

WOLFGANG VREEMANN

# BITTE HILF MEINER SEELE

Seelsorgerlich helfen im Alltag



Wolfgang Vreemann  
**Bitte hilf meiner Seele**  
*Seelsorgerlich helfen im Alltag*

Bestell-Nr. 271 515  
ISBN 978-3-86353-515-5  
Christliche Verlagsgesellschaft Dillenburg

Bestell-Nr. 180092  
ISBN 978-3-85810-422-9  
Verlag Mitternachtsruf, [www.mnr.ch](http://www.mnr.ch)

Falls nicht anders angegeben, wurden Bibelstellen zitiert nach der  
NeÜ [bibel.heute](http://bibel.heute),  
© 2010 Karl-Heinz Vanheiden und  
Christliche Verlagsgesellschaft Dillenburg.

Außerdem wurden verwendet:  
Revidierte Elberfelder Bibel  
© 1985/1991/2006  
SCM R.Brockhaus im SCM-Verlag GmbH & Co. KG, Witten (ELB).  
Hoffnung für alle  
© 1983, 1996, 2002, 2015.  
mit freundlicher Genehmigung des Herausgebers  
Fontis-Brunnen Basel (HFA).  
Lutherbibel, revidierter Text 2017,  
© 2016 Deutsche Bibelgesellschaft, Stuttgart (LUT 17)

2. Auflage 2018  
© 2018 Christliche Verlagsgesellschaft Dillenburg  
[www.cv-dillenburg.de](http://www.cv-dillenburg.de)  
Satz und Umschlaggestaltung:  
Christliche Verlagsgesellschaft Dillenburg  
Titelmotiv: © Shutterstock.com/Mikhail Grachikov  
Druck: CPI Moravia  
Printed in Czech Republic

# Inhalt

Statt Vorwort eine Geschichte . . . . .	9
---	---

## **Teil A: Biblische Grundlagen der Seelsorge**

<b>1. Biblische Seelsorge – was ist das? . . . . .</b>	<b>15</b>
Eine Einführung . . . . .	15
Die vier Ebenen in Seelsorge und Therapie . . . . .	20
Jesus gibt eine „Nachhilfestunde“ . . . . .	23
Voraussetzungen biblischer Seelsorge . . . . .	28
<b>2. Biblische Seelsorge – wer braucht das? . . . . .</b>	<b>42</b>
Die Bedeutung des Menschenbildes . . . . .	42
Wo Seelsorge nötig ist . . . . .	45
Ursachen seelischer Störungen . . . . .	47
<b>3. Biblische Seelsorge – wie geht das? . . . . .</b>	<b>49</b>
Das Gespräch . . . . .	49
Einige Gesprächselemente . . . . .	52
Gesprächsprobleme . . . . .	55
Die Werkzeuge biblischer Seelsorge . . . . .	57
„Weist die Unordentlichen zurecht!“ . . . . .	59
„Tröstet die Kleinmütigen!“ . . . . .	72
„Nehmt euch der Schwachen an!“ . . . . .	79
„Seid langmütig gegen alle!“ . . . . .	86

## **Teil B: Die wichtigsten psychischen Erkrankungen**

<b>4. Depressionen . . . . .</b>	<b>91</b>
Was ist eine Depression? . . . . .	91

Woran leidet der depressiv Kranke? (Symptome) . . .	93
Wie entsteht eine Depression? . . . . .	103
Arten und Ursachen der Depressionen . . . . .	105
Glaubensprobleme bei depressiv Kranken . . . . .	125
Selbstmord – die lebensgefährliche Seite der Depression	129
Seelsorge, Hilfe und Behandlung bei Depressionen . .	132
Was ist eine Depression <b>nicht</b> ? . . . . .	141
<b>5. Angst und Angststörungen</b> . . . . .	146
Die ganz normale Angst des Lebens . . . . .	146
Seelsorge bei der normalen Angst des Lebens . . . . .	156
Angststörungen/Angstkrankheit . . . . .	161
Verschiedene Arten der Angststörung . . . . .	164
Seelsorge, Hilfe und Behandlung bei Angststörungen	175
<b>6. Zwang und Zwangsstörungen</b> . . . . .	186
Der normale Zwang im Alltag . . . . .	188
Die zwanghafte Persönlichkeit . . . . .	189
Die Zwangsstörungen . . . . .	190
Wodurch entstehen Zwangsstörungen? . . . . .	198
Seelsorge, Hilfe und Behandlung bei Zwangsstörungen	198
<b>7. Alkoholkrankheit</b> . . . . .	210
Alkohol – ein Volksproblem . . . . .	210
Alkohol – ein medizinisches Problem . . . . .	214
Alkohol – ein biblisches Problem . . . . .	228
Alkohol – ein Seelsorge-Problem . . . . .	235
<b>8. Psychosomatische Krankheiten – seelische Ursachen</b>	249
Was sind psychosomatische Krankheiten? . . . . .	249
Wie entstehen psychosomatische Krankheiten? . . . .	254
Seelische Ursachen für psychosomatische Krankheiten . . . . .	256
Seelsorge und Hilfe bei psychosomatischen Krankheiten . . . . .	271
 <b>Teil C: Besondere Seelsorgethemen</b>	
<b>9. Stress – Ursachen und Bewältigung</b> . . . . .	275
Was ist Stress eigentlich? . . . . .	275

Übersicht über die wichtigsten Stressfaktoren . . . . .	283
Wege zur Stressbewältigung . . . . .	284
Das bekannteste Mittel gegen Stress: Entspannung . . . . .	301
<b>10. Kränkung und Verbitterung vermeiden . . . . .</b>	<b>309</b>
Was ist Kränkung, was ist Verbitterung? . . . . .	309
Meine persönliche Reaktion . . . . .	314
Gibt es (k)einen Ausweg? . . . . .	316
Wie gehe ich mit Konflikten um? . . . . .	322
Wie kann ich Konflikte lösen? . . . . .	329
<b>11. Einander verstehen: Generationsprobleme in der Pubertät . . . . .</b>	<b>333</b>
Was ist „typisch“ für die Jugendgeneration? . . . . .	335
Welchen äußeren Einflüssen sind junge Menschen ausgesetzt? . . . . .	342
Was tut sich in den sogenannten Entwicklungsjahren zwischen zwölf und 24? . . . . .	345
Was ist „typisch“ für die Elterngeneration? . . . . .	350
Was können wir tun, um uns besser zu verstehen? . . . . .	354
<b>12. Missbrauch . . . . .</b>	<b>361</b>
Geistlicher Missbrauch . . . . .	361
Sexueller Missbrauch/Sexuelle Gewalt . . . . .	371
<b>13. Die heilsame Kraft der Vergebung . . . . .</b>	<b>383</b>
Was ist Vergebung <i>nicht</i> ? . . . . .	384
Was ist Vergebung? . . . . .	386
Die Folgen . . . . .	389
Die Schritte der Vergebung . . . . .	392
<b>14. Seelsorge bei Sterbenden . . . . .</b>	<b>396</b>
Die Vorphase . . . . .	397
Die Rehabilitationsphase . . . . .	401
Die Terminalphase . . . . .	404
Die Finalphase . . . . .	406
<b>15. Glückselig oder depressiv? . . . . .</b>	<b>411</b>
Ein biblisches Vorsorge- und Fitness-Programm für die Seele . . . . .	411

TEIL A

Biblische Grundlagen  
der Seelsorge



# Biblische Seelsorge – was ist das?

## EINE EINFÜHRUNG

Wie stellen Sie sich einen Seelsorger vor, einen „Fachmann“, der den Menschen seelsorgerlichen Beistand anbietet?

Ich hatte früher einen schwarz gekleideten Pfarrer oder Priester vor Augen, der gütig lächelnd hinter seinem Schreibtisch oder in seinem großen Sessel thront und, mit umfangreicher Ausbildung, Lebenserfahrung und Menschenkenntnis bewaffnet, dem ihm gegenüber hockenden, hilflosen „Schäfchen seiner Herde“ Ratschläge, Trost und Hilfe erteilt. Solch eine Autoritätsperson musste zumindest Theologie, am besten auch noch Psychologie oder ein ähnliches Fach studiert haben. Sonst könnte er ja nicht „Seelsorger“ sein. Viele haben diese Vorstellung, dass Seelsorge ein besonderes Fachgebiet ist, das nur einigen wenigen Spezialisten vorbehalten ist.

## Wer ist Seelsorger?

In der Bibel allerdings findet man dieses Berufsbild nicht. Überhaupt kommt der Begriff „Seelsorge“ in keiner Bibelkonkordanz vor. Dennoch ist es ein durchaus biblisches, vor allem neutestamentliches Thema, nur mit anderen Vokabeln belegt. Um das zu verstehen, müssen wir uns zunächst von dem Bild des „alten Seelsorgers“ verabschieden und uns der Bibel und der Gemeinde zuwenden, z. B. wenn der Apostel Paulus den Ältesten von Ephesus sagt:

*„Gebt acht auf euch selbst und auf die ganze Herde, in die euch der Heilige Geist als Aufseher eingesetzt hat, damit ihr treue Hirten der Gemeinde Gottes seid. Gott hat sie ja durch das Blut seines eigenen Sohnes erworben.“ (Apg 20,28)*

Hier haben zumindest alle Ältesten die Aufgabe, die Gemeinde-Herde zu beaufsichtigen und zu hüten und damit auch seelsorgerlich zu betreuen. Das würde beweisen, dass das oben beschriebene Bild des Seelsorgers richtig ist. Natürlich ist es – biblisch gesehen – auch nicht falsch. Aber in Gottes Wort werden nicht nur die Leitenden damit betraut, sich um die Seelen ihrer Schäfchen zu sorgen. Es ist auch eine ganz allgemeine Pflicht, ein Auftrag für jeden Gläubigen, wie man aus den folgenden Bibelzitate unschwer entnehmen kann:

*„Wir, die Starken, haben die Pflicht, die Schwächen der Schwachen zu tragen, anstatt selbstgefällig nur an uns zu denken. Jeder von uns soll auf den anderen Rücksicht nehmen, damit es ihm gut geht und er gefördert wird. ... Deshalb nehmt euch gegenseitig an, wie auch Christus euch angenommen hat, damit Gott geehrt wird!“ (Röm 15,1-2.7)*

Und wenn Paulus die Gemeinde mit einem lebenden Organismus vergleicht, schreibt er:



*„Gott hat den Leib so zusammengefügt, dass die geringeren Teile besonders geehrt werden, denn er wollte keine Spaltung im Körper. Alle Glieder sollen einträchtig füreinander sorgen.“ (1Kor 12,24-25)*

Dieser Vers klingt sogar ein wenig nach „Seelsorge“!

## **Was ist allgemeine Seelsorge oder „Basis-Seelsorge“?**

Vor vielen Jahren gab es eine sehr gute Sendereihe des ERF mit dem Titel „Seelsorge: Lebensäußerung der Gemeinde“.

Der Ausdruck trifft den biblischen Gedanken der allgemeinen Seelsorge sehr gut. Denn in einer lebendigen Gemeinde hat jedes Gemeindeglied mehr oder weniger „automatisch“ eine gewisse Sorge und Mitverantwortung für seine Glaubensgeschwister, und das drückt sich in der Bereitschaft zur gegenseitigen Seelsorge aus. Seelsorge gehört also zum ganz normalen Gemeindealltag – da, wo sich Schwestern und Brüder liebevoll umeinander kümmern. Seelsorge kann ein kurzer Telefonanruf sein, eine Anteil nehmende Bemerkung, eine herzliche Umarmung, ein aufmunterndes Wort, das Hilfsangebot beim Umzug und vieles andere mehr. Diese Basis-Seelsorge ist an keinen Raum und keinen festen Rahmen gebunden, sie findet im Foyer oder auf dem Vorplatz des Gemeindehauses statt genauso wie auf dem Sportplatz oder beim Spaziergang oder während eines gemeinsamen Abendessens. Im Wohn- oder Arbeitszimmer, beim Gespräch unter vier Augen ergeben sich natürlich die besten Gelegenheiten. Seelsorge ist eben nicht nur das hochspezialisierte Fachgebiet, das allein gut ausgebildete Fachleute ausüben können. Sicher, es gibt ganz besondere Notfälle seelischer Belastungen (und Erkrankungen), für deren Begleitung und Hilfe gute Fachkenntnisse nötig sind. Darum geht es jedoch nicht bei unseren Überlegungen zur Basis-Seelsorge.

Wir wollen uns auf den Bereich des „normalen“ Gemeindelebens beschränken und versuchen, sensibler zu werden

für die Sorgen und Lebensumstände unserer Glaubensgeschwister. Seelsorge ist einerseits eine ganz wichtige Voraussetzung für biblische Gemeinschaft von Gläubigen: Wenn wir nicht bereit sind, an dem anderen Anteil zu nehmen und uns um ihn zu kümmern, wird keine vertraute Gemeinschaft wachsen können. Andererseits ist Seelsorge auch ganz selbstverständlich eine Folge echter gelebter Gemeinschaft: Wir kennen uns gut, haben Vertrauen zueinander, wir lieben uns im biblischen Sinne, und es ist uns nicht egal, wenn der andere krank oder in Not ist. Wenn wir uns die Gemeinde als „Familie Gottes“ vorstellen, ergibt sich daraus – wie in jeder irdischen Familie –, dass sich die Familienmitglieder umeinander kümmern und sich „Sorgen machen um die Seele“ des anderen. Ohne Zweifel lassen sich einige seelische Belastungen und Störungen vermeiden, wenn wir in den Gemeinden die Fürsorgepflicht ernst nehmen und früh genug die Sorgen und Nöte des anderen tragen helfen. Diese ganz einfache Seelsorge sollte nahezu jeder in der Gemeinde ausüben können – natürlich je nach persönlicher Begabung. Und was ganz wichtig ist: Jeder sollte sie auch annehmen können! Das Annehmen von Hilfe oder Korrektur ist meist schwerer, als selbst Helfer zu sein!

Wenn man genau hinsieht, gibt es erstaunlich viele Hinweise zum Thema „Seelsorge“ im Neuen Testament.

### **Das Lasten-Tragen**

Da finden wir die bekannte Aufforderung des Apostels Paulus in Gal 6,2 (die auch als Lied vertont worden ist):

*„Helft euch gegenseitig, die Lasten zu tragen. Auf diese Weise erfüllt ihr das Gesetz des Messias.“*

Was ist mit dem „Gesetz des Messias“ gemeint? Ich verstehe darunter ganz einfach die Worte, die Jesus zu seinen Jüngern in Joh 13,34-35 sagt:

*„Ich gebe euch jetzt ein neues Gebot: Liebt einander! Genauso wie ich euch geliebt habe, sollt ihr einander lieben. An eurer Liebe zueinander werden alle erkennen, dass ihr meine Jünger seid.“*

Das bedeutet nicht, dass wir immer nur „lieb“ zueinander sind, alles dulden und gutheißen und allen Problemen aus dem Weg gehen, sondern dass wir alles – auch das Unangenehme – in einer Haltung von aktiver Liebe und Wertschätzung miteinander tragen und zu klären versuchen. Deshalb gehört zur Seelsorge auch das, was Paulus vor seiner Aufforderung zum Lastentragen schreibt:

*„Liebe Geschwister, wenn jemand von euch in eine Sünde hineinstolpert, dann müsst ihr, als vom Geist bestimmte Menschen, ihn verständnisvoll auf den rechten Weg zurückbringen. Du sollst dabei aber gut aufpassen, dass du nicht selbst zu Fall kommst.“ (Gal 6,1)*

### **„Einander“**

Dem Apostel Petrus ist die Seelsorge ebenso ein Anliegen wie dem Paulus. Schließlich hat er im eigenen Leben erfahren, was es bedeutet, wenn sich ein anderer Sorgen macht um seine Seele (siehe Lk 22,31-32 und Joh 21,15-23). Deshalb können wir gut verstehen, wenn er seine Briefempfänger bittet:

*„Vor allem aber hört nicht auf, euch gegenseitig zu lieben, denn die Liebe deckt viele Sünden zu. ... Gott hat jedem von euch Gaben geschenkt, mit denen ihr einander dienen könnt. Tut das als gute Verwalter der vielfältigen Gnade Gottes!“ (1Petr 4,8.10)*

Mit dem „Zudecken vieler Sünden“ meint Petrus nicht, dass wir über echte Schuld einfach nur den Mantel der Liebe ausbreiten sollen – und schon ist alles in Ordnung. Nach wie vor gilt überall in der Bibel der Grundsatz, dass Sünde nur durch Bekennen und Vergeben bereinigt wird. Hier geht es vielmehr

darum, dass echte Liebe die Folgen und Erinnerungen an die Sünde wegwischen kann. Wenn ich jemanden in die Liebe Gottes einschleibe, denke ich nicht mehr daran, was er früher alles „verbrochen“ hat. Außerdem steckt die Bedeutung darin, dass die Liebe vieles zudeckt, was wir uns vielleicht bewusst oder unbewusst gegenseitig antun. Wenn ich meine Schwester oder meinen Bruder liebe, bin ich weit weniger schnell gekränkt oder beleidigt, als wenn ich ihn von vornherein nicht gut leiden kann.

Eine Besonderheit fällt bei all diesen Bibelstellen auf:

Nahezu jeder Text, der sich inhaltlich auf die praktische Seelsorge bezieht, enthält den Ausdruck „einander“ (griech.: *allelon*). Immer wenn uns dieser Begriff begegnet, will uns der Heilige Geist wichtige Hinweise geben für unser Zusammenleben als Gläubige, und dazu gehört die Basis-Seelsorge als „Lebensäußerung der Gemeinde“. Natürlich können damit nicht alle seelischen Probleme und psychischen Krankheiten behandelt werden. Aber es ist, wie der Name sagt, eine wichtige Basis für das Funktionieren einer Gemeinde. Darüber hinaus brauchen wir ohne Zweifel Fachleute, die für die schwerwiegenden Störungen und Krankheiten zuständig sind. Deshalb gibt es in der Seelsorge verschiedene Ebenen.

## DIE VIER EBENEN IN SEELSORGE UND THERAPIE

Manche Probleme und psychische Krankheiten kann die erwähnte Basis-Seelsorge in den christlichen Gemeinden nicht auffangen. Erst recht sind Gemeindemitglieder in schweren Fällen überfordert, wenn sie umfassende Hilfe anbieten wollen. Nehmen wir als Beispiel die Alkoholkrankheit (den chronischen Alkoholismus): Wer in den Krallen dieser Sucht gefangen ist, kommt alleine nicht mehr davon los; und es ist sogar noch schlimmer: Seine Familienangehörigen sind genauso

behandlungsbedürftig, weil sie nämlich in eine sogenannte „Co-Abhängigkeit“ geraten. Das bedeutet: Viele Helfer müssen sich um mehrere Menschen kümmern, um den immer größer werdenden Schaden abzuwenden. Dann, wenn bei dem Kranken eine gewisse Krankheitseinsicht da ist oder schon vorher, braucht die ganze Familie engagierte Suchthelfer (z. B. aus den Selbsthilfegruppen wie dem Blauen Kreuz), außerdem Fachärzte und schließlich die Fachklinik, wo wieder andere Spezialisten am Werk sind. Damit nicht genug: Alle Betroffenen benötigen meist lebenslang einen alkoholfreien Lebensraum mit guter menschlicher Begleitung, um nicht wieder rückfällig zu werden. Ähnlich verhält es sich bei vielen anderen psychischen Erkrankungen. Aus der kurzen Schilderung wird deutlich, dass die verschiedenen Ebenen in Seelsorge und Therapie eng zusammenarbeiten müssen. Diese vier Ebenen möchte ich hier kurz skizzieren.

## **Die Basis-Seelsorge**

Das ist die Form der Seelsorge, die – wie der Name schon sagt – an der Basis in den christlichen Gemeinden stattfindet. Darum geht es auch hier in diesem Buch. Leider gibt es immer noch Gemeinden, die wenig oder gar keinen Wert legen auf die gegenseitige Seelsorge unter den Gemeindemitgliedern. Dabei ist es aus biblischer Sicht eine dringende Notwendigkeit, dass wir uns umeinander kümmern (1Kor 12,25-26; Gal 6,1-2; Rö 15,1-2 u. a.). Davon lebt Gemeinde schließlich; und noch mehr: Manche psychische Störung lässt sich durch frühzeitiges „Kümmern“ vermeiden oder mildern. Wie oben bereits erwähnt, ist Seelsorge eine Lebensäußerung der Gemeinde, eine Voraussetzung und gleichzeitig ein Ergebnis lebendiger christlicher Gemeinschaft. Diese Basis-Seelsorge braucht keine besondere Ausbildung, nur ein wenig Sensibilität und Einfühlungsvermögen, Nächstenliebe, gesunden Menschenverstand und eine Orientierung an biblischen Wahrheiten. Sie findet im normalen

Alltag statt, bei allen Begegnungen, bei allen größeren und kleineren Ereignissen.

### **Die begabten (und ausgebildeten) Seelsorger**

Darüber hinaus gibt es immer wieder Situationen, in denen wir an der Basis der Gemeinde nicht weiter wissen. Das kann der anhaltende Ehekonflikt oder die Depression oder eine Angststörung sein oder irgendetwas anderes. Dann sind wir dankbar, wenn es in der Gemeinde oder am Ort Christen gibt, die man um Rat fragen bzw. um Hilfe bitten kann. Meist sind es solche Frauen und Männer, die eine „Antenne“ für psychische Probleme haben und eine besondere Begabung besitzen, auf andere zuzugehen und zu helfen. Manche bilden sich durch Seminare und Vorträge weiter. Sie können dann in diesen schwierigen Fällen seelsorgerlich tätig werden und nennen ihre Arbeit oft „therapeutische Seelsorge“ oder „Lebensberatung“. Auf den Internetseiten christlicher Seelsorge-Organisationen findet man leicht die ortsnahen Kontaktadressen, unter anderem:

- <https://www.weisses-kreuz.de/bildungs-und-beratungsangebote/bersuchersuche>
- <http://www.bildungsinitiative.net/supervision-und-lebensberatung/lebensberater.htm>
- <http://www.bts-ips.de/beraterverzeichnis/>

### **Die Fachleute (Psychologen, Fachärzte u. a.)**

Auch ausgebildete Seelsorger stoßen immer wieder an Grenzen, wenn es um die Behandlung seelischer oder psychiatrischer Erkrankungen geht (schwere Depressionen, Zwangsstörungen, Suchterkrankungen u. a.). Dann braucht man die Hilfe dieser Fachleute, die meist auch die fachliche Behandlung (z. B. mit Medikamenten, Verhaltenstherapie u. a.) übernehmen. Es gibt nur wenige überzeugte Christen in diesen Berufen, sodass Gemeindemitglieder manchmal verzweifelt sind, weil sie keinen

„passenden“ Spezialisten finden, zu dem sie Vertrauen haben können. Häufig berühren ja die seelischen Probleme auch das persönliche Glaubensleben. Solchen Betroffenen kann man einen guten Rat geben: Der Facharzt muss nicht unbedingt Christ sein, aber ich sollte ihn zu Beginn der Therapie fragen, ob er meinen persönlichen Glauben respektiert; und dann kann ich parallel zur Facharzt-Therapie seelsorgerliche Begleitung und Hilfe für mein Glaubensleben bei „meinem“ Seelsorger in Anspruch nehmen. Im Idealfall weiß der eine Therapeut vom anderen, und beide arbeiten Hand in Hand.

## **Die Fachklinik**

Wenn auch die dritte Ebene nicht mehr ausreicht und eine sehr schwere oder chronische psychische Erkrankung vorliegt, braucht man die Hilfe einer Fachklinik. Im Allgemeinen wird man vom Hausarzt oder Facharzt dorthin eingewiesen. Es gibt einige sehr gute Kliniken unter christlicher Leitung, wo die meisten Fachleute gläubige Christen sind und wo sich zusätzlich ein Klinik-Seelsorger um die Patienten kümmert. Natürlich fühlt sich der kranke Gläubige dort am besten aufgehoben. Aber viele Christen haben auch schon die Hilfe weltlicher Krankenhäuser in Anspruch genommen und dort gute Erfahrungen gemacht. Ähnlich wie bei den Fachärzten kommt es ebenso in der Klinik darauf an, dass mein Glaube akzeptiert und vielleicht sogar gefördert wird. Außerdem ist es eine wichtige Aufgabe für meine Heimatgemeinde, dass sich jemand während des Krankenhausaufenthalts um mich und um meine Angehörigen kümmert. Das bedeutet dann wieder echte Basis-Seelsorge (s. o.).

## **JESUS GIBT EINE „NACHHILFESTUNDE“**

Wir sind alle „in der Lehre“, d. h. wir sind Schüler unseres Herrn und Lehrers Jesus Christus – genau wie die Jünger vor fast 2000

Jahren. Und unser HERR hat ihnen in unendlicher Geduld Stunde um Stunde Unterricht erteilt, zum Thema „Seelsorge“ sogar auf einzigartige Weise:

*„Das Passafest stand jetzt unmittelbar bevor. Jesus wusste, dass die Zeit für ihn gekommen war, diese Welt zu verlassen und zum Vater zu gehen. Nun bewies er den Seinen in dieser Welt das ganze Ausmaß seiner Liebe. Es war beim Abendessen. Der Teufel hatte den Sikarier Judas Ben-Simon schon zu dem Plan verleitet, Jesus zu verraten. Jesus aber wusste, dass der Vater ihm uneingeschränkte Macht über alles gegeben hatte und dass er von Gott gekommen war und bald wieder zu Gott zurückkehren würde. Er stand vom Tisch auf, zog sein Obergewand aus und band sich ein Leinentuch um. Dann goss er Wasser in eine Schüssel und begann, den Jüngern die Füße zu waschen und mit dem Tuch abzutrocknen, das er sich umgebunden hatte. Als er zu Simon Petrus kam, wehrte der ab und sagte: ‚Herr, du willst mir die Füße waschen?‘ Jesus erwiderte ihm: ‚Was ich tue, verstehst du jetzt nicht. Du wirst es aber später begreifen.‘ ‚Nie und nimmer wäschst du mir die Füße!‘, widersetzte sich Petrus. Doch Jesus antwortete: ‚Wenn ich sie dir nicht wasche, hast du keine Gemeinschaft mit mir!‘ ‚Dann, Herr, wasch mir nicht nur die Füße, sondern auch die Hände und den Kopf!‘, sagte Simon Petrus. Jesus entgegnete: ‚Wer gebadet hat, ist ganz rein, er muss sich später nur noch die Füße waschen. Ihr seid rein, allerdings nicht alle.‘ Jesus wusste nämlich, wer ihn verraten würde. Darum hatte er gesagt: ‚Nicht alle von euch sind rein.‘ Nachdem Jesus ihnen die Füße gewaschen hatte, zog er sich das Obergewand wieder an und legte sich an seinen Platz am Tisch. ‚Versteht ihr, was ich eben gemacht habe? Ihr nennt mich Rabbi und Herr. Das ist auch in Ordnung so, denn ich bin es ja. Wenn nun ich, der Herr und der Rabbi, euch die Füße gewaschen habe, dann seid auch ihr verpflichtet, euch gegenseitig die Füße zu waschen. Ich habe euch ein Beispiel gegeben, damit ihr genauso handelt. Ja, ich versichere euch: Ein Sklave ist nicht größer als sein Herr und ein Gesandter nicht größer als sein Auftraggeber. Das wisst ihr jetzt. Nun handelt auch danach, denn das ist der Weg zum wahren Glück.“ (Johannes 13,1-17)*



## Ein Vermächtnis

Wenn wir an einen geliebten und verehrten Menschen denken, der nicht mehr unter uns weilt, dann erinnern wir uns oft an seine letzten Worte wie an ein Vermächtnis, das er uns mitgegeben hat. Nicht anders verhält es sich mit dem, was Jesus seinen Jüngern am Ende seines irdischen Weges sagte, unter anderem in den Kapiteln 13 bis 16 im Johannesevangelium. Damals hatte der HERR sich kurz vor seinem Tod allein mit den Jüngern in den Obersaal zurückgezogen. Es war eine vertraute Runde, und doch lag eine seltsame Beklemmung in der Luft. Keiner der Jünger konnte genau sagen, was es war, aber alle spürten, dass etwas Besonderes bevorstand. In dieser Situation, und nur **ein einziges Mal in der ganzen Bibel**, benutzt Jesus den Begriff, dass die Jünger und wir „verpflichtet“ (= „schuldig“) sind, etwas zu tun. Diese Verpflichtung finden wir in Joh 13,14 bei der sogenannten Fußwaschung; es ist also ein Vermächtnis unseres HERRN, das wir sehr ernst nehmen sollten. Die Begebenheit wollen wir uns etwas genauer ansehen.

Wir erleben hier gewissermaßen eine „Nachhilfestunde“ des Herrn Jesus für seine Jünger, und zwar im Fach Seelsorge. Wie war es dazu gekommen? Jesus hatte für sich und seine Jünger einen Ort gesucht, an dem er das letzte Passa mit ihnen essen konnte. Mit Sehnsucht hatte er sich danach gesehnt (Lk 22,15), weil er wusste, was danach auf ihn und seine Jünger zukommen würde. Petrus und Johannes hatten auf seine Anordnung hin den Obersaal vorbereitet. Schließlich war das Passa bei den Juden neben dem Laubhüttenfest das wichtigste Ereignis im Jahresverlauf.

## Warum Fußwaschung?

Wenn ein Hausherr zu solch einem Festmahl Gäste eingeladen hatte, dann gehörte ein gewisses Ritual unbedingt dazu: Nach der Begrüßung am Eingang bekam jeder Gast von einem Diener (entweder vom Hausdiener = griech.: *oiketes* oder von

einem Sklaven = griech.: *doulos*) die Füße gewaschen. Teilweise entsprach das einer kultischen Reinigungssitte der Juden, teilweise war es in der damaligen Zeit auch eine dringende Notwendigkeit vor einer gemeinsamen Mahlzeit. Denn man lag ja zu Tische, und die Füße des Gastes waren für seinen Nachbarn deutlich präsenter, als wenn er sie unter den Tisch gestreckt hätte. Außerdem gab es nicht so elegantes, geschlossenes Schuhwerk wie heute, erst recht keine Stiefel. Man band sich mit schmalen Riemen offene Sandalen (wie Flip-Flops) unter die Sohlen, sodass immer Dreck und Schlamm an den Füßen hängen blieben. Und so gehörte es sowohl aus kulturell-religiösen Gründen als auch ganz einfach aus Gründen der Hygiene und der Gastfreundschaft dazu, dass ein Diener den Gästen die Füße wusch. Jeder Gast wird es sowohl im Sommer als auch im Winter als Wohltat empfunden haben.

### **Die geistliche Anwendung im praktischen Alltag**

Nun gibt es hier im Obersaal bei dem Herrn Jesus oder unten am Eingang keinen Sklaven, der für die etwas unangenehme Arbeit da ist. Vielleicht sind die Jünger auch verwirrt oder gedankenlos in diese ungewohnte Situation hinein gestolpert, jedenfalls denkt niemand an das notwendige Ritual. Und so kommt es, dass sich Jesus als „*der Herr und der Rabbi (Lehrer)*“ (Joh 13,14) kurz vor dem gemeinsamen Passamahl selbst bückt und hinkniet, um die Füße seiner Jünger zu waschen. Er übernimmt also die Aufgabe eines Dieners, und die Jünger spüren wohl, dass hier etwas nicht so ganz stimmt. Simon Petrus als energischer Sprecher der Zwölf wehrt denn auch sofort ab: „*Herr, du willst mir die Füße waschen?*“ (Joh 13,6). Er muss sich mit den anderen Jüngern von Jesus belehren lassen, dass ihm jetzt im Augenblick das Verständnis für diese Aktion fehlt. Erst später sollte er die Bedeutung erkennen.

Wie gut, dass Petrus sich damit nicht zufrieden gibt. Durch seine weiteren Bemerkungen und Fragen erfahren wir, dass

Jesus hier eine symbolische Handlung ausführt, die einen tiefen geistlichen Sinn hat. Er erklärt dem Petrus (und uns!): Jeder echte Jünger Jesu ist durch die Wiedergeburt vollkommen gereinigt und braucht nicht immer wieder aufs Neue „gebadet“ zu werden. Aber auf seinem Weg „durch die Welt“ beschmutzt er sich leider die Füße; das heißt, er kommt in Kontakt mit Unmoral, mit „schmutzigen“ Gedanken und Taten, mit Sorgen und seelischen Belastungen, wodurch die enge Gemeinschaft mit den anderen Jüngern und besonders mit dem Herrn Jesus gestört (oder sogar zerstört) wird. Konkret können das in unserer Zeit sein: Sünden wie z. B. der Flirt mit der verheirateten Arbeitskollegin, die Pornofilme, der Betrug bei der Steuererklärung oder anderes. Aber auch schlechte oder gefährliche Gewohnheiten können mein Verhältnis zu Jesus und zu den Glaubensgeschwistern belasten: Schreibtischarbeit am Sonntag, problematischer Alkoholkonsum, ein Hobby, das zum Götzen wird, Arbeitsucht und Vernachlässigung der Familie, stundenlanges Fernsehen usw.

### **Das Ziel: enge Gemeinschaft**

Das alles möchte Jesus abwaschen, damit seine Nachfolger wieder echte, innige Gemeinschaft mit ihm haben können; und während seiner Abwesenheit hat er diese Aufgabe seinen Jüngern anvertraut. Das heißt für unsere heutige Zeit: Wir alle haben die gegenseitige Verpflichtung, einander die Füße zu waschen. Jesus sagt ganz klar und eindeutig, dass wir als seine Jünger die „Pflicht und Schuldigkeit“ haben, das zu tun, was er als Beispiel vorgelebt hat. Es ist nicht in unser eigenes Ermessen gestellt! An keiner anderen Stelle verwendet er so klare Worte, um zu zeigen, wie notwendig dieser Dienst ist; und er verbindet die Tat auch ausdrücklich mit seinem Segen: *„Das wisst ihr jetzt. Nun handelt auch danach, denn das ist der Weg zum wahren Glück“* (Joh 13,17). Und wer von uns möchte nicht „wahres Glück“ erleben?

In manchen Gemeinden wird die Fußwaschung – ähnlich wie das Abendmahl – als konkrete Handlung im Gemeindeleben ausgeführt; dagegen ist prinzipiell nichts einzuwenden. Aber viel wichtiger als die Handlung ist die ganz praktische geistliche Anwendung. Das machen die Erklärungen deutlich, die Jesus dem Petrus in Joh 13,6-10 gibt. Jesus kommt es nicht auf die stinkenden Füße, sondern auf den seelischen Zustand seiner Jünger an. Er möchte gerne, dass wir alle glücklich sind, d. h. in ganz enger persönlicher Verbindung zu ihm. Deshalb macht er sich Sorgen um meine Seele – und wir sollen uns genauso Sorgen machen um die Seelen unserer Glaubensgeschwister. Wenn wir uns dann gegenseitig helfen, alles auszuräumen (abzuwaschen), was unsere Nähe zum HERRN (und untereinander) belastet, dann üben wir echte biblische Seelsorge aus. Dafür brauchen wir keine psychologische oder theologische Ausbildung, sondern nur Liebe zu den Geschwistern, Gebet, Gottes Wort, einen gesunden Menschenverstand – und schlichten Gehorsam gegenüber seinem Wort. Wie diese Voraussetzungen biblischer Seelsorge im Einzelnen aussehen, zeigt uns der Abschnitt der Fußwaschung in eindrucklicher Weise.

## VORAUSSETZUNGEN BIBLISCHER SEELSORGE

Viele Christen denken: Seelsorge, das ist das Eingreifen studierter Fachleute in Extremsituationen. Natürlich gibt es mit Recht die sogenannte „Katastrophen-Seelsorge“. Aber im Gemeindeleben treten solche Katastrophen glücklicherweise sehr selten auf. Es sind eher die kleinen Probleme des Alltags, unsere Verhaltensweisen und Charakterschwächen, die uns gegenseitig zu schaffen machen. Hier, ganz unten an der Basis, kommt die einfache biblische Seelsorge, das „Sich-Kümmern um die Seele des anderen“ zum Einsatz. Allerdings – wer sich berufen und begabt fühlt und sich gerne in der Seelsorge weiterbilden

möchte, der findet ein reichhaltiges Angebot an Vorträgen, Lehrgängen und Seminaren bei verschiedenen christlichen Organisationen. Wichtig ist dabei nur, dass der Bezug zur Bibel nicht verloren geht. Die ersten Seiten des Buches haben das deutlich gemacht.

### **Der Seelsorger kennt das Kreuz Jesu persönlich**

Gottes Wort kennt aber keinen Hochschulabschluss als Bedingung für die Arbeit im Reich Gottes. Für die Seelsorge finden wir in der Bibel ganz andere Voraussetzungen als ein Studium; und es ist gut, wenn wir diese biblischen Hinweise beachten. Sie sind bei der schon erwähnten Fußwaschung (Joh 13) in idealer Weise zusammengestellt. Wir müssen nur genau hinsehen, und zwar Vers für Vers. Das Ereignis beginnt mit den Worten:

*„Das Passafest stand jetzt unmittelbar bevor. Jesus wusste, dass die Zeit für ihn gekommen war, diese Welt zu verlassen und zum Vater zu gehen.“*

Eigentlich hätten wir erwartet, dass dem Herr Jesus in dieser Situation im Obersaal in erster Linie sein Kreuzestod vor Augen gestanden hätte. Aber mit diesen Worten ist nicht das Kreuz von Golgatha oder das Grab, sondern seine Himmelfahrt gemeint. Der HERR sieht sich also in Gedanken schon hinter seinem vollbrachten Werk, hinter seinem Sterben und Auferstehen. Damit wird die erste wichtige Voraussetzung für biblische Seelsorge unter Gläubigen deutlich: Seelsorge kann nur der ausüben, der hinter dem Kreuz steht, der weiß, dass Jesus für ihn gestorben und auferstanden ist. Mit anderen Worten: Ein echter Seelsorger im Sinne der Bibel kann nur ein wiedergeborener Christ sein. Ein gut ausgebildeter und erfahrener Fachmann ohne persönliche Beziehung zu dem Auferstandenen ist vielleicht ein guter Psychologe, aber kein Seelsorger im biblischen Sinne!