

Kommunikation

Lektion 6

Mit Problemen umgehen

Ziel: *Als Christ lernen mit Problemen umzugehen.*

EINLEITUNG

- I. Jeder Mensch hat Probleme, egal in welcher Kultur er lebt.
 - A. Probleme machen vor keiner Person Halt.
 - B. Oft sind sie mit andern Personen verknüpft.
 - C. Menschen jeden Alters gehen früher oder später durch schwierigere Zeiten im Leben.
 - D. Auch Christen werden von Problemen nicht verschont.
- II. Die Frage ist: Wie gehen wir mit den Problemen um?
 - A. Wie reagieren Christen auf Probleme?
 - B. Was lernen wir aus der Bibel, wie wir mit Problemen des Lebens fertig werden?

HAUPTTEIL

I. Probleme sind real

- A. Es gibt Religionen, die lehren, dass Probleme nicht real sind.
 1. Die christliche Wissenschaft lehrt z. B.,
 - a) dass Krankheit eine Illusion ist und
 - b) dass alles Materielle nicht existiert.
 2. Demzufolge ist Krankheit und Schmerz bloss ein Produkt falschen Denkens.
- B. Im Gegensatz dazu lehrt die Bibel, dass die Erfahrungen echt sind, die wir mit unseren Sinnen machen.
 1. Wir existieren wirklich und sind aus Fleisch und Blut.
 2. Auch die Welt um uns ist real, samt ihrer Schönheit und Hässlichkeit, ihren Verheissungen und Bedrohungen.
 3. So wie es Vulkane und Tsunamis gibt, so gibt es auch Enttäuschungen und Krankheiten, die auf unser Leben negativ einwirken können.

II. Probleme sind zu erwarten

- A. Wir sollten nicht überrascht sein, wenn wir im Leben Problemen begegnen.
 1. Denn wo Menschen sich begegnen, da sind Probleme vorprogrammiert.
 2. Wir leben in einer gefallenen Welt und wir Menschen sind unvollkommen (das alleine ist schon ein Problem).
 3. Nachdem Adam und Eva von der verbotenen Frucht assen, mussten sie und ihre Nachkommen für diese Sünde leiden.
 4. Besonders die Gläubigen werden von Problemen nicht verschont, weil sie durch die Gemeinde in engerer Gemeinschaft zu andern Menschen stehen.
 5. Gott hat keinem Menschen auf Erden ein problemfreies Leben versprochen.
 6. Im Gegenteil! Gott will, dass wir manchmal Probleme haben!
- B. Es gibt allerdings auch Prediger, die ein Evangelium voller Gesundheit und Reichtum verkündigen.
 1. Sie versprechen allen, die ein treues christliches Leben führen, ein sorgenfreies Leben, ohne Krankheiten und Enttäuschungen.
 2. Sie behaupten sogar, dass das Leben eines wirklich Gläubigen erfolgreich verlaufen wird.
 3. Was aber lehrt die Bibel?
- C. Wenn wir im AT lesen, dann könnte manchmal schon der Eindruck entstehen, dass ein erfolgreiches Leben ohne Probleme, die Folge eines gottwohlgefälligen Wandels sei.

1. Z. B. Abraham, Isaak und Jakob waren erfolgreiche Patriarchen.
 2. Materielle Segnungen waren eng mit dem Gehorsam gegenüber dem Gesetz verbunden (Segen oder Fluch: Lev 26,1-13; Dtn 28,1-14).
 3. Dtn 29,8: *„So haltet nun die Worte dieses Bundes und handelt danach, damit ihr **Erfolg** habt bei allem, was ihr tut.“*
 4. Josua 1,8: *„Dieses Buch der Weisung soll nicht von deinen Lippen weichen, und du sollst sinnen über ihm Tag und Nacht, damit du alles hältst, was darin geschrieben steht, und danach handelst, denn dann wirst du zum **Ziel** gelangen auf deinem Weg, und dann wirst du **Erfolg** haben.“*
 5. Psalm 1,3c: *„Alles, was er [der Gerechte] tut, gerät ihm **wohl**.“*
 6. Psalm 37,4: *„Freue dich des Herrn, und er wird dir **geben**, was dein Herz begehrt.“*
 7. Psalm 37,25-26: *„Ich bin jung gewesen und bin alt geworden, und **nie** sah ich den Gerechten verlassen **nie** seine Nachkommen betteln um Brot. Allezeit ist er freigebig und zu leihen bereit, und seine Nachkommen werden zum **Segen**.“*
 8. Jesaja 3,10-11: *„Sagt dem Gerechten, dass es ihm **gut gehen** wird: Die Frucht seiner Taten wird er genießen. Wehe dem Frevler! Ihm wird es schlecht ergehen: Was seine Hände tun, wird ihm angetan werden.“*
 9. Diese Bibelstellen dürfen niemals als feste Verheissungen Gottes, für jede Lebenslage, betrachtet werden, sondern es sind generelle Aussagen, die einen Gegensatz zum gottlosen Leben bilden und den Leser zum Glauben anspornen.
 - a) Das AT gibt uns aber auch Beispiele von Gerechten, die arm waren und verfolgt wurden.
 - b) Manchmal ist es auch so, dass im AT der Gottlose Erfolg hat mit seinen bösen Taten.
 - c) Gerade das Buch Hiob will mit der irrtümlichen Meinung aufräumen, dass der Gerechte immer Erfolg hat und dass Leiden ein Zeichen der Sünde ist.
- D. Das NT verspricht den Christen kein erfolgreiches Leben. Im Gegenteil!
1. Jesus verspricht, dass Gottes Segnungen erst durch Verfolgungen, um des Evangeliums willen, hundertfach empfangen werden (Mk 10,29-30).
 2. Wir werden von Jesus aufgerufen, täglich unser Kreuz zu tragen (Mt 16,24).
 3. Paulus verschweigt den Nachfolgern Christi nicht, dass alle, die in Christus Jesus ein frommes Leben führen wollen, Verfolgungen erleiden werden (2 Tim 3,12).
 4. Weshalb sollte es den Nachfolgern Christi besser gehen als ihrem Vorbild,
 - a) der arm war, viele Leiden auf sich nahm und
 - b) am Ende zu Unrecht ans Kreuz genagelt wurde (Lk 23,31)?

III. Viele Probleme sind vermeidbar

- A. Es gibt allerdings einige Probleme im Leben, die sind vermeidbar.
1. Sie sind eine Folge der Sünde (= Zielverfehlung).
 2. Z. B. der verlorene Sohn musste zuerst eine schreckliche Erfahrung in der Fremde machen, bevor er sein Vaterhaus schätzen konnte (Lk 15).
 3. Wäre er dankbar gewesen, dann hätte er das Elend nicht erdulden müssen.
 4. Ähnlich lehrt uns das Buch der Sprüche, dass Faulheit zur Armut führt:
 - a) *„**Faulheit** lässt in tiefen Schlaf fallen, und wer träge ist, wird Hunger **leiden**.“*
 - b) *„Liebe nicht den **Schlaf**, damit du nicht **verarmst**, halte deine Augen offen, so kannst du dich satt essen.“*
 - c) Die Armut kommt wie ein Räuber (Spr 24,30-34): *„Am Feld eines Faulen ging ich vorüber und am Weinberg eines Menschen, der keinen Verstand hat. Und sieh, er war ganz überwuchert von Nesseln, sein Boden war mit Unkraut bedeckt, und die Steine seiner Mauer waren heruntergerissen. Und ich sah es, nahm es mir zu Herzen, ich betrachtete es, zog daraus die Lehre: Noch ein wenig schlafen, noch ein wenig schlummern, noch ein wenig die Hände*

ineinander legen und ausruhen – da kommt wie ein Räuber die Armut über dich und wie ein bewaffneter Mann der Mangel.“

5. Die Sprüche lehren, dass das Problem der Armut und Hunger vermieden werden kann, durch harte Arbeit.
 - a) Damit wird nicht gesagt, dass diese Tatsache das einzige Rezept gegen Armut ist.
 - b) Vieles darf nicht entweder schwarz oder weiss betrachtet werden, sondern es gibt in allen Gedanken auch Raum für verschiedene Graustufen.
 - c) Trotzdem ist es wichtig, dass wir uns in schwierigen Zeiten ehrlich fragen:
 - (1) „War dieses Problem vermeidbar?“
 - (2) „Bin ich auf irgendeine Weise selbst verantwortlich für mein Problem?“
 6. Es ist von Vorteil, wenn wir ein Problem möglichst frühzeitig als Problem erkennen und analysieren können.
 - a) Wenn wir uns fragen:
 - (1) „Woher kommt das Problem?“
 - (2) „Habe ich dieses Problem verursacht?“
 - (3) „Will Gott mir durch dieses Problem etwas lehren?“
 - b) Wenn wir aufmerksam sind und in Alarmbereitschaft stehen, so dass wir uns darüber Gedanken machen, wie wir das Problem am besten lösen.
 7. Die beste Lösung ist Prävention!
 - a) Ich kenne Leute, die mit ihrem unveränderlichen Verhalten Probleme, wie ein Magnet, anziehen.
 - b) Ich kenne Leute, die lange Weile haben, wenn sie keine Probleme zu bewältigen haben, deshalb ziehen sie sie an den Haaren herbei.
 - c) Je ausgeglichener unser Gefühlsleben ist und je disziplinierter ich mit meinen Gefühlen umgehen kann, dass eher kann so ein zwischenmenschliches Problem verhindert werden.
- B. Es muss aber auch gesagt werden, dass nicht alle Probleme vermieden oder umgangen werden können.
1. Deshalb werden wir alle früher oder später auf Probleme stossen im Leben (besonders in unseren Beziehungen zu andern Menschen).
 2. Denn das Leben bietet viele unerwartete Herausforderungen.
 3. Je flexibler wir sind, desto besser lassen sich diese Herausforderungen lösen.

IV. Probleme können bewältigt werden

- A. Damit behaupte ich nicht, dass wir die Macht besitzen, alle Lebensprobleme verschwinden zu lassen!
1. Vielmehr können wir lernen, mit Problemen erfolgreich umzugehen, so dass sie möglichst wenig oder gar keinen Schaden in unserem Leben hinterlassen.
 2. Z. B. Der Verlust des geliebten Lebenspartners ist eine schmerzhaft Erfahrung und verlangt, dass wir bereit sind zu lernen mit der neuen Situation umzugehen.
 3. Z. B. Für einen Blinden, Tauben oder Gelähmten kann das Leben ganz schön schwer sein, trotzdem gibt es viele, die haben es weitergebracht, als die Gesunden (Mk 9,43-47).
 4. Z. B. Das Durchfallen einer wichtigen Schulprüfung, kann unser Leben völlig auf den Kopf stellen, aber vielleicht auf einem andern Gebiet Türen öffnen.
 - a) Keiner muss ein dauerhafter Versager sein.
 - b) Die Kunst des Lebens besteht darin, möglichst schnell seine Talente zu entdecken und darin sich weiter zu entwickeln.
 - c) Niemand kann andauernd auf der Spitze der Welle reiten.
 - d) Das Leben besteht aus Hochs und Tiefs, die es gilt geschickt auszubalancieren, so dass jedes Problem sich zum Segen entwickelt.

- B. Was können wir tun, um Probleme besser zu bewältigen?
1. Wir können uns die christlichen Tugenden aneignen: Einstellungen und Verhalten, die uns helfen besser mit Problemen umzugehen: **2. Petrus 1,5-7**.
 2. Wir können so leben, dass wir Probleme erwarten und uns ausrüsten mit der Wafferrüstung Gottes, damit wir bereit sind, wenn sie kommen (Eph 6,11).
 3. Wir können von allen Problemen, die wir durchmachen, etwas lernen, so dass wir durch sie besser und stärker werden.
 4. Wir können bei allen Problemen, die uns einnehmen, Hilfe anfordern bei Freunden, Familienmitgliedern, Seelsorgern, Brüder und Schwestern in der Gemeinde und im Gebet bei Gott (Ps 50,15; Jak 1,5-6).
 5. Wir können jedes Problem im Licht Gottes sehen, der unseren Glauben bewusst herausfordert, prüft und uns veredelt, um uns so für das ewige Leben zuzubereiten: **Jakobus 1,2-4**.
 6. Der allmächtige Gott hat uns hier auf Erden kein problemfreies Leben versprochen, aber dafür umso mehr im Himmel!

V. Im Himmel wird es keine Probleme mehr geben

- A. Johannes empfing eine göttliche Vision, die allen Gläubigen bis heute zum Trost wurde: **Offenbarung 21,3-4** (dort wird keine Mühsal mehr sein).
1. Welchen Vorteil hat der Gläubige gegenüber dem Ungläubigen, wenn er sich von allen Problemen des Lebens genauso versklaven lässt?
 2. Wir haben doch eine bessere Hoffnung, die weit über das gewöhnliche Leben hinausgeht!
 3. Wir brauchen uns nicht fertig machen zu lassen und uns nicht zu fürchten vor den Problemen des Lebens, denn der allmächtige Gott ist auf unserer Seite!
- B. Wir vertrauen auf Gott, der uns nicht immer das gibt, was wir uns im Leben wünschen, aber er schenkt uns viele andere Vorteile, die ein Weltmensch nicht hat.
1. Darum, lasst uns auf Gott vertrauen, was auch immer geschieht! (Röm 8,38-39.)
 2. Lasst uns himmelwärts blicken und an den Verheissungen Gottes festhalten, denn treu ist der Herr, der uns berufen hat zum ewigen Leben! (Kol 3,2; 1 Kor 1,9.)

SCHLUSSTEIL

- I. Egal wie gross die Probleme auch sind, die uns in Zukunft erwarten: Gott lässt uns nicht über unsere Kräfte versuchen, sondern schafft uns auch den Ausweg (1 Kor 10,13).
- II. Probleme sind dazu da, um zu lernen und uns zu verbessern!
- A. Deshalb ist es wichtig, dass wir bei zwischenmenschlichen Problemen nicht den Menschen angreifen, sondern das Problem anpacken!
- B. Wer Probleme sachlich angeht, wird andere weniger angreifen und schneller Lösungen finden.
- III. Gott will,
- A. dass wir manchmal Probleme haben,
 - B. dass wir lernen mit Problemen umzugehen und
 - C. dass wir in jeder Lebenslage auf IHN vertrauen!