

Gnade sei mit Euch und Friede von Gott unserm Vater und unserm Herrn Jesus Christus.
Amen.

Liebe Gemeinde!

In der einjährigen Ausbildung der Studentischen Telefonseelsorge gibt es immer wieder Themen, die Einzelne besonders herausfordern. Je nach Lebensgeschichte oder aktueller Lebenssituation fällt das ganz verschieden aus. Einige Ausbildungsinhalte schaffen es aber regelmäßig, fast alle Studierenden zu irritieren. Dazu gehört das Thema „Helfen“.

„Helfen“ weckt sofort positive Assoziationen. Jeder weiß, dass er schon Hilfe brauchte und hat sie hoffentlich bekommen. Gerade in den ersten Lebensjahren sind Menschen ohne Hilfe überhaupt nicht lebensfähig. Aber auch später geraten wir immer wieder in Situationen, in denen wir auf Hilfe angewiesen sind.

Wer sich für andere einsetzt, bekommt dafür Anerkennung. In der Schule wird soziales Verhalten gefördert. Ohne Hilfsbereitschaft würde das Zusammenleben gar nicht funktionieren. Auch die Bibel fordert soziales Engagement. Die Geschichte vom barmherzigen Samariter, der sich für den verletzten Menschen am Wegesrand einsetzt anstatt achtlos vorbeizugehen, kommt einem gleich in den Sinn.

Auf der anderen Seite erlebt sich niemand gerne als hilfsbedürftig. Schon Kinder entwickeln schnell den Drang, Dinge selber schaffen zu wollen. „Ich kann das alleine!“ ist ein Satz, den Eltern gut kennen. Nicht immer passt er zu den Fähigkeiten des Kindes. Aber das Bestreben nach Selbstständigkeit und Unabhängigkeit lässt Kinder immer wieder das Wagnis eingehen, die eigenen Grenzen zu überschreiten und sich weiterzuentwickeln. Mögliches Scheitern nehmen sie in Kauf. Wiederholtes Probieren führt schließlich meist zum Erfolg.

Später als Erwachsene bleiben Menschen ebenfalls auf Hilfe angewiesen: ein Unfall, Erkrankungen oder schleichende Prozesse wie das Altern können die Selbstständigkeit einschränken. Plötzlich klappen früher selbstverständliche Handgriffe nicht mehr, oder das Denken bereitet Mühe und die Merkfähigkeit nimmt ab.

Es fällt vielen Menschen schwer, diese Veränderungen zu akzeptieren und mit ihnen zu leben. Anders als Kinder haben sie manchmal keine realistische Hoffnung auf vollständige Wiederherstellung der Selbstständigkeit. Nicht wenige haben Angst davor, anderen zur Last zu fallen. Es fällt ihnen schwer, Hilfe anzunehmen oder nur danach zu fragen. Hilfsbedürftigkeit erleben manche als Niederlage.

Ganz anders fühlen sich die Helfenden. Die eigenen Fähigkeiten in den Dienst für Bedürftige zu stellen und dafür Dankbarkeit zu erleben, das kann die eigene Person im inneren Erleben enorm aufwerten. Ich kann mich nicht nur moralisch gut fühlen, sondern spüre auch noch meine Überlegenheit und Kompetenz.

Ein ehrlicher Blick auf die eigene Motivation des Helfens sollte deswegen zu jeder Ausbildung und Begleitung in einem helfenden Beruf oder Ehrenamt dazugehören. Andernfalls kann es leicht passieren, dass jemand in der vermeintlich starken Rolle des Helfenden die eigenen schwachen Anteile abwehrt und sich selbst überfordert. Außerdem wird sonst keine Begegnung auf Augenhöhe gelingen und die Hilfe geht womöglich an den Bedürfnissen vorbei oder verfestigt Abhängigkeit und Unselbstständigkeit.

Bei Lukas im Evangeliumstext hieß es vorhin:

Kann denn ein Blinder einem Blinden den Weg weisen? Werden sie nicht alle beide in die Grube fallen?

In dem kurzen Gleichnis wird dieser Gedanke prägnant auf den Punkt gebracht: Wir sind alle auf Hilfe angewiesen! Deswegen sind beide Seiten des Helfens, die eigene Hilfsbedürftigkeit und die eigenen Fähigkeiten zum Helfen die Seiten einer Medaille. Überheblichkeit ist nicht angebracht.

Das gilt umso mehr in dem im Evangelium weiter ausgeführten Fall des Kritisierens und Zurechtweisens. Auch diese Form, sich seinen Mitmenschen zuzuwenden, lässt sich als eine Form des Helfens verstehen. Schließlich will der Kritiker den Kritisierten auf Fehler hinweisen, die der Kritisierte dann in Zukunft vermeiden kann.

Doch so selbstlos kommt Kritik häufig nicht daher. Nicht selten steckt gehöriger Ärger hinter dem mehr oder weniger freundlichen Hinweis auf einen Fehler. Interessanterweise ärgern uns meist die Dinge an anderen am stärksten, die wir an uns selber nicht ertragen. Wiederum bringt Lukas das mit bewundernswerter Klarheit auf den Punkt:

Was siehst du den Splitter in deines Bruders Auge, aber den Balken im eigenen Auge nimmst du nicht wahr? Wie kannst du sagen zu deinem Bruder: Halt still, Bruder, ich will dir den Splitter aus deinem Auge ziehen, und du siehst selbst nicht den Balken in deinem Auge? Du Heuchler, zieh zuerst den Balken aus deinem Auge, danach kannst du sehen und den Splitter aus deines Bruders Auge ziehen.

Der Splitter im Auge des Bruders lässt sich offenbar viel leichter wahrnehmen, als der Balken im eigenen Auge. Damit beschreibt Lukas einen psychischen Vorgang, der fast zweitausend Jahre später als Projektion bekannt wurde. Es ist viel angenehmer die eigene Unzulänglichkeit in jemand anderem zu kritisieren als in mir selbst. Deswegen ist es kein Zufall, dass ich den eigenen Balken nicht wahrnehme. Gerade um den eigenen Makel nicht sehen zu müssen, schaue ich nicht auf mich, sondern auf mein Gegenüber, das mich so sehr stört. Dieser Mechanismus hält viele Konflikte aufrecht, die den Beteiligten unauflöslich erscheinen. Nur von außen lässt sich leicht sagen, dass hier Projektionen am Werk sind.

Besonders bitter wirkt dieser Mechanismus, wenn nicht nur kritisiert, sondern verurteilt und verdammt wird. Der Evangeliumstext von Lukas hat genau dieses Verhalten vor Augen:

Und richtet nicht, so werdet ihr auch nicht gerichtet. Verdammt nicht, so werdet ihr nicht verdammt. Vergebt, so wird euch vergeben. Gebt, so wird euch gegeben. Ein volles, gedrücktes, gerütteltes und überfließendes Maß wird man in euren Schoß geben; denn eben mit dem Maß, mit dem ihr messt, wird man euch zumessen.

Aber Lukas beschreibt nicht nur präzise die menschliche Neigung zu vorschnellem Urteilen und zeichnet in klaren Bildern den psychischen Mechanismus der Projektion. Er weist auch den Weg aus dieser fatalen Selbstbezogenheit. Denn die Kernaussage des Abschnitts steht als erster Satz und Überschrift über dem folgenden:

Seid barmherzig, wie auch euer Vater barmherzig ist.

Barmherzigkeit als Alternative zu Kritik, Urteil und Verdammnis. Das klingt erst einmal schlüssig. Wie jeder weiß, fällt es häufig schwer, im Alltag barmherzig mit Anderen umzugehen. Und wer ehrlich in sich hineinspürt, der wird vielleicht feststellen, dass nicht nur der barmherzige Umgang mit Anderen schwerfällt. Auch mit sich selbst barmherzig und gnädig zu sein, ist nicht immer leicht. Jede und jeder hat nicht nur Schokoladenseiten. Da begegnen auch die eigenen Schwächen, die persönlichen Fallen und Schwierigkeiten. Die Eigenschaften, die mir unangenehm und vielleicht auch peinlich sind. Dort hinzuschauen ist unangenehm. Dies mit einem liebevollen, barmherzigen Blick zu tun ist noch schwerer.

Gott tut aber genau das. Er sieht jede und jeden von uns mit diesem liebevollen, barmherzigen Blick an. Seine Liebe muss ich nicht gewinnen, indem ich mich besonders liebenswert darstelle und mich von meiner besten Seite zeige. Ich kann sie auf diese Weise gar nicht gewinnen. Denn Gott öffnet sich nicht für irgendeine Fassade von mir, sondern für meine ganze Person in allen Facetten – mit allem vermeintlich Liebenswertem und mit allem Dunklen und Fremden in mir. Ich bin ganz von ihm angenommen und geliebt.

Das nicht nur als Zusage zu hören, sondern auch tief im Inneren zu spüren, bleibt eine lebenslange Aufgabe, die mal mehr und mal weniger gut gelingt. Aber nichts weniger als das sagt Gott uns zu: Du bist als ganzer Mensch angenommen und geliebt.

Lukas beschreibt die Barmherzigkeit und Gnade, die Gott uns schenkt, wieder mit einem Bild:

Ein volles, gedrücktes, gerütteltes und überfließendes Maß wird man in euren Schoß geben.

Der Gewandbausch über dem Gürtel wurde in der Antike als Tasche benutzt. Sie wird von Gott übertoll gemacht. Aus dieser liebevollen Gnade und Barmherzigkeit leben wir als Christen. Wer das spüren und glauben kann, der wird auch mit sich selber barmherziger und gnädiger umgehen können. Aus diesem inneren Frieden heraus wird auch ein barmherziger Umgang mit anderen Menschen möglich. Dann muss ich niemanden abwerten, verurteilen oder verdammen, um eigenen inneren Spannungen aus dem Wege zu gehen. Dann kann ich mit mir selbst liebevoll umgehen und meinen eigenen Bedürfnissen die Aufmerksamkeit schenken, die sie brauchen. Und schließlich kann ich aus diesem inneren Reichtum heraus auch anderen hilfreich begegnen und mich für sie einsetzen.

Von Bernhard von Clairvaux, einem mittelalterlichen Mönch und Mystiker, wird ein kurzer Text überliefert, der diesen Gedanken in einem sehr schönen Bild verdeutlicht. Damit möchte ich gerne schließen. Er rät:

„Wenn du vernünftig bist, erweise dich als Schale, nicht als Kanal, der fast gleichzeitig empfängt und weitergibt, während jene wartet, bis sie gefüllt ist. Auf diese Weise gibt sie das, was bei ihr überfließt, ohne einen Schaden weiter. Lerne auch du, nur aus der Fülle auszugießen, und habe nicht den Wunsch, freigiebiger als Gott zu sein. Die Schale ahmt die Quelle nach. Erst wenn sie mit Wasser gesättigt ist, strömt sie zum Fluss, du tue das Gleiche! Zuerst anfüllen und dann ausgießen. Die gütige und kluge Liebe ist gewohnt überzuströmen, nicht auszuströmen. Ich möchte nicht reich werden, wenn du dabei leer wirst. Wenn du nämlich mit dir selber schlecht umgehst, wem bist du dann gut? Wenn du kannst, hilf mir aus deiner Fülle; wenn nicht, schone dich.“

Bernhard von Clairvaux (um 1090 - † 20. August 1153)*