

Die Riesen im Inneren bekämpfen – Teil 14

Befreiung aus der Einsamkeit – Teil 4

4 Auswege aus der Einsamkeit

1. Stelle Dich der Realität Deiner Einsamkeit

Das Erste, was Du tun solltest, wäre, aufrichtig zu Deinen Gefühlen zu stehen. Das Letzte, was Du jetzt gebrauchen kannst, ist, Zuflucht zu religiösen Binsenweisheiten zu nehmen. Einsamkeit ist real und tut weh. Sie ist aber KEINE Widerspiegelung Deiner Schwäche als Christ oder als Mitglied einer Gesellschaft.

Wir, als Christen, haben immer gleich fromme Sprüche parat. A. W. Tozer hat einige instruktive Worte für uns über die Schichten der oberflächlichen Bemerkungen, mit denen wir reale Probleme überziehen.

„Einige sagen dann strahlend: 'Oh, ich bin niemals einsam. Christus sagte doch: 'ICH werde euch niemals verlassen' und 'Siehe, ICH bin bei euch alle Tage'. Wie kann ich einsam sein, wenn doch Jesus bei mir ist?'

Nun, ich möchte nicht über die Ernsthaftigkeit irgendeiner christlichen Seele nachdenken. Aber dieses Zeugnis, das man dann bringt, ist zu akkurat, um real zu sein. Offensichtlich ist es das, was jemand DENKT, wie es sein sollte und nicht das, was er in der Regel in seinem Leben erfährt.“

Ich kann mir denken, dass Du Situationen wie diese schon einmal erlebt hast. Du versuchst gerade einem Freund zu sagen, wie Du Dich gerade fühlst, und noch bevor Du ausgeredet hast, setzt Dein Freund ein arrogantes, geistliches Lächeln auf und bringt irgendeinen frommen Spruch. Aber der lässt Dich in diesem Moment völlig kalt, weil er im Widerspruch zu der menschlichen Erfahrung steht und zum Kampf mit unseren derzeitigen Gefühlen. Diese Sprüche sind natürlich rein theoretisch wahr, doch sie sind unsensibel und unrealistisch in dieser gefallenen Welt, in der wir leben.

Wir brauchen in diesen Momenten Ermutigung und wollen nicht zugepredigt werden. Und wir müssen uns mit klarem Blick dieser Situation stellen und sollten keine fromme, gekünstelte Haltung einnehmen und denken: „Ich darf meinen Schmerz nicht zugeben, weil ich Christ bin. Ich muss ihn einfach zudecken. Jesus ist mit mir. Deshalb habe ich kein Recht dazu, mich in irgendeinem Moment einsam zu fühlen.“

Lass mich Dir versichern, dass an dieser Perspektive überhaupt nichts

christlich ist. Wir müssen uns unseren Kämpfen stellen, egal, um was es sich dabei handelt und dürfen sie nicht verleugnen.

Einsamkeit kommt nicht zwangsläufig, weil Du oder irgendjemand Anderes etwas getan hat oder weil Du etwas versäumt hast oder Dir etwas fehlt. Sie kommt, weil Du ein Mensch bist, und es jedem von uns passiert, dass er zu gewissen Zeiten einsam ist. Akzeptiere die Einsamkeit als ein Teil Deiner menschlichen Erfahrung. Dann bist Du dazu in der Lage, den schmalen Weg mit Gott weiter zu verfolgen und mit diesem Problem umzugehen.

2.Nimm Gottes Fürsorge in Deiner Einsamkeit an

Wir müssen uns daran erinnern, dass NUR Gott ultimativ unsere Probleme lösen kann, wozu auch die Einsamkeit gehört. Wenn in unserem Haushalt etwas kaputt geht, dann wenden wir uns an den Hersteller. Und der Schöpfer der Menschen ist Gott. ER hat uns mit bestimmten Attributen ausgestattet, und eines davon ist, dass wir eine Leere in uns haben, die NUR Gott ausfüllen kann. Andere Menschen können sie nicht füllen, obwohl Gott uns ein Verlangen nach ihnen in uns hineingelegt hat.

Weder Geld noch andere Dinge können diese Leere füllen. Nichts auf der Welt wird uns ultimativ zufrieden stellen, bis wir den Einen kennen lernen, Der uns geschaffen hat. Somit besteht die grundsätzliche Einsamkeit im Menschen darin, dass er von Gott getrennt ist. Aber gegen diesen Schmerz gibt es kein weltliches Heilmittel.

Ich beobachte schon seit 30 Jahren intensiv Menschen. Ich könnte Dir auf den Kopf zusagen, ob Du ein wiedergeborener Christ bist oder nicht, einfach indem ich mir anschau, wie Du mit Deinen Problemen umgehst. Wenn Dir die innere Stärke eines gottesfürchtigen Menschen fehlt, dann wirst Du Dich schlussendlich unter dem Stress, dem Konflikt oder den Kämpfen krümmen. Denn dann fehlt es Dir an der wichtigsten Ressource, um mit all diesen Problemen umgehen zu können. Doch wenn Du Gott kennst, passiert Folgendes: Dann bist Du mit Jemandem verbunden, Der in diese Welt gekommen ist, am Kreuz gehangen hat und die schlimmste Einsamkeit gespürt hat, die es überhaupt gibt, damit Du sie nicht erleben musst.

Jesus Christus hat sie am Kreuz mit einem lauten Schrei zum Ausdruck gebracht:

Matthäus Kapitel 27, Vers 46

Um die neunte Stunde aber rief Jesus mit lauter Stimme aus: »Eli, Eli, lema sabachthani?«, das heißt: »Mein Gott, Mein Gott, warum hast Du Mich verlassen?« (Ps 22,2).

In diesem Moment trug Er die Sünden von Dir und jedem Anderen, der Sein Sühneopfer annimmt, auf Seinen verletzten und blutigen Schultern. Wenn Du Sein Opfer nicht angenommen hättest, wärest Du wegen Deiner Sünden und Deiner Rebellion für immer und ewig aus Gottes Präsenz verbannt worden, denn Er kann nichts Unheiliges in Seiner Gegenwart dulden. Und Jesus Christus hat Seine Herrlichkeit aufgegeben, um Dich und mich zu erlösen und zu erretten. ER hat die Strafe auf sich genommen, die wir eigentlich verdient hätten und die besteht letztendlich in der unendlichen schwarzen Leere als Folge des Getrenntseins von Gott. Vollkommenes Licht kann mit der Finsternis eben keine Gemeinschaft haben.

Doch jetzt leben Du und ich im Licht. Wir dürfen unseren himmlischen Vater als Seine Kinder kennen lernen. Es ist möglich, in der Wärme Seiner Liebe Befreiung von der Einsamkeit zu erfahren. Dies geschieht, wenn wir Ihm die Führung unseres Lebens überlassen, und Er wird dann Wohnung in uns nehmen. ER füllt die Leere in uns aus, und wir erfahren immer mehr Seinen Frieden, Seine Erfüllung, Seine Segnungen und Seinen Schutz. Der Heilige Geist scheint da aus unseren Herzen, genau da, wo Er jetzt ist. Und das ist genau das, was Gott für uns geplant hatte. Es mag zwar Momente der Isoliertheit und der Einsamkeit geben. Aber diese Gefühle stellen keine Bedrohung mehr für uns dar.

Es ist wichtig, diese Tatsache zu verstehen. Falls Du Jesus Christus noch nicht kennst, dann ist nichts zu machen. Denn es gibt keine anderen Optionen. Doch wenn Du Jesus Christus kennst, dann sind Hoffnung und Freude für Dich möglich. Wunder können heute immer noch geschehen. Der himmlische Speicher steht für Dich offen. Die Gemeinschaft der Heiligen steht Dir zur Verfügung und wird Dir dabei helfen, Deine Sehnsüchte zu erfüllen. Vor allen Dingen wird der Heilige Geist in Deinem Herzen an allem, was Dir widerfährt, teilhaben. ER ist nicht dazu da, um Dich zu drangsalieren und Dich anzuklagen, sondern um Dich freundlich zu ermahnen, zu ermutigen, Dich zu trösten und Dir einen besseren Weg aufzuzeigen.

3.Lass es zu, dass Gottes Wort Deinen Geist und Dein Herz erfüllt

Jetzt, da Du Dich Deinen Gefühlen gestellt und Deinen Glauben fest gegründet hast, kannst Du tiefer in Gottes Wort eintauchen. Lass es zu, dass es in Deinem Geist und in Deinem Herzen überfließt.

Die Stimme Gottes wird mit Klarheit zu dem Einsamen sprechen. Du brauchst nur die Seiten dieses alten Buches aufzuschlagen, so wie es Millionen über all die Jahrhunderte getan haben. Das hat sie getröstet, egal in welcher Zeit und wo sie gelebt haben und mit was sie zu kämpfen hatten. Das sind keine frommen Sprüche, sondern ist die reine Wahrheit! Das Wort Gottes wird Dich beruhigen und Dir Mut machen.

Oh, es gibt so viele wundervolle Bibelpassagen für die Stunden, in denen Du einsam bist! Sie sind so zahlreich, dass Du gar nicht weißt, wo Du anfangen sollst. Wie wäre es mit den beiden folgenden?

Psalmen Kapitel 27, Vers 10

Wenn Vater und Mutter mich verlassen, so nimmt doch der HERR mich auf.

Hebräer Kapitel 13, Verse 5-6

5 Euer Sinn (oder: Verhalten) sei frei von Geldgier; begnügt euch mit dem, was euch gerade zu Gebote steht, denn Er (d.h. Gott) selbst hat gesagt (Jos 1,5): »ICH will dir nimmermehr Meine Hilfe versagen und dich nicht verlassen«; 6 daher dürfen wir auch zuversichtlich sagen (Ps 118,6): »Der HERR ist meine Hilfe, ich will mich nicht fürchten: Was können Menschen mir antun?«

Solche Verse stehen auf vielen Bibelseiten. Doch allein diese beiden enthalten so viel Kraft, dass Du damit schon Deine Batterien aufladen kannst, wenn diese leer geworden sind. Geh immer zuerst zu Gottes Wort – RENNE dorthin und gehe nicht einfach nur!!!

4. Aktiviere Dein Netzwerk zu Deinen christlichen Freunden

Du solltest auch zu der Gemeinschaft der Gläubigen rennen! Es gibt diese ewige Verheißung:

1. Johannes Kapitel 1, Vers 7

Wenn wir aber im Licht wandeln, wie Er im Licht ist, so haben wir Gemeinschaft miteinander, und das Blut Seines Sohnes Jesus macht uns von aller Sünde rein.

Die nächste Aussage mag Dir schonungslos erscheinen, aber sie ist wahr: EINSAMKEIT IST EINE WAHL. Ich rede hier nicht von den isolierten Momenten, die wir alle einmal durchmachen, sondern von der schwelenden, tiefgreifenden Einsamkeit. Gott hat Dich mit allem ausgestattet, was Du brauchst. Doch wenn Du Dich für einen einsamen Lebensstil entschieden hast, dann war das Deine eigene Wahl.

Der himmlische Vater hat uns gegeben:

- Seinen Sohn
- Seinen Heiligen Geist
- Sein Wort
- Die Glaubensgeschwister

Simon und Garfunkel sangen einmal: „Ich bin ein Felsen. Ich bin eine Insel.“ Doch das Lied der Bibel lautet, dass Jesus Christus der Felsen ist, damit Du niemals eine einsame Insel sein musst.

Deshalb hat der himmlische Vater dafür gesorgt, dass die Gemeinde von Jesus Christus entstehen konnte. Die meisten Briefe im Neuen Testament sind an sämtliche Gemeinden gerichtet. Und immer wenn das Wort „Heilige“ erwähnt wird, steht es in der Mehrzahl, weil das Konzept des „christlichen Individualismus“ ein Widerspruch in sich ist. Es trifft NICHT auf das biblische Christentum zu. Wir sind unvollständig ohne die Einheit der Gläubigen, die dem HERRN und einander dienen und dazu all ihre Talente einsetzen.

Du kennst da niemanden? Nun, derjenige, der einen Freund haben möchte, sollte sich selbst als freundlich erweisen.

Sprüche Kapitel 18, Vers 24

Gar manche Freunde gereichen zum Verderben; doch mancher Freund ist anhänglicher als ein Bruder.

Du willst selbst nicht die Initiative ergreifen? Wie soll jemand von Dir wissen, wenn Du Dich nicht bekannt machst?

Du hast das Gefühl, dass sich niemand um Dich kümmert? Es ist schwer, sich um jemanden zu kümmern, der nur ein Gesicht in der Menge ist. Niemand kann von Deinen Bedürfnissen erfahren, wenn Du Dich im Hintergrund hältst.

Einsamkeit ist eine Wahl. Eine bibeltreue Gemeinde in Deiner Nähe könnte Dir eine Reihe von Möglichkeiten bieten, wie Du mit anderen Glaubensgeschwistern in Kontakt kommen kannst. Du könntest Dich auch dafür entscheiden, im Chor mitzusingen. Wenn Du das nicht willst, könntest Du Dich einer Bibelstudium-Gruppe anschließen. Du könntest Dich auch dafür entscheiden, die Sonntagsschule zu leiten. Darüber hinaus werden in einigen Gemeinden folgende Aktivitäten angeboten:

- Hilfsdienste
- Programme
- Gemeinsame Mahlzeiten
- Präsentationen

Überall könntest Du aktiv mitwirken oder daran teilnehmen. Sie dienen dazu, dass Glaubensgeschwister in Kontakt kommen und ihre geistlichen Gaben einsetzen, um Anderen zu helfen und Gott zu dienen. Du könntest auch Freiwilligendienst leisten. Großartige Beziehungen sind allein dadurch

entstanden, dass man für eine gute Sache zusammengearbeitet hat.

Prediger Kapitel 4, Verse 9-12

9 Besser sind zwei daran als ein Einzelner, weil ihnen ein guter Lohn für ihre Mühe zuteil wird; 10 denn wenn sie fallen, so hilft der Eine dem Anderen wieder auf. Wehe aber dem Einzelnen! Wenn er hinfällt, ist kein Zweiter da, um ihm wieder aufzuhelfen! 11 So auch, wenn zwei zusammen schlafen, so wärmen sie sich gegenseitig; aber ein Einzelner, wie soll dem warm werden? 12 Und während jemand einen Einzelnen überwältigen mag, so werden sie zu zweit vor ihm standhalten, und (gar) eine dreifache Schnur wird nicht so bald zerreißen.

Meine Gemeinde hat einen ganzen Dienst aus diesem Vers gemacht, und wir haben ihn „Der dreifache Schnur-Dienst“ genannt. Eine einzelne Schnur kannst Du leicht knicken. Doch wenn Du sie mit zwei anderen verknotest, dann wirst Du Mühe haben, sie auseinanderzureißen. Zusammen sind wir größer und stärker als die Summe unserer Teile.

Das ist ein göttliches Prinzip und beschreibt auch, wie Gott in dieser Welt wirkt. ER operiert durch Menschen, die miteinander verwoben sind, trotz all unserer unordentlichen Knoten und Verstrickungen, die zu unserem Leben gehören. Allein sind wir sehr begrenzt. Gemeinsam können wir Dinge in Gang setzen, welche die Weltgeschichte verändern. Dann multiplizieren sich unsere Talente und Fähigkeiten. Meine Gabe für den Dienst ist zum Beispiel meine Redegewandtheit. Darüber hinaus kann ich mit meinen Fingern die Seiten der Bibel umschlagen und mich darum bemühen, Anderen zu dienen. Doch was wären all diese Gaben ohne die der Anderen?

Darauf hat schon der Apostel Paulus hingewiesen. Körperteile sind isoliert nur biologisches Gewebe. Doch wenn sie zusammenwirken, dann haben sie Leben und Odem. Gott erwartet mehr von Dir, als dass Du nur biologisches Gewebe bist. ER möchte, dass Du Teil von etwas Lebendigem, Dynamischem und Größerem bist als Du selbst.

Suche die Verirrten

Gott wünscht sich auch, dass Du Dich darum bemühest, die Schnur stärker zu machen. Ja, ich rufe hier die Einsamen dazu auf, die Initiative zu ergreifen. Doch ich denke ebenso, dass JEDER von uns in der Verantwortung steht, nach verlorenen Schafen Ausschau zu halten. Deshalb hat Jesus Christus davon gesprochen, die Herde mit 99 Schafen sich selbst zu überlassen, um das eine verlorene Lamm zu suchen. Darüber hinaus ist es unsere Pflicht als Christ, uns um all jene zu kümmern, die sich von Gott und Seinem Wort entfremdet haben. Wir sollten uns immer mal wieder Zeit nehmen, Gott darum zu bitten, uns diejenigen Menschen zuzuführen, die am meisten Hilfe

benötigen. Es ist nicht schwer, sich von einer großen Herde angezogen zu fühlen, wo wir es bequem haben und geliebt werden. Das ist eine schöne Angelegenheit; doch wir sollten auch dorthin gehen, wo wir gebraucht werden. Der Dienst der Annahme und der Ermutigung ist unser unverwechselbares Markenzeichen in unserer Welt.

Viele kennen heute den Namen Anne Frank, deren Familie während des Zweiten Weltkrieges in ihrem eigenen Haus gefangen gehalten wurde. Wir lesen von den Problemen dieser Familie in dem Tagebuch, das Anne während der ganzen Zeit dieser Erfahrung geführt hat. Millionen Menschen haben es gelesen oder den Film darüber gesehen. Diese Familie lebte jeden Tag in der Furcht, entdeckt zu werden. Doch außer der Platzangst und der Furcht, entdeckt zu werden, hegte Anne noch andere Gefühle in ihrem Herzen, wozu auch Freude gehörte. Sie erzählte, wie sie die Leiter im Speicher hochkletterte, um sich den blauen Himmel anzusehen. Sie schrieb: „Solange das existiert, dieser Sonnenschein und dieser wolkenlose Himmel, wie kann ich da traurig sein?“ Sie erinnert uns daran, dass wir äußerlich alles verlieren können – Menschen, Gegenstände und sogar unser Ansehen. „Aber die Freude in unserem eigenen Herzen kann nur abgeblendet werden.“

Du und ich, wir können die Art von überwindender Hoffnung haben, wenn wir in den Himmel schauen. Doch unsere Hoffnung liegt nicht in den Wolken, in der Sonne oder dem Firmament. Wir haben Jesus Christus, den HERRN des Universums. ER lebt in uns. Da kann der Boden unter uns abbröckeln und der Himmel sintflutartigen Regen ausschütten, oder ein Wirbelwind ein unheimliches Chaos anrichten – all diese Dinge dauern nicht ewig, so wie Er ewig ist. Das Tageslicht hält nur wenige Stunden an, und das Lebenslicht brennt vielleicht 80 Jahre lang. Doch das Licht des Erlösers scheint jetzt und für immer. Deshalb bestimmen die Umstände nicht mein Leben. Sie grenzen mich nicht ein, und sie lassen mich auch nicht erschauern. Ich habe meine ganze Hoffnung auf Ihn gesetzt, und Er wird niemals versagen. ER wird mich niemals verlassen. ER wird immer größer als unsere Bedürfnisse sein, genauso wie es meine Freundin Linda herausgefunden hat.

Erinnerst Du Dich noch an Linda, die Frau, die immer Abschied nehmen musste? Ihr Leben war von ständigen Trennungen gekennzeichnet, und die schlimmste war der Tod ihres Ehemannes. Bevor er der Amyotrophe_Lateralsklerose erlag, war er lange krank. Das war ein langer Abschied für Linda. Doch während dieser Zeit veränderte sich etwas bei ihr. Sie sah die Gnade und den Frieden in seinem Gesicht geschrieben sowie in den kleinen Notizen und Gesten, nachdem er die Fähigkeit zu sprechen verloren hatte. Linda wusste, dass Gott die Quelle seiner Tapferkeit und Freude angesichts des Todes war.

Linda gibt zu: „Heute trauere ich und bin sehr einsam. Doch ich muss diesen

Weg nicht alleine gehen. Mein Erlöser geht mit mir und umschließt mich mit Seiner ewigen Liebe. Bald wird mein Lebensweg eine letzte Biegung haben und zwar in Richtung Himmel. Und dort werde ich meinen Ehemann wiedersehen und meinem HERRN von Angesicht zu Angesicht gegenüber stehen. Preis sei Gott!“

Und was ist mit Beth? Was ist, wenn Dein Leben ein einziges Chaos ist, Du Jesus Christus angenommen hast und trotzdem alles noch trister wird? Gott schien sämtliche Freunde und alle anderen menschlichen Stützen von ihr abzuziehen. Sie fühlte sich unendlich einsam, was ihren Alkoholkonsum nur noch erhöhte. Die Stimme Satans flüsterte ihr ins Ohr: „Du bist nicht gut. Es ist zu spät für dich. Und schon bald werden mir deine Kinder gehören.“

Jeden Tag, wenn sie von der Arbeit nach Hause kam, hörte sie sich eine christliche Radiosendung an. Da gab es eine Predigt-Serie über die Kraft des Gebets. Nun begann Beth damit, den dort empfohlenen Instruktionen zu folgen. Dabei verschwand ihr Gefühl der Wertlosigkeit und wurde durch das unglaubliche Gefühl ersetzt, dass sie für Gott ganz besonders wertvoll ist. Sie sah sich die Gemeindeaktivitäten an, und schon bald gab sie Anderen Lebenshilfe. Stell Dir das einmal vor!

Satan hatte ihr eingeredet, dass sie nichts wert sei. Aber Gott versicherte ihr, dass ihr tiefer Schmerz hilfreich für Andere sein konnte.

Aber das Erstaunlichste von allem war, dass Gott sich durch das Leben von Beths Kindern bewegte wie eine plötzliche Böe eines himmlischen Windes. Als sie sahen, wie sich ihre Mutter veränderte, machte das einen gewaltigen Unterschied aus. Mit der Zeit, als sie lernte, sich voll und ganz auf Gott zu verlassen, öffnete Er für sie Kanäle, so dass sie mehr Zeit mit ihren Kindern verbringen konnte. Sie konnte zum Beispiel in ein anderes Haus umziehen und war dadurch näher bei ihnen. Heute ist sie sehr erfolgreich darin, Bibelkurse mit Frauen durchzuführen. Und sie ist der lebende Beweis dafür, dass Einsamkeit und sogar noch schlimmere Dinge durch Gottes mächtige Kraft überwunden werden können.

Beth denkt oft über die vergangenen Zeiten nach. Sie sagt: „Das waren die schlimmsten, aber auch die besten Tage meines Lebens. Ich begegnete Gott, als ich Ihn am dringendsten brauchte. Aber das Wichtigste ist, dass Er mich auf Veränderungen vorbereitet hat, denen ich mich unterziehen musste, um das zu sein, was ich heute bin.“

Kannst Du Gott in dem Irrgarten der Einsamkeit und in Deinen verwirrten Gefühlen finden? Kannst Du begreifen, dass Er Dich für ein neues Leben und eine neue Hoffnung vorbereitet? ER wird Dich dabei niemals im Stich lassen oder Dich gar verlassen. Strecke Dich nach Ihm aus, ergreife Seine Hand

und entdecke, was es bedeutet, den Riesen Einsamkeit zu erschlagen.

Fortsetzung folgt ...

Mach mit beim [http://endzeit-reporter.org/projekt/!](http://endzeit-reporter.org/projekt/)*

Bitte beachte auch den Beitrag [In-eigener-Sache](#)