf? Gibt es eine besondere Aussage, eine Ermutigung, eine Anregung zum Perspektivwechsel. Warum spricht dich dieser Vers an? Was hat er mit deinem Leben zu tun?

Das Wort Gottes ist wie ein „Personal Trainer“ im Fitnessstudio. Eine seiner Aufgaben ist es, die Haltung des Sportlers zu korrigieren. Korrektur hört man ja nicht unbedingt gerne, aber sie ist unabdingbar. Wenn eine Fehlhaltung nicht frühzeitig erkannt und korrigiert wird, dann kann sie später zu schweren Schäden führen und den Körper schwächen.

So bringt auch das Wort Gottes Korrektur, es „deckt Schuld auf, bringt auf den richtigen Weg und erzieht“, (2.Tim. 3,16). Geschieht dies und du fühlst dich sozusagen „ertappt“, dann gilt es, jetzt nicht auszubüxen und frustriert, bedrückt oder verärgert die Bibel zu schließen.

Lies die Worte unbedingt durch die Brille der Gnade und Barmherzigkeit Gottes und rede mit ihm darüber. Lass dich von deinem Trainer in deiner Haltung korrigieren. So kannst du gut weiter wachsen:

*Kolosser 1,5-6 Das Wort der Wahrheit des Evangeliums, ist zu euch gekommen, so wie es auch in der ganzen Welt ist und Frucht bringt und wächst, wie auch unter euch von dem Tag an, da ihr es gehört und die **Gnade** Gottes in Wahrheit erkannt habt.*

*Römer 2,4 Ist es dir gleichgültig, wie freundlich, geduldig und nachsichtig Gott mit dir ist? Siehst du nicht, wie **Gottes Freundlichkeit** dich zur Umkehr bewegen will?*

Manchmal entdeckst du aber auch einen Trost, einen weisen und hilfreichen Ratschlag, eine Ermutigung, einen Zuspruch oder eine Wegweisung. Manchmal ist es aber auch einfach ein guter Gedanke, der dich zwar irgendwie anspricht, aber erst im Laufe des Tages seine spezielle Bedeutung für dich entfaltet.

## A - APPLICATION - ANWENDUNG

Studium, auch Bibelstudium vermehrt (reines Kopf-) Wissen. Theologie ist wichtig und hat ihren Stellenwert. Die persönliche, betende Bibellese aber bringt (Herzens-) Erkenntnis. Sie zielt auf den nächsten persönlichen Schritt in der Nachfolge, sie verändert Menschenleben.

*2.Timotheus 3,15-17 Der Nutzen der Schrift: Sie unterrichtet in der Wahrheit, deckt Schuld auf, bringt auf den richtigen Weg und erzieht (= trainiert → „Personal Trainer“) zu einem Leben nach Gottes Willen, damit der Mensch Gottes vollkommen (= nicht perfekt; aber ganz, heil, nicht mehr hin- und hergerissen, zerrissen) sei, für jedes gute Werk ausgestattet.*

An dieser Stelle beschäftigt dich also die Frage der Umsetzung. Wie willst du das Gelesene in deinem Alltag persönlich anwenden. Wenn das Bibelwort, welches für dich heute „lebendig“ wurde, Schuld aufdeckt, dann zieh die richtige Konsequenz daraus. Geh nicht in den Tag mit einem schlechten Gewissen. Bekenne deine Schuld vor Gott und nimm seine Gnade und Vergebung an (siehe auch: 1. Johannes 1,9). Und dann steh auf und gib deinem Leben eine neue Richtung. Das ist es übrigens, was die Bibel unter Buße versteht: ein Umdenken, eine Neuausrichtung am Wort Gottes und ein praktischer Kurswechsel.

Vielleicht bist du durch das „aufgeleuchtete“ Wort aber auch ermutigt, anderen Menschen von Jesus zu erzählen, oder ... Die Frage ist nicht: Was sollte ich tun? Sie lautet: Dieser Herausforderung stelle ich mich heute mit Gottes Kraft. Das werde ich heute anpacken.

## P - PRAYER - GEBET

Gebet ist Gedankenaustausch. Rede mit Gott über deine Gedanken. Gib ihm eine Antwort auf sein Reden. Danke ihm für sein Wort, dein Leben und den Tag, der vor dir liegt. Manche Menschen lieben es übrigens auch, Gott einfach mal ein Gedicht zu schreiben, ein zu Lied singen oder ein Bild zu malen. Gebet kann sehr kreativ sein, denn es ist ja auch ein Ausdruck von Liebe und Wertschätzung. Es stärkt die persönliche Beziehung und das Vertrauen. Ich selbst habe einmal, als ich unbedingt eine persönliche Zeit mit Gott brauchte, es aber um mich herum sehr unruhig war, Gott einen Brief geschrieben. So konnte ich mein Herz vor ihm zur Ruhe bringen.

Vielleicht kommen dir beim Nachsinnen über dein Bibelwort oder hier beim Gebet auch andere Menschen in den Sinn. Dann bete für diese Menschen, vielleicht ja genau anhand des Bibelwortes, dass dich selbst gerade angesprochen hat.

## ! - AUSRUFEZEICHEN

Fasse nun abschließend in deinen eigenen Worten zusammen, was Gott dir heute sagen will. Was war dein Highlight heute? Wo haben sich neue Sichtweisen und Einsichten ergeben, wo ein Perspektivwechsel? Schreib dies ruhig alles in dein Notizheft. Noch viele Jahre später können diese Worte und Gedanken Gottes ein großer Quell der Ermutigung für dich sein. Anfänglich mag dies mühsam erscheinen. Aber das ist, wie bei jedem Training: Mit der Übung kommt die Ausdauer und auch die Leichtigkeit. Ich wünsche dir, dass das Wort Gottes für dich persönlich aufleuchtet und dir in diesen dunklen Zeiten zum Licht wird.

*2.Petrus 1,19 Darüber hinaus haben wir die Botschaft der Propheten, die durch und durch zuverlässig ist. Ihr tut gut daran, euch an sie zu halten, denn sie ist wie eine **Lampe, die an einem dunklen Ort scheint**. Haltet euch an diese Botschaft, bis der Tag anbricht und das Licht des Morgensterns es in euren Herzen hell werden lässt.*

*Psalms 119,105+130 Dein Wort ist eine **Leuchte** vor meinem Fuß und ein **Licht** auf meinem Weg. / Wenn deine **Worte sich auftun, erleuchten** sie uns, dann finden selbst Unerfahrene Einsicht darin.*