

SCM Hänssler



DAS URTEIL

... zum Weiterdenken ...



DAS URTEIL

... zum Weiterdenken ...

Ein guter Film wirkt in uns nach und bietet Stoff zum Nachdenken oder für Gespräche.

Die Texte der folgenden Kapitel greifen verschiedene Themen und Motive aus dem Film *Das Urteil* auf und laden zum Weiterdenken und Diskutieren ein. Jedes Kapitel enthält Impulstexte, Bibelstellen und Fragen zum Nachdenken oder für Gespräche in einer Gruppe.

Alle Bibelzitate stammen aus der Übersetzung:

Neues Leben. Die Bibel, © Copyright der deutschen Ausgabe 2002 und 2006 SCM R.Brockhaus im SCM-Verlag GmbH & Co. KG, Witten.

Übersicht zu den einzelnen Themen:

Zurück ins Leben	S. 2
Der Fluss der Trauer	S. 3
Der Wahrheit ins Auge schauen	S. 5
Der Wert des Lebens	S. 7
Verborgene Schätze	S. 9
Adlers Schwingen	S. 10

ZURÜCK INS LEBEN

Manchmal treffen uns Ereignisse in unserem Leben wie ein Schlag in die Magengrube. Wir liegen k. o. geschlagen auf der Matte und ringen nach Atem. Das Leben scheint vorbei zu sein. Denn wir haben keine Kraft mehr, um noch einmal aufzustehen.

In einem solchen Tief steckt Anwalt Mac McClain zu Beginn des Films *Das Urteil*. Er sieht keine Perspektive mehr für sein Leben. Denn er trauert noch immer zutiefst um seine Frau und seine beiden Söhne, die zwei Jahre zuvor bei einem Autounfall ums Leben gekommen sind. Als er von Richter Danielson gebeten wird, einen Mordfall zu übernehmen, nachdem er schon längere Zeit keinen Mandanten mehr verteidigt hat, lehnt Mac zunächst ab. Die Trauer hat ihm allen Lebensmut geraubt. Er fühlt sich kraftlos und leer.

Der Richter sieht hinter Macs Fassade und durchschaut die Ausreden, mit denen Mac seine Ablehnung begründet. Er weiß zwar (noch) nicht, dass er Mac mit seinem Anruf das Leben gerettet hat, aber er begreift, dass Mac sich seit dem Unfall aufgegeben hat. Mit seiner Ermahnung „Fangen Sie endlich wieder an zu leben!“ versucht er, Mac aus seinem Tief herauszurufen.

Inmitten von Trauer, Enttäuschung und Schmerz kann es mitunter so dunkel sein, dass wir überhaupt kein Licht mehr sehen. Nichts scheint einen Sinn zu haben. Und die Angst, wieder verletzt und enttäuscht zu werden, ist übermächtig. Wir ziehen uns zurück, igeln uns ein und wollen uns am liebsten nie wieder auf das Risiko Leben einlassen.



DAS URTEIL

... zum Weiterdenken ...

Aber wir sind nicht dazu geschaffen, uns abzukapseln und zu verkriechen. Wir sind auf Beziehung und Gemeinschaft hin angelegt. Und so brauchen wir einander notwendigerweise, um in Zeiten der Trauer über unseren Schmerz hinwegzukommen.

Nach einer Tragödie oder einer Enttäuschung brauchen wir Menschen, die uns zuhören, die mit uns weinen und die uns trösten. Wir brauchen Zeit, um zu trauern, zu klagen und den Schmerz zuzulassen. Aber im Anschluss an eine solche Trauerzeit ist es auch notwendig, dass wir uns bewusst dafür entscheiden, wieder ins Leben zurückzukehren.

Heute stelle ich euch vor die Wahl zwischen Leben und Tod, zwischen Segen und Fluch. Der Himmel und die Erde sind meine Zeugen. Wählt doch das Leben ...“

heißt es in **5 Mose 30,19**.

Und von David, der um seinen Sohn trauert, heißt es in **2 Samuel 12,20**:

Da stand David auf, wusch und salbte sich und wechselte seine Kleider. Dann ging er ins Heiligtum des Herr und betete zu ihm. Danach kehrte er in den Palast zurück, ließ sich Brot bringen und aß.

David kehrt ins Leben zurück. Er versteht, dass es für ihn noch einen Platz und neue Aufgaben in dieser Welt gibt, während sein Kind das Leben hier auf Erden hinter sich gelassen hat:

Eines Tages werde ich zu ihm gehen, aber es kann nicht zu mir zurückkehren.

sagt David in **2 Samuel 12,23**.

Fragen zum Weiterdenken und Diskutieren:

- Wohin führen dich in harten Zeiten deine Entscheidungen? In Richtung Leben oder in Richtung Tod?
- Gibt es Dinge, die dich daran hindern, wirklich zu leben? Wenn ja, welchen Schritt könntest du heute gehen, um sie hinter dir zu lassen und ins Leben zurückzukehren?
- Wenn du auf dein bisheriges Leben zurückblickst, welche Person oder welches Ereignis hat dich inspiriert, dein Leben ganz bewusst zu leben und zu gestalten?

DER FLUSS DER TRAUER

Die Psychologin Anna Wilkes in *Das Urteil* weiß aus eigener Erfahrung, wie wichtig es ist, in Zeiten der Trauer Menschen zu haben, an die man sich mit seinem Schmerz wenden kann. Deshalb bietet sie eine Gesprächsgruppe zum Umgang mit Trauer an. Bei einem der Treffen erklärt sie einer jungen Frau: „Die Trauer ist wie ein Fluss, du kannst ihn nicht eindämmen. Und auch nicht schneller fließen lassen. Aber du kannst Gott erlauben, dich seinem Rhythmus anzupassen.“



DAS URTEIL

... zum Weiterdenken ...

In seinem Buch „When Grief Comes“ (*Wenn die Trauer kommt*) erklärt Kirk Neely: „Noch Monate, manchmal sogar Jahre nach dem Verlust eines geliebten Menschen, gibt es immer wieder Augenblicke oder bestimmte Ereignisse, die uns diesen Verlust ganz deutlich bewusst machen und unser Herz mit einer Welle der Trauer überfluten.“

Wir sind machtlos gegen diese Wellen des Schmerzes, gegen die Flut der Tränen. Wir können den Fluss der Trauer nicht kontrollieren.

Auch in der Bibel finden wir Menschen, die sich Trauer und Schmerz ausgeliefert fühlen. So klagt Hiob in **Hiob 17,7**:

Der Kummer hat meine Augen trübe gemacht, ich bin nur noch ein Schatten meiner selbst.

Trauer hat eine gewaltige Kraft, die uns vernichten oder stärker machen kann. Es ist eine große Herausforderung, nicht in all dem Schmerz unterzugehen, sondern im Prozess des Trauerns zu wachsen und zu heilen. Alleine ist das kaum zu bewältigen.

Als Mac Anna fragt, wie die Erfolgschancen der Heilung für Trauernde aussehen, antwortet sie: „Wenn die Trauernden alleine rumdoktern, sind die Chancen nicht so gut. Mit Gottes Hilfe klappt das besser.“

In **Psaln 88,10** heißt es:

Meine Augen sind schon ganz blind vor Tränen. Jeden Tag rufe ich dich um Hilfe, Herr, ich erhebe meine Hände im Gebet zu dir.

Der Psalmbeter streckt seine Hände nach Gott aus und fleht wie ein Kind um Hilfe. Für uns Erwachsene ist es oft schwierig, Gottes Hilfe zu erbitten und in Anspruch zu nehmen. Unsere Gesellschaft propagiert Parolen wie „Selbst ist der Mann!“ bzw. „Selbst ist die Frau!“ Es gilt in dieser Welt als Zeichen von Schwäche, um Hilfe zu bitten. Deshalb kann es Überwindung kosten, uns nach Gott auszustrecken, um seine Hilfe in Anspruch zu nehmen.

Möglicherweise hindert uns aber auch etwas ganz anderes daran, uns mit unserer Not an Gott zu wenden. Vielleicht machen wir Gott für den Verlust oder die Schmerzen verantwortlich und grollen in unserem Herzen gegen ihn, weil wir nicht verstehen können, weshalb er uns diesen Kummer nicht erspart hat. Auch das kann uns hindern, mit unserer Trauer zu Gott zu kommen und ihn um Hilfe zu bitten.

In seinem Buch schreibt Kirk Neely weiter: „Leid und Schmerz gehören zu jedem Leben dazu. Es gehört zum Lernprozess des Trauerns dazu, dass wir begreifen, dass wir davon nicht verschont bleiben. Wenn wir lernen, diese Realität zu akzeptieren, wird uns diese Erkenntnis durch die Trauer hindurch tragen und Lösungen ermöglichen.“

Gott hat die ungerechte Folter und den Tod seines Sohnes zutiefst betrauert. Er kennt Schmerzen und Leid sehr genau. Er weiß, wie sich Trauer und Not anfühlen. Deshalb kann er uns in Leidenszeiten so gut verstehen. Und er kann unser Herz und unseren Geist mit allem ausstatten, was wir brauchen, um die Stromschnellen des Lebens zu meistern und im Fluss der Trauer nicht zu ertrinken. Er führt uns durch die tiefsten und dunkelsten Täler zurück in sein Licht:

DAS URTEIL

... zum Weiterdenken ...

*Der HERR ist mein Hirte, ich habe alles, was ich brauche.
Er lässt mich in grünen Tälern ausruhen, er führt mich zum frischen Wasser.
Er gibt mir Kraft. Er zeigt mir den richtigen Weg um seines Namens willen.
Auch wenn ich durch das dunkle Tal des Todes gehe, fürchte ich mich nicht, denn du bist an meiner Seite.
Dein Stecken und Stab schützen und trösten mich.*

(Psalm 23,1-4)

Fragen zum Weiterdenken und Diskutieren:

- Was macht dich gerade traurig? Worum trauerst du (vielleicht auch schon seit langem)?
- Wenn du dir deine Trauer als einen Fluss vorstellst, auf dem du in einem Kanu paddelst, wie schätzt du deine Situation dann ein:
 - Meisterst du die Stromschnellen problemlos?
 - Lässt du dich treiben?
 - Hängst du im Dickicht fest?
 - Bist du am Kentern?
- Welche Personen in deinem Umfeld könnten dir helfen, dein Boot besser zu manövrieren?
- Kannst du deine Hand nach Gott ausstrecken, damit er dir hilft? Wenn nicht, was hindert dich am meisten daran?

Lies 1 Petrus 1, 4-6:

Jetzt haben wir eine lebendige Hoffnung, weil Jesus Christus von den Toten auferstanden ist. Denn Gott hat für seine Kinder ein unvergängliches Erbe, das rein und unversehrt im Himmel für euch aufbewahrt wird. Und in seiner großen Macht wird er euch durch den Glauben beschützen, bis ihr das ewige Leben empfangt. Es wird am Ende der Zeit für alle sichtbar offenbart werden. Freut euch deshalb von Herzen! Vor euch liegt eine große Freude, auch wenn ihr für eine Weile viel erdulden müsst.

- Wie geht es dir mit diesem Text?
- Was spricht dich an?
- Womit hast du Schwierigkeiten?

DER WAHRHEIT INS AUGE SCHAUEN

Als Mac die Psychologin Anna Wilkes zum ersten Mal in ihrem Homeoffice besucht, erfährt er von ihrem Sohn Hunter, dass Anna verwitwet ist. Später gesteht ihm Anna, dass ihr Mann sich das Leben genommen hat. Ihrem Sohn hat sie diese traurige Tatsache bisher verschwiegen. Aber sie weiß, dass er sie früher oder später mit Fragen konfrontieren wird. Und sie ist ratlos, was sie ihm dann sagen soll. Sie möchte ihrem Sohn den Schmerz ersparen, den dieses Wissen über seinen Vater und die Umstände seines Todes für ihn mit sich bringen wird. Außerdem hat sie keine Erklärungen für ihren



DAS URTEIL

... zum Weiterdenken ...

Sohn parat. Denn sie versteht selbst nicht, wie es so weit kommen konnte.

Manchmal stellt uns das Leben vor unlösbare Fragen, die uns quälen und schmerzen. Dann kann es leichter scheinen, sich hinter Ausreden, Ablenkung oder Fantasien zu verstecken – in der falschen Hoffnung, dass der Schmerz sich irgendwann verflüchtigen oder zumindest nachlassen werde. Doch diese Art, Fragen auszuweichen und Tatsachen zu leugnen, zieht den Schmerz nur in die Länge. Denn die Verdrängung steht einer gesunden Verarbeitung der Trauer im Weg.

„Sagen Sie die Wahrheit.“ rät Mac, als Anna ihm von ihren Sorgen erzählt, und beruft sich damit auf ein uraltes Prinzip, das sich durch die Jahrtausende der Menschheitsgeschichte immer wieder bewährt hat: der Wahrheit ins Auge sehen, anstatt sich hinter Lügen und Ausreden zu verstecken. In **Johannes 8:32** heißt es:

Ihr werdet die Wahrheit erkennen, und die Wahrheit wird euch frei machen.

Wahre Freiheit ist in Verdrängung, Ausreden oder beschönigenden Fantasien nicht zu finden. Verletzung, Enttäuschung oder Verlust können wie ein Stachel in unserem Herzen sitzen und dort ihr Gift verströmen, wenn wir nichts dagegen unternehmen. Die Versuchung ist groß, die Wunde einfach zuzudecken und zu verbergen, anstatt sie zu reinigen und uns dem Schmerz zu stellen. Doch nur, wer der Wahrheit ins Auge sieht, kann innerlich heil werden. Die Wahrheit ist das Gegenmittel, das wir brauchen, um unsere Seele nicht von Schmerz und Bitterkeit vergiften zu lassen.

In einer späteren Filmszene sitzt Mac erneut mit Anna Wilkes auf deren Terrasse: „Ich würde zu gerne glauben, dass die Zeit meine Wunden heilt. Aber wann endlich kommt diese Zeit? Ich warte noch immer darauf.“

Was Mac in diesem Moment noch nicht begreifen kann, ist, dass Gott seinen Heilungsweg mit ihm längst begonnen hat. Denn Mac hat der Wahrheit ins Auge geschaut und sich seinem Schmerz gestellt. Er hat begriffen, dass er Hilfe braucht und diese in Anspruch nehmen darf: von anderen Menschen und von Gott selbst.

Fragen zum Weiterdenken und Diskutieren:

- Vermutlich hast du bei dir selbst oder bei anderen schon mal Verdrängung erlebt. Was waren die Folgen davon?
- Vielleicht fragst du dich genau wie Mac, wann dein innerer Schmerz endlich nachlässt und die Heilung beginnt. Dann versuche zu dir selbst ganz ehrlich zu sein: Könnte es Wahrheiten geben, die du zu verdrängen versuchst, weil sie dich zu sehr schmerzen?
- Was könnte dir dabei helfen, der Wahrheit ins Auge zu schauen?

DAS URTEIL

... zum Weiterdenken ...

DER WERT DES LEBENS

Gegen Ende des Films gibt Anwalt McClain sein letztes Statement zur Verteidigung seines Klienten Pete Thomason ab. Er bittet die Jury, über den Wert des Lebens nachzudenken und sich gegen die Todesstrafe und für das Leben zu entscheiden. Seine Worte sind aufrüttelnd: „Wir leben in einer Welt, die an Nächstenliebe arm ist: Menschen leiden. Menschen hungern. Aber keiner nimmt Rücksicht. Keinen scheint das zu interessieren.“

Mac bringt traurige Tatsachen über unsere Gesellschaft auf den Punkt: In einer Welt, in der Morde, Hungersnöte, Abtreibungen, Kriege und Gewaltverbrechen an der Tagesordnung sind, scheint ein Menschenleben keinen sonderlich großen Wert mehr zu haben. Täglich verhungern und leiden Tausende von Menschen, oft gerade Kinder. Haben wir uns daran gewöhnt? Oder verschließen wir Augen und Ohren davor? Wie abgebrüht, taub und blind wir auch sein mögen, es gibt einen, der sich mit dem Leid auf dieser Welt niemals abfinden wird; einen, der jeden Schrei der Verzweifelten hört und jeden Schmerz der Leidenden mitfühlt: Gott weiß um jeden einzelnen von uns und sorgt sich um alle Menschen. In **Matthäus 10,29–31** erklärt Jesus:

Nicht einmal ein Spatz, der doch kaum etwas wert ist, kann tot zu Boden fallen, ohne dass euer Vater es weiß. Selbst die Haare auf eurem Kopf sind alle gezählt. Deshalb habt keine Angst; ihr seid Gott kostbarer als ein ganzer Schwarm Spatzen.

Gott ist unser Schöpfer. Er selbst hat sich jeden einzelnen Menschen als wertvolles Unikat ausgedacht und uns das Leben eingehaucht. In **Epheser 2,10** steht:

Denn wir sind Gottes Schöpfung. Er hat uns in Christus Jesus neu geschaffen ...

Das Wort, das in dieser Übersetzung mit „Schöpfung“ wiedergegeben ist, lautet im griechischen Urtext *poiema*, was auch mit den Begriffen „Werk“, „Kunstwerk“ oder „Meisterwerk“ übersetzt werden kann. Wir können uns Gott als einen großen Künstler vorstellen, als Bildhauer, Töpfer oder Maler, der mit kunstfertiger Hand die blanke Leinwand des Universums mit Leben gefüllt hat. Er sprach und es wurde: Er dachte sich Planeten, Sterne und Galaxien aus. Er formte Kontinente und Ozeane, Berge, Täler, Flüsse, Seen, Gletscher, Vulkane und Wälder. Er schuf Tiere und Pflanzen aller Art und verteilte sie über die Erde. Und zuletzt krönte er die Schöpfung mit seinem wahren Meisterwerk und schuf liebevoll ein Wesen, das ihm ähnlich sein sollte: dich.

Du bist für Gott unendlich wertvoll, einzigartig und absolut unbezahlbar. Du bist sein Schmuckstück, sein Meisterwerk! Er hat dich zu seinem Bild geschaffen. In der Schöpfungsgeschichte in **1 Mose 1,27+28** steht:

So schuf Gott die Menschen nach seinem Bild, nach dem Bild Gottes schuf er sie, als Mann und Frau schuf er sie. Und Gott segnete sie ...

Gott höchstpersönlich hat dich gewollt und gemacht. Und Gott fabriziert keinen Schrott – auch wenn der Feind uns das immer wieder einreden möchte. Diese kleine, nagende Stimme in unserem Herzen



DAS URTEIL

... zum Weiterdenken ...

will uns weismachen, dass wir misslungen sind und keinen echten Wert besitzen. Doch das ist eine unverschämte Lüge. Die Wahrheit ist: Jeder Mensch ist wertvoll und von Gott geliebt. Gott ist stolz auf jeden einzelnen von uns und wünscht sich, dass wir den Wert unseres Lebens erkennen und schätzen.

„Das Leben ist kostbar und ein Geschenk Gottes, das man nicht zerstören darf.“ so fasst es Anwalt McClain in seinem letzten Statement an die Jury zusammen: „Das Leben ist wertvoll.“

Fragen zum Weiterdenken und Diskutieren:

- In welchen Situationen fühlst du dich wertvoll? In welchen Momenten hast du das Gefühl nichts (oder weniger als andere) wert zu sein?

Lies **Psalm 139,1-18**.

Herr, du hast mein Herz geprüft und weißt alles über mich.

Wenn ich sitze oder wenn ich aufstehe, du weißt es. Du kennst alle meine Gedanken.

Wenn ich gehe oder wenn ich ausruhe, du siehst es und bist mit allem, was ich tue, vertraut.

Und du, Herr, weißt, was ich sagen möchte, bevor ich es ausspreche.

Du bist vor mir und hinter mir und legst deine schützende Hand auf mich.

Dieses Wissen ist zu wunderbar für mich, zu groß, als dass ich es begreifen könnte!

Wohin sollte ich fliehen vor deinem Geist, und wo könnte ich deiner Gegenwart entrinnen?

Flöge ich hinauf in den Himmel, so bist du da; stiege ich hinab ins Totenreich, so bist du auch da.

Nähme ich die Flügel der Morgenröte und wohnte am äußersten Meer, würde deine Hand mich auch dort führen und dein starker Arm mich halten.

Bäte ich die Finsternis, mich zu verbergen, und das Licht um mich her, Nacht zu werden – könnte ich mich dennoch nicht vor dir verstecken; denn die Nacht leuchtet so hell wie der Tag und die Finsternis wie das Licht.

Du hast alles in mir geschaffen und hast mich im Leib meiner Mutter geformt.

Ich danke dir, dass du mich so herrlich und ausgezeichnet gemacht hast! Wunderbar sind deine Werke, das weiß ich wohl.

Du hast zugesehen, wie ich im Verborgenen gestaltet wurde, wie ich gebildet wurde im Dunkel des Mutterleibes.

Du hast mich gesehen, bevor ich geboren war.

Jeder Tag meines Lebens war in deinem Buch aufgeschrieben. Jeder Augenblick stand fest, noch bevor der erste Tag begann.

Wie kostbar sind deine Gedanken über mich, Gott! Es sind unendlich viele.

Wollte ich sie zählen, so sind sie zahlreicher als der Sand! Und wenn ich am Morgen erwache, bin ich immer noch bei dir!

- Welche Sätze sprechen dich besonders an?
- Was bringt dich darin zum Staunen?
- Welche Aussagen fallen dir schwer?
- Welche Gedanken sind für dich tröstlich?

DAS URTEIL

... zum Weiterdenken ...

In **Jeremia 29,11+12** steht:

Denn ich weiß genau, welche Pläne ich für euch gefasst habe, spricht der Herr. Mein Plan ist, euch Heil zu geben und kein Leid. Ich gebe euch Zukunft und Hoffnung. Wenn ihr dann zu mir rufen werdet, will ich euch antworten; wenn ihr zu mir betet, will ich euch erhören.

- Vertraust du Gottes Zusage? Wenn ja, was bedeutet das für dich und deine Probleme? Wenn nein, was hindert dich daran, diesen Zusagen zu vertrauen?
 - In welchen Fragen wünschst du dir eine Antwort von Gott?
-

VERBORGENE SCHÄTZE

Am Ende des Films klärt Staatsanwalt Joe Whetstone den reichen Unternehmer Alex Hightower über die wahren Umstände des Todes seiner Tochter Angela auf. Obwohl er während des Prozesses ein erbitterter Gegner von Anwalt McClain gewesen ist, erweist er ihm nun seine Hochachtung, indem er Angelas Vater erklärt: „Wäre McClain nicht so hartnäckig gewesen ... wer weiß, was noch passiert wäre.“ Alex Hightower erkundigt sich daraufhin nach Pete Thomason, der zu Unrecht des Mordes verdächtigt wurde und beinahe unschuldig zum Tod verurteilt worden wäre. Als er erfährt, dass dieser nun endlich aus dem Gefängnis entlassen wurde, meint er nachdenklich: „Thomason verdankt McClain alles.“ Darauf erwidert Joe Whetstone: „Wir anderen auch.“

Oft verdanken wir anderen Menschen viel Gutes in unserem eigenen Leben. Ein Sprichwort sagt: „Wer Wasser trinkt, soll sich an die erinnern, die den Brunnen gegraben haben.“

In gewisser Hinsicht hat Pete Thomason seinem Anwalt Mac McClain sein Leben zu verdanken. Denn Mac hat Pete geglaubt und für ihn gekämpft, als andere längst schon ihr Urteil über ihn gefällt hatten. Genauso ist Gott zu uns: Er hört niemals auf, an das Gute in uns zu glauben. Er traut uns zu, dass wir uns für den richtigen Weg entscheiden können, ganz egal was wir getan haben oder wie weit wir uns von ihm wegbewegt haben. Er wird nicht müde, uns in Liebe die Hand zu reichen, um uns zu helfen.

In **Jesaja 45,2+3** spricht Gott:

Ich will vor dir hergehen und einebnen, was sich dir in den Weg stellt. Ich werde Bronzetore zerschmettern und Eisenriegel zerbrechen. Und ich gebe dir Schätze, die im Dunkeln verborgen sind – geheime Reichtümer. Das alles tue ich, damit du weißt, dass ich der HERR bin, der Gott Israels, der dich bei deinem Namen ruft.

Gott kennt deinen Namen und er sieht die verborgenen Schätze in dir. Wenn andere sich von dir abwenden oder aufgeben wollen, steht er unerschütterlich zu dir. Er möchte dir die Reichtümer offenbaren, die er selbst in dich hineingelegt hat.



DAS URTEIL

... zum Weiterdenken ...

Fragen zum Weiterdenken und Diskutieren:

- Welche Menschen gibt es in deinem Leben, die fest an dich glauben und immer zu dir halten?
 - Was tun diese Menschen, um dir ihre Liebe und Treue zu zeigen?
 - Wie geht es dir mit Menschen, die unverbesserlich scheinen? Kannst du an das Gute in ihnen glauben?
 - Wer sind die Menschen, für die du dich mit aller Kraft einsetzen würdest, wenn sie in Schwierigkeiten wären?
 - Welche verborgenen Schätze könnte Gott in dich hineingelegt haben? (Wenn dir nichts einfällt, frag einfach mal andere.)
 - Wie fühlst du dich bei dem Gedanken, dass du anderen Menschen und vor allem Gott viel zu verdanken hast?
-

ADLERS SCHWINGEN

Wenn wir durch das Tal der Tränen gehen, können wir uns oft nicht vorstellen, dass unser Leben jemals wieder leicht und unbeschwert sein wird. Es scheint unmöglich, uns über die Tragödien und Widrigkeiten in unserem Leben zu erheben und frei wie ein Vogel in die Zukunft zu fliegen. Not und Leid können unserer Seele die Flügel stutzen. Gefühle wie Wut, Trauer, Hoffnungslosigkeit oder Einsamkeit können uns wie ein schweres Gewicht nach unten ziehen und uns am Boden der Depression festnageln.

Worauf richten wir in solchen Momenten den Blick? Was ist unser Focus?

Unsere Blickrichtung bestimmt unser Ziel. Wenn wir auf unsere Verletzungen starren und um den Schmerz in unserem Inneren kreisen, können wir den Teufelskreis der negativen Gefühle nie verlassen. Es ist wichtig, dass wir – inmitten der Zeit unserer Trauer – den Blick heben und auf den richten, der uns durch all den Schmerz und die Enttäuschung hindurch tragen kann.

In **Psalm 121,1-3** heißt es:

Ich schaue hinauf zu den Bergen – woher wird meine Hilfe kommen?

Meine Hilfe kommt vom Herrn, der Himmel und Erde gemacht hat.

Er wird nicht zulassen, dass du stolperst und fällst; der dich behütet schläft nicht.

Gott kümmert sich um uns, und er ist da, um uns zu helfen – selbst dann, wenn wir nichts davon spüren. Gott wirkt oft im Verborgenen. Und wir sehen häufig erst im Rückblick, wie sehr Gott für uns da war. Für den Schreiber von **Psalm 139,5** war das Wissen um Gottes Gegenwart ein großer Trost:

Du bist vor mir und hinter mir und legst deine schützende Hand auf mich.

Gott ist allezeit bei uns, um uns zu beschützen und aufzufangen.

Egal wie schlecht es uns geht, wie schwach wir uns fühlen oder wie dunkel es in unserem Inneren



DAS URTEIL

... zum Weiterdenken ...

gerade ist: Gott ist da. Und wenn wir ihn lassen, wird er uns zur richtigen Zeit die nötige Kraft schenken, damit wir über die Tragödien in unserem Leben hinwegfliegen und mit neuer Hoffnung weiterleben können.

In **Psalm 103,3–5** steht:

*Er vergibt mir alle meine Sünden und heilt alle meine Krankheiten.
Er kauft mich vom Tode frei und umgibt mich mit seiner Liebe und Güte.
Er macht mein Leben reich und erneuert täglich meine Kraft, dass ich wieder jung wie ein Adler werde.*

Der Adler ist ein majestätischer Vogel, der für uns Menschen ein Sinnbild für Kraft, Ruhe, Würde und Freiheit darstellt. Wie ein Adler zu fliegen, bedeutet für uns ein Emporschwingen über die Tiefen unseres Lebens und dieser Welt, einen Aufbruch in die Freiheit.

Auch **Jesaja 40,31** greift das Bild vom Adler auf:

... doch die, die auf den Herrn warten, gewinnen neue Kraft. Sie schwingen sich nach oben wie die Adler. Sie laufen schnell, ohne zu ermüden. Sie werden gehen und werden nicht matt.

Im Hoffen und Warten auf Gott kann unsere Seele neuen Atem schöpfen, wenn Angst, Trauer und Schmerz uns die Kehle zuschnüren.

Und wenn wir in uns selbst keine Kraft mehr finden, um zu hoffen und weiterzugehen, dann nimmt Gott selbst uns auf seine Schwingen, um uns durch die dunklen Zeiten hindurch zu tragen – so wie er es in **2 Mose 19,4** zugesagt hat:

Ich habe euch sicher hierher zu mir gebracht, so wie ein Adler seine Jungen auf seinen Flügeln trägt.

Wenn wir unseren Blick auf Gott richten und ihn fest im Focus behalten, können Schmerz und Enttäuschung uns nicht ewig am Boden festhalten. Zu Beginn des Films starrt Mac nur auf seinen Verlust. Er verliert sich in seiner Trauer und gerät immer mehr in die Dunkelheit der Depression, bis er schließlich keinen Sinn mehr in seinem Dasein sieht.

Am Ende des Films sehen wir einen verwandelten Mac: Er hat seine Blickrichtung geändert. In einem Treffen von Annas Gesprächsgruppe sagt er: „Mein Leben hat sich verändert, als ich aufhörte Gott zu fragen, warum meine Familie nicht mehr da ist und anfang ihm dafür zu danken, dass ich noch lebe.“

Fragen zum Weiterdenken und Diskutieren:

- Was ist dein Fokus in diesen Tagen? Worauf richtest du momentan deinen Blick?
 - Hilft dir das, worauf du schaust, zu fliegen?
 - Oder zieht es dich nach unten?
- Gibt es Menschen in deinem Umfeld, die sich in die Dunkelheit einer Depression verirrt haben?
 - Wenn ja, was könnte ihnen helfen?
 - Kannst du etwas für sie tun?
 - Ist es vielleicht notwendig, ihnen professionelle Hilfe zu vermitteln?

DAS URTEIL

... zum Weiterdenken ...

Lies **Philipper 4,8–13**:

Und nun, liebe Freunde, lasst mich zum Schluss noch etwas sagen: Konzentriert euch auf das, was wahr und anständig und gerecht ist. Denkt über das nach, was rein und liebenswert und bewunderungswürdig ist, über Dinge, die Auszeichnung und Lob verdienen. Hört nicht auf, das zu tun, was ihr von mir gelernt und gehört habt und was ihr bei mir gesehen habt; und der Gott des Friedens wird mit euch sein. Ich freue mich sehr und danke Gott, dass ihr euch wieder um mich sorgt! Ich weiß, dass ihr immer um mich besorgt wart, aber eine Zeit lang hattet ihr keine Gelegenheit mir zu helfen. Nicht, dass ich etwas gebraucht hätte! Ich habe gelernt, mit dem zufrieden zu sein, was ich habe. Ob ich nun wenig oder viel habe, ich habe gelernt, mit jeder Situation fertig zu werden: Ich kann einen vollen oder einen leeren Magen haben, Überfluss erleben oder Mangel leiden. Denn alles ist mir möglich durch Christus, der mir die Kraft gibt, die ich brauche.

- Was rät Paulus seinen Freunden?
- Was hat Paulus selbst geholfen, in schweren Zeiten nicht den Mut zu verlieren und trotz erlebten Mangels zufrieden zu sein?
- Worauf legt Paulus sein Focus?
- Was von dem, was Paulus hier aufführt, könnte in deiner momentanen Situation das Passende sein?

Überlege dir drei Dinge, für die du trotz allem Schweren in deinem Leben dankbar sein kannst.

UNSERE TIPPS



Film-Highlight: Weg der Wahrheit

Der neue Film von den Machern von „Tief verwurzelt“ erzählt eine wahre Begebenheit

Die bewegende Geschichte eines Mannes, der hoch fliegen und tief fallen musste, bevor er Gottes Gnade fand

Hansie Cronje ist der beliebteste Cricketspieler Südafrikas und als bekennender Christ für viele ein großes Vorbild. Doch dann wird er in einen Wettskandal verwickelt: Über Nacht wird der gefeierte Star zu einem verachteten Mann. Hansies Unehrlichkeit stellt auch eine zunehmende Belastung für seine junge Ehe dar. Er verliert sich immer mehr in Depressionen. Doch mit Gottes Hilfe wird sein Tiefpunkt schließlich zum Wendepunkt ...

Art.-Nr.: 210.209.000

Verlag: SCM Hänssler

Weitere Infos zu unseren Filmen gibt's unter <http://www.scm-haenssler.de/film>

DAS URTEIL

... zum Weiterdenken ...



Lebensnah und zuverlässig: Neues Leben – Die Bibel

Lebensnah, leicht verständlich und doch sachlich und inhaltlich zuverlässig - das zeichnet diese neue Bibelübersetzung aus. Sie ist - im wahrsten Sinne des Wortes - eine Übersetzung des biblischen Grundtextes, die die Gedanken des Originaltextes in der heute verwendeten Sprache wiedergibt.

ISBN: 978-3-7751-4947-1

Art.-Nr.: 394.947.000

Verlag: SCM Hänssler

**Die Neues Leben Bibel gibt's auch mit anderen tollen Motiven!
Erfahren Sie mehr in Ihrer Buchhandlung oder im Internet unter
<http://www.scm-haenssler.de/buch/glaube-praktisch/bibel-co>**

