



Korps Winterthur



MIT SCHEITERN LEBEN LERNEN

Eine Predigtreihe

Distanz gewinnen zu unseren Gefühlen

1 Mose 4,1-16

Kain fühlt sich von Gott übergangen und ignoriert. Er wird wütend. Daraufhin spricht Gott Kain an. Er ignoriert Kain nicht. Er sieht ihn. Kain soll einen Marschhalt einlegen und die Gelegenheit erhalten, Distanz zu gewinnen und nicht in seinen Gefühlen unterzugehen. Wenn er sich von Gott nicht unterbrechen lässt, dann wird er scheitern. Gott ruft Kain auf: „Herrsche über die Sünde.“ (s.a. Römer 12,21) Mit dem Guten kann die Sünde überwunden werden. Mit dem Aufschauen auf Gott. Kain aber blickt nicht auf zu Gott, sein Blick ist fest auf den Boden gerichtet. Doch Kain reagiert nicht auf Gott. Er bleibt stumm. Kain lässt sich von seinen Wutgefühlen mitreißen und ermordet seinen Bruder.

Und wieder spricht Gott Kain an (1 Mose 4,9). Mit dieser Frage gibt Gott dem Mensch die Gelegenheit, angemessen zu reagieren. Doch Kain die Gelegenheit verstreichen. Er lügt und zeigt sich widerspenstig, ja frech.

Nun bleibt Gott nichts anderes übrig, als Kain die Konsequenzen aus seinem Verhalten aufzuzeigen. Jetzt reagiert Kain. Er drückt aber nicht Reue für seine Tat aus, sondern die Angst vor den Konsequenzen. Und auch hier wieder staunen wir, wie geduldig Gott ist. Wie er auf Kain eingeht. Er macht an Kain ein Zeichen, das ihn vor der Rache der anderen schützt. Er erhält ihm sein Leben.

Diese Geschichte von Kain hat uns einiges zu sagen im Zusammenhang mit dem Umgang mit Scheitern. Kain fühlt sich beim Opfern von Gott übergangen. Er ist mit seinem Opfer gescheitert. Wie er darauf reagiert, zeigt, dass es eine starke persönliche Niederlage für ihn war. Wie geht er damit um? Er geht in seiner Enttäuschung und Wut unter. Obwohl Gott ihm einen Zwischenstopp anbietet, geht er nicht darauf ein, sondern möchte seine Wut ausleben. Gott sagt zu ihm: „Herrsche über die Sünde!“ Dasselbe sagte er zu uns, wenn wir in solchen Situationen sind, wo wir (eigentlich) wütend sind über Gott. Weil er scheinbar ungerecht handelt. Weil aus unserer

Sicht andere Menschen besser behandelt werden. Wie können wir über die Sünde, über unsere Gefühle herrschen, die doch so stark, ja vielleicht sogar übermächtig sind? Wir müssen zu unseren negativen Gefühlen Distanz gewinnen, indem wir uns dem Guten zuwenden, damit wir uns mit ihnen auf gewinnbringende Weise auseinander setzen können (Römer 12,21). Damit ist nicht gemeint, die Gefühle zu verdrängen, nicht wahrhaben wollen. Sondern, die Gefühle zu lassen und sie Gott gegenüber aussprechen. Ungefiltert. Das heißt: „Herrsche über sie.“ Genau das hat Kain nicht gemacht. Er blieb stumm Gott gegenüber.

Die Psalmisten machen es uns vor, wie das geht: Psalm 13, Psalm 22, Psalm 42,10.

Wenn wir unsere dunklen Gedanken auf Gott richten, sie ihm gegenüber aussprechen, dann schaffen wir durch das Aussprechen Distanz zu ihnen. Wir lassen uns von ihnen nicht überwältigen. Wir werfen sie Gott hin. Die Psalmen helfen uns auch, nicht beim Aussprechen unserer Gefühle stehen zu bleiben und dann doch in ihnen unterzugehen. Sie helfen uns, uns auf Gott auszurichten. Sie zeigen uns, dass Gott mitten in unserem Scheitern drin ist und uns hindurchbegleitet. Solche Situationen beschreibt der 9. Vers des Psalms 63 sehr gut. Wenn wir die Psalmen beten und so das Böse