

# Radio predigt

Viktor Jungo

**Ostern: Zuwendung  
zum Leben**

1 Joh 2, 3–10

Erich Theis

**Schlüssel zu  
wertvollen Beziehungen**

---

Herausgeber:  
Katholischer Mediendienst und  
Reformierte Medien

Christkatholische Radiopredigt  
**Ostern: Zuwendung zum Leben** 3  
Pfarrer Viktor Jungo  
Christkath. Pfarramt  
Schönenbuchstrasse 8, 4123 Allschwil

Evangelische Radiopredigt  
**Schlüssel zu wertvollen Beziehungen** 9  
Pastor Erich Theis  
Schweizer Pfingstmission  
Hochstrasse 53, 8200 Schaffhausen

ISSN 1420-0155

Herausgeber: Katholischer Mediendienst, Bederstrasse 76, 8027 Zürich,  
und Reformierte Medien, Badenerstrasse 69, Postfach, 8026 Zürich.  
Alle Rechte, auch die des auszugsweisen Nachdruckes, der fotografischen  
und audiovisuellen Wiedergabe sowie Übersetzungen bleiben vorbehalten.

Bestellungen und Versand:

Kanisius Verlag, Radiopredigt, Postfach 880, CH-1701 Freiburg,  
Telefon: 026 425 87 40, Fax: 026 425 87 43, E-Mail: verlag@canisius.ch.  
Erscheint wöchentlich. Einzelpreis sFr. 5.–. Abonnement-Versand monatlich.  
Jahresabonnement zirka 90 Predigten in 45 Broschüren, sFr. 52.–;  
übrige europäische Länder: € 38.50 bzw. sFr. 56.– (inkl. Porto);  
Übersee: € 40.50 bzw. sFr. 59.– (inkl. Porto).

Herstellung: Kanisiusdruckerei AG, CH-1701 Freiburg.

## *Ostern: Zuwendung zum Leben*

1 Joh 2, 3–10

Seit anfangs Jahr arbeite ich in Allschwil bei Basel. Den Altar der dortigen Dorfkirche schmückt ein Bild aus der Barockzeit. Es stellt die **Auferstehung Christi** dar: Unten im Bild sind Soldaten, die das Grab Jesu bewachen. Sie schauen entsetzt nach oben, denn die Grabplatte ist offen und darüber schwebt der Auferstandene. Jesus Christus entsteigt dem Grab als Sieger; nichts kann ihn im Tod zurückhalten. Das ist die Botschaft dieses Osterbildes.

### **Das Lichtwunder der Auferstehung**

Auf dem **Isenheimer Altar** hat dem Matthias Grünewald unvergleichlichen Ausdruck gegeben:

Hier schwebt Christus befreit von aller Erdschwere empor. Sein Körper ist reines Licht, hell leuchtend wie die Sonne – oder wie glühendes, reines Gold.

Davon zeugt auch das Grabtuch, das den Auferstandenen wie ein Gewand bekleidet. Unten, beim offenen Grab, ist es bläulich weiss. Dann geht seine Farbe über in Violett und Rot, um schliesslich am Körper Christi strahlend gelb zu leuchten. Der Auferstandene durchglüht richtiggehend den Stoff und gibt ihm eine neue Qualität.

In entsprechenden Farben strahlt auch ein Lichtkreis, der den Auferstandenen vom nachtschwarzen Sternenhimmel abhebt.

Das ganze Bild von Matthias Grünewald verkündet: In der Finsternis ist mit Jesus Christus ein Stern aufgegangen, ja die Sonne selbst.

Das bald 500-jährige Altarbild zieht auch heute Menschen in Bann. Die vielen Besucher im Unterlinden-Museum im elsässischen Colmar machen es deutlich. Die regenbogenartigen

Lichtfarben üben eine geheimnisvolle Faszination aus. Das Bild schenkt einen Blick in eine andere Dimension – vergleichbar der Aufnahme ferner Sternenwelten durch ein Riesenteleskop. Man kann darin versinken.

Bei solchem Schauen kann aber auch das alltägliche Leben entschwinden. Was ist der Alltag schon, wenn man um das ganz Grosse weiss? Man schliesst besser die Augen, um ungetrübt das wahre Licht zu sehen. Denn nichts kann seine Erkenntnis aufwiegen.

### **Erkenntnis Gottes**

Das meinen nicht nur einzelne Menschen und kleine Gruppen. Diese Haltung hat eine lange Tradition. Ja, im frühen Christentum gab es dafür sogar eine starke Bewegung, die sich **Gnosis, Erkenntnis** nannte. Sie trennte zwischen einer niedrigen materiellen Welt und dem jenseitig Göttlichen. Diesem galt es sich zuzuwenden und das Irdische und Schlechte zurückzulassen. Esoterische Lehren und geheimnisvolle Weihen ebneten den Weg dazu.

Einer solchen Weltverneinung widerspricht aber die Bibel. Auch die neutestamentlichen Schriften halten daran fest, dass die Welt die **Schöpfung Gottes** ist. Sie lebt aus seiner Gemeinschaft, aus seiner treuen Liebe.

Das zeigte sich in der vielfältigen Geschichte des Gottesvolkes im Alten Bund, von dem das Alte Testament erzählt. Das erwies sich auf herausragende Weise in Jesus Christus, dem Geschöpf gewordenen Sohn Gottes. In ihm hielt Gott seine Gemeinschaft durch, bis in den Tod, ja durch den Tod hindurch in die Auferstehung. Das Ende soll nicht der Untergang der Schöpfung sein, sondern ihre Vollendung im Leben ganz mit Gott.

An *dieser* Erkenntnis gilt es festzuhalten – in allem Dunkel dieser Welt, dem Menschen so gern entfliehen möchten. Das

betonte besonders auch der Evangelist Johannes, dem die Schau des Göttlichen alles andere als fremd war. In seinem ersten Brief schrieb er:

*«Das ist die Botschaft, die wir von Jesus Christus haben und euch verkünden:*

*Gott ist Licht, und keine Finsternis ist in ihm.»*

(1 Joh 1,5)

### **Gemeinschaft mit Jesus**

Das aber verlangt, fährt Johannes weiter, gerade nicht die (gnostische) Abkehr von der Welt. Denn Gemeinschaft mit Gott dem Licht gibt es nur in der **Gemeinschaft mit Jesus Christus**, seinem menschengewordenen Sohn.

Er hat sich in die geschöpfliche Existenz hineingegeben, in ihre Beziehungen mit allen hellen und dunklen Seiten. Gerade den Niedrigen, den Schwachen und Kranken hat er sich zugewendet, denen, die an Gebrochenheiten und Trennungen litten. Ihnen hat er die Zuwendung Gottes geschenkt, Heilung und innere Kraft zum Ganzwerden als Gottes Geschöpfe.

Gemeinschaft mit Jesus haben heisst, sich dem allem öffnen: sich nicht überheblich abkapseln, sondern sich hineingeben in die Gemeinschaftsbezüge unter uns Menschen – im Wissen um unsere Brüche und dunklen Seiten *und* im Wissen um Gottes Erbarmen, seine Verzeihung und seinen Beistand.

### **Gelebte Beziehung**

Das Erkennen Gottes ist zentral. Aber es muss **ganzheitlich** sein, nämlich lebendige, aktive Beziehung. Der Mensch weiss um Gott, weil Gott sich ihm eröffnet hat und nun sein Verhalten bestimmt. Gottes Gebote weisen die gute Lebensordnung.

Johannes benennt das in seinem Brief ganz prägnant – mit einer deutlichen Spitze gegen die weltflüchtige Erkenntnis der Gnosis:

«Wenn wir seine Gebote halten,  
 erkennen wir, dass wir ihn erkannt haben.  
 Wer sagt: *«Ich habe ihn erkannt!»* aber seine Gebote  
 nicht hält,  
 ist ein Lügner, und die Wahrheit ist nicht in ihm.  
 Wer sich aber an sein Wort hält,  
 in dem ist die Gottesliebe wahrhaft vollendet.  
 Wir erkennen daran, dass wir in ihm sind.  
 Wer sagt, dass er in ihm bleibt,  
 muss auch leben, wie er gelebt hat.» (1 Joh 2,3–6)

Dazu gehört grundlegend die **Nächstenliebe**. Wie Johannes abschliessend betont:

«Wer sagt, er sei im Licht,  
 aber seinen Bruder / seine Schwester hasst (oder auch  
 nicht beachtet),  
 ein solcher Mensch ist noch in der Finsternis.  
 Wer seinen Bruder / seine Schwester liebt, bleibt im Licht;  
 da gibt es für ihn kein Straucheln.» (1 Joh 2,9f)

## Gemeinschaft in der Kirche

Mit dem Reden von Bruder/Schwester verweist Johannes auf die christliche Gemeinde, die **Kirche**. In ihrer Gemeinschaft gilt es primär, die Liebe zu leben.

Für unsere Zeit ist das eine Zumutung. Umfragen machen deutlich: Ein grosser Teil der Bevölkerung bezeichnet sich als gläubig, aber nur wenige beteiligen sich am Leben der Kirche.

Doch diese **Privatisierung des Glaubens** verdunkelt die Osterbotschaft. Denn Jesus führt aus Abgrenzung und Vereinzelung heraus. In der mit ihm verbundenen Gemeinschaft, in der Kirche also, hat christliche Liebe ihren primären Raum: In der Verbundenheit von Menschen, die sich von Gott geliebt wissen, und die deshalb wagen, seine Liebe miteinander zu leben. Aus solchem Gehaltensein unter Brüdern und Schwestern her-

aus ist ein Wirken nach aussen möglich, die Hinwendung zu allen Geschöpfen Gottes.

Das zeigt sich gerade auch beim Isenheimer Altar von Matthias Grünewald. Denn er war für eine Klostersgemeinschaft bestimmt, die sich der Pflege von Schwerkranken annahm. Für diese Gemeinschaft gehörten das Schauen des göttlichen Lichtes, die von Liebe getragene Gemeinschaft und die Zuwendung zu Notleidenden aufs engste zusammen.

Entsprechend zeigen es die Bilder des Altares: Das «Lichtwunder der Auferstehung» war nur an Sonn- und Feiertagen zu sehen. Die Werkstage prägte die **Kreuzigung Jesu**, seine liebende Hingabe bis zum Letzten. Im Bild wird diese Liebe unter dem Kreuz aufgenommen: Der Jünger Johannes stützt und hält Maria, damit sie nicht vor Not und Schmerz zusammenbricht.

### **Zuwendung zum Leben**

Alles zusammen macht den Reichtum christlichen Lebens aus: die Schau der lichtvollen Vollendung *und* die Teilhabe am Licht in der Verbundenheit und Zuwendung.

Christen müssen sich nicht von einer gottlosen Welt abwenden, sie müssen sich auch nicht im Kampf gegen das Schlechte aufreiben, sondern sie dürfen das Leben immer neu als Geschenk Gottes leben.

Ich meine: Das darf auch heute aus der Osterbotschaft kommen, diese **Zuwendung zum Leben**, weil sich Gott uns Menschen und unserem Leben zugewendet hat.

Seine Nähe will das Leben durchglühen, ihm Wärme geben und Strahlkraft – wie auf dem Osterbild die Farben des Grabtuchs zeigen.

Und sie will auch Bewegung und Schwung bringen – wie es alte **Osterlieder** bekunden. Sie stehen in einem beschwingten Dreiertakt, einige gehen sogar auf Tanzweisen zurück. Die Texte

selber sind knappe Osterbotschaften, verknüpft mit dem Jubelruf des Halleluja: Gelobt sei Gott. Und häufig wird auch die frühlingshafte Natur einbezogen, die zu neuem Blühen, Wachsen und Reifen aufbricht:

«Die ganze Welt, Herr Jesu Christ,  
ob deines Sieges fröhlich ist.»



## *Schlüssel zu wertvollen Beziehungen*

Etwas vom Wertvollsten im Leben sind echte Freunde. Menschen, zu denen wir ein nahes und vertrautes Verhältnis haben und die uns akzeptieren, schätzen und lieben. Ich hoffe, dass Ihnen bei diesen Worten einige Personen in den Sinn kommen, die Ihr Leben reicher gemacht haben, Menschen, in deren Gegenwart Sie Beachtung und Wertschätzung erleben. Es ist aber auch wahr, dass gestörte oder gar zerbrochene Beziehungen etwas vom Schmerzlichsten im Leben sind.

In den kommenden Minuten, möchte ich mit Ihnen gerne über einige wesentliche Prinzipien nachdenken, die wertvolle Beziehungen erhalten oder auch wieder herstellen können.

Von Zeit zu Zeit führen meine Frau und ich Seminare über Ehe und Partnerschaft durch. Unser Wunsch dabei ist, die Teilnehmer in eine tiefere und erfüllendere Beziehung zueinander zu führen oder auch zu helfen, über Gräben, die entstanden sind, hinweg zu kommen. Wir alle, ob wir einen Partner haben oder allein leben, kommen mit Menschen in Berührung und stehen in Beziehungen. Je nachdem, wie sich diese Kontakte gestalten, wird unser Leben reicher oder ärmer, erfüllter oder belasteter. Was sind nun wesentliche Prinzipien – ich möchte sie eher «Schlüssel» nennen, die unsere Beziehungen angenehm und wertvoll machen oder auch erschweren können?

### **Ein «roter» und ein «schwarzer Ordner»**

In den Seminaren machen wir den Paaren bewusst, warum sie am Anfang ihrer Beziehung so liebevoll und herzlich miteinander umgegangen sind. Wir erklären ihnen folgendes:

«Als Sie Ihre Partnerin, bzw. Ihren Partner, kennen lernten und sich schliesslich in diese Person verliebten, hatten Sie eine Reihe bemerkenswerter, positiver Eigenschaften im Leben des anderen entdeckt: Vielleicht äussere Schönheit, Intelligenz, Herzewärme, Begabungen, gewinnende Ausstrahlung und ähnliches. Unbewusst sammelten Sie solche positiven Eigenschaften als «Pluspunkte» in Ihrem Innern. Diese prägten Ihre Vorstellungen und lösten angenehme Gefühle aus. Wenn jemand den Namen dieser Person nannte oder Sie an sie dachten, leuchteten Ihre Augen.»

Während wir so zu den Paaren sprechen, zeigen wir ihnen einen roten Ordner, auf dessen Vorderseite ein grosses «Plus-Zeichen» gedruckt ist und erläutern, dass wir alle in unserem Inneren unbewusst Ordner von Menschen anlegen und sie mit «Daten» füllen. In jeder Beziehung ist es doch so: Sind wir länger mit jemand zusammen und leben vielleicht noch auf engem Raum beieinander, gewöhnen wir uns langsam aneinander. Das anfänglich so interessante wird normal und verliert an Anziehungskraft. Zudem bringt der Alltag oft nicht nur schöne, sondern häufig auch unangenehme Erfahrungen mit sich. Wir erleben Enttäuschungen und erleiden Verletzungen. Der «rote Ordner», in dem all die positiven Eigenschaften verzeichnet sind, verliert langsam, unmerklich an Einfluss. «Minuspunkte» sammeln sich an.

Unbemerkt entsteht in uns ein «schwarzer Ordner», in dem wir die Minus-Seiten unserer Mitmenschen registrieren. Im Referat zeigen wir jetzt einen unansehnlichen schwarzen Ordner, auf dessen Vorderseite ein dickes «Minus» Zeichen zu sehen ist und erläutern den Teilnehmern die weitere Entwicklung so:

Am Anfang hält sich Positives und Negatives vielleicht noch die Waage, aber im Laufe der Zeit wird einer dieser beiden Ordner die Oberhand gewinnen. Zu oft ist es der Schwarze, der «Minus-Ordner», in welchem wir Enttäuschungen, unangenehme Erfahrungen, nicht erfüllte Erwartungen festhalten. Mehr und

mehr kann dann Negatives, Pessimistisches und Nachtragendes unsere Beziehung zu diesem Menschen belasten.

Die Gefahr ist jetzt gross, dass wir uns innerlich von dieser Person, die wir einmal so geschätzt haben, zurück ziehen und an der Beziehung zu zweifeln beginnen. – Das ist nicht nur bei Paaren so, sondern kann sich ähnlich bei jeder Art von Kontakten abspielen.

Viele Beziehungen geraten dann in eine kritische Phase und können zerbrechen. Die hohe Rate der Ehescheidungen ist dafür ein unübersehbares Indiz. Vielen scheint dabei aber nicht bewusst zu sein, was in ihrem Inneren abläuft.

Wenn wir den Seminarteilnehmern diese Zusammenhänge vor Augen führen, weisen wir sie auf einen ganz wesentlichen Rat aus dem Neuen Testament hin. Im Brief an die Philipper finden wir folgende Anweisungen: *«...orientiert euch an dem, was wahrhaftig, gut und gerecht, was anständig, liebenswert und schön ist. Wo immer ihr etwas Gutes entdeckt, das Lob verdient, darüber denkt nach»* (Phil 4,8)

Der Schöpfer, der die Abläufe in unserem Inneren kennt und weiss, wie Beziehungen wertvoll und schön bleiben, gibt uns hier einen wichtigen Schlüssel in die Hand: Er ermutigt uns, unsere Aufmerksamkeit nicht auf die Fehler und Schwächen unserer Mitmenschen zu richten, sondern *die* «Daten» zu sammeln, die gut, liebenswert und schön sind. Dieser Schlüssel gilt nicht nur Paaren, sondern öffnet jedem von uns Türen zu den Herzen unserer Mitmenschen. Wer von uns hört nicht gerne positive Worte über sich? Sind wir nicht alle für Beachtung und Wertschätzung empfänglich?

Bekommt meine Frau von mir öfter zu hören: «Ich liebe dich – Du bist mir so wertvoll – Ich bewundere dich – Ich würde dich heute wieder heiraten ...», dann spürt sie, was ich letztlich auch

über sie denke. Sind meine Worte harsch, vorwurfsvoll, anklagend, weiss sie, wie negativ meine innerste Einstellung ihr gegenüber ist.

Darum sagt Jesus: «*Wie es im Herzen eines Menschen aussieht, das erkennt man an seinen Worten*» (Mt 12, 34b). Anders ausgedrückt: Was wir im Inneren ansammeln – oder in unserem Bild gesprochen: welchen «Ordner» wir über Menschen anlegen – wird sich früher oder später meistens durch unsere Lippen äussern. Wir sprechen aus, was wir im Herzen über den anderen gespeichert haben. Ist meine Denkweise eher negativ geprägt, werden meine Beziehungen bald belastet sein und möglicherweise sogar dadurch zerbrechen.

An dieser Stelle fordern wir die Paare zu einem folgenreichen Schritt heraus. Dieser Schritt kann aber nicht nur Paaren, sondern jedem von uns helfen, dunkle Erinnerungen, angestaute Wut und unverarbeitete Erfahrungen der Vergangenheit los zu werden:

Wir ermutigen sie, sich der negativen Daten, die sie im Laufe der Zeit über angesammelt haben, bewusst zu werden, aber *dann* den «schwarzen Minusordner» zu entsorgen. Wir sind uns dabei völlig im Klaren: Das ist leichter gesagt als getan!

Negative Ansichten über den Partner, den eigenen Vater, die Mutter, über Nachbarn oder Kollegen, können tief sitzen und enorme Kraft haben. Es gelingt uns gewöhnlich nicht in eigener Macht, Herr über diese Gedanken und schmerzenden Gefühle zu werden, die wir unter Umständen über Wochen, Monate, ja vielleicht sogar über Jahre angesammelt haben. An dieser Stelle weisen wir auf eine grössere Kraft als unsere eigene hin.

Wir erläutern, dass es einen Platz für uns Menschen gibt, wo wir all unsere inneren Lasten abladen und loswerden können. Vor 2000 Jahren hat Gott ein Heilmittel für unsere tiefsten Verletzungen, Sorgen, unsere Sünden und Bindungen geschaf-

fen. – Nicht durch eine Pflanze oder eine magische Kraft, sondern in einer Person: In Jesus Christus!

Als Er an das Kreuz geschlagen wurde, nahm er unsere Schäden, unsere Ängste und Schuld auf sich. ER identifizierte sich mit uns und nahm am Kreuz die dunkelsten Seiten unseres Lebens auf sich.

Jetzt gibt es einen Ort, wo wir alle unsere «Minus-Ordner» loswerden können und einer Kraft begegnen, die uns aus dem negativen Denken und unseren unbewältigten Erfahrungen heraushilft und mit tiefer Liebe heilt. Das lässt sich auch im Blick auf schmerzliche Erinnerungen erfahren, die schon lange zurück liegen mögen.

Jeder von uns ist von Gott eingeladen die «dunklen Ordner» seines Lebens bei Ihm los zu werden. Solche «schwarzen Ordner» betreffen manchmal nicht nur andere Menschen, sondern können auch gegen uns selbst gerichtet sein in Form von Selbstablehnung und Minderwertigkeitsgefühlen.

Vielleicht klingt Ihnen das zu einfach oder zu fromm dieses Konfliktpotential bei Jesus ablegen zu können. Wenn wir aber zu glauben und dann auch zu begreifen beginnen, dass die ans Kreuz geschlagenen Hände Jesu sich eigentlich nach uns ausstrecken, damit wir unsere Lasten bei Ihm abladen, erfahren wir die Kraft, die von IHM ausgeht.

Sie macht uns fähig auch unseren Mitmenschen, besonders unserer engsten, ihre Fehler zu verzeihen. Wenn wir anderen vergeben, verzeiht Gott auch uns, sagt Jesus. Durch Vergebung entlasten wir unseren Nächsten, aber auch uns selber.

So entsteht wieder Raum in unserem Inneren für wohlwollende, liebevolle und positive Gedanken. Jetzt bekommt der «rote Plus-Ordner» wieder Platz. Die Beziehung zu unserem Nächsten bekommt eine neue Richtung.

Verändern wir mit Gottes Hilfe unser Denken, können wir zunehmend auch wieder eine andere Sprache sprechen. Wir

sehen wieder das Gute, Lobenswerte und bringen einander Achtung und Wertschätzung entgegen. Dabei werden wir staunend feststellen, welche positive und verbindende Wirkung das auf unsere Beziehungen ausübt.

Unsere eigene Ehe hat auf diesem Weg eine so erstaunliche Qualität erfahren. Das gleiche beobachten wir bei anderen, die diese Schlüssel zu wertvollen Beziehungen annehmen und in der Praxis anwenden. Sie verändern nicht nur Ehen, sondern sind ebenso in jeder anderen menschlichen Verbindung wirksam..

Von Herzen wünsche ich Ihnen viele ermutigende Gedanken und Worte für Sie selber und für die Menschen, mit denen Sie Ihr Leben teilen oder Ihren Alltag verbringen.



## **Nur vier gute Gründe, die Radiopredigt zu abonnieren:**

- wenn Ihnen eine Predigt gefallen oder geholfen hat, können Sie sie so immer wieder zur Hand nehmen;
- wenn Sie die Sonntagspredigten nicht regelmässig hören können, hilft Ihnen ein Abonnement, keine davon zu verpassen;
- wenn Sie jemandem eine dauerhafte und sinnvolle Freude machen wollen, dann schenken Sie ihm ein Abonnement;
- wenn Sie Anregung und Hilfe für Ihre eigenen Predigten suchen, kann Ihnen die Radiopredigt behilflich sein.

Jährlich erscheinen ca. 90 Predigten in 45 Broschüren (Format A5), als Abonnement für jährlich nur Fr. 52.–, aber auch eine einzelne Broschüre (2 Predigten) können Sie zum Preis von Fr. 5.– bestellen. (Zahlung in bar oder per Einzahlungsschein). Die Preise für das europäische Ausland und Übersee sind dem Impressum zu entnehmen.

Hiermit bestelle ich  
\_\_\_\_\_ (Geschenk-)Abonnement der Radiopredigt Fr. 52.–

**Für Abonnemente erhalten Sie einen NEUEN Einzahlungsschein.  
Zahlen Sie das Abonnement erst NACH Erhalt unserer Rechnung!**

### **Empfängeradresse:**

\_\_\_\_\_  
Name, Vorname:

\_\_\_\_\_  
Strasse:

\_\_\_\_\_  
PLZ, Ort:

### **Rechnungsadresse:**

\_\_\_\_\_  
Name, Vorname:

\_\_\_\_\_  
Strasse:

\_\_\_\_\_  
PLZ, Ort:

\_\_\_\_\_  
Datum, Unterschrift:

Bestellschein einsenden an:

**Kanisius Verlag, Radiopredigt, Postfach 880, CH-1701 Freiburg**

**Machen Sie (sich) eine Freude!**