

.: Einstieg

Die letzten Tage und Wochen waren die Nachrichten und Medien geprägt von der Erdbebenkatastrophe in Syrien und der Türkei. Ausserdem war am Freitag der Jahrestag des Kriegs in der Ukraine. Trotz diesen aktuellen Krisen geht es der Menschheit über alles gesehen so gut wie noch nie. Hier ein paar gute Nachrichten: Die Anzahl Tote durch Katastrophen, Flugzeugabstürze und sogar Kriege sind weltweit stark am abnehmen. Ebenso die Kindersterblichkeit und die Feinstaubbelastung. Zugenommen hat die Alphabetisierung, der Zugang zu sauberem Trinkwasser (seit 1980 von 58% der Weltbevölkerung auf heute 86%), die Schulbildung der Mädchen, das Überleben bei Kinderkrebs und auch die allgemeine Lebenserwartung. Diese positiven Entwicklungen führen dazu, dass führende Soziologen wie Yuval Harari zum Schluss kommen, dass wir nun endgültig Gott abschaffen können, da die Menschheit für alles, was einmal Sorgen machte - Krankheiten, Naturkatastrophen etc. - heute meistens eine Lösung gefunden hat.

Es gäbe also viel Grund für Optimismus, aber ehrlich gesagt, erleben wir aktuell wenig davon. Das zeigt sich vor allem an zunehmenden psychischen Problemen und Erkrankungen. Ein Studie aus Deutschland aus dem Jahr 2020 zeigt, dass sich seit 1997, die Anzahl der Tage verdreifacht haben, in denen Arbeitnehmer in Deutschland wegen Depressionen und Angst- oder Belastungsstörungen nicht zur Arbeit gingen. Auch andere Studien zeigen, dass insbesondere die jüngere Generation vermehrt unter psychosomatischen Beschwerden leidet. Man kann sagen: *Unsere psychische Gesundheit scheint schlechter zu werden.*

In seinem Buch „Eden Culture“ sucht Johannes Hartl nach Gründen. Dabei nimmt er nur säkulare, also nicht-christliche, Psychologie zur Hilfe. Drei Gründe möchte ich herauspicken für heute: **(1.) Zunehmende Einsamkeit.** Immer mehr Menschen leben alleine, arbeiten von zu Hause aus und haben daher immer weniger tragende und verbindliche Beziehungen. Studien zeigen, dass zwischenmenschliche Beziehungen sehr wichtig sind für körperliche Gesundheit. Oder in anderen Worten: **Einsamkeit ist etwa so gefährlich wie 15 Zigaretten am Tag und doppelt so gefährlich wie Fettleibigkeit (Johannes Hartl).** **(2.) Konsumgesellschaft.** Wir werden überschüttet mit Angeboten, Wünschen und Ablenkungen. Onlinekaufhäuser liefern am nächsten Tag unseren Wunsch. Man kann mittlerweile fast alles leasen und jedes Wochenende andere Erlebnisse machen. Wieder Hartl: **In der Moderne geht alles immer schneller und man kann auch immer mehr erleben. Doch irgendwie berührt uns all das immer weniger.** Das Material, die Erlebnisse müssen immer besser, grösser und exquisiter werden. **(3.) Digitalisierung.** Seit dem 2007 das erste iPhone auf den Markt kam, hat die Digitalisierung ein rasendes Tempo aufgenommen. Die ganze Welt steht uns in diesem kleinen Gerät zur Verfügung. Studien zeigen, dass sich unser Sozialverhalten aufgrund dessen verändert hat. Wir verbringen viel Zeit mit dem Handy, aber weniger Zeit mit realen Menschen. Nochmals Hartl: **Die Zahlen belegen eindeutig, dass wir vernetzter werden, das Mitgefühl und die Bereitschaft, den anderen zu verstehen, aber massiv abnehmen.**

Wollen wir so leben? Heute geht es um die Suche nach Verbindung. Ein grosses Problem ist, dass wir die Verbindung zu *uns selbst, anderen und Gott* verloren haben.

.: Die Verbindung verlieren

Wir begegnen heute einem Mann, der vor rund 2000 Jahren gelebt hat. Seine Welt war eine ganz andere wie heute. Er hatte keine Ahnung was „Amazon“ und „Digitec“ ist und auch das „iPhone“ war noch kein Begriff. Und doch stand er in Gefahr, die Verbindung zu sich selbst, anderen und zu Gott zu verlieren. So wie wir es heute auch kennen: **So erreichten sie Jericho. Als Jesus und seine Jünger die Stadt wieder verließen, folgte ihnen eine große Menschenmenge. Ein blinder Bettler namens Bartimäus (der Sohn des Timäus) saß am Straßenrand, als Jesus vorüberging. 47 Als Bartimäus hörte, dass Jesus von Nazareth in der Nähe war, begann er zu schreien: »Jesus, Sohn Davids, hab Erbarmen mit mir!« 48 »Sei still!«, fuhren die Leute ihn an (Markus 10,46-48a).** Markus beschreibt hier in wenigen Worten ein Mann in grösster Not. Bartimäus war blind und daher ein Bettler. Blinde hatten in jener Zeit keine Chancen. Markus beschreibt, wie der Mann am Strassenrand sass und macht damit deutlich, dass der Mann auch am Rand der Gesellschaft war. Ohne Aufmerksamkeit, ohne Zuwendung. Alles Voraussetzungen, um die Verbindung zu sich selbst zu verlieren. Bartimäus hätte depressiv werden können und hätte sich fragen können, warum er noch weiterleben soll.

Wir sehen in dieser kurzen Szene auch, dass er keine Verbindung, keine Beziehung zu seinen Mitmenschen hatte. Er bringt zwar den Mut auf, nach Jesus zu rufen. Aber es waren Mengen von Menschen um Jesus herum. Und die, welche am nächsten bei Bartimäus standen, befahlen ihm still zu sein. Er war ein Ärgernis für die Menschen!

Vielleicht geht es uns manchmal auch so: Wir fühlen uns an den Rand gedrängt, nicht beachtet, nicht verstanden. Andere Menschen geben uns vielleicht zu verstehen, dass wir ein Ärgernis sind. Oder wir meinen, dass wir nicht nur Fehler machen, sondern als Mensch ein Fehler *sind*. Das ist der Moment, wenn wir in Gefahr stehen, die Verbindung zu uns selbst und zu anderen komplett zu verlieren.

Bartimäus hätte auch die Verbindung zu Gott verlieren können. Als Blinder hätte er fragen können, warum lässt Gott das zu? Warum muss ich das alles ertragen? Und er hätte sich von Gott abwenden können.

.: Die Verbindung wiedergewinnen

Die Geschichte von Bartimäus endet nicht an diesem Punkt. Er gibt nicht auf: **Aber er schrie nur noch lauter: »Sohn Davids, hab Erbarmen mit mir!« 49 Als Jesus ihn hörte, blieb er stehen und sagte: »Sagt ihm, er soll herkommen.« Da riefen sie den blinden Mann. »Nur Mut!«, sagten sie. »Komm, er ruft dich!« 50 Bartimäus warf seinen Mantel ab, sprang auf und kam zu Jesus. 51 »Was soll ich für dich tun?«, fragte Jesus. »Rabbuni[8]«, sagte der blinde Mann, »ich möchte sehen!« 52 Da sagte Jesus zu ihm: »Geh nur. Dein Glaube hat dich geheilt.« Und im selben Augenblick konnte der Blinde sehen! Dann folgte er Jesus auf seinem Weg (Markus 10,48b-52).**

Es fällt auf, dass Bartimäus sich weigert, die Verbindung zu Gott abbrechen zu lassen. Mit dem Namen „Sohn Davids“ bringt er zum Ausdruck, dass er davon überzeugt ist,

dass dieser Mann, Jesus, der erwartete Messias, der Retter und Gesandte Gottes ist. Er lässt sich nicht unterkriegen, sondern schreit weiter und Jesus hört und ruft ihn zu sich. Damit schafft Jesus eine Verbindung. Die Frage, was Bartimäus denn von ihm will, scheint auf den ersten Blick unnötig: Was soll ein blinder Mann schon vom Sohn Gottes wollen? Aber Jesus möchte eine Beziehung zu Bartimäus aufbauen und nicht einfach seinen Wunsch erfüllen. Jesus heilt den Mann und erklärt, dass der Glaube ihm geholfen hat. In der Bibel bedeutet Glauben „vertrauen“ und nicht nur ein Kopfnicken und zustimmen. Bartimäus hatte sein volles Vertrauen, seine ganze Hoffnung auf Jesus gesetzt. Das zeigt sich daran, dass er den Mantel wegwirft. Damit hatte er sich zugedeckt, warm gehalten und vor sich hingelegt, damit die Leute Münzen reinwerfen konnten.

Doch was können wir tun, wenn wir merken, dass wir die Verbindung zu uns selbst, anderen oder Gott verloren haben? Hier ein paar konkrete Tipps.

a.) Die Verbindung zu Gott. Alles beginnt damit, dass wir **(1.) mit Gott reden**. Gott ist nur ein Gebet von jedem von uns entfernt. Egal wie lange deine Verbindung zu Gott abgebrochen ist. Du darfst in diesem Moment mit Gott reden. Jesus fragt Bartimäus, was er für ihn tun soll? Diese Frage stellt Gott auch uns immer wieder. Wir dürfen **(2.) Gott ganz ehrlich sagen**, was wir uns von ihm wünschen. Wissen wir denn überhaupt, was wir uns von Gott wünschen? Wir dürfen nicht vergessen: Gott ist *kein* kosmischer Weihnachtsmann, der einfach unsere Wünsche erfüllt. Er ist an Verbindung und Beziehung zu uns interessiert. Darum fragt er: Was willst du, dass ich für dich tue?

b.) Die Verbindung zu mir selbst. Bartimäus hat in der ganzen Geschichte nie die Verbindung zu sich selbst, also zu seinem Herzen verloren. Er spürte die Verzweiflung in sich und setzte alle Hoffnung und sein ganzes Vertrauen auf Jesus. Wir schwanken heutzutage zwischen Selbstablehnung, die sich im Extremfall in Selbstverletzung äussert und einer übertriebenen Beschäftigung mit dem Ego, die sich in unzähligen Selfies und im Körperkult zeigt. Beides ist ungesund. Hartl schlägt daher vor, dass wir eine „Freundschaft mit uns selbst“ pflegen. Dabei geht es darum, **(1.) Gefühle wahrzunehmen**. Merken wir noch, wenn wir uns leer oder müde, einsam oder traurig, wütend oder niedergeschlagen fühlen? Wenn wir diese Dinge spüren, dann hilft es **(2.) sich etwas Gutes zu gönnen**. Dabei sollten wir nicht primär an Ungesundes denken wie Alkohol, Fernsehen oder Glacé. Nein, es geht um die schönen Dinge im Leben. Gönn dir genügend Schlaf! Eine gesunden Lebensrhythmus. Gönn dir Zeit, ein gutes Essen mit geliebten Menschen zu geniessen oder einen Spaziergang im Wald zu machen.

c. Die Verbindung zu anderen. Vieles von dem was in der Psychologie als lebensförderliche Gefühle bezeichnet werden, also Dankbarkeit, Frieden und Liebe, sind alles Gefühle, die nur im Kontext von Gemeinschaft Sinn machen. Die Bibel macht deutlich, dass es keine Beziehung zu Gott gibt, die von der Beziehung zu anderen abgekoppelt ist. Gott zu lieben ist das höchste Gebot, aber ob man das wirklich tut, zeigt sich daran, ob man andere Menschen liebt. Hartl formuliert es so: **Andere Menschen sind kein Hindernis in unserer Verbindung zu Gott, sondern der**

Ort, wo sich die Liebe zu Gott erweist. Was heisst das? **(1.) Vertraue dich anderen an.** Bleib mit deinen Gefühlen nicht alleine. Erzähle jemandem, wenn du dich überfordert, einsam oder ungeliebt fühlst. **(2.) Suche die Gemeinschaft.** Wir haben gesehen, dass Einsamkeit sehr schädlich ist für unsere Gesundheit. Darum ist es wichtig, bewusst die Gemeinschaft zu suchen. Z.B. in der Lenzchile.

.: Schluss

Wollen wir so leben? Es ist manchmal ganz gut auf das eigene Leben zu schauen und sich zu fragen: *Will ich wirklich so leben?* Vielleicht merkst du, wie du mit der Verbindung zu anderen und zu dir selbst kämpfst. Das sind Symptome, dass deine Verbindung zu Gott nicht in Ordnung ist. In der Verbindung zu Gott ist Heilung und Rettung zu finden. Heute bist du eingeladen dich für diesen Gott zu öffnen, der in Jesus in diese Welt kam, um uns seine Liebe zu zeigen. Dieser Gott fragt dich heute: Was soll ich für dich tun? Was ist deine Antwort?