

Predigt 11.1.2026 Aufatmen 1 (Ortberg)

1. Die geistlichen Impulse heute kommen aus der christlichen Glaubenszeitschrift „Aufatmen“. Überzeugte und erfahrene Christen, oft Pastoren, schreiben hier über ihre eigenen Lebens- und Glaubenserfahrungen und die Erfahrungen von Menschen, die sie kennengelernt haben, mit Gott. Heute geht es darum, wie wir mit unseren Schwächen und Problemen Heilung finden und standfest werden.
2. John Ortberg aus den USA schreibt über die „Gemeinschaft der verdorrten Hand“. Er erzählt, wie Pastoren in Äthiopien in Afrika die Geschichte von dem Mann mit der verdorrten Hand aus Lukas 6 hören und dann beginnen, von ihren eigenen Unzulänglichkeiten zu sprechen. Ein Gespräch, das sie verändert und befreit.
3. Die Gemeinschaft der verdorrten Hand. Vor 35 Jahren war ich gemeinsam mit einem anderen Pastor namens Paul als Referent zu einem zweitägigen Treffen einer kleinen Gruppe von Pastoren in Äthiopien eingeladen. Damals trafen sich die dortigen Kirchen im Untergrund. Äthiopien wurde von einem brutalen marxistischen Diktator namens Mengistu regiert, unter dessen Herrschaft Hunderttausende starben.
4. Paul sprach über eine Geschichte aus den Evangelien von einem Mann mit einer verkrüppelten oder verdorrten Hand. (Lukas 6, 6-11) Paul sprach vor allem über die Schwäche und Unzulänglichkeit des Mannes. Seine rechte Hand war unbrauchbar – die Hand, mit der er arbeiten und Dinge erledigen konnte.
5. Die meisten Menschen, von deren Heilung im Neuen Testament berichtet wird, kommen zu Jesus und bitten ihn darum. Der Mann mit der verkrüppelten Hand hat nicht um Heilung gebeten. Wir wissen nicht, warum. Vielleicht schämte er sich für seine körperliche Beeinträchtigung. Vielleicht verbarg er seine Hand in seinem Gewand und hoffte, dass niemand seine Behinderung bemerken würde.
6. Aber Jesus bemerkte es. Und er sprach ihn an: „Komm her und stell dich hier in die Mitte.“ Zeig, wofür du dich schämst. Enthülle deine Schwäche. Dann stand der Mann auf. Alle starrten auf seine Hand. Auch die Leute starrten auf seine Hand, von denen sich der Mann am meisten wünschte, dass sie nicht da wären.
7. Körperlich unversehrte, leistungsfähige religiöse Menschen mit starken rechten Händen, die mit ihren gesunden Zeigefingern auf die Sünder und die Beschämten zeigen. Dann sprach Jesus ein zweites Mal und sagte: „Streck deine Hand aus.“ Jesus lenkte die Aufmerksamkeit auf die Behinderung des Mannes, auf den Körperteil, für den er sich am meisten schämte.
8. Immer wieder erinnerte Paul in dem heißen, überfüllten Raum in Äthiopien daran, dass Jesus den Mann aufforderte, genau das zu tun, was der Mann nicht tun konnte: „Streck deine Hand aus.“ Und so ist es auch bei uns, sagte Paul. Was Gott von uns verlangt, das ist genau das, was wir nicht tun können. Dann geschah etwas. Diese Pastoren begannen, das zu tun, was auch der Mann in der Geschichte tat. Sie gaben Einblick in ihre Schwächen.
9. Sie baten um Hilfe. Sie standen von ihren Stühlen auf und begannen zu beichten. Sie sprachen über ihre Angst vor der Regierung und davor, verhaftet zu werden. Sie sprachen von ihrem Neid auf den Auftrag anderer oder auf deren Familie, deren Aussehen oder deren Zuhause. Sie beklagten ihre tiefe Unzulänglichkeit. Sie sprachen von Streitigkeiten in ihren kleinen Gemeinden. Und irgendwie war eine Kraft spürbar.
10. Wie der Mann mit der verdorrten Hand von Jesus geheilt wurde, so wurden Beziehungen geheilt. Menschen wurden innerlich erneuert. Hoffnung wurde neu entfacht. Das ereignete sich, weil sie ihre Ohnmacht zugaben. Hoffnung wuchs auf, weil die Menschen etwas so verzweifelt ersehnten, dass sie nichts mehr zu verlieren hatten und nichts mehr verbergen wollten.
11. Heilung ereignete sich durch das schmerzhaftes Eingeständnis von Hässlichkeit, Angst und Scham. Es ereignete sich durch die Gemeinschaft der verdorrten Hand. So können wir eine Gemeinschaft von Menschen nennen, deren Schmerz und Gebrochenheit nicht länger verborgen bleiben und die gerade aus der Offenbarung

ihrer Schwäche ungeahnte Kraft von Gott und anderen Menschen schöpfen.

12. Es ist ein widersprüchlicher Ort, an dem die Bekenntnisse, von denen du glaubst, dass sie dich umbringen werden, dich innerlich lebendig machen. Und an dem die Erfahrung deiner Hilflosigkeit dir neue Kraft gibt, anderen zu helfen. Es ist auch ein Ort, an dem die Scham ihre Macht verliert, weil Menschen mit Wunden besonders willkommen sind.
13. Jesus verkehrte besonders mit solchen eingeschränkten und ausgegrenzten Menschen. Tatsächlich verkörperte Jesus selbst diese Ausgrenzung und Verwundung. Er trug buchstäblich das Zeichen der Kreuzigung in den Handflächen seiner mit Nägeln durchbohrten Hände. Und sein auferstandener Körper trug diese Zeichen weiter – er lud Thomas ein, sie zu betrachten und zu berühren. Jesu Wundmale wurden zum Zeichen seiner Herrlichkeit.
(John Ortberg, *Die Gemeinschaft der verdorrten Hand, Aufatmen 4/2025, 69+70, gekürzt und bearbeitet von Götz Weber*)

14. Predigt Aufatmen 2, 11.1.26 (Härry)

15. Thomas Härry aus der Schweiz berät oft Menschen, die nach außen hin Erfolg haben, aber mit inneren Lebenskrisen kämpfen. Er sagt: Es kommt darauf an, durch diese inneren Krisen gut hindurchzugehen und standfest zu werden. Gott der Vater und Jesus sind dabei die großen Vorbilder in der Standhaftigkeit.
16. Thomas Härry schreibt: Wir denken manchmal, die herausforderndsten Turbulenzen in unserem Leben würden von außen kommen: ein Konflikt, ein finanzieller Engpass, eine vernichtende Kritik. Ja, solche Dinge können uns hart treffen. Tatsächlich machen uns in vielen Fällen die daraus resultierenden inneren Turbulenzen mehr zu schaffen als die äußeren. Sie können uns verunsichern, lähmen oder wütend machen.
17. So ist es oft nicht ein äußerer Anlass, der uns zusetzt, sondern die Spuren, die ein solcher Sturm in unserem Inneren hinterlässt. Die meisten äußeren Turbulenzen

setzen uns deshalb zu, weil sie innere verursachen. Fehlt einer Person die nötige innere Stabilität, kann daraus ein Maß an Verunsicherung entstehen, welches in keinem Verhältnis zum ursprünglichen Auslöser steht.

18. Immer wieder kommen Menschen zu mir und suchen Rat, weil bestimmte innere Turbulenzen ihnen den Schlaf rauben und sie an sich selbst zweifeln lassen. Samuel arbeitet in der IT-Branche und leitet ein Team von Softwareentwicklern. Sein Team zu führen ist anspruchsvoll, denn es fehlt im gegenseitigen Umgang an Wertschätzung und guter Kommunikation.
19. Was ihm aber am meisten zu schaffen macht, ist die Tatsache, dass er und seine Frau Barbara keine Kinder bekommen können. Kinder zu haben gehörte zu einem seiner größten Lebensträume. Nun streiten sich er und seine Frau zunehmend. Vor zwei Wochen hat er Barbara im Affekt geschlagen. Samuel ist verwirrt, enttäuscht und am Ende.
20. Anna leitet ein Hilfswerk mit mehreren Angestellten. Sie ist eine richtige Powerfrau und sprüht nur so von Ideen. Doch siebürdet sich zu viel Arbeit auf. Sie deckt ihre Enttäuschung darüber, noch keinen Mann gefunden zu haben, mit Arbeit zu. Sie flüchtet sich in die Überbeschäftigung, um ihren Schmerz nicht spüren zu müssen. Sie läuft seit Wochen am Anschlag. Angstträume und Schlaflosigkeit setzen ihr zu.
21. Samuel und Anna hilft man nicht mit Programmen, wie sie ihren Job besser machen und ihr Team effizienter leiten können. Sie brauchen Hilfe, wie sie mit ihren eigenen Lebenskrisen umgehen können. Als Jesus seine zwölf Jünger in drei Jahren ausbildete, sprach er viel über den Umgang mit Missgunst, innerem Zwiespalt, mit Sorgen, den Gefahren der Macht, der eigenen Neigung zur Sünde und zur Unversöhnlichkeit.
22. Jesus will Menschen helfen, sich den großen, existenziellen Kämpfen ihres Lebens zu stellen. Jesus will uns helfen, innere Turbulenzen zu bewältigen. Jesus will uns helfen, standfest zu werden. Standfest werden wir durch gut bewältigte Krisen, indem wir uns in Erfolg, Misserfolg, Fehlern und Schmerzen bewähren.

Standfestigkeit ist die Frucht einer immer wieder neuen Ausrichtung auf dasselbe, lohnende Ziel.

23. Standfestigkeit entsteht, wenn das Innere und das Äußere eines Menschen übereinstimmen. Wenn Gewohnheiten zu guten inneren Haltungen und Werten führen, die wiederum in ein reifes Handeln und Verhalten münden. Wie kommt es dazu? Die Bibel sagt: die entscheidende Rolle spielen dabei nicht wir selbst. Unsere Standfestigkeit beginnt nicht bei uns selbst, sondern bei Gott.
24. Wer Standfestigkeit und Ausdauer in sich trägt, ist beständig, unbestechlich, widerstandsfähig und verlässlich. Diese Eigenschaften finden sich vor allem bei Gott. Er ist standhafter, verlässlicher und ausdauernder als wir alle. Das zeigt sich besonders in seiner Treue gegenüber uns Menschen.
25. Es gibt kein Wesen im Universum, dass uns mit so viel Geduld begegnet, wie Gott es tut. Gott ist ungebrochen willig, genau diejenigen weiter zu segnen, zu retten und zu erneuern, die es ihm schwer machen. Es ist schwer zu begreifen, aber dieser Gott gibt einfach nicht auf! In Römer 15 nennt Paulus ihn „den Gott der Geduld“, den „Gott der Standhaftigkeit“ (Vers 5).
26. Im Neuen Testament zeigt sich Gottes Standhaftigkeit in seinem Sohn Jesus Christus. Wir können uns deshalb an seinem Beispiel orientieren und bei ihm lernen, was es heißt, ein von Ausdauer und Standfestigkeit geprägter Mensch zu werden: „Wir wollen mit Ausdauer laufen in dem Wettlauf, der vor uns liegt, und dabei auf den schauen, der unserem Glauben vorangeht und ihn vollendet: auf Jesus. Im Blick auf die vor ihm liegende Freude erduldet er das Kreuz.“
27. Er ignorierte die Beschämung, die man über ihn brachte und setzte sich nach seiner Auferstehung zur Rechten von Gottes Thron. Haltet euch diesen Jesus vor Augen, der von Seiten der Sünder solchen Widerstand in Kauf nahm. Das hilft euch, nicht müde und mutlos zu werden.“ (Hebräer 12,1b-3) In Gethsemane – vor seiner Festnahme und anschließenden Kreuzigung -kämpfte Jesus mit der

Zerrissenheit, die sich angesichts seines Leides in seinem Inneren breitmachte.

28. Die Worte aus Hebräer 12 beschreiben die Haltung, die am Ende in seinem Inneren die Oberhand gewann. Auch unter widrigsten Umständen blieb Jesus standhaft, obwohl es ihm großen Schmerz, Tränen und Demütigung kostete. Und so wird auch hier deutlich: Standfestigkeit beginnt nicht bei dir und bei mir. Das glaubwürdigste Modell der Standhaftigkeit in Menschengestalt ist Jesus, der Sohn Gottes. *(Thomas Härry, Rein in den Sturm, Aufatmen 4/2025, 75-77, gekürzt und bearbeitet von Götz Weber)*