

## Eine Reise ins eigene Herz

### Predigt zu Psalm 37,4 von Hartmut Bergfeld

Mit sieben jungen Leuten sind wir 1973 in einem klapprigen, halbverrosteten Kleinbus in Marokko unterwegs. Wir fahren auf einer einsamen Straße. Stundenlang begegnet uns kein Auto. Um uns herum vertrocknete Erde, einzelne trockene Gräser, vereinzelt kleine Sträucher und Bäume. Kein Dorf in der Nähe. Die nächste Stadt 150 km entfernt. Plötzlich stottert der Motor. Unser altersschwacher Bus bleibt im Irgendwo liegen. Etwas entfernt in einem kleinen Tal haben Frauen Kleidung zum Trocknen ausgelegt. Es muss dort Wasser geben. Das ist ein Trost. Nach einem halben Tag beten, rumschrauben und beten, ohne das etwas geschieht, kommt ein Mann auf uns zu. Wir sehen ihn schon von Weitem. Mit Gesten lädt er uns ein mit ihm zu kommen. Zunächst sind misstrauisch. Aber dann folgen wir ihm zu viert in die umliegenden Hügel. Ein Zelt taucht vor uns auf. Wir werden zum Tee eingeladen. Niemand aus dieser kleinen Berberfamilie spricht Englisch. Einer von uns nur ein paar Worte arabisch. Sie laden uns ein über Nacht zu bleiben. Doch wir wollen ihre Gastfreundschaft nicht überstrapazieren und die anderen drei nicht allein lassen.

Die Freundlichkeit dieser Nomaden uns Fremden gegenüber, die Gastfreundschaft dieser Menschen, die kaum etwas besitzen, vergesse ich nie. Als Gastgeschenk übergeben wir ihnen ein paar Süßigkeiten für die Kinder und ein Evangelium auf arabisch. Das ist das, was wir dabei haben. Geld wäre eine Beleidigung gewesen. Wir gehen zurück zum Bus. Am nächsten Morgen funktioniert plötzlich der Anlasser wieder und wir fahren weiter. Wir sind 7 Wochen in Marokko unterwegs. Sie haben mich verändert.

Reisen kann uns verändern. Wir sind unterwegs. Wir erleben Neues. Begegnen unbekanntem Menschen. Machen neue Erfahrungen.

Die Reise von der wir heute sprechen ist eine Individualreise. Die kann man nicht pauschal buchen: Flug, Hotel, Sonne, All inclusive, Ausflüge inbegriffen. Es geht um unsere ganz persönliche Reise. Dein Lebensweg, deine Lebensreise ist einmalig. Unverwechselbar. Individuell. Du kannst sie nicht mit irgendjemandem tauschen. Und du kannst diesen Weg nur selber gehen. Niemand kann das für dich tun. Es ist dein Leben.

Das Leben mit Gott ist auch eine Reise, ein unterwegs sein. Es ist kein Standpunkt. Das wäre Stillstand. Abraham wurde von Gott auf die Reise seines Lebens gerufen. Jesus berief seine Jünger und war mit ihnen unterwegs. Jesu Nachfolger sind auf einer spirituellen Reise.

Wir sehnen uns nach einem erfüllten Leben. Einem vollen Herzen. Jesus hat uns zu einem solchen Leben eingeladen. Was verhindert ein Leben mit Tiefgang?

Wir leben in einer schnellen Zeit. Immer schneller und immer mehr. Dazu kommt ein Informationsüberfluss, den wir gar nicht verarbeiten können. Es gibt tausend Möglichkeiten der Zerstreuung. Wir sehen scheinbar ganz viel von der Welt. Jeden Tag haben wir Bilder aus der ganzen Welt auf unseren Smartphones und Fernsehern.

Als ich mit einem Freund in Israel unterwegs war, gesellte sich für ein paar Tage ein junger Australier zu uns. Er erzählte uns stolz "I made Europe in five days". In fünf Tagen Europa gesehen? So hetzen wir oft durchs Leben.

Unser Leben ist schnell und oft ist alles zuviel. Und das verführt uns zur Oberflächlichkeit. Wir nehmen unser Herz nicht mehr wahr. Und aus dem erfüllten Leben, das Jesus versprochen hat, wird eine oberflächliche geistliche Routine. Das ist eine der größten Versuchungen unserer Zeit.

Ein vollgestopft Leben ist noch lange kein erfülltes Leben. Wir sehnen uns nach einem Leben, das nicht an der Oberfläche bleibt, sondern Tiefgang hat. Und das hat etwas mit unserem Herzen zu tun.

### **Eine Reformation des Herzens beginnt mit einer Reise nach Innen. Von der Oberfläche in die Tiefe. Einer Reise ins eigene Herz.**

In Sprüche 4,23 heißt es: "Behüte dein Herz mit allem Fleiß, denn daraus quillt das Leben."

Beschütze dein Herz! Das beginnt damit, dass du vertraut bist mit deinem Herzen. Wie kannst du dein Herz besser kennen lernen?

### **Es ist eine Reise von Außen nach Innen. Eine Reise in die Mitte des Lebens.**

Wir beschäftigen uns viel mit dem was außen in unserem Leben stattfindet. Aktivitäten und Termine. Aufgaben im Beruf. Herausforderungen der Familie. Finanzen. Anforderungen durch andere Menschen. All das gehört zum Leben. Es sind wichtige Bereiche unseres Lebens.

Aber wo bleibt das Herz? Achtest du auf die Stimme deines Herzens? Kennst du dich in deinem Herzen aus?

"Ich höre auf meinen Bauch." So beschreiben nicht wenige, wie sie sich im Leben orientieren. Nicht nur kopfgesteuert leben, sondern die Gefühle ernst nehmen. Was sagt mir mein Gefühl und das mach ich. Es ist gut, seine Gefühle zu kennen. Ihre Stimme zu kennen und sie zu beachten. Aber sich ihnen anzuvertrauen oder gar auszuliefern ist ein gewagtes Unternehmen. Meinen Ängsten will ich mich nicht ausliefern. Auch nicht Enttäuschungen. Mancher verliebt sich in eine andere Frau und riskiert seine Ehe. Gefühle können sich schnell ändern und auch in die Irre führen.

Unser Herz - das ist mehr als unser Bauchgefühl.

Herz, das ist die Mitte unseres Lebens. Dort wo alles zusammenläuft, unser Denken, Fühlen, Wollen. Dort in der Mitte ist das, was uns wirklich wichtig ist. Was unser Leben bestimmt.

"Wo dein Schatz ist, da ist dein Herz?", sagt Jesus. (Matth 6,21)

Unser Herz, da sind wir mit dem Kern unserer Persönlichkeit verbunden. Mit dem Innersten. Mit der Mitte. Wer bin ich? Was will ich? Was ist mir heilig? Wo ist der Anker meines Lebens? Was trägt mich? Woran machst du dich fest, wenn es ernst wird? Dort ist dein Herz!

## **Was wünscht sich dein Herz? Dringe zu den Wünschen deines Herzens vor!**

"Habe deine Lust am HERRN; der wird dir geben, was dein Herz wünscht." (Psalm 37,4)

Es gibt Wünsche, die liegen ganz oben auf. Wie ein Kind, dass sich einen Haufen Spielsachen zu Weihnachten wünscht. Aber noch mehr wünscht es sich in den Arm genommen zu werden. Und zu hören: Ich hab dich ganz doll lieb. Das sind die Herzenswünsche.

Meine Herzenswünsche will Gott erfüllen. Meine tieferen Bedürfnisse. Was mein Herz braucht. Und dann gibt er noch manches andere dazu.

Vor Kurzem war ein junger Mann zum ersten Mal bei uns im Gottesdienst. Er war auf der Suche nach einem erfüllten Leben. Sein Beruf gab ihm das nicht. Er hat sich viel mit Esoterik beschäftigt. Er übergab mir ein teures Buch in dem "Gespräche" mit Geistwesen protokolliert waren. Es hat ihn nicht weitergebracht, sondern verwirrt. Er zweifelte daran, ob er die richtigen Freunde habe. Und dann fragte er mich: Soll ich meinen Beruf aufgeben, mir neue Freunde suchen ... Ich sagte ihm: Triff jetzt keine wichtigen Entscheidungen. Jesus will dir geben, was dein Herz sucht. Und wenn du das gefunden hast, dann triff gute Entscheidungen.

Wir werden einige unserer zentralen Herzensbedürfnisse auf unserer gemeinsamen Reise in den kommenden Wochen näher erforschen.

- sola gratia. Unser Herz sehnt sich nach Gnade, nach der Befreiung von Druck und Zwang, Schuld und Versagen
- sola fide. Unser Herz sehnt sich nach Vertrauen, in einer Zeit des Misstrauens und der Ängste. Ein Glaube, der trägt.
- sola scriptura. Unser Herz sehnt sich nach Worten, die nicht Gerede sind, sondern Kraft geben, Orientierung, trösten, ermutigen. Nicht nur informieren. Worte, die das Herz stärken. Und unseren Inneren Menschen ernähren.
- solus Christus. Unser Herz sehnt sich nach Orientierung, einer Mitte und nach Weite. Christus in dir. In der Mitte deines Lebens, da wartet er auf dich.

## **Die Reise ins eigene Herz braucht den Mut ehrlich zu sein**

Jesus sagt: "Selig sind die reinen Herzens sind, denn sie werden Gott schauen." (Matth 5,8 )  
Reinen Herzens kann nur sein, wer ehrlich ist mit sich und mit Gott.

Ich habe einmal von jemandem gehört, der die Frommen getestet hat. Er war kein Christ, aber er hat sich einfach angepasst an das Reden und Verhalten, das in dieser Gemeinde Norm war. Keiner hat es gemerkt. Er hatte Glück. Er konnte seine Schauspielerei, diesen Betrug nicht mehr durchhalten. Er hat Jesus gefunden und der machte ihn ehrlich.

Jesus nannte manche Frommen "übertünchte Gräber". Von Außen ordentlich, aber innerlich erstorben. Wenn wir so tun als ob, dann betrügen wir unser Herz. Auch wenn Christen sind.

Ehrlich werden zerstört den frommen Schein. Das Herz wird lebendig. Das Herz wird weit. Der Glaube wird echt. Erneuerung wird möglich.

Darfst du in deinem Hauskreis von Zweifeln reden, ohne dass du mit guten Ratschlägen zugetextet wirst? Darf jemand sagen, dass er ein bestimmtes Bibelwort nicht glauben kann? Dass er Gott nicht versteht? Dass sich sein Glaube verändert hat und er nicht mehr so denkt wie früher? Und wenn er das Vertrauen hat, es zu sagen: Wird er dann mit frommen Antworten abgespeist? Wird ganz schnell alles wieder glatt gemacht mit den "richtigen" Antworten?

Sich nichts vormachen braucht Mut. Wenn wir ehrlich miteinander sind in Freundschaften, in Zweierschaften, Hauskreisen dann können wir uns auf unserer Reise ins eigene Herz unterstützen.

Wenn wir ehrlich werden, dann werden wir befreit von dem so tun als ob. Das lässt unser Herz gesunden.

### **Die Reise ins eigene Herz geht nach Innen und dann wieder nach Außen**

Es ist keine Reise in eine spirituelle Innerlichkeit, die nur bei sich selbst stehen bleibt. Wenn sie echt ist, dann macht sie lebensstüchtig. Dann habe ich anderen viel zu geben. Dann werde nicht nur ich verändert, sondern auch etwas in meiner Umgebung.

Jesus gibt eine Verheißung: "Ein guter Mensch bringt Gutes hervor aus dem Schatz seines Herzens." (Luk 6,45)

Die Reise nach Innen bleibt nicht stecken in frommer Innerlichkeit. In einem Innenleben mit Komfort. Das Herz wird weit. Was uns erfüllt kann nicht verborgen bleiben. "Wes das Herz voll ist, des geht der Mund über." Was im Herzen entschieden ist, dass wollen wir auch in die Tat umsetzen.

### **Zum Schluss eine Zusage. Gott kennt dein Herz.**

"Der Mensch sieht was vor Augen ist, Gott aber sieht das Herz an." (1. Sam 16,7)

Jesus wusste was im Menschen war. Er hatte eine Herzensschau.

Du brauchst keine Angst haben vor einer Reformation deines Herzens. Bei Jesus ist das immer ein Heilwerden des Herzens.

Wir haben heute einige Reisevorbereitungen gemacht für die Reformation des Herzens gemacht. Komm mit auf diese Reise. Sei dabei.



**GEMEINDE WALDERSEESTRASSE**  
*Evangelisch-Freikirchliche Gemeinde Hannover*

## **Eine Reise ins eigene Herz**

Predigt von Hartmut Bergfeld zu Psalm 37,4 am 5.3.2017

### **Impulse zur Predigt und Fragen zur Vertiefung**

Welche Assoziationen weckt bei dir der Titel "Eine Reise ins eigene Herz"?

#### **Eine Reformation des Herzens beginnt mit einer Reise nach Innen. Von der Oberfläche in die Tiefe.**

Wie erlebst du die "Versuchung zur Oberflächlichkeit" in deinem Alltag?  
Was hilft dir in deinem Leben ihr nicht zu erliegen und Tiefgang zu gewinnen?

Sprüche 4,23: "Behüte dein Herz mit allem Fleiß, denn daraus quillt das Leben."  
Wie achte ich auf mein Herz?

#### **Es ist eine Reise von Außen nach Innen. Eine Reise in die Mitte des Lebens.**

Herz, das ist die Mitte unseres Lebens. Dort wo alles zusammenläuft, unser Denken, Fühlen, Wollen. Dort in der Mitte ist das, was uns wirklich wichtig ist. Was unser Leben bestimmt.

Was ist mir heilig? Wo ist der Anker meines Lebens? Was trägt mich?  
"Wo dein Schatz ist, da ist dein Herz?", sagt Jesus. (Matth 6,21)

Es ist gut auf seine Gefühle zu achten und nicht nur auf den Verstand.  
Worin unterscheidet sich das Hören auf dein Bauchgefühl vom Hören auf dein Herz?

#### **Was wünscht sich dein Herz? Dringe zu den Wünschen deines Herzens vor!**

Psalm 37,4

Vorschlag für die Kleingruppe: Jeder schreibt auf einen Zettel 1-3 Herzenswünsche.  
Teilt einen eurer Herzenswünsche mit den anderen.

#### **Die Reise ins eigene Herz braucht Mut ehrlich zu sein**

Matth 5,8

Wie ist die Kultur in eurem Hauskreis?  
Ordne auf einer Skala von 1-10: Ist Ehrlichkeit oder Anpassung gefragt? Werden Zweifel und Unglaube zugelassen?

#### **Zum Schluss eine Zusage. Gott kennt dein Herz.**

1. Sam 16,7: Der Mensch sieht was vor Augen ist, Gott aber sieht das Herz an.  
Jesus wusste was im Menschen war. Er hat eine Herzensschau.  
Du brauchst keine Angst zu haben vor einer Reformation deines Herzens.