

Serie: Von der Kirche im Dorf bis zum Stream auf Zoom:  
 Die Zukunft meiner Gemeinde | Teil 3

# ICH BIN NICHT GEREIZT ...



„Ich bin nicht gereizt ... und ich habe auch keinen Balken im Auge: Du bist das Problem!“, das ist genau die Antwort, die den Verdacht erhärtet: Du hast dich geärgert und reagierst genervt auf andere. Selten behaupten Menschen so penetrant und überzeugt, dass sie vollkommen sachlich und dabei natürlich absolut im Recht seien wie im Zustand des Ärgers, der Wut, des Zorns, der Bitterkeit, des Beleidigtseins.

Intuitiv gehen wir davon aus, dass an solchen Gemütszuständen in mir jemand anders schuld sein muss. Dann gehen wir auf die Jagd nach den Schuldigen: Mein Pastor, die Ältesten, meine Mitarbeiter, meine Angestellten, meine Frau oder mein Mann, meine Kinder usw. Wie bitter, wenn Menschen gerade jetzt in der Krise und der erzwungenen Distanz beschließen, mit ihrer Gemeinde zu brechen und andere Wege zu gehen. Gerade jetzt, wo Gespräch und Begegnung so wesentlich wären und wo wir selber unter dem Druck der Ereignisse immer wieder mal genervt und alles andere als sachlich sind.

Ich wüsste kaum jemanden, der es ehrlich sagt, wenn er beleidigt oder verbittert ist. Meist finden wir gute Gründe, warum wir jemanden kritisieren, herabsetzen, bloßstellen oder einfach komplett ignorieren. Da kommen vielleicht theologische Argumente ins Spiel oder Mängel am Charakter der kritisierten Person oder auch Geschmacks- und Traditionsfragen. Wer sich in seiner Gemeinde darüber ärgert, dass nicht mehr seine Lieblingslieder gesungen werden, wird vielleicht eher den zu lauten Schlagzeuger kritisieren, als offen zuzugeben, dass er seine persönlichen Wünsche nicht genug berücksichtigt findet. Wir Menschen sind Meister darin, andere über unsere negativen Gefühle zu täuschen. Glauben wir.

## „Nein, ich bin nicht gereizt ... mir gefällt nur dein Ton nicht“

Unter Druck fällt es uns schwerer, unsere geheimen Gefühle zu verbergen. Der Ärger bricht sich Bahn. Wir meckern (wieder) lauter. Das ist zumindest mein Eindruck aufgrund von Rückmeldungen, die bestätigen, dass in der jetzigen Krise manche Konflikte an die Oberfläche kommen, Menschen Gemeinden wechseln oder ganz verlassen, die Unzufriedenheit mit Leitung größer wird und der persönliche Ärger aufeinander generell zunimmt.

Da wir nicht offen sagen wollen, dass wir schlechte Laune haben, mit dem Leben generell und unserem im Speziellen unzufrieden sind, uns vielleicht gerade selbst nicht leiden können, leiten wir die Energie des Ärgers auf unsere Nächsten um. Wie schön, wenn nur der andere an meinem Ärger schuld ist. Dann müsste er sich nur ändern und schon würde es mir besser gehen. Wenn die Stimmung so richtig kocht, dann reicht schon der mir nicht genehme Tonfall des anderen, um ihm falsche Motive zu unterstellen und ihm die ganze Schuld an der Spannung in unserer Beziehung zu geben.

Ganz offen: meinen persönlichen Ärger merke ich am stärksten, wenn ich mich von meiner Ehefrau genervt fühle. Sie kommt allerdings schnell – für mein Gefühl viel zu schnell – dahinter, dass ich einfach nicht gut drauf bin und meine negativen Gefühle gerade als Kritik an ihr herauslasse.

## „Okay, ich bin gereizt ... und jetzt?“

Jetzt kommt die Jahreslosung ins Spiel und deren Interpretation durch Jesus selbst: *Seid barmherzig, wie euer Vater barmherzig ist. Richtet nicht, und ihr werdet nicht gerichtet werden. Verurteilt nicht, und ihr werdet nicht verurteilt werden. Sprecht frei, und ihr werdet freigesprochen werden. ... Wie kommt es, dass du den Splitter im Auge deines Bruders siehst, aber den Balken in deinem eigenen Auge nicht bemerkst? Wie kannst du zu deinem Bruder sagen: ›Bruder, halt still! Ich will den Splitter herausziehen, der in deinem Auge sitzt‹ – und bemerkst dabei den Balken im eigenen Auge nicht? Du Heuchler! Zieh zuerst den Balken aus deinem eigenen Auge; dann wirst du klar sehen und kannst den Splitter, der im Auge deines Bruders ist, herausziehen. (Lukas 6,36-37+41-42)*

Meine Reaktion auf diese Worte ist meist so ähnlich wie der Titel dieses Artikels: „Ich habe keinen Balken im Auge! Vielen Dank für die Unterstellung, aber ich sehe noch sehr gut, vor allem die Schwächen meiner Glaubensgeschwister und die Fehler meiner Mitarbeiter ...“

## Herzliche Einladung zur Balken-Schau

Meine Herausforderung an dich: Lies diesen Text von Jesus einmal nicht als Vorwurf, sondern als Einladung. Jesus lädt dich ein, von den Problemen frei zu werden, die dir Ärger verursachen. Dein Ärger über jemanden, der dir nahesteht, verrät ein Pro-



blem, das du hast. Indem du dieses Problem zum Ärger über deinen Nächsten werden lässt, wird es riesengroß, viel größer als das Problem deines Nächsten, so viel größer, wie ein Balken größer als ein Splitter ist. Aber es wird damit auch sichtbar. Du kannst jetzt endlich mal genauer hingucken, warum dich bestimmte Menschen oder Situationen immer wieder „triggern“, welche Reflexe in deinem Herzen anschlagen und wie du im Laufe deines Lebens zu diesen Reflexen gekommen bist. Vielleicht reagierst du gar nicht auf diesen unmöglichen Menschen heute, sondern bist getriggert durch eine Erinnerung an deinen Freund, der dich vor 30 Jahren mit seiner Lüge so tief verletzt hat. Du kannst frei werden, indem du deinen Balken anschaust.

Gereizt oder verärgert sein ist schrecklich – aber es ist eine Chance, dich selber mehr im Licht Gottes zu sehen und von Gefühlen frei zu werden, die weder dir noch deinem Nächsten noch deiner Gemeinde noch dieser Welt guttun. Mach einfach eine kurze Pause, wenn du dich ärgerst. Nimm nicht den schnellen Weg mit Vorwürfen an deinen Ehepartner, meckere nicht über deine Kol-

legen und jammere nicht über deine Gemeinde – sondern werde still vor Gott und frage Ihn mal so ehrlich wie möglich: „Herr, was ist da los mit mir?“

### I wanna be in the light ...

Diesen Song sang einst Charlie Peacock. Mich bewegt sein ehrlicher Verzweiflungsschrei: „Oh, what’s going on inside of me? I despise my own behaviour. This only serves to confirm my suspicions: I’m still a man in need of a Saviour.“ (Frei übersetzt: „Oh, was geht da vor in mir? Ich verachte mein eigenes Verhalten. Das bestärkt nur meinen Verdacht: Ich bin immer noch ein Mensch, der einen Retter braucht.)

Seelsorger, Coaches, Trainer und Psychologen können sehr gute Ratschläge geben, wie wir Ärger nutzen können, um uns selber besser zu verstehen und auch frei von Ärger zu werden. Ich empfehle jedem unbedingt, sich helfen zu lassen, der sich in diesem Kreislauf gefangen fühlt. Aber es gibt noch etwas darüber hinaus, kraftvoll und lebendig. Das ist der Heilige Geist in uns.

Er hat die Möglichkeit, giftige Pflanzen in unserem Herzen eingehen zu lassen, Wurzeln der Bitterkeit auszutrocknen, Früchte des Streits, der Verachtung und des Hochmuts zu entsorgen und gleichzeitig neue Frucht zu schaffen, die nach Güte, Freundlichkeit, Sanftmut etc. schmeckt. Darüber schreibt Paulus in Galater 5,16-26.

Ich bin mir sicher, dass jeder exzellente Gründe hat, der seine Gemeinde verlässt, ihre YouTube-Gottesdienste nicht mehr sehen will, von der Leitung enttäuscht ist, die Verletzungen nicht vergessen kann, die ihm zugefügt wurden, und was noch alles Narben auf seinem Herzen hinterlassen hat. Wir sind im Tiefsten davon überzeugt: Wir meckern nicht ohne Grund, und unsere Unzufriedenheit beruht wirklich auf Tatsachen, die im Versagen unserer Mitmenschen liegen.

Diese exzellenten Gründe, uns zu ärgern, nicht selten auch mit tiefen biblisch-theologischen Begründungen, sind die Dunkelheit, in der wir gefangen bleiben, wenn wir nicht den Sehnsuchtschrei nach Licht vor Gott ausschreien: „I wanna be in the light – ich will im Licht sein.“

Möglicherweise gefällt dir nicht, was du dann im Licht Gottes siehst. Dein Selbstbild wird durch die Wahrheit wahrscheinlich gekränkt. Heilung kann mit Schmerzen verbunden sein, und jeder Mensch vermeidet Schmerzen. Aber deine Seele hat die Chance, in liebevollen Begegnungen mit Jesus heil zu werden. Und geheilte Menschen wirken heilsam auf die Gemeinschaft.

### Ohne Corona wäre alles einfacher ...

Ja, die Pandemie-Krise verschärft Konflikte und Probleme, die schon vor der Krise da waren. Eine Ehe kommt unter Druck, eine

Familie kann sich nicht mehr ertragen, eine Gemeinde fliegt auseinander – weil jetzt der Ärger hochkocht, die Distanz größer wird und die Entscheidung, einfach zu gehen, leichter erscheint. Die Krise gibt dir aber auch die Chance, auf deinem Weg mit Jesus zu wachsen, zu reifen und ein Mensch zu werden, durch den Gott anderen Menschen größeren Segen schenken kann als vor der Krise. Die Krise lädt dich ein, deiner Traurigkeit und Enttäuschung auf den Grund zu gehen.

### Krisen haben Gottes Gemeinde noch nie aufhalten können

Im Gegenteil: Viele Gemeinden weltweit sind unter Druck stärker gewachsen als in bequemen Zeiten. Gottes Licht macht den Unterschied. Du entscheidest, wo du sein möchtest: In der Dunkelheit der Selbstrechtfertigung, des beleidigten Ichs, der Gefühle von Zurückgesetztsein und Nicht-beachtet-werden, der Haltung von Kritik und Unzufriedenheit – oder im Licht Gottes, wo Heilung und Erneuerung passieren.

Deine Gemeinde braucht jetzt deinen Mut, dich der Wahrheit zu stellen. Sie braucht deine Freundlichkeit, deine Barmherzigkeit, dein Wohlwollen. Gott braucht dich in deiner Gemeinde – fliehe nicht in die Dunkelheit deines Ärgers, sondern komm zum Licht Gottes. Dann wird es, auch für dich überraschend, heller werden in deiner Gemeinde.



**ULRICH NEUENHAUSEN**  
Herausgeber und  
Leiter von Forum Wiedenest

