

Verlass dein Vaterhaus
Wer sich in die Fremde
wagt, findet neue Heimat.

Wachstum und Veränderung erfahren wie Abraham



Wer sich in die Fremde wagt,
findet neue Heimat.

Abraham soll seine Heimat verlassen

- Und der Herr sprach zu Abram: Geh aus deinem Vaterland und von deiner Verwandtschaft und aus deines Vaters Hause in ein Land, das ich dir zeigen werde. ... und ich will dich segnen ...

(1Mo 12,1+2)

- Der Herr, der Gott des Himmels, der mich von meines Vaters Hause genommen hat und von meiner Heimat, hat mir auch zugesagt und geschworen: Dies Land will ich deinen Nachkommen geben.

(1Mo 24,7)

Wer sich in die Fremde wagt, findet neue Heimat.



Was ist Heimat

- Heimat ist kein Ort, Heimat ist ein Gefühl.
(Herbert Grönemeyer)
- Heimat sind die Menschen, die wir verstehen und die uns verstehen..
(Max Frisch)
- Heimat ist kein geografischer Begriff. Man trägt sie in sich selbst.
(Andrej Sinjowski)
- Ohne Heimat sein heißt leiden.
(Fjodor Dostojewski)
- Heimat dient dazu, Lücken auszufüllen, unerträgliche Traumata aufzufangen, seelische Brüche zu überbrücken, die Seele wieder ganz zu machen. Je schlimmer es um einen Menschen bestellt ist, je brüchiger sein Selbstgefühl ist, desto nötiger hat er oder sie Heimatgefühle, die wir darum eine Plombe für das Selbstgefühl nennen.
(Paul Parin, Psychoanalytiker)
- Das Kind in dir muss Heimat finden
(Stefanie Stahl)
- Unsere Heimat ist der Himmel, wo Jesus Christus wohnt.
(Philipp 3,20)

Wer sich in die Fremde wagt, findet neue Heimat.

Jesus ruft heraus

- Kommt, folgt mir nach! Ich will euch zu Menschenfischern machen. Sogleich verließen sie ihre Netze und folgten ihm nach.

(Mt 4,19+20)

- Und als er vorüberging, sah er Levi, den Sohn des Alphäus, am Zoll sitzen und sprach zu ihm: Folge mir nach! Und er stand auf und folget ihm nach..

(Mk 2,14)

- Johannes stand da und zwei seiner Jünger; und als er Jesus vorübergehen sah, sprach er: Siehe, das ist Gottes Lamm! Und die zwei Jünger hörten ihn reden und folgten Jesus nach..

(Joh 1,35-37)

Wer sich in die Fremde wagt,
findet neue Heimat.

meine ‚Heimat‘

- Prägungen
- Denkweisen - auch die selbstschädigenden
- familiäre Bindungen - auch die dysfunktionalen
- Ängste
- Zwänge
- Süchte und andere Heimlichkeiten
- Grundüberzeugungen
- Minderwertigkeiten
- erlernte Hilflosigkeit
 - sind Schutzmechanismen

Wer sich in die Fremde wagt,
findet neue Heimat.



aus der ‚Heimat‘ herausgerufen

- Jeder, der mit Christus verbunden ist, wird aus seinem Vorherigem herausgerufen.
- Wir haben hier keine bleibende Stadt, sondern die zukünftige suchen wir.

(Heb 13,14)

Wer sich in die Fremde wagt,
findet neue Heimat.



Heilung im Fremden

- Heilung unserer Persönlichkeit erfahren wir nicht in der Schutzhaltung
sondern nur in neuen Beziehungserfahrungen
- Ein Fremder ist ein Freund, dem man bisher nur nicht nicht begegnet ist.

(irisches Sprichwort)

Wer sich in die Fremde wagt, findet neue Heimat.



Rabbi Sussja lehrt

Gott sprach zu Abram:

Geh aus deinem Land,
aus deinem Geburtsort,
aus dem Haus deines Vaters
in das Land, das ich dir zeigen werde.

Gott spricht zum Menschen:

Zuerst geh' aus deinem Land
- aus der Trübung, die du dir selbst angetan hast.

Dann geh aus deinem Geburtsort
- aus der Trübung, die deine Mutter dir angetan hat.

Danach aus deinem Vaterhaus
- aus der Trübung, die dein Vater dir angetan hat.

Nun erst vermagst du in das Land zu gehen, das ich dir zeigen werde.

Wer sich in die Fremde wagt,
findet neue Heimat.



Gott vertrauen - gehorchen

- Ich kann Gott nur gehorchen, wenn ich auf ihn horche.
- Wir haben einen Gott, der redet - auch heute noch.
- Abraham tut, was JHWH - ‚Ich bin da / Ich werde da sein‘ - ihm sagt.
- Abraham vertraut dem, dessen Name ‚Ich bin da‘ ist

Wer sich in die Fremde wagt,
findet neue Heimat.



Gott vertrauen - gehorchen

Höre ich Gottes Stimme?

Horche ich auf Gott und gehorche ihm?

*Oder horche ich als Erwachsener noch auf die
Stimmen meiner Kindheit und gehorche diesen?*

Wer sich in die Fremde wagt,
findet neue Heimat.

Gott vertrauen - gehorchen

- Hörprobleme
 - dysfunktionale Kommunikation
 - ungleiche Gewichtung der vier Seiten einer Nachricht
(Schulz von Thun)
 - etwas in die unklare Seite einer Nachricht hineingehören
(Schulz von Thun)
- inkongruente Kommunikation

Wer sich in die Fremde wagt,
findet neue Heimat.



Gott vertrauen - gehorchen

- Abraham wurde von Gott zweimal zum Auszug aufgefordert

(Apg 7,2-4)

Wer sich in die Fremde wagt,
findet neue Heimat.

Gott vertrauen - gehorchen

Kann es sein, dass die Trauer über den Verlust eines geliebten Menschen mich stumpf dafür macht, dem Reden Gottes zu folgen und ich gelähmt bin, das von Gott mit zuge dachte Leben zu lebe?

Kann es sein, dass ich wegen einer familiären Verpflichtung ganz in meiner Familie verhaftet bin, und ich aufgehört habe, mein Leben eigenständig zu gestalten?

Wer sich in die Fremde wagt,
findet neue Heimat.



Gott vertrauen - gehorchen

- Wir dürfen, wie Abraham, neu aufbrechen.
- Wir brauchen uns von der Scham, nicht auf Gott gehört zu haben, nicht bestimmen lassen.
- Dann lernen wir die Gnade und Menschenliebe Gottes tiefer kennen.
- Gnade und Liebe sind das Fundament für neues Vertrauen
 - gehorchen - (griech.) peiqomai - glauben im Sinne von vertrauen

Wer sich in die Fremde wagt, findet neue Heimat.



Gott vertrauen - verlassen/loslassen

- Der Ewige hatte aber zu Awram gesprochen: „Zieh hinweg aus deinem Land, von deinem Geburtsort und von deines Vaters Hause in das Land, das ich dir zeigen werde.“

(Übersetzung von Moses Mendelssohn)

- Zieh hinweg - Lech Lecha - geh für dich heraus
 - Es beschreibt nicht einfach eine lokale Ausrichtung oder eine geographische Bestimmung, sondern es bezeichnet das Aufgeben und die innere Loslösung von allem.

(Verena Lenzen, Kommentar zur alttestamentlichen Lesung am Tag des Judentums 2014)

- Abram aber war fünfundsiebzig Jahre alt, als er aus Haran zog.

(1Mo 12,4)

Wer sich in die Fremde wagt,
findet neue Heimat.



Gott vertrauen - verlassen/loslassen

- Dann sagte er zu allen: „Wenn jemand mir nachkommen möchte, so sage er ‚Nein‘ zu sich selbst, nehme täglich seinen Hinrichtungspfahl auf sich und folge mir unbeirrt nach.

(Lk 9,23)

Wer sich in die Fremde wagt,
findet neue Heimat.

Gott vertrauen - verlassen/loslassen

- Wenn wir im Vertrauten bleiben, das Fremde nicht wagen
 - belohnt uns unser Gehirn, in dem es körpereigene Opiate als Wohlfühldrogen ausschüttet
- Einschneidenden Veränderung die Haltlosigkeit auslösen, aktivieren die gleichen Areale im Gehirn wie körperlicher Schmerz.
 - Unser Gehirn schüttet in diesen Situationen den Botenstoff ‚Substanz P‘ aus - P steht für pain.

(nach Gerhard Roth, Neurobiologe)

Wer sich in die Fremde wagt,
findet neue Heimat.

Gott vertrauen - verlassen/loslassen

- Wer Zweifel an seiner Selbstwirksamkeit hat, wer glaubt, die Kontrolle zu verlieren, wird sich eher an das scheinbar Bewährte und Vertraute halten.
- Wer eine sichere Bindung hat, kann leichter loslassen
 - Unser Bindungssystem bleibt immer offen für neue, sichere Bindungserfahrungen, weil sie das sind, was wir suchen.

(Karl Heinz Brisch, Facharzt für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie)

- Wer sich *einlassen*
und wer Gefühle *zulassen* kann
kann besser *loslassen*

Wer sich in die Fremde wagt,
findet neue Heimat.

Gott vertrauen - verlassen/loslassen

- Erst wenn du deine Sicherheiten, das Vertraute losgelassen/verlassen hast, kannst du in das Land gehen, das ich dir zeigen werde.
- Gott gibt uns keine Karte mit der eingezeichneten Route
- Wenn wir unser Schutz- und Prägungsmuster aus der Hand geben, kann uns Gott an der Hand halten.
- Durch die Trennung finden wir über die Individuation unsere Identität

Wer sich in die Fremde wagt,
findet neue Heimat.



Gott vertrauen - verlassen/loslassen

*Wo und weshalb lebe ich heute noch in meinen alten
Schutz- und Prägungsmustern?*

Wer sich in die Fremde wagt,
findet neue Heimat.

Gott vertrauen - verlassen/loslassen

- Durch den Glauben wurde Abraham gehorsam, als er berufen wurde, an einen Ort zu ziehen, den er erben sollte; und er zog aus und wusste nicht, wo er hinkäme.

(Heb 11,8)

- Wenn wir gehen, ist Gott da.
- Im Verlassen und im Gehen in die Fremde ohne das Ziel zu kennen, wachsen wir im Vertrauen.

Wer sich in die Fremde wagt,
findet neue Heimat.

Gott vertrauen - Geduld

- bei der Berufung; eine erstaunliche Zusage an einen alten Mann und seine unfruchtbare Frau
 - Und ich will dich zu einem großen Volk machen und will dich segnen und deinen Namen groß machen, und du sollst ein Segen sein.
(1Mo 12,2)
 - kein Sohn
- Abraham ist im verheißenen Land angekommen
 - Deinem Samen will ich dieses Land geben.
(1Mo 12,7)
 - kein Sohn

Wer sich in die Fremde wagt, findet neue Heimat.



Gott vertrauen - Geduld

- Abraham hat sich von Lot getrennt und ging im Vertrauen auf Gott ins karge Bergland
 - Hebe deine Augen auf und sieh von der Stätte aus, wo du bist, nach Norden, nach Süden, nach Osten und nach Westen. Denn all das Land, das du siehst, will ich dir geben und deinen Nachkommen ewiglich. Und ich will deine Nachkommen machen wie den Staub auf Erden.
(1Mo 1,14+15)
 - kein Sohn
- Abraham ist von Gott frustriert
 - Der von deinem Leibe kommen wird, der soll dein Erbe sein. Und er hieß ihn hinausgehen und sprach: Sieh gen Himmel und zähle die Sterne; kannst du sie zählen? Und sprach zu ihm: So zahlreich sollen deine Nachkommen sein!
(1Mo 15,4-5)
 - kein Sohn

Wer sich in die Fremde wagt,
findet neue Heimat.

Gott vertrauen - Geduld

- Wir wissen, dass Bedrängnis Geduld bringt, Geduld aber Bewährung, Bewährung aber Hoffnung, Hoffnung aber lässt nicht zuschanden werden;

(Rö 5,3-5)

- Frustrationstoleranz
- Resilienz
- Impuls- und Affektkontrolle
- Resignation

Wer sich in die Fremde wagt,
findet neue Heimat.

Gott vertrauen - Geduld

- Und Sarai sprach zu Abram: Siehe, der Herr hat mich verschlossen, dass ich nicht gebären kann. Geh doch zu meiner Magd, ob ich vielleicht durch sie zu einem Sohn komme. Und Abram gehorchte der Stimme Sarais.
(1Mo 16,2)
- Selbsthilfeakte können langfristige Auswirkungen haben
 - Gott will nicht nur das Vertrauen, dass er unser Versorger und Begleiter ist. Er will auch das Vertrauen, dass er aus uns etwas Neues hervorbringen kann.

Wer sich in die Fremde wagt,
findet neue Heimat.



Gott vertrauen - Geduld

Wie ist es um meine Geduld bestellt?

Wie viel Geduld habe ich mit Gott?

Rede, verhandle, streite ich mit Gott oder resigniere ich?

Wer sich in die Fremde wagt,
findet neue Heimat.

Gott vertrauen - Geduld

- Gott hat mehr vor als unsere Wunscherfüllung
- es ist Gottes Gnade, dass er auch unsere Selbsthilfeakte segnet - die Gnade ist keine Bestätigung
 - Gott schweigt gegenüber Abraham 13 Jahre
- unsere Ungeduld gegenüber Gott zeigt, dass wir im Misstrauen unseres alten Vater- und Mutterlandes leben

Wer sich in die Fremde wagt,
findet neue Heimat.



Gott vertrauen - Geduld

Welche Selbsthilfeakte habe ich in meiner Ungeduld schon vorgenommen?

Habe ich mich von diesen getrennt?

Wer sich in die Fremde wagt,
findet neue Heimat.

Gott vertrauen - Geduld

- Wer zu Gott hinzutritt, muss auf ihn bauen: dass er ist und dass er denen gibt, die ihn suchen.
(Heb 11,6)
- Gottes Möglichkeiten sind ‚wunderbar‘; sein Handeln entfaltet sich auf einer anderen Ebene als die der Menschen
- Dem Wunder Gottes entspricht auf der Seite der Menschen das Zutrauen auf Gottes Beistand, auch wenn es Nacht ist.

(Adrian Schenker, Wegleitung zum Tag des Judentums 2014)

Wer sich in die Fremde wagt,
findet neue Heimat.



Gott vertrauen - Angst

- Angst hat die Aufgabe, uns vor Gefahr zu schützen
 - Nur Menschen mit ‚Angst vor Beständigkeit‘ haben kaum Angst vor der Fremde
 - Angst erschwert, zu vertrauen
 - Angst kann lähmen

Wer sich in die Fremde wagt,
findet neue Heimat.

Gott vertrauen - Angst

- Es kam aber eine Hungersnot in das Land. Da zog Abram hinab nach Ägypten, dass er sich dort als ein Fremdling aufhielte; denn der Hunger war groß im Lande.

(1Mo 12,10)

- Gott, der trotz Gehorsam Probleme zulässt ist uns befremdlich

Wer sich in die Fremde wagt,
findet neue Heimat.

Gott vertrauen - Angst

- die Hungersnot löst Existenzangst aus
 - Abrahams Lösung: Verlassen des zugesagten Landes
- in Ägypten tritt eine andere Existenzangst auf
 - Abrahams Lösung: Notlüge
- Gott ist gnädig

Wer sich in die Fremde wagt,
findet neue Heimat.

Gott vertrauen - Angst

- Fürchte dich nicht, Abram! Ich bin dein Schild und dein sehr großer Lohn.

(1Mo15,1)

- Gottes Antwort auf Angst ist Segen
- Wiederholung der Halbwahrheit bei Abimelech, dem König von Gera

(1Mo 20,1ff)

- Gottes Antwort auf Angst ist Segen, ein Bleiberecht, ein priesterlicher Dienst und vollmächtiges Heilungsgebet

Wer sich in die Fremde wagt,
findet neue Heimat.



Gott vertrauen - Angst

- Der Segen soll das Vertrauen stärken, sich trotz Angst ganz auf Gott zu verlassen.

Wer sich in die Fremde wagt,
findet neue Heimat.



Gott vertrauen - Angst

Wo hält mich die Angst davor ab, in das fremde, aber von Gott zugesagte Leben zu gehen?

Welche aus der Angst geborenen Notlösungen gibt es in meinem Leben?

Sehe ich den Segen, den Gott trotzdem schenkt?

Lasse ich mich vom Segen ermutigen, die Angst zu überwinden?

Wer sich in die Fremde wagt,
findet neue Heimat.

Gott vertrauen - Angst

- Wenn ich mitten in der Angst wandle, so erquickst du mich.
(Ps 138,7)
- Doch es wird nicht dunkel bleiben über denen, die in Angst sind.
(Jes 8,23)
- In der Welt habt ihr Angst; aber seid getrost, ich habe die Welt überwunden.
(Joh 16,33)

Wer sich in die Fremde wagt,
findet neue Heimat.



die neue Heimat

- Durch den Tod von Sara wird Abraham zum rechtmäßigen Besitzer von Land in dem Land, das ihm uns seinen Nachkommen verheißen wurde.

(1Mo, 23)

Wer sich in die Fremde wagt,
findet neue Heimat.



die neue Heimat

- Abraham wagt die Fremde und findet durch
 - gehorchen
 - loslassen
 - Geduld
 - Angstüberwindung
- eine neue Heimat

Wer sich in die Fremde wagt,
findet neue Heimat.



Wenn der Wind der Veränderung weht, bauen die
einen Mauern und die anderen Windmühlen.

(Chin. Sprichwort)

Wer sich in die Fremde wagt, findet neue Heimat.



die neue Heimat

- Wir haben hier keine bleibende Stadt, sondern die zukünftige suchen wir.
(Heb 13,14)
 - Unsere Heimat in der Gegenwart des Schöpfers finden wir, in dem wir unsere Prägungsmuster und Grundüberzeugungen aufgeben, und das Fremde wagen.
 - In der Auseinandersetzung mit dem ‚Fremden‘ wird dieses zum ‚Anderssein‘.
Unsere Identität entwickelt sich in der Interaktion mit dem Anderen.
(Ina-Maria Greverus)
 - Erst im Aufbruch erfahren wir die Wegleitung Gottes, nicht im Sessel zu Hause.
 - Der Herr ist mein Hirte, mir wird nichts mangeln. ... Er führet mich auf rechter Straße um seines Namens willen.

(Ps 23,1+3)