



el shalom

Seelsorgerliche Beratung & Begleitung

Leben heilen & entfalten

Wer bin ich?

Gedanken zu einem Gedicht von Dietrich Bonhoeffer

Das Gedicht „Wer bin ich?“ (siehe Seite 4) ist eines der letzten, das Dietrich Bonhoeffer in seiner Gefängniszelle in Berlin-Tegel verfasst hat. Es entstand im Juni 1944, also nur wenige Wochen vor dem gescheiterten Attentat auf Hitler am 20. Juli, an dem viele Freunde Bonhoeffers beteiligt waren und dessen Scheitern auch Bonhoeffers Schicksal besiegelt hat. Dietrich Bonhoeffer, damals 38 Jahre alt, legte das Gedicht am 8. Juli 1944 einem Brief an seinen Freund Eberhard Bethge bei.

Theologischer Ausgangspunkt des Gedichts ist die Erkenntnis, dass die Bibel die moderne Unterscheidung von außen und innen nicht kennt. Darüber hat Bonhoeffer in seinem Brief intensiv nachgedacht.

Gestörte Beziehung

Der Mensch ist nach der hebräischen Bibel eine Einheit von Leib und Geist. Allerdings ist die Einheit des Menschen mit sich selbst seit dem Sündenfall gestört. Für die Bibel ist die Sünde primär eine Beziehungsstörung. Als Folge des Sündenfalls wird die Beziehung des Menschen zu Gott, zum Mitmenschen, zur Mitwelt und zu sich selbst lawinenartig zerstört. Der Zerfall der Beziehung zu Gott zeigt sich vor allem in der Verweigerung von Dank und Anbetung. Zwischenmenschlich wird der Beziehungzerfall am Erkalten der Liebe und Fürsorge



www.fotocommunity.de

für einander erkennbar. Durch den Zerfall der Beziehung des Menschen zu sich selbst verlieren Bewusstsein und Unterbewusstsein ihre Einheit.

Eine Botschaft des Gedichtes ist, dass auch die intensivste psychische Selbstprüfung den Menschen nicht aus seiner Selbstentzweiung herauszuführen vermag: „Bin ich denn heute dieser und morgen ein anderer? Bin ich beides zugleich?“ Indirekt wird allerdings noch eine zweite Botschaft vermittelt, die uns aufmerken lässt: Selbsterkenntnis ist die Voraussetzung,

dass die Entzweiung überwunden werden kann. Der Zwiespalt unseres Menschseins muss zunächst wahrgenommen und ausgehalten werden.

Wahrhaftig werden

Bereits die ersten christlichen Seelsorger und Seelsorgerinnen, die sogenannten Wüstenväter und Wüstenmütter, waren überzeugt, dass Menschen, die im Glauben leben, sich vor einer „spirituellen Abkürzung“ hüten sollen, nämlich ohne Selbsterkenntnis Gott zu suchen. Sie glaubten, dass der Mensch sonst in einer selbst

projizierten Sichtweise hängen bleibt und Gott nie wirklich erkennt.

So waren die Wüstenväter skeptisch, wenn einer meinte, ohne wirkliche Selbsterkenntnis zu Gott finden zu können. In der Einsamkeit haben sie gelernt, nicht länger vor sich selbst zu fliehen, sondern bei sich selbst zu wohnen. Sie erlebten, dass Selbsterkenntnis die unerlässliche Voraussetzung zur wirklichen Gotteserkenntnis ist.

**„Gott ist uns näher,
als wir uns selbst sind.“**

Mit diesem Wort des Kirchenvaters Augustinus (354-430) grüßen wir Sie herzlich und wünschen Ihnen Gottes Segen und Geleit für das neue Jahr!

Ab Anfang nächsten Jahres finden Sie monatlich einen kurzen geistlichen Impuls auf unserer Internetseite (www.elshalom.de). Er will Sie erfrischen, aufbauen, ermutigen und etwas von dem weitergeben, was uns wichtig ist.

Wenn Sie den Impuls regelmäßig per Mail erhalten wollen, können Sie ihn über unsere Internetseite oder per Mail (info@elshalom.de) kostenlos bestellen.

Ihr Team
von el shalom

 el shalom
www.elshalom.de

Schon im Alten Testament heißt es: „Gott lässt es dem Aufrichtigen gelingen“ (Sprüche 2,7). Indem ich vor Gott und Menschen wahrhaftig zu werden beginne, trete ich auf die Seite Gottes. Damit gerate ich unweigerlich in den Machtbereich Jesu Christi, der von sich gesagt hat, dass er selbst die Wahrheit ist (Johannes 14,6).

Geschenk der Gnade

Der Glaube gründet nach reformatorischem Verständnis nicht in meinem Streben, mir Gott gewogen zu halten. Die umstürzende Neuentdeckung Luthers bestand in der Erkenntnis, dass Gott dem Menschen Seine Gnade schenkt. Niemand kann und braucht sich den Himmel verdienen! Motiv für den Glauben ist ausschließlich die Dankbarkeit und Freude, diese grundlose Barmherzigkeit und Liebe Gottes zu erfahren.

Paulus schreibt in Galater 5,25: „Wenn wir im Geist leben, so lasst uns auch im Geist wandeln“ – anders ausgedrückt: „Werdet, was ihr schon seid!“

Das Leben in der Nachfolge Jesu Christi umfasst eine Freiheit, die durch Fehler nicht gemindert werden kann. Gottes Gnade ist so groß, dass sich vor ihr die menschlichen Sünden wie Sandkörner gegenüber der Unendlichkeit des Meeres ausnehmen.

Im Glauben an Jesus Christus muss der Mensch nicht länger mehr sein „als ein heilsam vor Gott und von Gott begrenzter Mensch“ (Christian Möller).

„Dein bin ich“

Im Gedicht beschreibt Bonhoeffer schonungslos den Zwiespalt seiner Existenz im Gefängnis: Einerseits

wirkt er auf andere Menschen wie ein Gutsherr in seinem Schloss. In der Selbstwahrnehmung jedoch erlebt er sich schwach, voller Angst und Zweifel. Indem er diesen Zwiespalt, diese Spannung schonungslos wahrnimmt und ausdrückt, wird der Weg frei zu seiner Überwindung. Er findet damit zu einer neuen umfassenderen Einheit, die dem Menschen durch Gott in Jesus Christus zuteil wird: „Wer ich auch bin, Du kennst mich, Dein bin ich, o Gott.“

Es fällt auf, dass in Bonhoeffers Gedicht die Lösung dieses menschlichen Dilemmas in nur einer Zeile beschrieben wird, der Zustand des Fragens und Zweifels dagegen in vielen Sätzen.

Bonhoeffer überspielte diesen Zwiespalt nicht. Wir brauchen die zum Menschsein gehörenden Widersprüche und Spannungen in uns nicht leugnen. Der Glaube hat sonst keine Tragkraft und ist wie ein Nagel, der schnell wieder aus einer Gipswand herausbricht.

Erst durch die nüchterne Wahrnehmung der Wirklichkeit kann das Evangelium im Leben eines Menschen seine ganze Kraft entfalten.

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

Allein vor Gott wird der Mensch das, was er ist.

Dietrich Bonhoeffer



Peter Zimmerling

Pfarrer Dr. Peter Zimmerling ist Professor für Praktische Theologie an der theologischen Fakultät Leipzig und zweiter Vorsitzender des el shalom-Trägervereins



Neue Lebensfreude

Erfahrungen einer Ratsuchenden

Jahrelang war ich geplagt von Angstzuständen, Selbstwertproblemen, Abgrenzungsproblemen, Perfektionismus und Schuldgefühlen. Anfang Februar 2002 ging ich das erste Mal in die Beratung zu el shalom.

Durch die Gespräche mit Irmgard Ott kamen weitere Dinge zutage, die ich noch mit mir herumschleppte. Außerdem ließ ich mir von Menschen in meiner Umgebung ‚Rucksäcke‘ aufsetzen, die mir viel zu schwer waren.

All das zusammen konnte ich gar nicht tragen. So hatte ich Ende 2002 einen Burnout und war ein Vierteljahr arbeitsunfähig. Während dieser Zeit blieb ich in der Beratung. Im Mai 2003 dachte ich: „Nun habe ich es geschafft und alles kapiert“ und beendete die Beratung.

„Ich schaffe es alleine“

Im Herbst 2008 nahm ich wieder am Malseminar von el shalom teil. In der Zwischenzeit hatte ich mich von vielen Dingen befreien können, die mich in meinem Leben heruntergezogen hatten: eine Partnerschaft, die mich zu zerstören drohte; eine Gemeinde, die geistlichen Missbrauch betrieb; Freundinnen, die mich manipulierten u.a.m..

Frau Ott fragte mich auf dem Malseminar, wie es mir ginge. Ich meinte, dass es mir gut gehe, weil ich die oben erwähnten Dinge aus meinem Leben entfernt hätte. Allerdings müsse ich dies alles noch verdauen. Sie bot mir an, dass ich gerne wieder in die Beratung kommen könnte, wenn ich dabei Hilfe brauchte. Ich dachte allerdings: Das schaffe ich schon alleine!

Anfang 2009 wurde mir klar, dass ich mich zwar von gewissen Belastungen befreit hatte, aber die Ursachen, weshalb ich in diese Situationen hineinkam, nicht beseitigt hatte. Dies wurde mir durch meine neue Arbeitsstelle bewusst, in der ich großem Stress und Druck ausgesetzt war. Daran merkte ich, dass mir immer noch Standfestigkeit fehlte, dass ich mich nicht gegen schwierige Zustände wehren konnte und dass ich weiterhin unter Selbstwertproblemen litt.

Theoretisch wusste ich zwar vieles, konnte dies jedoch nicht umsetzen und häufig auch nicht zu meinen Gefühlen stehen. Dazu fühlte ich eine große innere Unruhe und konnte mich von äußeren Einflüssen nicht abgrenzen. Ich entschied mich, wieder zur Beratung zu gehen.

Der Durchbruch

Als ich diesmal die Beratung in Anspruch nahm, lief die Sache ganz anders. Der Unterschied war: Bei der ersten Beratungsphase kam ich zu Frau Ott und erzählte von einer Situation, die mich beschäftigte. Am Schluss der Beratung konnte ich mit Frau Otts Hilfe erkennen, worin mein Problem lag.

In der zweiten Beratungszeit waren mir vor jedem Termin meine Defizite bewusst und ich formulierte sie klar. Dadurch konnten wir tiefer in den Ablauf hineinschauen. Ich entdeckte Dinge in mir, die ich bis dahin verdrängt hatte.

Mir wurde neu bewusst, dass ich meine Grenzen immer wieder von meiner Umgebung überschreiten ließ. Ab

und zu schluckte ich zwar, doch jetzt ärgerte es mich. Dann schaffte ich es, bei einer starken Grenzüberschreitung meine Grenze wahrzunehmen und der Person mitzuteilen. Das war für mich ein großer Durchbruch. Allerdings war ich danach zwei Tage innerlich aufgewühlt.

Neue Lebensfreude

Anfang Oktober 2010 wurde ich wegen einer Erfahrung aus meiner Vergangenheit in Frage gestellt. Trotzdem schaffte ich es, ruhig zu bleiben und sagte der Person: „Das ist dein Problem ... Da musst du schauen, wie du damit umgehst ... Ich habe meinen Frieden über diesem Teil meines Lebens.“ Was für mich noch erstaunlicher war: ich hatte danach wirklich einen tiefen Frieden im Herzen, der nicht mehr wegging. Endlich konnte ich bei mir selbst bleiben und unterscheiden, wo mein Problem ist und wo das Problem des anderen liegt.

Über so viele Jahre dachte ich frustriert, dass ich nicht leben kann, was ich in der Beratung gelernt hatte. Jetzt endlich hat es geklappt! Ich bin so froh darüber und dankbar dafür! Mein Fazit: Es braucht alles seine Zeit, bis man es verstanden hat und bis es dann auch ausgelebt werden kann.

Ich kann jetzt besser bei mir selbst bleiben und zu mir stehen, mich so bejahen wie ich bin und mit Dingen in meinem Leben entspannter umgehen. Ich habe neue Lebensfreude!

C.S.

Abdruck und Namenskürzel mit Genehmigung der Verfasserin.

- Seelsorgerliche Beratung & Begleitung
- Besinnungszeiten
- Tage der Stille
- Seminare

Angebote 2011

in Grafenau

Besinnungszeit

19.2.2011, 15.00-19.00 Uhr

Malseminare

Samstags 19.3. • 19.11.2011

Infos/Anmeldung:

el shalom e.V.
Uhlandstr. 2
71120 Grafenau
Fon: 07033-130747
seelsorge@elshalom.de

in Krelingen

Tage der Stille

26.4.-1.5.2011 • 25.10.-30.10.2011

Infos/Anmeldung:

Geistliches Rüstzentrum
Krelingen
29664 Walsrode
Fon: 05167-970145
gaestebuero@grz-krelingen.de
www.grz-krelingen.de

Gerne schicken wir Ihnen Informationen zu unseren Angeboten zu!

el shalom e.V.
Uhlandstraße 2
71120 Grafenau
Fon: 07033-130747
Fax: 07033-130748
e-mail: seelsorge@elshalom.de
www.elshalom.de

el shalom ist als gemeinnütziger Verein vom Finanzamt Böblingen anerkannt. Spenden für el shalom sind steuerabzugsfähig.

Spendenkonto:
Evangelische Kreditgenossenschaft (EKK)
Stuttgart
Konto 414 360
BLZ 600 606 06

el shalom Trägerkreis:
Irmgard Ott, Professor Dr. Peter Zimmerling, Henry Wilker, Rita Wilker

Wer bin ich?

Wer bin ich?

*Sie sagen mir oft, ich träte aus meiner Zelle
gelassen und heiter und fest wie ein Gutsherr aus seinem Schloss.*

Wer bin ich?

*Sie sagen mir oft, ich spräche mit meinen Bewachern
frei und freundlich und klar, als hätte ich zu gebieten.*

Wer bin ich?

*Sie sagen mir auch, ich trüge die Tage des Unglücks
gleichmütig, lächelnd und stolz, wie einer, der Siege gewohnt ist.*

Bin ich das wirklich, was andere von mir sagen?

Oder bin ich nur das, was ich selbst von mir weiß?

*Unruhig, sehnsüchtig, krank, wie ein Vogel im Käfig,
ringend nach Lebensatem, als würgte mir einer die Kehle,
hungernd nach Farben, nach Blumen, nach Vogelstimmen,
dürstend nach guten Worten, nach menschlicher Nähe,
zitternd vor Zorn über Willkür und kleinlichste Kränkung,
umgetrieben vom Warten auf große Dinge,
ohnmächtig bangend um Freunde in endloser Ferne,
müde und leer zum Beten, zum Denken, zum Schaffen,
matt und bereit, von allem Abschied zu nehmen?*

Wer bin ich? Der oder jener?

Bin ich denn heute dieser und morgen ein anderer?

Bin ich beides zugleich?

Vor Menschen ein Heuchler

und vor mir selbst ein verächtlich wehleidiger Schwächling?

*Oder gleicht, was in mir noch ist, dem geschlagenen Heer,
das in Unordnung weicht vor schon gewonnenem Sieg?*

Wer bin ich?

Einsames Fragen treibt mit mir Spott.

Wer ich auch bin, Du kennst mich,

Dein bin ich, o Gott!

Dietrich Bonhoeffer, „Widerstand und Ergebung“