

# smd transparent

Neues aus Schüler-SMD, Hochschul-SMD und Akademiker-SMD

Nr. 01\_März 2014

## Mit Grenzen leben

### Wie wir es vermeiden, uns an Grenzen aufzureiben

„Muss nur noch kurz die Welt retten, danach flieg ich zu dir“, mit diesem Titel erreichte der Songwriter Tim Bendzko deutschlandweite Berühmtheit. Der Text ist Ausdruck eines Lebensgefühls: Immer geht etwas, immer ist man auf Empfang geschaltet – grenzenlos und rund um die Uhr. Stimmt das? Als Menschen sind uns natürliche Grenzen gesetzt, die wir einhalten müssen, beispielsweise was unsere Kraft und Zeit betrifft. Ein Schüler berichtete kürzlich im Rahmen der SMD, er sei bei den Vorbereitungen für das Abitur an seine „Belastungsgrenze“ gekommen.

#### Zum Thema:

**glauben**  
Warum wir an Grenzen nicht mutlos werden müssen **\_5**

**erleben**  
Mit Grenzen im Job umgehen **\_9**

#### Außerdem:

**Tuchführung:**  
Jürgen Schmidt auf Deutschlandreise **\_14**

**Uncover: Neues**  
Evangelien-Projekt der Hochschul-SMD **\_16**

**Akademikon:**  
Interview mit Hauptreferent Pompe **\_19**

**Zur Finanzlage:**  
Defizit im Jahr 2013 **\_23**

Im Redaktionskreis haben wir darüber nachgedacht, wo uns überall Grenzen aufgezeigt werden. Schnell haben wir gemerkt, dass Burnout nur eine Form eines Grenzkonfliktes ist. Viele Grenzen haben mit Gesundheit oder Beziehungen zu tun. Vor allem aber sind Grenzerfahrungen im Leben unvermeidbar. Die Frage ist, wie gehen wir mit ihnen um? „Mit Grenzen leben“ heißt deshalb diese Transparent-Ausgabe, die Ihnen, so hoffen wir, als Impulsgeber für das eigene Leben dient bzw. ermutigt, in Grenzsituationen persönliche Begleitung in Anspruch zu nehmen. In zwei sehr ehrlichen Erfahrungsberichten lesen Sie, wie Menschen sich an Grenzen aufgerieben haben und wie es ihnen damit erging. Konkrete Schritte aus Grenzkonflikten zeigt Johanna Adam in einem Grundsatzartikel auf (Seite 7). Und Ulrich Schlappa untersucht in seinem Artikel die Bibel auf Grenzen, wie etwa die Zehn Gebote, und schildert am Beispiel des Paulus, warum wir bei Grenzerfahrungen nicht mutlos werden müssen (Seite 5). Wenn Sie die thematischen Texte gerne noch intensiver bearbeiten wollen, haben wir für Sie wie immer eine Datei zum Herunterladen auf unserer Webseite bereitgestellt ([transparent.smd.org](http://transparent.smd.org)).

Was erwartet Sie noch in dieser Ausgabe? Ein Blick hinter die Kulissen der SMD, genauer gesagt in die EDV (Seite 3), ein Vorgeschmack auf unseren Kongress „Akademikon“ und ein spannender Bericht über „Uncover“, ein neues Evangelienprojekt der Hochschul-SMD. Über die angespannte Finanzlage informiert unser Geschäftsführer auf Seite 23. Und da in der SMD wenig so beständig ist, wie der Wechsel von Mitarbeitern, finden Sie in der Mitte des Heftes Bilder von allen Hauptamtlichen-Teams. Wir wünschen gewinnbringendes Lesen! ■

*Christian Enders, Redaktion*

# Rebellieren? Akzeptieren ... ausprobieren!

## Warum wir an unseren Grenzen nicht mutlos werden müssen

**Das Leben könnte so schön sein: Weit und breit keine Geschwindigkeitsbegrenzung auf meinem Autobahnabschnitt – aber ich stehe im Stau. Ausgebremst. Leben im Stop-and-go-Modus. Das kenne ich nicht nur von der Autobahn. Es gibt Zeiten, da werden mir meine Grenzen gezeigt. Da geht es einfach nicht mehr weiter, da erlebe ich Stillstand oder sogar Rückschritt.**

In der Bibel habe ich zwei Zitate gefunden, die mir geholfen haben, mit Grenzerfahrungen umzugehen: „Der Herr schafft deinen Grenzen Frieden“ (Psalm 147, 14) und „Der Herr ist herrlich über die Grenzen Israels hinaus“ (Maleachi 1, 5). Diese beiden Worte aus dem Alten Testament sollen diese Bibelarbeit strukturieren. Und aus dem Neuen Testament möchte ich die Erfahrungen eines Mannes skizzieren, den Gott an seine Grenzen geführt hat und weit darüber hinaus: Paulus.

### An unseren Grenzen: Frieden

Der Psalmist lobt Gott, weil er die Grenzen des Landes sicher gemacht hat. So kann das Volk Gottes in Frieden leben – im „Schalom“: in Ruhe, Wohlstand und Glück. Gesicherte Grenzen garantieren ein Leben im Frieden. Gute Grenzerfahrungen! Die Grenzen in unserem eigenen Leben erleben wir aber oft ganz anders: nicht als schützend, sondern als bedrohlich. Wir machen Pläne und Projekte, wollen weiterkommen und hoch hinaus. Aber dann reichen Geld und Kraft nicht aus; dann spielt ein anderer nicht mit; dann bremst uns eine schlimme Krankheit aus und wir sind unversehens am Ende: nichts geht mehr! In einer anfangs hoffnungsvollen menschlichen Beziehung erkaltet die Liebe und verlöscht. Wir „stoßen“ an eine Grenze; wir „reiben“ uns an ihr, stehen vor verschlossenen Türen mit Enttäuschung und Wut im Herzen, voll innerem Aufbegehren.

Auch Paulus hatte große Pläne: Er wollte „das Wort Gottes in der Provinz Asien predigen“ (Apg. 16, 6). Aber an der Grenze Mysiens war Schluss. Er versuchte es auf die eine und die andere Art – es war kein Durchkommen! Sein Chronist Lukas notierte: „Vom Heiligen Geist gehindert (...) Der Geist Jesu ließ es nicht zu.“ Das musste dem Apostel schwer gefallen sein; ihm, der bis in die Fußspitzen mo-



tiviert war von seinem Lebensauftrag, das Evangelium vom Retter Jesus über alle Grenzen hinauszutragen. Ausgegrenzt und kaltgestellt! Ein Gesandter im „stand-by“-Betrieb: eine unerträgliche Situation für Paulus. Dennoch mutete ihm sein Auftraggeber immer wieder ärgerliche Grenzen zu: Er wurde ins Gefängnis geworfen, mehrfach öffentlich ausgepeitscht, einmal sogar gesteinigt. Eine rätselhafte unheilbare Krankheit machte ihm schwer zu schaffen. Zerrüttender Streit mit den engsten Mitarbeitern. Seine Gefährten ließen ihn im Stich – er wurde einsam. Widerstände innerhalb und außerhalb der Gemeinden: Vorwürfe, Anfeindungen und ein Strafprozess. Schiffbruch auf dem Gefangenentransport nach Rom. Einzelhaft in der Hauptstadt und wahrscheinlich Todesstrafe. „Überholspur“ klingt anders. Grenzen, wohin man auch blickt!

„Dennoch werden wir nicht mutlos“, resümierte Paulus, als er einmal alle seine Grenzerfahrungen aufzählte (2. Kor. 4, 7-18). Warum wurde er nicht mutlos? Weil er erkannte, dass er mit all diesen Schwierigkeiten auf demselben Weg war wie Jesus, sein Herr. Und dass dieser Weg trotz aller Hindernisse zum Ziel führt. Grenzen gehören zum Menschsein ganz natürlich dazu. Gott hat den Menschen als ein begrenztes Wesen erschaffen. Er ist gerade nicht „wie Gott“: unbegrenzt. In der üppigen Weite des Gartens Eden stand – wie eine Grenze – der Baum der Erkenntnis: Bis hierher und nicht weiter! Seit dieser Grenzziehung Gottes reiben wir Menschen uns an der Einschränkung unserer grenzenlosen Freiheit. Wir rebellieren dagegen, dass uns der Schöpfer in unsere Schranken gewiesen hat. Wir reißen die Grenzen ein und überschreiten sie. So wie die Bewohner von Babel, die mit ihrem Turm hoch hinaus wollten, um sich selbst einen Namen zu machen. Eine neue Technologie (Ziegelsteine) machte es möglich.

Damals wie heute geben sich Forscher nicht mit den Grenzen ihres Wissens und Könnens zufrieden. Sie stoßen in neue Welten vor, eröffnen ungeahnte Möglichkeiten – und das ist gut so! Die Frage ist nur: Dürfen wir alles tun,

was wir können? Gerade am Anfang und am Ende des menschlichen Lebens wird es kritisch. Da können Grenzüberschreitungen leicht zum Fluch werden. Die Präimplantationsdiagnostik am Beginn und die „ewige“ Magensonde am Schluss des Lebens sind nur zwei Beispiele, wo die Grenzen des Lebens oft nicht respektiert werden. Gott gibt uns Grenzen, damit wir in dem durch sie aufgespannten Bereich unser Leben entfalten können. Innerhalb der von Gott gezogenen Grenzen ist Segensgebiet, außerhalb wird es gefährlich. Darum gibt es die Zehn Gebote. Sie sind Grenzmarkierungen, die uns zeigen, wo der Raum unserer persönlichen Freiheit endet. Dazu zwei Beispiele: 1. Die Grenze des Ruhetags: „Du sollst den Feiertag heiligen.“ Wenn du deine Arbeit permanent auf den Ruhetag ausdehnst, wird dir das keinen Segen bringen, sondern im schlimmsten Fall einen Herzinfarkt. Dieser Schutzwall ist heilsam. 2. Die Grenze des Ehebündnisses: „Du sollst nicht ehebrechen.“ Wenn du dein Begehren auf eine Person in einer anderen Ehe ausdehnst, wird dir das keinen Segen bringen, du erntest Enttäuschung und verursachst Schmerz. Lass also diesen Schutzwall intakt – ebenso wie die anderen acht „Spielfelder des Lebens“, die in den Geboten markiert sind. Sie sind Freiräume, um Gottes „Schalom“ zu erleben.

Bei Gottes Grenzen in unserem Leben stellt sich immer die Frage: Starren wir ärgerlich auf diese rote Linie und protestieren gegen die Begrenzung unserer Möglichkeiten? Oder drehen wir uns an der Grenze um und schauen auf das Spielfeld und nutzen den Platz, der sich uns bietet? Das ist gewiss nicht leicht, wenn eine Grenze unseren Lebensraum stark einengt: Eine ärztliche Diagnose lässt uns nur noch wenige Monate Spielraum. Knappe Finanzen treiben uns in die Insolvenz. Der prekäre Arbeitsmarkt hat keine Stelle für uns bereit. Selbstverständlich werden wir an dieser Grenze erstmal lamentieren! Aber werden wir dann kapitulieren und aufgeben oder akzeptieren, dass es so ist, wie es ist? Werden wir ausprobieren, welche Möglichkeiten sich in dieser Lage noch bieten? Auf jeden Fall stellt sich uns die Aufgabe, die ungeliebte Grenze in unser Leben zu integrieren. Es geht also darum, die Grenze nicht „auszugrenzen“, sondern sie als eine „Einfriedigung“ zu verstehen – so nannte man früher einen Zaun oder eine Mauer um ein Grundstück herum.

„Der Herr schafft deinen Grenzen Frieden.“ Das bedeutet doch: Einverständnis, dass es solche Randzonen in unserem Leben gibt. Und die Erfahrung, dass Glück auch auf begrenztem Raum möglich ist, wenn Gott es schenkt. Paulus wurde diese Erkenntnis zuteil. Als er hart an der Grenze dessen war, was er noch ertragen konnte, sagte Christus zu ihm: „Lass dir an meiner Gnade genügen, denn meine Kraft kommt erst in Schwachheit zur Vollendung“ (2. Kor. 12,9).

## Über unsere Grenzen hinaus: Herrlichkeit

Paulus ist nicht nur ein Beispiel dafür, dass wir innerhalb unserer Grenzen Gottes Frieden erfahren können. Das Leben des Apostels zeigt ebenso, dass Gott Grenzen sprengen kann und auch im Neuland seine Herrlichkeit sichtbar wird. „Der Herr ist herrlich über die Grenzen Israels hinaus“, verkündet der Prophet Maleachi (1, 5). Lange lebte der Pharisäer Saulus in den engen Grenzen seines traditionellen Glaubenssystems. Es gab ihm Sicherheit und Zufriedenheit zu wissen, dass durch das Halten von Gottes Gesetz das Heil in die Welt kommen würde. Gerade im Akzeptieren dieser göttlichen Grenzen bestand die Identität des Perfektionisten Saulus. Bis zur Detonation vor Damaskus, bei der sein bisheriges System gesprengt wurde. Zuvor hatte Gott selbst die Barriere des Todes niedergerissen, als er Jesus auferweckte und zum Herrn des Kosmos machte. Damit war die undurchlässigste Grenze der ganzen Schöpfung endgültig aufgehoben! Seit diesem Durchbruch ließ Paulus in Gottes Auftrag eine Grenze nach der anderen hinter sich: Nicht nur die Juden waren exklusiv das Volk Gottes, sondern alle, die sich Christus anschlossen.



Nicht das Halten des Gesetzes rettet, sondern die Gnade Gottes, die jedem zuteil wird, der an Jesus glaubt. Nicht ein bestimmtes Land war „Gottes Reich“, sondern die ganze Welt sollte für Gott gewonnen werden. Deshalb wollte Paulus unbedingt zum Mittelpunkt der Welt, nach Rom, und bis ans Ende der (ihm bekannten) Welt, nach Spanien.

Einen grenzenlosen Auftrag hatte Jesus seinen Nachfolgern hinterlassen: „Gehet hin in alle Welt und machet zu Jüngern alle Völker“ (Mt. 28, 19). Mit diesem großen Ziel vor Augen lief Paulus los – und mit ihm viele andere Zeugen Jesu. Natürlich stieß er auf Schritt und Tritt an Grenzen: an geografische wie kulturelle, an theologische und zwischenmenschliche. Wir spüren in seinen Briefen, wie ihn das wurmte; aber es entmutigte ihn nicht, weil er das große Ziel Gottes im Blick hatte: „Ich vergesse, was dahinten liegt und strecke mich aus nach dem, was vor mir liegt“ (Phil. 3, 13b). Es kann doch nur derjenige über seine Grenzen hinauswachsen, der nicht nur an ihnen leidet, sondern mutig an sie herantritt und sie überwindet. Das ist eine andere Art der Grenzüberschreitung: nicht in Opposition gegen Gottes Gebot, sondern im Gehorsam gegen seinen Auftrag. Und in seiner Kraft.

Da beschließt eine Missionsgesellschaft, ihr bewährtes Urwald-Hospital zu schließen; es passe nicht ins neue „Portfolio“ dieser Mission, meint man. Die indianische Bevölkerung steht plötzlich ohne gesundheitliche Versorgung da. An diesem Schlusspunkt nehmen die Missionsärzte zusammen mit den Einheimischen das Projekt selbst in die Hand: Sie führen das Hospital unter höchstem persönlichen Einsatz in Eigenregie weiter. Die vermeintliche Grenze ist überschritten; die Zukunft steht offen! Grenzen in unserem Leben zeigen uns, dass wir Menschen sind – „beschränkte“ Wesen, die an diesen Demarkationslinien zwei wichtige Erfahrungen machen können: Demut im Akzeptieren der Grenze. Und Mut zum Überschreiten. Das begegnet uns drastisch an der letzten Grenze, dem Tod. Wenn Gott dann in uns Frieden schafft und wenn er über diese Grenze hinaus in uns die Hoffnung auf seine Herrlichkeit wirkt, dann ist wohl seine Gnade bei uns mächtig geworden. ■

Ulrich Schlappa ist ev. Pfarrer in Freudenberg (Siegerland). Von 1980 bis 1999 hat er als SMD-Hauptamtlicher mit Studenten, dann in der Öffentlichkeitsarbeit, in der IFES und zuletzt mit Akademikern gearbeitet.



# Mit Grenzen leben

## \_Grenzerfahrungen als Schlüssel zu tieferer Erkenntnis

**Grenzerfahrungen, wer kennt sie nicht: Situationen, in denen nichts mehr geht und wir nicht weiterkommen; Zustände, in denen wir auf andere Menschen, Wege oder Systeme angewiesen sind. Grenzerfahrungen bedeuten in der Regel eine Unterbrechung des Gewohnten, ein Zerbrechen unserer bisherigen Vorstellung. Wir assoziieren meist etwas Unangenehmes, Negatives. Doch sind Begrenzungen wirklich so negativ zu deuten?**

### Was sind Grenzen?

Grenzen zeigen überschaubare Herrschaftsbereiche und Besitzansprüche auf. Sie werden im Vollzug des Lebens errichtet, zu Beginn unseres Lebens durch die Eltern als Hilfgrenzen, um dann im Verlauf unserer Entwicklung den eigenen Grenzen zu weichen. Grenzen setzen ein Signal zwischen „mein“ und „dein“ und begründen so Identität. Wir unterscheiden zwischen Grenzen, die den einzelnen Menschen (das Selbst) betreffen, sowie Grenzen, die ganze Menschengruppen (das Wir) und die gesamte Schöpfung, den Kosmos (das Sein) betreffen. Da gibt es körperliche, seelische, geistige und spirituelle Grenzen, Raum- und Zeitgrenzen, materielle und finanzielle Grenzen, verbale und nonverbale Grenzen. Grenzen „en masse“, weil wir unser ganzes Dasein gerne in Bereiche eingrenzen, um nicht die Übersicht zu verlieren.

### Wozu brauchen wir Grenzen?

Grenzen geben unserem Leben Profil und machen es überschaubar. Grenzenlos zu leben überfordert uns. Wir brauchen eine Rückbindung, um nicht den Halt zu verlieren. Aufgabe von Grenzen ist es, die Identität eines Bereiches aufzuzeigen und gleichzeitig zu seinem Schutz zu dienen. Grenzen zeigen uns also auf, wer wir sind und wo wir stehen. Konkret spielt sich an Grenzen folgendes ab: Sobald eine Grenze von außen berührt wird, wird spürbar, dass eine Entscheidung ansteht: den Bereich öffnen, um etwas hereinzulassen oder den Bereich schließen, um etwas abzuwehren. Wird die Grenze von innen berührt, steht die Entscheidung an, die Grenze zu öffnen, damit etwas, das raus will, heraus kann – oder eben zu schließen, damit es drin bleibt. Diese „Etwas“ können sein: Gedanken, Emotionen, Erinnerungen, Vorstellungen, Berührungen, Gaben, Aufgaben, Verantwortung oder Informationen. Lebensförderndes rein, Lebenshemmendes aus dem Herrschaftsbereich hinauswerfen, damit dieser bebaut, gepflegt und bewahrt wird – das ist der Zweck unserer Grenzen! Wer seine



Grenzen nicht kennt, ist leicht verführbar, jeder kann sich Zugang zu einem Bereich verschaffen und sich herausholen oder hineinlegen, was er möchte. Grenzen müssen bewusst sein und gepflegt werden, sonst sind sie nutzlos.

### Grenzkonflikte im Alltag

Wenn wir einmal innehalten und über unsere Grenzen nachdenken, wird uns sehr schnell deutlich, dass wir uns sehr häufig Bereichen öffnen, die nicht lebensfördernd sind. Das Internet bietet hierzu einen gigantischen Markt der Möglichkeiten, rund um die Uhr und überall. Nicht nur die Inhalte, sondern vor allem die Zeit, die wir im Netz verbringen, rauben uns den Bezug zum bewussten Leben. Natürlich finden wir auch viel Gutes im Internet und können unsere Botschaften ebenso dort verbreiten – aber wir müssen dringend lernen, gerade in diesem Bereich unsere Grenzen zu wahren. Weitere Grenzkonflikte sehe ich in der Arbeitswelt, wo es heute in der Regel nur noch um Leistung, Ertrag und Gewinn geht. Kann ich zu etwas Ja sagen, wenn es gegen Gottes Gebote steht? Was kann ich vor mir, meinen Mitmenschen und Gott verantworten? Kann ich zu Gottes Weg Ja sagen, auch wenn dadurch Nachteile entstehen, für den Betrieb, für mich selbst? Oft führen diese Überlegungen auch an die Grenzen unseres Glaubens. Warum lässt Gott das alles so zu? Weshalb greift er nicht ein? Wir als Christen wollen doch das Richtige, aber der „Geist der Zeit“ scheint stärker zu sein. Es wird deutlich, dass wir Menschen in einer permanenten Spannung leben. Diese Spannung rührt daher, dass wir doppelten Ursprungs sind.

### Der doppelte Ursprung der Menschen

Wir sind als sterbliche Menschen, „begeisterte“ Materie aus Fleisch und Blut. Wir haben Bedürfnisse, die aus diesem Dasein entspringen. Bedürfnisse sind lebenswichtig und müssen befriedigt werden. Diese „begeisterte Materie“ ist hineingeboren in die Raum-Zeit-Wirklichkeit und unterliegt den Gesetzen dieser Wirklichkeit. Zugleich tragen wir als Gottes Geschöpfe seinen Odem in uns.

Unsere Seele entspringt der Dimension der Ewigkeit und hat ebenso Bedürfnisse, ohne deren Befriedigung sie mehr und mehr verkümmert. Ihre Nahrung bekommt sie von ihrem Schöpfer. Es ist dies die Liebesbeziehung zu ihm. Aber auch hier braucht es Fürsorgepersonen, die unsere Seele mit Nahrung entwicklungsgemäß aufbereiten. Fehlen Menschen, durch die hindurch Gott uns lieben kann, kann sich dieser spirituelle innere Bereich, der in jedem von uns Menschen als Abdruck des Schöpfers da ist, nicht entfalten.

Der Grenzkonflikt ist vorprogrammiert: Gott ist in uns, und wir sind in der Welt. Gott ist in der Welt, aber wir erkennen so wenig von ihm, weil so wenig Menschen Gott durch sich hindurch scheinen lassen. Wir sind ständig Spannungen ausgesetzt zwischen dem Geist der Welt, der von außen auf uns eindringt, und dem Heiligen Geist, der in uns reden möchte. Die existentiellen Konfliktpunkte sind z.B.:

- + Bedürfnisbefriedigung, zeitlich oder ewig (Schätze, die die Motten fressen oder Schätze, die ewig halten)?
- + Lebensfülle, wie sie die Welt (Glück) verspricht oder Leben in Fülle von Gott (tiefe innere Zufriedenheit)?
- + Systeme und Gesetze, wie die Welt sie sinnvoll findet oder Gottes Wege, die zum Heil führen?
- + Leben in Vor-„Sorge“ oder Leben im Vertrauen?
- + Erkenntnis durch Forschung/„Fort“-Schritt oder Erkenntnis durch Umkehr und Rückbe„sinn“ung zum Schöpfer?

## Schritte aus dem Grenzkonflikt

**Schritt 1:** Analyse der Grenze: Erst einmal nachprüfen, an welcher Grenze man sich aufreißt! Woher kommt der Widerstand? Aus mir selbst oder von außerhalb? Von wem kommt der Widerstand? Von mir selbst, von anderen Menschen, von Gott? Welchen Bereich betrifft der Widerstand: den persönlichen Bereich, den Arbeitsbereich, Bereiche aus Aufgaben, die mir von Gottes Geboten her übertragen sind? Was ist das konkrete Problem, durch das der Grenzkonflikt entstanden ist?

**Schritt 2:** Analyse des Bereiches, der geschützt werden soll: Wer ist mein Gegenüber? Bin ich es selbst? Ist es ein mir anvertrauter Mensch? Ist es eine Situation, die so nicht lebensfördernd ist?

**Schritt 3:** Analyse des Bedürfnisses, das Ursache des Widerstands ist: Was fehlt? Was ist „Notwendig“ für das Leben des Gegenübers und mein eigenes Leben? Was fehlt? Welche Verantwortung wurde nicht sorgsam übernommen? Welche Fehler wurden gemacht?

**Schritt 4:** Analyse der Ursache, wie es zur Verfehlung des Zieles kam: War das Ziel nicht oder nicht wohlbedacht gesteckt, wurde unüberlegt gehandelt? Wie kam es im Vorfeld zur Zielsetzung? Welche Maßstäbe und Grundlagen dienten der Zielfindung? Wie habe ich mich persönlich in den Prozess der Zielfindung eingebracht?

Wichtig: Der, der in der Welt herrscht, hat andere Maßstäbe als der Schöpfer des Universums. Der Fürst der Welt will sein wie Gott und uns auf seine Seite ziehen. Er will Gott in uns überwinden. Unsere Seele ist unruhig und unzufrieden, bis sie Ruhe findet in der Beziehung zu Gott (frei nach Augustinus). Gott kommt uns immer wieder entgegen, um uns zurück zum Ursprung zu holen. Dabei gebraucht er unsere Grenzen. Beim Laufendlernen stolpern wir

immer wieder und tun uns manchmal weh. Die Begleitperson hilft uns wiederholt, reicht uns die Hand. An der Hand des Vaters, der Mutter, lernen wir ebenfalls laufen – nicht an einem Tag, sondern in einem Prozess, der bei jedem Kind zu unterschiedlicher Zeit beginnt und vollendet ist. In Jesus reicht uns Gott die Hand. Er zeigt uns durch sein Leben, wie wir in Beziehung zum Vater schwierige Situationen meistern können. Das gilt auch heute noch. Jesus ging immer wieder in die Stille, um in der Zweisamkeit mit seinem Vater darauf zu hören, was dieser für ihn zu tun vorbereitet hat. Und danach handelte er, obwohl er die Macht gehabt hätte, seinen eigenen Willen durchzusetzen. Er widerstand der Ursünde. Sein ganzes Leben war geprägt von einer gesunden Demut: auf den Vater vertrauen und dessen Willen erfüllen.

**Schritt 5:** Sich auf das besinnen, was für den Bereich, in dem der Grenzkonflikt steckt, lebensfördernd im Sinne der Ewigkeit ist: Grenze öffnen, einladen, vielleicht sogar das Gebiet erweitern oder die Grenze schließen, etwas außen vor lassen und vielleicht sogar noch etwas abgeben, was zuvor „besessen“ wurde. Gemeinsames Besinnen mit Gleichgesinnten in der Gegenwart des Heiligen Geistes verspricht Segen. Denn wo zwei oder drei miteinander versammelt sind, da ist der auferstandene Christus in ihnen.

**Schritt 6:** Eine Entscheidung treffen und diese dann auch zur Aussprache bringen und dazu stehen. Auch das ist ein Prozess.

## Mit Grenzen leben

Was bedeutet es, mit den Begrenzungen, die uns umgeben, zu leben? Es bedeutet, ein Leben zu leben, das klar ist in Bezug auf Ursprung und Ziel des Daseins. Es bedeutet, wachsam zu sein für „die kleinen Füchse, die die Trauben aus dem Weinberg stehlen wollen“ (Hoheslied, 2,15) – wachsam für die Attraktivität des Verführers. Es bedeutet, ein Leben echter Demut zu leben, das nicht das eigene Ich zum Mittelpunkt der Welt macht, sondern auf Gott weist. Er gab mir das Vermögen, mit dem ich klug in dieser Welt haushalten soll. Es bedeutet, dieses Leben als eine Art Vorbereitung zu leben, in der Vorfreude auf das, was noch kommt. Unser Leben als Verlobungszeit vor dem ewigen Zusammensein



© manslasaphotos / istockphoto.com

mit Gott. Wir werden Gott hier nie mit unserem Verstand begreifen – so wie Mann und Frau sich oft auch ein Rätsel bleiben. Wir müssen ihn auch nicht begreifen, aber wir können in der Beziehung, und damit in der Herzenserkenntnis und Liebe zu ihm ständig wachsen. Jetzt ist unsere Liebe noch wachsendes Stückwerk und darf es auch sein.

Wie ist es nun möglich, Grenzen zu bejahen und den eigenen Idealismus nicht aufzugeben? Idealismus ist wichtig, denn er gehört zu unserem Vermögen. Wir alle haben unsere individuelle Sicht von Grenzkonflikten – das wollte Gott so, sonst hätte er uns nicht so geschaffen. Wenn wir uns den Mantel der Demut umlegen und unsere idealen Vorstellungen mit in die Auseinandersetzung bei Konflikten einbringen, dann kann im gemeinsamen Hören und Austauschen eine gottgewollte Antwort gefunden werden. Die Begeisterung Einzelner kann ganze Bereiche für die Ewigkeit einnehmen und Früchte bringen, wenn sie auf der Basis von Gottes Wort verankert und wertschätzender Prüfung nicht abgeneigt ist. Die Wolke der Zeugen und das Besinnen auf eigene Gotteserfahrungen spornen uns an, nicht aufzugeben, auch wenn der Fürst der Welt scheinbar die Macht hat.

Wir können der Perspektivlosigkeit unserer Gesellschaft nur etwas entgegenhalten, wenn wir ihr wieder eine Perspektive aufzeigen. Die Menschen unserer Zeit sind Suchende, Süchtige, Sehnsüchtige. Um ihnen eine Beziehung zu Gott attraktiv machen zu können, müssen wir diese Beziehung zu ihm vorleben. Gott setzt seinen Fuß ganz konkret durch uns auf diese Erde. Ich selbst brauche dazu eine wechselseitige Beziehung zu Gott im Hören und Reden. Ich muss mir klarmachen, dass nicht ich der Erretter bin, sondern das Werkzeug, das von Gottes Geist geleitet wird.

### Standortbestimmung:

Halt! Stop!  
Widerstand?  
Wozu?  
Zu Grunde gehen  
Auf den Grund kommen  
Basis inspizieren  
Begegnung mit IHM  
Neuorientierung  
Umkehr  
Auferstehung  
Weitergehen! ■

*Johanna Adam ist Sozialdiakonin und Therapeutin (HPG). Sie leitet die Beratungsstelle Lebens(t)räume Raum und Zeit und war mehrfach Referentin bei Freizeiten der Akademiker-SMD.*



# Nur mal kurz die Welt retten?!



## Gottes Grenzen sind ein Segen. Ein Plädoyer für eine entlastete Sicht

Der Gott der Bibel ist ein Gott der Grenzen. Er ist unterschieden von seiner Schöpfung, die er ins Leben gerufen hat und der er gegenüber steht. Ganz anders als in den polytheistischen Religionen des antiken Heidentums geht Gott nicht in der Welt auf. Er hat sich gleichsam selbst eine Grenze gesetzt, indem er sein Wesen nicht auf den ganzen Kosmos ausdehnte. Die Welt ist nicht Gott – eine jüdisch-christliche Überzeugung, gegen die die heutige esoterische und pantheistische Welle Sturm läuft.

Der Mensch ist Teil von Gottes guter Schöpfung. Wir sind berufen, Gott – und konkret: Christus, dem vollkommenen Abbild des Vaters – immer ähnlicher zu werden (Kol 3,10). Doch wir sollen nicht Gott werden und immer nur seine Geschöpfe bleiben. Auch wenn wir einmal bei Gott sein werden, wird die Grenze zwischen Schöpfer

und Geschöpf nie aufgehoben werden. Ich bin nicht Gott, und das bedeutet genauso: ich brauche nicht Gott zu sein. Die Unterscheidung von Gott, Mensch und Welt ist zuallererst eine große Befreiung zur Würde und Persönlichkeit jedes Menschen, auch eine Befreiung zur moralischen Verantwortlichkeit.

Gott hat uns als Geschöpfe die Grenzen seiner Gebote gesetzt, in deren Rahmen wir gut leben können. Er hat uns Schöpfungsordnungen wie Staat, Kirche, Familie und Wirtschaft gegeben, die jeweils begrenzte Aufgaben und Vollmachten haben. Er hat jedem Einzelnen in seiner Geschöpflichkeit mit Körper und Geschlecht, Charakter und Herkunft, Kultur und Sprache Grenzen gesetzt. Diese sind natürlich nicht immer absolut und unveränderbar (so lässt sich z.B. am Charakter Gott sei Dank arbeiten), weil auch dem historischen Wandel unterworfen (man denke an frühere feste Standesgrenzen). Auch wenn sie oftmals im Schatten der Sünde stehen, bleiben sie dennoch Ausdruck von Gottes Vorhersehung. Diese Begrenzungen bedeuten negativ, dass ich längst nicht alles machen kann – vielleicht auch nicht alles, was ich gerne möchte. Positiv gilt aber, dass ich nicht alles machen muss. Gott hat uns mit begrenzten Möglichkeiten und Gaben ausgestattet, und das ist gut so. Er legt deshalb jedem nur begrenzte Aufgaben vor die Füße. Habe ich z.B. die geistlichen Gaben des Lehrens oder der Leitung nicht, macht es wenig Sinn, sich in diesen Bereichen abzuquälen. Bin ich ganz sprachunbegabt, so will Gott wohl nicht von mir, dass ich Missionar in Japan werde. Und selbst wenn ich der geborene Evangelist bin, setzt z.B. die Verantwortung für die eigene Familie meinem Dienst Grenzen.

Konkret ist auch das Gebot der Nächstenliebe zu nennen, das meist irgendwie als grenzenlos aufgefasst wird. Und in gewisser Hinsicht ist es das ja auch: Über alle Grenzen von Nationalität, Religion, Rasse, Entfernung hinweg sind die Bedürfnisse des Nächsten über die eigenen zu stellen. Aber es heißt in der Bibel ja nicht: liebt die ganze Welt, alle Menschen oder liebt „maximal“. Anders gesagt: Die Bibel fordert uns nicht dazu auf, alles zu tun, was in unserer Macht steht, damit kein Kind in Afrika mehr vor Hunger umkommt. Das wäre eine klare Grenzüberschreitung, denn Gott verlangt nicht von mir, die weltweite Armut auszumerzen. Ich soll den Nächsten lieben – so viel, mehr aber auch



© EIAmmos / shutterstock.com

nicht. Auch die Nächstenliebe hat in sich Grenzen. Werden Grenzen wie diese missachtet, führt dies schnell zu schlechtem Gewissen, Überforderung und Scheitern.

Fazit:

Grenzen sind grundsätzlich gut, oft von Gott gewollt und meist ein Segen. Daher ist die Verwischung der Grenzlinien eines der großen Übel unserer Zeit, das – wie Abraham Kuyper vor hundertzwanzig Jahren bemerkte – Gesellschaften nur ins Dunkel führt und Einzelne in Verwirrung stürzt. ■

*Holger Lahayne ist seit 1993 Missionar in Litauen; er leitet den Vorstand der litauischen IFES-Bewegung LKSB und ist Dozent an einem theologischen Seminar. Der Kurator in der ev.-reformierten Kirche des Landes bloggt auf lahayne.lt.*



## Grenzen im Beruf

### „Stress und Mobbing am Arbeitsplatz – ein Mediziner berichtet (anonym)“

Wegen Personalproblemen in unserem Krankenhaus musste ich allein zwei Stationen leiten, für die einmal dreieinhalb Ärzte eingeteilt waren. Ich arbeitete zwölf Stunden täglich, Mittagspause mit Brot am PC. Obwohl ich schnell und strukturiert arbeiten kann, war dies belastend und gefährlich. Überlastungsanzeige stellen? Das hätte die angeheizte Stimmung noch weiter verschlechtert. Auf der anderen Seite war die Situation unverantwortbar. Schließlich ließ ich die Assistentenvertreter in der Leitungsrunde fragen, wer die Verantwortung übernimmt, falls mir in der Lage ein Fehler unterläuft.



Kurz darauf musste ich am Ende eines 12-Studentages noch eine Infusion aufschreiben. Ich bedachte in dem Moment nicht, dass am Morgen ein Fastentest anstand, rechnete Glucose in den Tropf. Damit war das Kind nicht Kohlenhydrat-nüchtern, der Test konn-

te nicht stattfinden. Ärgerlich. Die Eltern hatten sich darauf eingestellt, alles war vorbereitet. Am nächsten Tag wurde ich zum Chef zitiert und saß ihm und dem leitenden Oberarzt gegenüber. Die beiden Stationschwestern hatten sich beim Chef über mich beschwert.

Ich hatte immer versucht, auf gutes Miteinander zu achten, im Team zu arbeiten. Plötzlich war keine Rede mehr von dem, was ich geleistet hatte. Ich war reduziert auf diesen Fehler, von den Schwestern zusammengezogen mit anderen Dingen, die sie beklagten – und nicht offen kritisch mit mir besprochen hatten. Aus ihrer Sicht hatte dies nun das Fass zum Überlaufen gebracht. Ich fühlte mich wie ein angeschossenes Tier. Die Beziehung zu Chef, Schwestern und anderen war beschädigt.

Hatten die Menschen, mit denen ich im Alltag zu tun hatte, das offene Messer schon immer in der Tasche? Wer hatte vielleicht noch gegen mich Position bezogen? Schwankender Boden ohne Wände zum Abstützen. Trotzdem musste ich weiter mit diesen Menschen zusammenarbeiten.

Was hat mir geholfen? Erstens, meine eigenen Anteile an der Situation möglichst ehrlich zu sehen – nicht: Die anderen sind die Bösen, ich der Gute. Zweitens, immer wieder zu beten. Für die Situation und die Menschen. Drittens, bewusst zu vergeben und zu segnen. Ich hege keine Bitterkeit mehr.

Viertens, festzuhalten daran, dass ich genau an diesem Platz zu dieser Zeit zum Segen sein sollte. Fünftens, das Geschehen nicht vor anderen breitzutreten. Die verbliebenen Monate gehörten für mich beruflich zum Schwierigsten. In meinem Bewusstsein war ich stark auf meine Fehler und das Misstrauen reduziert. Wie sehr mich das prägte, erfuhr ich erst, als mir Monate nach meinem Weggang eine Schwester bei einer Begegnung sagte, ich sehe so entlastet aus!

Ich war auch nach meinem Weggang um eine positive Beziehung zu meiner früheren Klinik bemüht. In Situationen, in denen ich hätte schadenfroh sein können, habe ich mich bewusst bemüht, solidarisch zu sein. Die Bibel spricht von den „feurigen Kohlen“, die man auf das Haupt seiner Feinde sammeln soll. Nicht weil ich gut bin, sondern weil es als Christ einfach richtig ist. Das hat mich vor miesem Triumph bewahrt und geholfen, Beziehungen zu erhalten. ■

# Wenn der Vater trinkt und randaliert

## \_Versöhnt mit den Grenzen meiner Kindheit – ein Erfahrungsbericht



**Begonnen hat die Beschäftigung mit mir, meiner Familie und meiner Kindheit im Jahr 1980. Ich war damals 27 und meine Beziehung zu Gott erst einige Monate alt. Gerade in der Nacht, in der ich über Selbstmord nachdachte, sprach Gott in mein Leben: „Siehe, ich mache alles neu!“ Nur dieser Satz. Er reichte aus, um mich und mein ganzes Sein ihm bedingungslos anzuvertrauen: mich – am Ende meiner Kraft und meinen ganzen Scherbenhaufen.**

Die Erinnerungen an meine Kindheit sind bruchstückhaft und geprägt von Gewalt, Alkohol, Verboten und Ansprüchen. Da sind Szenen, in denen Papa betrunken ausrastet, randaliert, Mama am Hals würgt. Und ich stehe dazwischen und muss Mama doch helfen. Ich höre Sätze wie: „Was zu Hause passiert, geht niemanden etwas an. Darüber darfst du nie reden“ oder „Du bist doch alles, was wir haben und du musst es besser machen als wir“. Da sind

auch die Schläge von Mama, einhergehend mit zwei Sätzen: „Ich brech’ dir schon deinen Willen“ und „Ich schlag dich tot“. Der erste gehörte wohl damals zur Erziehung, der zweite zu ihrer eigenen Lebensgeschichte.

Natürlich gab es auch die ruhigen und entspannten Zeiten: wenn Papa länger nüchtern und extrem arbeitssam war, sodass das Geld reichte, das Kind mit „sehr gut“ aus der Schule kam, die Sonntagsspaziergänge zur Normalität gehörten. Leider wurden sie immer wieder von Trinkexzessen unterbrochen. Dann war Mama extrem unzufrieden und leicht reizbar, der Stock saß locker und ich war schuld an allem, auch wenn sie demnächst sterben würde. Diese ständigen Wechsel der familiären Atmosphäre machten mich zu einem sehr ängstlichen und gleichzeitig sensiblen Menschen: den Radarschirm stets ausgefahren, um die aktuelle Situation zu erfassen. Ich wurde still, lieb, freundlich, hilfsbereit, fleißig – immer bei den Klassenbesten! Eben das Aushängeschild der Familie, diejenige, die alles besser machte im Leben. Mein Hass auf Alkohol wuchs mit jedem Jahr. Niemals würde ich trinken! Aber das tat ich doch.

Mit 17 traf ich meinen späteren Mann und probierte meinen ersten Schnaps. Ich trank gleich noch einen. Was für eine Wirkung: Alles war lockerer und

fühlte sich leichter an. Ab sofort gehörte das Trinken dazu. Doch ich fand kein Maß, keine Grenze und keinen Genuss. Aber das wusste ja keiner – auch ich nicht. Mit 22 heiratete ich meinen Mann und meine Traumfamilie. Nach fünf Jahren war alles vorbei: Meine Schwiegereltern waren gestorben. Und zuvor, während der Pflege meines Schwiegervaters, verließ mich mein Mann. Ich trank heimlich zu Hause – dann war das Leben etwas leichter – auf dem besten Weg, alkoholabhängig zu werden. Nach außen war ich weiter diejenige, die das Leben meisterte, innerlich jedoch ein Häufchen Elend! Bei meinen Eltern fand ich keine Hilfe. Dafür bei Gott und im Blauen Kreuz.

Hier traf ich Menschen, die abstinent lebten. Sie redeten ganz offen über alles – das Schwere, das Leid, die Krisen, ihre Schwächen und Niederlagen und auch über das Schöne und ihren Glauben. Das veränderte mein Leben. Ich löste mein Schweigegebot und lernte das Reden über mich, mein Leben, meine Familie. Ich begann mich und meine Gefühlswelt zu entdecken und das Leben mit Gott. Ich fing an zu beten, zu vergeben, mich zu versöhnen und fröhlich zu leben ohne Alkohol – offen und ehrlich. ■

*Helga Wickenhöfer (61), arbeitet seit 1994 im Sekretariat der Hochschul-SMD.*

