

Lernen zu lieben

Lektion 9

Liebe schenken

EINLEITUNG

- I. Heute wollen wir noch einen Schritt weitergehen in der Liebe.
 - A. Wie begegnen wir anderen mit Liebe?
 - B. Kann unsere Liebe im Alltag noch gesteigert werden?
 - C. – Ja, bestimmt! Aber wie?
 1. Alle Menschen brauchen Nähe, Berührungen und Umarmungen, ja sogar Küsse.
 2. Es ist wissenschaftlich erwiesen, dass Säuglinge das erste Lebensjahr nicht überstehen, wenn sie nicht regelmässig körperliche Nähe erfahren.
 3. Deshalb ist das Stillen so entscheidend für ein Neugeborenes.
 4. Jede Mutter sollte, wenn irgendwie möglich, das Stillen einer Milchflasche vorziehen (das ist leider aus gesundheitlichen und anderen Gründen nicht immer möglich).
 - D. Tatsache ist, dass der Mensch nicht ohne Berührungen leben kann.
 1. Der Hunger nach Nähe und Berührungen ist genauso gross, wie der Hunger nach Nahrung.
 2. Dazu kommt, dass durch Berührungen Beziehungen entstehen und vertieft werden.
 3. Wenn wir andere berühren und umarmen, dann schenken wir ihnen Liebe.
- II. Darum, lasst uns diese Form der Liebe näher betrachten!
 - A. Übrigens, ein anderer Kurs befasst sich mit den fünf Sprachen der Liebe.
 - B. Darin wird als fünfte Sprache die „Zärtlichkeit“ behandelt (oder besser Berührung, Umarmung, Nähe usw.).

HAUPTTEIL

I. Die Bedeutung der Berührung

- A. Ermutigende und liebevolle Worte sind wichtig, aber wir Menschen brauchen auch körperliche Berührungen.
 1. Oft vermag eine liebevolle Umarmung mehr gutes bei anderen zu bewirken, als tausend Worte.
 2. Darum kann gesagt werden, dass Umarmungen nicht bloss nett sind, sondern sie sind dringend nötig.
 - a) Umarmungen können Schmerzen und sogar Depressionen lösen.
 - b) Sie vermögen gesunde noch gesünder zu machen und glückliche noch glücklicher.
 - c) Sie können negative Stimmungen, Spannungen und Ängste auflösen.
 - (1) Bsp. Laban lief Jakob entgegen, umarmte und küsste ihn (Gen 29,13).
 - (2) Bsp. Esau eilte Jakob entgegen und umarmte ihn (Gen 33,4).
 - (3) Als Josef seine Brüder, von denen er nach Ägypten verkauft wurde, nach Jahren wiedersah, fiel er zuerst seinem Bruder Benjamin „um den Hals und weinte“ (Gen 45,14).
 - (4) Anschliessend küsste Josef alle seine Brüder (= Halbbrüder), „weinte und umarmte sie“ (Gen 45,15).
 - (5) Als Josef seinem Vater, nach Jahren, das erste Mal wieder begegnete, fiel er ihm „um den Hals und weinte lange an seinem Hals“ (Gen 46,29).

- (6) Als der Vater Jakob kurz vor seinem Tod Efraim und Manasse segnete, küsste und umarmte er sie (Gen 48,10).
 - (a) Er konnte sie kaum mehr sehen, aber dafür umso mehr spüren.
 - (b) Niemand schämte sich vor den Berührungen eines alten Mannes.
3. Berührungen, ja sogar Küsse von Mann zu Mann waren ein fester Bestandteil der jüdischen Kultur.
 - a) Dies wird sichtbar, als Judas seinen Herrn mit einem Begrüssungskuss verriet (Mt 26,49).
 - b) Es war auch in keiner Weise anrühlich, dass Johannes an Jesu Brust lag (Joh 21,20).
 - c) Paulus ruft sogar zum Kuss auf, indem er sagt (Röm 16,16): „*Grüsst einander mit dem heiligen Kuss.*“
 - (1) Es soll ein heiliger Kuss sein, d. h. ohne Hintergedanken.
 - (2) Ein Freundschaftskuss, mit dem eine tiefere Beziehung ausgedrückt wird.
4. Ist es angebracht, all diese Liebesbeweise, die wir in der Bibel finden, als jüdische Kultur, von sich zu weisen?
 - a) Es ist zwar kein Gebot, dass sich Christen einander umarmen und küssen sollen, es gibt in der Bibel trotzdem viele lobenswerte Beispiele.
 - b) Es wäre schlecht, sie bloss als jüdische Kultur abzuweisen.
 - c) Es sind nachahmenswerte Beispiele, die uns lehren, anderen in einer gesteigerten Form der Liebe zu begegnen.
 - d) Selbstverständlich wollen und können nicht alle Menschen so viel Nähe und Zuneigung ertragen (selbst in der christl. Gemeinde).
 - (1) Niemand sollte dazu gezwungen werden.
 - (2) Ein Grund könnte sein, dass viele diese Art von Liebe nie gelernt haben.
 - (3) Viele fühlen sich auch zu dick, zu gross und zu wenig flexibel für eine herzhaftere Umarmung.
 - (4) Andere unterscheiden ganz klar zwischen Familienmitgliedern und Bekannten ausserhalb der Familie.
 - (5) Doch wir können lernen, auch Menschen ausserhalb der Familie zu umarmen.
 - (6) Es ist falsch zu argumentieren, dass Männer sich nicht umarmen, sondern bloss die Hände schütteln.
 - (7) Ob Männer oder Frauen, niemand wird, aus dem Bedürfnis berührt oder umarmt zu werden, herauswachsen.
 - e) Deshalb gilt es, diese Liebesformen, vor allem in der Familie, auf natürliche Weise einzuüben und zu pflegen (Spr 22,6).
 - f) Es kann später im Leben in manchen Beziehungen hilfreich sein, wenn wir Berührungen gewohnt sind und sie nicht lästig oder gar abstossend empfinden.
5. Wir wissen zwar nicht genau, was die körperlichen Berührungen auslösen, wir wissen nur, dass sie funktionieren, weil Gott uns so geschaffen hat.
6. Es ist kaum erklärbar, wie viel Energie in einer zärtlichen Berührung und in einer liebevollen Umarmung steckt.
7. Ein sozialer Wissenschaftler kam zur Schlussfolgerung, dass jeder Mensch täglich –
 - a) 4 Umarmungen braucht, um keiner Niedergeschlagenheit zu verfallen,
 - b) 8 Umarmungen, um eine ausgeglichene Stimmung zu haben,
 - c) 12 Umarmungen, um seelisch zu wachsen.

- B. Wie sollen wir uns verhalten, wenn ein liebgewordener Mensch verletzt ist?
1. Meistens ist das Beste, nichts zu sagen, sondern zu zuhören und jemanden zu umarmen.
 2. Bsp. Als ein kleines Mädchen nach Hause kam, entschuldigte es sich bei der Mutter dafür, dass es länger dauerte, denn ihrer Freundin ging ihre Lieblingspuppe in Brüche.
 - a) Die Mutter fragte verständnisvoll: „Konntest du denn die Puppe wieder instand stellen?“
 - b) „Nein“, antwortete das Mädchen selbstbewusst, „ich half ihr beim Weinen.“
 - c) Sie verstand bereits, wie wichtig ihr Mitgefühl und eine Umarmung war.
 3. Manchmal sagen Umarmungen mehr als tausend Worte.
 4. Deshalb ist es wichtig, dass wir uns bewusst werden, welche Bedeutung in einer Umarmung oder einer Berührung liegt (das ist in einer Covid-19 Pandemie eine zusätzliche Herausforderung).
- C. Noch einmal: Umarmungen sollten bereits in der Familie beginnen.
1. Der Ehepartner und die eigenen Kinder sollten die ersten Personen sein, die unsere Liebe durch Umarmungen und Küsse zu spüren bekommen.
 - a) Sie sind es, die in erster Linie diese Form der Liebe kennenlernen.
 - b) Die Familie ist die intimste Form der Liebe, die als Vorbild für alle gilt.
 2. Von Jesus lernen wir:
 - a) (Mk 9,36) *„Er nahm ein Kind, stellte es in die Mitte, schloss es in seine Arme und sagte zu Ihnen: Wer in meinem Namen ein Kind aufnimmt wie dieses, nimmt mich auf, und wer mich aufnimmt, nimmt nicht mich auf, sondern den, der mich gesandt hat.“*
 - b) (Mk 10,13) *„Und man brachte Kinder zu ihm, damit er sie berühre ...“*
 - c) (Mk 10,16) *„Und er schliesst sie in die Arme und legt ihnen die Hände auf und segnet sie.“*
 3. Die familiäre Liebe sollte sich auf die Grosseltern beiderseits ausdehnen.
 - a) Wer das in der Familie nicht lernt, der wird das auch später kaum tun.
 - b) Deshalb gilt es in der Gemeinde, die Menschen vorsichtig aus zu suchen, mit wem eine solche enge Beziehung gepflegt werden kann.
 4. Bsp. Als unsere Tochter ein Teenager wurde, wollte sie von ihrem Vater immer weniger umarmt und geküsst werden.
 - a) Das tut einem Vater zwar weh, aber das muss er respektieren.
 - b) Es ist gut zu wissen, dass auch dies meistens nur eine Phase ist im Leben.
 - c) Wer seine Tochter liebt, der nimmt das in Kauf.
 - d) Schlimmer ist es, wenn diese Phase kein Ende nimmt und die Tochter den Vater als erwachsene Frau immer noch abstösst.
 - (1) Das musste ich leider erfahren und das tut sehr weh.
 - (2) Meine Tochter wollte mich nicht einmal mehr „Vater“ nennen, sondern bei meinem Vornamen ansprechen.
 - (3) Noch heute kommt sie kaum auf mich zu und gibt mir nicht einmal mehr ihre Hände zur Begrüssung.
 - (4) In solchen Situationen bin ich völlig überfordert und weiss nicht, was zu tun ist.
 - (5) Ich schenke ihr einfach mein Lächeln und halte mich zurück in der Hoffnung, dass sich der Knoten einmal von selbst löst.
 - (6) Ich habe sie geliebt, aber sie hat mir ihre Abneigung gezeigt.
 5. Erst dreissig Jahre später habe ich, zum Umgang mit Töchtern, aus Büchern die nötigen Antworten erfahren.
 - a) In einem Buch fand ich konkrete Antworten wie:
 - (1) Liebe sie trotzdem und sage ihr, dass du sie liebst!
 - (2) Sage ihr, dass sie ganz besonders ist!

- (3) Lade sie ein, mit dir Auszugehen oder gehe zu ihr und kümmere dich um sie!
 - b) Viele Väter erleben genau dieselben Situationen und fühlen sich genauso hilflos, wie ich mich fühlte.
 - c) Viele Väter bekennen:
 - (1) „Mein Vater hat mir nie gesagt, dass er mich liebt.“
 - (2) „Ich wurde kaum umarmt und geküsst.“
 - d) Wie können Väter ihre Liebe ausdrücken, wenn sie sie selbst nie richtig erfahren haben?
 - e) Viele Väter sind sich ihren Mangel an Liebe gar nicht bewusst.
 - f) Aber es gibt Hoffnung:
 - (1) Wir können von der Liebe Christi lernen.
 - (2) Wir können uns von IHM zum Besseren verändern lassen.
 - g) In der Bibel lesen wir immer wieder, dass Gott uns liebt (Joh 3,16).
 - h) Jesus gab sein Leben hin für uns, weil auch er uns liebt.
 - i) Diese Liebe zu erfassen, ist eine Angelegenheit unseres Glaubens.
 - (1) Glauben wir den Worten der Bibel?
 - (2) Saugen wir sie auf wie ein Schwamm?
 - (3) Wachsen wir in der Liebe Gottes?
6. Wer Gott beim Wort nimmt, der lässt sich von seiner Liebe erfüllen.
- a) Von durchschnittlichen Menschen in dieser Welt können wir keine Liebe erwarten.
 - b) Vielleicht erfahren wir diese Liebe in unserer christlichen Gemeinde.
 - c) Was tun wir Gläubigen, um diese Welt zu einem besseren Ort zu machen?
 - d) Der allmächtige Gott hat uns alles geschenkt, um uns seine Liebe zu demonstrieren.
 - e) In Gott besitzen wir die nötigen Ressourcen, um unser Licht der Liebe scheinen zu lassen.
 - f) Wenn wir unser empfangenes Licht nicht weitergeben, wer vermag es dann?
 - g) Es liegt ganz allein an uns Gläubigen, das Licht der Liebe in diese dunkle, von Hass erfüllte Welt hinauszutragen!
- D. Besonders in der Kindererziehung gilt es, die Kinder zu lieben!
- 1. Kinder brauchen nicht geschlagen zu werden, um sie richtig zu erziehen.
 - 2. In der heutigen Zeit gibt es viele erfolgreiche Methoden, um Kinder so zu erziehen, dass sie verstehen und gehorchen, ohne sie zu schlagen.
 - 3. In der Pädagogik wurden grosse Fortschritte gemacht, so dass die mittelalterlichen Methoden, die das Vertrauen und die naive Liebe der Kinder zerstören, längst überholt sind.
 - 4. Kinder schlagen und ihnen unsere Liebe entziehen, ist nicht die richtige Methode, um aus ihnen liebenswerte Menschen zu machen. Ganz im Gegenteil!
 - 5. Leider wurde diese irriige Auffassung, besonders in christlichen Kreisen, zu oft gelehrt und mit falsch verstandenen Bibelstellen gerechtfertigt (Spr 13,24).
 - 6. Alles, was ein Kind trotz Zurechtweisung von seinen Eltern erfahren muss, ist die nie bedingungslose und nie endende Liebe.
 - a) Kinder brauchen viel Liebe, aber keine Schläge.
 - b) Liebenswerte Menschen entstehen nicht durch Gewalt und Unterdrückung, sondern durch wahre Liebe, wie sie unser Schöpfer uns in der Bibel lehrt.
- E. In den christlichen Gemeinden, in denen ich aufgewachsen bin, stand die sogenannte Gemeindegerechtigkeit ganz oben auf der Liste (Mt 18,15-20).
- 1. Statt die Menschen mit ihren Fehlern zurück auf die rechte Bahn zu führen, wurden sie verurteilt, bestraft und buchstäblich vertrieben, indem man sich ihnen entzog.

2. Statt liebevolles Bemühen, standen Strafe und Ablehnung hoch im Kurs.
3. Was für eine Schande für das Christentum und für den Leib Christi!
4. Liebe Leser, bitte lehnen Sie nicht Christus ab, weil die Menschen ihn falsch vertreten, sondern schauen Sie gläubig auf IHN, denn er liebt Sie und lässt Sie niemals im Stich – das tun nur Menschen!
5. Was ist die natürliche Reaktion eines Sünders?
 - a) Was taten Adam und Eva im Garten Eden, nachdem sie gesündigt hatten (Gen 3)?
 - b) Sie zogen sich zurück und versteckten sich.
 - c) Das ist eine natürliche Reaktion eines Sünders.
 - d) Sünder wollen nicht reden, nehmen an der Gemeinde keinen Anteil, entziehen sich der Gemeinschaft der Gläubigen.
6. Statt uns zurück zu ziehen von Sündern, sollten wir vielmehr versuchen,
 - a) sie zu besuchen,
 - b) ihnen zu zuhören,
 - c) sie zu verstehen,
 - d) sie zu lieben,
 - e) sie in ihrem Schmerz und ihrer Verletzung mitleidsvoll zu umarmen,
 - f) um sie dann wieder zurück zu führen auf den Weg der Gerechtigkeit.
7. Gott hasst die Sünde, aber er liebt den Sünder!
 - a) Besonders Gemeindeglieder können so grausam und gemein sein untereinander.
 - b) Doch, wenn es sie selbst betrifft, dann sieht alles wieder ganz anders aus (Mt 7,12).
 - c) Gott lehrt uns lieben, statt zu strafen, Anteilnahme, statt Ablehnung, Umarmungen statt Schläge.
 - d) Viele Gläubige, die so hart mit anderen in der Gemeinde ins Gericht gehen, tun dasselbe auch in ihrer Familie, mit Verwandten und Bekannten.
 - e) Sie sind leider einfach ganz miserable Vorbilder, die dem Herrn Jesus Christus und der Verbreitung des Evangeliums grossen Schaden zufügen!

II. Auf verschiedene Weise Liebe schenken

- A. Es gibt Beziehungen und Situationen, da ist eine Umarmung nicht angebracht oder keine gute Option.
 1. Wir könnten z. B. eine Person überfordern oder sie zu etwas zwingen, was sie nicht will oder sich einfach unwohl fühlt.
 2. Deshalb ist es empfehlenswert, mit Umarmungen vorsichtig zu sein, besonders in der Gemeinde.
 3. Viele Menschen sind sich das nicht gewohnt und wollen uns gar nicht so nah kommen, dies gilt es zu respektieren.
 4. Auch Teenager können sich in einer Phase befinden, in der sie Umarmungen meiden, besonders mit ihrem Vater.
- B. Wie zeigen wir diesen Menschen trotzdem unsere Liebe?
 1. Wir können ihnen Liebe schenken mit Worten, indem wir sagen:
 - a) „Ich mag dich.“
 - b) „Ich schätze dich.“
 2. Wie schon gesagt (in Lektion 8), können wir andere mit Worten ermutigen (Eph 4,29).
- C. Es gibt Menschen, die haben eine andere Art, wie sie Liebe schenken oder ihre Liebe zum Ausdruck bringen.
 1. Sie fragen interessiert, wie es uns denn geht.
 2. Sie zeigen aufrichtiges Interesse an uns und kümmern sich um uns.
 3. Sie geben uns vielleicht kleine Ratschläge, die unser Leben verbessern könnten.

4. Manchmal liegt es an uns, gut zu zuhören, um die kleinen Dinge zu entdecken, mit denen andere uns sagen: „Ich mag dich.“
 5. Wie auch immer wir es mit anderen Menschen anstellen, es liegt an uns, selbstlos unsere Liebe zu schenken, ohne etwas zu erwarten.
 6. Damit verbessern wir jede Beziehung.
- D. Wir haben davongesprochen,
1. anderen aufrichtige Anerkennung zu geben (Lektion 6),
 2. anderen bedingungslos zu vergeben (Lektion 7),
 3. andere aufzubauen und zu ermutigen (Lektion 8),
 4. anderen Liebe zu schenken durch Umarmungen (Lektion 9).
- E. Zum Schluss möchte ich auf einen letzten Gedanken hinweisen, der uns in der Liebe einen Schritt weiter bringt:
1. Warte nicht ab, bis jemand das Richtige tut und du dieser Person etwas Gutes sagen kannst.
 2. Freue dich schon darüber, wenn jemand auf dem Weg ist, etwas Gutes zu tun!
 3. Viele Menschen empfinden eine innige Umarmung, wenn wir ihnen aufrichtiges Interesse schenken und ihnen zuhören, ev. Fragen stellen usw.
 4. Nütze jede Situation aus, anderen zu dienen und herauszufinden, was sie brauchen, um sich geliebt zu fühlen!
 5. Viel hängt davon ab, was für Leute wir sind:
 - a) Tendieren wir zum Lob und zur Anerkennung?
 - b) Tendieren wir zur Ermahnung und Zurechtweisung?
 6. Zögere nicht, anderen Menschen deine Liebe zu schenken!
 - a) Viel zu viele Menschen verhalten sich zu sachlich und vergessen dabei das Mitgefühl, das Erbarmen, den Trost und die Aufmunterung.
 - b) Menschen, die die Gemeinde aufsuchen, wollen aktiv geliebt und verstanden werden.
 - c) Alle Menschen brauchen viel Ermutigungen und gute Worte.
- F. Hebräer 10,24-25 (NGÜ): *„Weil wir füreinander verantwortlich sind, wollen wir uns gegenseitig dazu anspornen, einander Liebe zu erweisen und Gutes zu tun. Deshalb ist es wichtig, dass wir unseren Zusammenkünften nicht fernbleiben, wie einige sich das angewöhnt haben, sondern dass wir einander ermutigen, und das umso mehr, als – wie ihr selbst feststellen könnt – der Tag näherrückt, an dem der Herr wiederkommt.“*
- G. Was war der Zweck Jesu auf Erden? – Anderen zu dienen!
1. Wir lesen in Matthäus 4 (V. 23), dass Jesus in ganz Galiläa umherzog, das Evangelium verkündigte und die Menschen von jeder Krankheit und jedem Gebrechen heilte.
 2. Wir können die Menschen heute nicht physisch heilen von ihren Krankheiten, wie Jesus und seine Apostel damals.
 3. Wir können ihnen aber dienen und auf ihre geistigen Bedürfnisse eingehen und so zur inneren Heilung beitragen.
 4. Wir können uns um unsere Mitmenschen kümmern, indem wir sie lieben und ihnen dienen, wo immer sie unsere Hilfe brauchen.
 5. Menschen brauchen, besonders in der heutigen Zeit, viel Zuspruch, Trost und Umarmungen.
 6. Viele sind schwach, verletzt und fühlen sich allein gelassen.
 7. Es liegt an uns, die Nöte unserer Mitmenschen zu erkennen, ihnen beizustehen und unsere Liebe zu schenken.

III. Schlussfolgerungen

- A. Um unsere Liebe in einer gesteigerten Form auszudrücken, können wir die Umarmung gebrauchen.

1. Oft kann eine liebevolle Umarmung mehr als tausend Worte bewirken.
 2. Wir Menschen können nicht ohne Berührungen leben, auch wenn viele das nicht zu geben wollen und wir werden nie aus diesem Bedürfnis herauswachsen.
- B. Es gibt aber auch Menschen, die können mit Berührungen jeglicher Art nicht viel anfangen, weil sie es nie gelernt haben.
1. Deshalb gibt es andere Wege und Mittel, um ihnen unsere Liebe zu bekunden.
 2. Wichtig ist, dass wir unsere Augen offen halten für die Bedürfnisse anderer Menschen.
 3. Denn die Liebe ist für Gläubige keine Option, sondern ein Befehl Christi (Joh 13,34-25): *„Ein neues Gebot gebe ich euch, dass ihr einander liebt. Wie ich euch geliebt habe, so sollt auch ihr einander lieben. Daran werden alle erkennen, dass ihr meine Jünger seid: Wenn ihr bei euch der Liebe Raum gebt.“*
- C. Zugegeben, die Liebe aktiv und richtig zu leben, fordert uns Menschen stark heraus.
1. Denn, die Liebe geschieht nicht von selbst.
 2. Sie muss hart und unermüdlich eintrainiert werden.
 3. Anfängerfehler werden von Ungläubigen oft als heuchlerisch verurteilt.
 4. Nur Widergeborene sind bereit, den Preis der wahren Liebe zu zahlen, weil sie überzeugt sind, dass sie sich auszahlen wird.
 5. Darum, lasst uns lieben, denn Gott hat uns zuerst geliebt!