



Ein Gottesdienst der Evangelischen Kirche Marbach

Mittendrin Gottesdienst am Sonntag den 19.07.2009 in der Alexanderkirche Marbach

Predigt von Pfarrer Klaus Dieterle zum Thema: *Leben wie ICH bin – authentisch leben.*

Ich sag´s gleich vorweg: ich weiß nicht, ob ich dem Thema gewachsen bin. Ich bin ja auch nicht der große Meister, wenn es darum geht, klar stimmig authentisch zu leben. Eher Schüler, Lernender. So finde ich mich zunächst einmal wieder in den Erfahrungen anderer, die ich zitieren möchte:

*Eigentlich bin ich ganz anders, nur komme ich so selten dazu. (Ödön von Horvath)
Die meisten Menschen sterben als Kopien, während sie als Originale geboren sind. (Ernst Niebergall)*

Das Große ist nicht dies oder das zu sein, sondern man selbst zu sein. (Sören Kierkegaard)

Man selbst zu sein, authentisch, unverwechselbar, ein eigener Mensch, sich selber treu, mit Rückgrat, nicht fremdbestimmt, ohne faule Kompromisse, ohne Maske, ein Mensch, der zu sich selbst mit allen Stärken und Schwächen stehen kann, einer, der sich was traut, - dieser Wunsch, diese Sehnsucht bewegt mich bei diesem Thema.

Authentisch leben Mir schwebt da ein Bild von einem Menschen vor Augen: einem, der in Übereinstimmung mit sich selbst lebt und handelt. Ein Mensch aus einem Guss. – Mit Ausstrahlung. Ein Mensch für andere erkennbar, deutlich, fühlbar und einschätzbar, der seinem Gegenüber Sicherheit und ein gutes Gefühl gibt.

Ein solcher Mensch wäre ich gerne. Ein solcher Mensch wäre jeder gerne. Aber irgendwie (Horvat hat so was von recht!) ... irgendwie kommen wir nicht dazu. Ist es gar nicht so einfach *man selbst zu sein*. Ich meine, ich müsste dies und jenes sein: erfolgreich, perfekt, gut drauf, ein beliebter Pfarrer (tragen Sie das Ihre ein....). Ich will es allen recht machen, den Erwartungen anderer gerecht werden, passe mich an, will nicht anecken. Aber ich spüre auch, wie auf diese Weise vieles auf der Strecke bleibt, in mir verkümmert. Und es wehrt sich ja auch etwas in mir: ich will nicht nur irgendwie funktionieren, ein Abziehbild, eine Marionette sein, ich will authentisch leben, leben wie ich bin mit allem, was zu mir gehört.

„Ich habe schon so viele Rollen gespielt, so viele Masken getragen, ich bin mir selbst fremd geworden. Erst fühle ich mich wohl, dem andern überlegen, frei von Angst und Bedrohung, aber dannühl ich mich nicht mehr wohl, verstecke mich hinter einer Maske. Die Leute sollen nicht sehen, wie unsicher ich bin, wie alleine, wie traurig. Dann sehne ich mich nach einem Menschen, der mich ansieht, der erkennt, wie ich wirklich bin. Dann habe ich die Hoffnung: Einmal kommt einer und sagt ja zu mir, dann bin ich frei, brauche mich nicht mehr zu verstecken, kann mich geben, wie ich bin. Dann kann ich glücklich sein.“ So beschreibt ein junger Mensch seinen Traum vom Leben.

Leben wie ICH bin – authentisch leben Da bin ich manchmal weit weg davon. Auf dem Weg dorthin muss ich mich wohl zuerst einmal fragen: **Was hindert, blockiert mich, der zu sein, der ich bin?**

Das muss wohl jeder bei sich selber anschauen. Das anzuschauen ist manchmal auch schmerzlich. Da wird vielleicht spürbar:

Ich fühle mich wie eingeschnürt von so vielen Pflichten, Aufgaben, Problemen, Erwartungen und Anforderungen. Ich mit meinen Bedürfnissen und Hoffnungen und Träumen komm schon gar nicht mehr vor. Ich lebe nicht, ich werde gelebt. Und mir geht langsam der Atem aus. Bin ausgebrannt, bis zur Unkenntlichkeit erschöpft... Wie soll ich mich entfalten können?

Oder: *Ich bin mir so unsicher, bin mir gar nicht klar. Ich fühl mich oft so klein. Ich traue meinen Gedanken, meinen Gefühlen, meinen Fähigkeiten gar nicht viel zu. Ich habe das nie so erlebt, dass das, was ich sage, fühle und tue wert geachtet wird. Man hat mich immer klein gemacht und klein gehalten. Also passe ich mich den andern an, in der Hoffnung so etwas Anerkennung zu bekommen.*

Oder: *Immer habe ich stark sein müssen. Ich durfte nie zeigen, dass ich auch bedürftig bin. Auch jemanden brauche. Ich hab so viel unterdrückt, mir selber verboten.*

Oder ich stoße auf das Gefühl: *Ich mag mich nicht... ich will gar nicht ich selbst sein, ich will ein anderer sein: schöner, intelligenter, witziger...*

Oder ich merke: wie mich etwas nicht mehr loslässt, beherrscht und bestimmt: eine Enttäuschung, eine schlimme Erfahrung, Trauer, Angst. Da hat sich etwas schwer auf meine Seele gelegt und darunter ist so viel erstickt.

Oder ich entdecke: *ich bin gar nicht bei mir richtig zuhause... Ich bin immer anderswo... immer unterwegs, immer aktiv, immer abgelenkt, ich möchte mir selber nicht begegnen... Ich weiß immer gut über andere Bescheid, weiß immer was für sie richtig wäre... Mein eigenes Selbst aber ist mir fremd. Ich bin auf der Flucht vor mir selbst.*

In einer Schrift von Anselm Grün habe ich einen Hinweis auf den Pädagogen Karl Frielingsdorf gefunden. Der sagt, dass viele Kinder sich nur bedingt daseinsberechtigt fühlen. Sie erfahren, dass sie nur angenommen werden, wenn sie bestimmte Bedingungen erfüllen, wenn sie Erfolg haben, wenn sie etwas leisten, wenn sie den Eltern keinen Sorgen machen, wenn sie sich anpassen. So kommt es, dass jemand die eigene Meinung unterdrückt, alle Traurigkeit und jeden Zorn verdrängt, um beliebt zu sein. Um anerkannt zu werden, leistet einer immer mehr, verausgibt sich völlig. Aber er wird nie die Bestätigung erfahren, nach der er sich sehnt. Somit lebt er nicht wirklich. Es ist vom Leben abgeschnitten. Leben kann er nur, wenn er bedingungslose Daseinsberechtigung erfährt. - *Bedingt daseinsberechtigt!* Das ist vielleicht der tiefe Grund dafür, dass ich so zerrissen, so wenig in Übereinstimmung mit mir selber sein kann.

Leben wie ICH bin? Kann sein, dass ich zu mir selbst gar nicht stehen kann, keinen Zugang habe zu mir selbst. Das ist die eine Not. Aber es gibt auch die andere Not: die Ichsucht. Dass ich mich dauernd herausstellen, profilieren, selber bestätigen muss und meine, mir meine Daseinsberechtigung selber schaffen zu müssen. Das ist ja auch eine Not: Der Schüler, der alle Aufmerksamkeit immer für sich sucht. Der Raser, der jeden Vorteil, jede Lücke nutzen muss, es nicht

verkräften könnte, jemand anderem den Vorrang zu lassen. Das ist ja auch eine Armut und Unfreiheit... Dieser unstillbare Hunger nach Geltung.

Es gibt eine doppelte Not: verzweifelt nicht man selbst und verzweifelt man selbst sein wollen.

Was oder wer hilft mir, dass ich mich entfalten kann, so wie ich bin? Was hilft mir authentisch zu leben?

Ich habe nur eine ganz simple Antwort gefunden: Angenommensein. Die Erfahrung geliebt zu sein. Absolute Daseinberechtigung zu haben. Es gibt sicher ein Unmenge Ratgeber zu unserem Thema(auch hilfreiche), die uns helfen wollen wie wir mehr aus uns machen (*Acht Schritte zum wahren Selbst* oder wie die Ratgeber alle heißen). Davon, von solchen Ratgebern unterscheidet sich aber unsere christliche Botschaft: sie sagt uns nicht wie wir etwas aus uns machen. Sie sagt uns: dass wir immer schon etwas sind. Noch bevor wir selber etwas aus uns machen. Wir brauchen uns nicht selber zu suchen oder zu erfinden oder zu bestätigen, wir sind schon gefunden, ehe wir suchen.

Der christliche Glaube versteht den Menschen als Gottes Geschöpf. Im Gegenüber zu Gott erfahre ich meine Bestätigung (*... und siehe es war sehr gut!*), darf ich der sein, der ich bin. *Ich glaube, dass mich Gott geschaffen hat.* Das darf/muss ich mir immer wieder sagen, nicht nur mit den Lippen, das muss ich manchmal richtig in mich einsickern lassen. *Ich glaube, dass mich Gott geschaffen hat...* Das darf ich mir neben den Spiegel hängen, das darf ich mir sagen, wenn ich mich selber in Frage stelle, mich nicht mag, das darf ich mir sagen, wenn ich denke, ich muss selber etwas aus mir machen. Ich bin immer schon etwas: Gottes geliebtes Geschöpf. Das gibt mir absolute Daseinberechtigung. Das gibt unserem Leben Spiel und Luft und befreit uns von allen Zwängen der Selbstbestätigung oder Selbstverneinung.

Mein Lehrer im AT hat Psalm 8 so übersetzt: *Was ist der Mensch? Dass du seiner gedenkst!* Also dadurch werde ich Mensch, ein ganzer, eigener Mensch, dass Gott an mich denkt, ich gesehen bin, angesehen bin bei Gott. Das Ich wird zum Ich am Du, in Beziehung zu Gott, aber auch in Beziehung zum Mitmenschen und zu sich selbst... Der Mensch ist zusammen mit Gott Mensch, zusammen und mit andern Mensch. - Es gibt Dinge, die kann ich nicht selber erwerben. Annahme muss ich erfahren durch einen andern, durch ein Gegenüber.

Sie kennen vielleicht Bonhoeffers Gedicht *Wer bin ich?* Dieses Gedicht ist entstanden im Gestapogefängnis, also als man B. sein Personsein, seine Lebensmöglichkeiten radikal beschnitten hat... Wer bin ich? Und er zählt auf, was andere von ihm sagen: *„Sie sagen mir oft, ich spräche mit meinen Bewachern frei und freundlich und klar, als hätte ich zu gebieten“.* Und er beschreibt was er von sich selber denkt: *„Unruhig, sehnsüchtig, krank, wie ein Vogel im Käfig“* - *„Bin ich das wirklich was andere von mir sagen? Oder bin ich nur das, was ich selbst von mir weiß?“*

Wer bin ich? Einsames Fragen treibt mit mir Spott.

Wer ich auch bin, Du kennst mich, Dein bin ich, o Gott!“

Dein bin ich. Annahme erfahre ich in der Begegnung mit Jesus. Ich denk an Zachäus (Lk. 19). Er versteckt sich im Maulbeerbaum, klein wie er ist, mit seinen Minderwertigkeitsgefühlen und Kränkungen aber auch mit seinen Rachegefühlen. Er spielt dieses Versteckspiel vielleicht schon lange. Und Jesus ruft ihn aus seinem Versteck: *steig eilend herunter, denn ich muss heute in deinem Haus einkehren.* Jesus begegnet ihm ganz offen und das erlaubt es Zachäus sich auch zu öffnen. *Ich habe unrecht getan...* Die Begegnung mit Jesus ermöglicht Selbsterkenntnis, dass ich erkenne, was mich hindert ich selbst, Mensch zu sein, was mich so festlegt, so verbogen hat. Zachäus lebt auf. In diesem Gegenüber, vor Christus muss ich mich nicht verstecken, nicht größer machen als ich bin und auch nicht kleiner als ich bin. In der Gemeinschaft mit ihm werde ich mir deutlich in meiner Unvollkommenheit, Einsamkeit, Verkrümmung, Lieblosigkeit, Verlorenheit, von ihm angesehen kann ich meine Ängste und Enttäuschungen und Unsicherheiten auch meine Bedürfnisse und meine Träume und Hoffnungen, meine Geschichte, alles, was ich verstecken möchte hinter Masken, ruhig sehen und zulassen... - aber zugleich erfahre ich mich von ihm angesehen als der von Gott Geliebte, der so mit sich selbst und Gott versöhnt leben darf. Zachäus erfährt in dieser Begegnung mit Jesus Ansehen, ein Ansehen, das er sich nicht selber schaffen muss durch seinen Reichtum, seine Trickereien. Ansehen, das ihm erlaubt, aus seiner festgelegten Rolle hervorzutreten. Er kann ein anderer sein, er kann der sein, der er eigentlich sein möchte. Und er entdeckt ganz neue Handlungsmöglichkeiten bei sich: ich gebe den Armen... Jesus holt ihn so zurück in die Gemeinschaft. Zachäus, der auf anstrengende Weise versucht zu überleben, darf leben.

So, in diesem Angenommensein gewinnt unsere Leben Leuchtkraft, Ausstrahlung, bekommt es Würze. So verstehe ich es, wenn Jesus sagt: *Ihr seid das Licht der Welt. Ihr seid das Salz der Erde.* Wenn du so angenommen du selber bist, wird auch für andere etwas aufleuchten an Lebensmöglichkeiten, ansteckend für andere, genießbar, würzig, ein Lichtblick... Also stell dein Licht ja nicht unter den Scheffel... So, in diesem Angenommensein kann ich auch andere annehmen, so sein lassen, wie sie sind, muss ich niemanden verbiegen. Dann gilt: *Nehmt einander an wie Christus euch angenommen hat.*

Übrigens: den Weg den Zachäus gegangen ist, den muss oder darf ich immer wieder neu gehen. Das Leben ist eine beständige Entwicklung. Unser Selbst ist kein festes Bild, sondern dem ständigen Wandel unterworfen. Es gibt Lebenssituationen, da muss ich mich wieder ganz neu verstehen und finden (In einer Krankheit, am Ende meines Berufslebens z.B.). Paulus sagt: „Wir sehen jetzt wie durch einen Spiegel ein dunkles Bild.“ Wir sind uns nie ganz klar. „Aber dann werden wir erkennen von Angesicht zu Angesicht, erkennen wie wir erkannt sind.“

Wie kann das wahr werden, wie kann mir das gelingen, dass ich authentisch lebe? Jetzt habe ich doch ein paar Ratschläge:

Vielleicht finden sie einen Satz, oder einen stillen Platz in ihrem Haus, der sie immer wieder daran erinnert: ich bin schon etwas: angenommen! Luther hat sich immer wieder vorgesagt: *ich bin getauft.* Vielleicht findet der Wochenspruch Platz an der Pinnwand: *Fürchte dich nicht, ich habe dich erlöst, ich habe dich bei deinem Namen gerufen, du bist mein.*



Ein Gottesdienst der Evangelischen Kirche Marbach

Damit ich mich selber nicht verliere, mit mir selber in Kontakt bleibe, lasse ich mir einige Minuten am Tag, an denen nicht andere (auch nicht Telefon, PC, Fernseher..) über mich verfügen können. Und ich sage mir: ich muss nichts tun, nichts vorleisten, ich bin Gott genug, es ist jetzt alles da!

Oder: Ich schreibe mir auf, was ich immer mal tun wollte. Ich mache mir so bewusst, was ich wünsche, kann, fühle, brauche, suche, vermisse... und tue mal etwas ganz Überraschendes.

Ich suche Gemeinschaft, ich brauche auch die Wahrnehmung der andern, ihre Kritik und ihr ermutigende Anerkennung, um authentisch zu leben.

Ich spiele nicht nur eine Rolle, ich sehe was ich kann und zeige auch meine Schwächen, ich kenne meine Grenzen und setze auch Grenzen. Ich kann auch Nein sagen... aber dann auch fröhlich Ja!

Ich setz mich auch nicht unter Druck: ich müsste jetzt ganz anders sein, immer originell... *Leben wie ICH bin – authentisch leben* das ist ein Weg, immer wieder ein Anfangen: Gott schenkt Atem, erlaubt anzufangen, erlaubt dir anzufangen aufs Neue...

Ich schließe mit einem Zitat von Nelson Mandela

Du bist ein Kind Gottes.

Dich herunter zu spielen ist der Welt nicht dienlich.

Scheu bringt keine Erleuchtung,

so dass sich Menschen in deiner Umgebung unsicher fühlen.

Wir wurden geboren,

um Gottes Ruhm zu offenbaren,

der in uns wohnt.

Nicht nur in einigen von uns:

In jedem.

Und während wir unser eigenes Licht leuchten lassen,

geben wir anderen Menschen unbewusst die Erlaubnis,

dasselbe zu tun.

Wenn wir von unserer Angst befreit sind,

wird unser Auftreten andere automatisch befreien.

Amen.