

## Meine Herzenshaltung zum Leben!

Wir waren kurzentschlossen. Komm, wir machen eine Klettertour. Wie wäre es mit den drei kleinen Schwestern bei Feldkirch. Super, da bin ich dabei. So machten wir uns auf den Weg, um in relativ kurzer Zeit die Gipfel zu erreichen. Nach einem ersten Anstieg über einen Bergpfad ging es dann weiter mit Seil und Treppe. Ganz nach dem Motto: Der direkte Weg ist zwar steil, aber der Kürzeste. Warum ich euch das sage und die Bilder zeige? Weil ich zu dieser Zeit nicht ganz gesund war. Ich hatte einen Schmerz im rechten Knie, der sehr unangenehm war. Doch was macht ein Mann? Oder gilt das auch für Frauen? Wir ignorieren den Schmerz, weil wir nichts vom Leben verpassen wollen.

Keine Schwäche eingestehen. Einen Arztbesuch vermeiden. Die Zeit wird die Wunde schon heilen. Also im Grunde nichts anderes wie: verdrängen, vermeiden, ignorieren, sich selbst belügen, es immer besser wissen, usw. usf. Was können wir Menschen doch dumm sein, wenn wir Schmerzen haben? Oder anders gefragt: Was muten wir unserem Innenleben alles zu? Womit verschmutzen oder vermüllen wir unser Herz, unsere Entscheidungszentrale des Lebens? Deswegen denken wir heute ein wenig über unsere Herzenshaltung zum Leben nach. Dabei greifen wir auf einen Experten der Weisheit zurück. Salomo. Doch zuvor erteile ich Dr. Jörg noch ein Rederecht. Hier seine Beobachtung zu dem sogenannten Schmerzkreislauf.

Beispiel vom Schmerz im Knie; 3-4 x im Jahr Hexenschuss; Kopf sagt „Ja“ (geh zum Arzt, lass dich behandeln), aber das Herz sagt Nein, auch wenn es ein Schuss nach hinten ist.

- Schmerz
- Schonung
- Bewegungsmangel
- Rückbildung der Muskulatur
- Falsche Gelenkbelastung
- Neuer Schmerz (Achillesferse)

Dieser Kreislauf des Schmerzes können wir, m.E., auch auf unsere Beziehung zu Gott oder Menschen übertragen. Wir tun etwas, was diese Beziehung stört, verletzt. Egoistisch ziehen wir unser Ding durch, ohne Rücksichtnahme auf Gott oder dem anderen. Weil wir es wissen und unser Gewissen bestimmte Signale sendet, schalten wir auf Schonhaltung um. Blumenstrauß, übertriebenes Helfen, großartige Versprechungen auf Besserung. Aber wir sprechen nicht aus unserem Herzen. Diese Entscheidungen führen zu einem Beziehungsmangel. Die Distanz zueinander geht auseinander. Wir sprechen kaum noch etwas Persönliches miteinander, Freude, Liebe und Zufriedenheit im Miteinander bilden sich immer weiter zurück und wir investieren in einem „schönen Gesicht machen zum traurigen Spiel“. Das ist eine falsche Gelenkbelastung. Statt echt und ehrlich verstecken und verstricken wir uns in einem Lügennetz. Hoffnung geht flöten und es fällt uns wesentlich leichter, falsche

Kompromisse zu wählen. Und das Spiel beginnt wieder von vorn. Deswegen kann an dieser Stelle sogar von einem Teufelskreislauf gesprochen werden. Und alles hängt kaum von meinem Wissen, meiner Bildung oder meiner Fähigkeiten ab, sondern in der Hauptsache, von meiner Herzenshaltung.

Wir neigen dazu, unser Herz zu verschließen. Dicht zu machen. Die Folgen können das ziemlich tierisch sein. Da haben wir den **Angsthasen** in unserem Herzen. Bei anderen sitzt der störrische **Esel** in den Ohren und verschließt damit sein Herz. Und zuletzt können wir auch eine blinde **Kuh** in den Augen haben. Angst, Stolz oder etwas nicht sehen wollen sind Einflüsse, die unser **Herz verhärten**. Bis wir dann am Ende dort gar nichts mehr fühlen. Doch wir können daran bereits heute etwas ändern. Wie? Wenden wir uns an Gott, unserem Arzt und Heiland. Hören wir auf das, was ER uns zu sagen hat. Dazu hat er immer wieder bestimmte Personen bevollmächtigt, in seinem Namen zu reden. Einer dieser Menschen ist der König Salomo. Er hat von Gott eine Extraportion Weisheit geschenkt bekommen. Hören wir auf einen Teil aus seiner Sammlung. Im Buch der Sprüche können wir sie finden. K. 3,1-2;

**Mein Sohn, vergiss nicht, was ich dich gelehrt habe. Bewahre meine Gebote in deinem Herzen, denn Länge der Tage und Jahre des Lebens und Frieden mehren sie dir. Sprüche 3,1-2;** Ein Spruch ist ein kurzer Satz, gegründet auf einer langen Erfahrung. Weisheit von oben, für das Leben hier unten. Die Sprüche Salomo helfen uns, aus der Perspektive Gottes heraus unser Leben zu gestalten. **Vergessen und ignorieren**. Das geht schneller als uns lieb ist. Deswegen haben wir eine Verantwortung. Bewahre Gottes Lebensregeln wie einen Schatz in deinem Herzen! Alles, was wirklich Wert für uns hat, schützen wir entsprechend. Goldmünzen, Bargeld, Schmuck befindet sich in der Regel in Kassetten. Mit allem, was wirklich Wert für uns hat, gehen wir sorgfältig um. Briefmarken werden mit einer Pinzette angefasst. Das Auto regelmäßig gereinigt und gewartet. Ähnliches machen wir mit unserem Partner oder Freunde. Für jede Person, die uns wichtig ist, nehmen wir uns Zeit und gehen mit ihr/ihm wertschätzend um. Und das machen wir von Herzen gerne oder es ist uns eben egal.

Etwas in unserem Herzen zu bewahren ist eine Entscheidung und Handlung wieder des Vergessens. Wie alte Familienfotos, die man immer wieder mal anschaut. Die in uns gute, alte Erinnerungen wachrufen. So lassen wir es zu, dass Gottes Lebensregeln ganz viel Raum in unseren Herzen bekommen. So verinnerlichen wir sein Wort, das Leben schenkt. Befreit und unser Leben auf einen weiten Raum stellt. Doch was lässt uns Salomo noch wissen? **Gnade und Treue sollen dir nicht verloren gehen. Trage sie wie eine Kette um deinen Hals und schreibe sie dir tief in dein Herz. Sprüche 3,3**

Verlieren und vermeiden verlieren ihre Macht durch ein öffentliches Bekenntnis (Kette um Hals) und Entschlossenheit (ins Herz schreiben)! Dabei umschreibt Salomo jetzt die Gebote Gottes mit den Werten Gnade und Treue! Das ist der Kern der Gebote Gottes. Der andere und ich selbst haben es nicht verdient. Unsere Schonhaltungen

bringen oft sehr schlechte Ergebnisse mit sich. Aber Gott hat Gnade und Treue als Medikamente im Gepäck. Tägliche Einnahme als Lebensergänzungsmittel sehr empfohlen. Gottes Gebote beziehen sich immer auf IHN und Menschen – IHM geht es um gelingende Beziehungen: Liebe Gott, dich und den anderen! Dein Herz halte daran fest. Wie geht das? Indem du sie an deinen Hals hängst – äußerliches Zeichen, an dem du dich orientieren kannst. Wie einen Ehering, der anderen vermittelt: Ich bin vergeben! Es geht also um Öffentlichkeit.

Alles, was ans Licht kommt, verliert seine Dunkelheit. Hinweis: Beichte! „Was würde Jesus“ tun als Armband der Erinnerung. Und dann kommt noch die Entschlossenheit dazu. Denn dein Herz gleicht einem Tagebuch. **Schreibe sie auf die Tafel deines Herzens. Sei bitte kein unbeschriebenes Blatt. Aber achte darauf, wer und was in dein Herz einen Eintrag schreibt.** Das Judentum liebt Symbole. Deswegen tragen sie einen Gebetsschal, den Tallit. Ein Tuch, das genau 613 Fransen hat. Eine Franse für jedes Gebot. Die Juden wollen, dass Gott und seine Gebote ständig ein Teil von ihrem Leben ist, bzw. dass sie ein Teil von mir werden sollen.

Gottes Gebote sind gute Regeln für das Leben. Sie weisen einen guten Weg, der Zuverlässigkeit verspricht und Frieden. Sie halten fest, was wichtig ist im Zusammenleben zwischen Menschen und in der Beziehung zu Gott. Die Gebote wollen **beherzigt** werden und nicht nur **befolgt**. Gottes Gebote sind immer Beziehungssache, eingebettet in eine lebendige Beziehung. Sie helfen dazu, in Verbindung zu bleiben. Und sie helfen dazu, **verbindlich** zu leben, verlässlich und treu. Wer die Gebote nur mit dem Kopf befolgt, stellt sie auf den Kopf. Dann geht es um Pflicht und Gehorsam, weniger um geschenkte Freiheit und Liebe. So macht man vielleicht alles richtig, aber man tut es nicht von Herzen, sondern, um gut dazustehen oder um Recht zu haben.

**Schreibe die Gebote auf die Tafel deines Herzens.** Nimm sie dir zu Herzen, präge sie dir so ein, dass sie zu dir gehören, dass du sie mit Leben erfüllst, dass sie nicht nur in Stein gemeißelt bleiben, sondern dir in Fleisch und Blut übergehen. Dass sie dir helfen, in Verbindung zu bleiben und verbindlich zu leben, als ein Mensch, auf den man sich verlassen kann. Und wir dürfen wissen, dass solch eine Herzenshaltung nicht leer ausgeht. Uns ist ein Gewinn garantiert. **Dann wirst du freundlich und klug werden und Anerkennung bei Gott und den Menschen finden. Sprüche 3,4**

**Schreibe die Gebote auf die Tafel deines Herzens.** Und dann wirst du freundlich sein und klug. Du wirst andere als Freund anschauen, als Mitmenschen achten, als Nächste lieben, und nicht als Konkurrenten anfeinden oder als Gegner fürchten. Dann wirst du diese Art von Klugheit haben, die nichts mit List und Schlaueit zu tun hat, sondern mit dem Geschenk der Anerkennung bei Gott und den Menschen. Sie vermitteln dir, dass du ein besonderer, geschätzter, wertvoller und liebenswerter Mensch bist. Wieso machen sie das? Weil du die Lebensregeln Gottes in deinem Herzen hast. Sie nicht vergisst und deshalb nach und mit ihnen lebst.

Und damit schließt sich jetzt ein anderer Kreislauf. Ein Kreislauf des Segens. Wir erhalten Freundlichkeit, Klugheit und Anerkennung bei Gott und den Menschen. Was

für Kräfte in unserem Leben dadurch freisetzen werden? Welche Freiheit erhalten wird dadurch. Das werden wir finden, wenn wir Gottes Gebote nicht verlieren. Hinweis auf Kraft tanken, beginnend am Montag, den 28.03. um 19:30 Uhr mit dem Thema:

**Herzenssache: Offenheit, die uns stark macht!**

**Gedanken: Kraft, die uns befreit!                      Dienstag, den 05.04.22**

**Wissen: Weg, der in die Weite führt!                      Dienstag, den 12.04.22**

**Erschöpfung: Quellen, die erfrischen!                      Dienstag, den 19.04.22**

**Verletzungen: Kraft, die uns heilt!                      Dienstag, den 26.04.22**