

„LICHT“ SONGIMPULSE

SONGIMPULS ZU VERSE 1:

REALTALK ANGESAGT

„Das war es dann wohl endgültig!“, antwortet er mit zittriger Stimme und während er langsam die Haustür hinter sich schließt, wird ihm das Ausmaß dieses Gesprächs schlagartig bewusst. Ihm laufen die Tränen. In diesen Minuten fühlt er nichts als Leere. Vor seinem inneren Auge ziehen die Erinnerungen vorbei, die sie gemeinsam erlebten. Wütend schlägt er auf die Fensterscheibe eines Autos ein, aber in diesen Sekunden spürt er nicht mal diesen Schmerz. So einsam und so hilflos steht er nun da und weiß, dass es mit ihm und ihr endgültig vorbei ist. Innerlich am Boden zerstört geht er nach Hause. Die kommenden Wochen werden hart.

Eine zerbrochene Beziehung. Eine unheilbare Diagnose. Die Scheidung der Eltern. Eine nicht bestandene Prüfung in der Schule. Vieles kann uns im Leben aus der Bahn werfen. Plötzlich wird das eigene Leben so auf den Kopf gestellt, dass man nicht mehr weiß, wie es weitergehen soll. Diese schmerzhaften Erfahrungen gehören leider zum Leben dazu. Sie bleiben uns nicht erspart. Dabei bekommen wir doch schon früh beigebracht, unser Leben eigenständig gestalten zu können. Wir sind unsere eigenen Designer. Doch wird uns in diesen unerwarteten Tiefpunkten schmerzhaft bewusst, dass wir eben doch nicht alles in der Hand haben. Es gibt Dinge, die können wir einfach nicht beeinflussen. Da bleibt dann nur Schmerz, Ohnmacht und Einsamkeit. Wie wichtig wird in diesen Momenten die Hilfe von außen. Eine helfende Hand, ein tröstendes Wort, ein Mitfühlen und Aushalten. Wir brauchen jemanden, der uns aus dieser Dunkelheit herauszieht, weil wir es aus eigener Kraft einfach nicht schaffen.

Wie gut ist es da zu wissen, dass Jesus mitten in unseren Tiefpunkten dabei ist und mit uns mitleidet. Er nutzt keine aufmunternden 08/15-Kalendersprüche oder ein „Das wird schon wieder!“ – Jesus spricht uns zu:

„In der Welt habt ihr Angst; aber seid getrost, ich habe die Welt überwunden.“ (Johannes 16,33)

Und dieser Vers ist am Kreuz Realität geworden. Da gibt es Hoffnung in unseren dunklen Stunden. Jesus ist für all unseren Mist, für all die Fehler, für all den Zerbruch in unserem Leben ans Kreuz gegangen. Er weiß zutiefst, wie es sich anfühlt, einsam und verlassen zu sein. Er kennt unseren Schmerz und die Leere, die wir in unserem Leben immer wieder erfahren. Jesus ist mittendrin in all dem, was uns aus der Bahn wirft und steht uns zur Seite. Er ist da, wenn die Beziehung zerbricht. Er leidet mit. Er hat all dies mit ans Kreuz genommen. Das ist die Hilfe von außen, die wir brauchen. Und nicht nur das: Mit seiner Auferstehung schafft er neue Hoffnung. Er zeigt uns nicht nur das Licht am Ende des Tunnels, sondern er ist das Licht.

VERTIEFUNG ZU "REALTALK ANGESAGT"

1. Jesus lädt jeden Menschen ein, bei ihm Trost und Hoffnung zu finden. Ihm ist nichts zu schwer, sondern er freut sich, wenn du dich an ihn wendest. Mit allem, was dich umtreibt. Erzähl ihm von dir und deiner Situation. Du darfst dich auch bei Jesus auskotzen. All das hält er aus. Vielleicht ist heute für dich der Moment, wo du dich bei ihm meldest.

2. Jesus hat uns in eine Gemeinschaft gestellt. Manchmal hilft es auch, mit anderen Menschen über deine Themen zu reden. Achte darauf, dass es ein Mensch ist, dem du vertraust. Vielleicht ist es deine Jugendreferentin oder dein Chorleiter, mit dem du darüber reden kannst. Gemeinsam zu beten und Dinge auszusprechen, die einem auf der Seele liegen, tut gut.

Maximilian Mohnfeld lebt mit seiner Frau in Ludwigsburg. Er arbeitet als Jugendevangelist im Evangelischen Jugendwerk in Württemberg. Er ist gerne mit Menschen außerhalb der christlichen „Bubble“ unterwegs und liebt es, ihnen etwas von Jesus zu erzählen. Zudem ist er ein „Apple-Fanboy“, spielt gerne Steel-Darts und feiert die Musik aus den 80s/90s.



FUN FACT: Er trägt seinen Moustache voller Stolz, weil bei ihm sonst nicht viel Bartwuchs vorhanden ist. Ein großer Traum: Einmal im Leben einen schönen Vollbart tragen.

SONGIMPULS ZUM CHORUS:

ORIENTIERUNG IN DER FINSTERNIS

Es gibt in unserer Galaxie mehr als 100 Milliarden von Sternen. Mehr, als man jemals mit dem bloßen Auge zählen könnte. Eine unfassbar große Masse. Wer in einer Großstadt lebt, bekommt davon allerdings wenig mit. In der Kölner Innenstadt zum Beispiel sieht man von diesen unzähligen Himmelskörpern in einer normalen Nacht gerade einmal dreißig. Die Stadt strahlt so viel Licht ab, dass die Sterne am Himmel nicht dagegen anfunkeln können.

Einen richtig „vollen“ Nachthimmel zu finden, ist in Deutschland fast unmöglich. Der Grund: Lichtverschmutzung. Aber es gibt Orte, an denen man den Sternenhimmel in (fast) voller Pracht bestaunen kann. In Deutschland heißen sie meist „Sternen-Parks“ – Gebiete, in denen es nachts besonders dunkel ist. Dort wird in der Regel extra darauf geachtet, dass kein künstliches Licht den Nachthimmel stört. Perfekte Plätze zum Sterne beobachten also.

An solchen Orten versteht man dann auch, wie die Menschen früher – vor GPS & Co. – die Sterne zur Navigation nutzen konnten. Himmelsrichtung, Tages- und sogar Jahreszeit kann man anhand der Himmelskörper bestimmen. Ganz schön clever. Für viele Menschen – besonders für Seefahrer – waren die Sterne früher Orientierungspunkte auf ihren Wegen durch die Ozeane und wieder zurück nach Hause. So gab ihnen zum Beispiel der Morgenstern (eigentlich kein Stern, sondern der Planet „Venus“) eine Richtung an und zeigte zugleich: ein neuer Tag ist nah.

In der Bibel lesen wir von einem ganz besonderen Licht – im Johannesevangelium sagt Jesus von sich selbst: „Ich bin das Licht der Welt“ (Johannes 8, 12). An anderen Stellen und in vielen Liedern wird er auch als „Morgenstern“ bezeichnet. Und wo wir heute einfach auf den Schalter drücken, wenn’s uns zu dunkel wird, mussten sich die Menschen zur Zeit Jesu mit Öllampen die Häuser erleuchten oder auch einfach im Dunkeln sitzen. In eine so dunkle Zeit hinein kommt Jesus und bringt Licht. In die Dunkelheit von Hoffnungslosigkeit, Angst und Sorgen. Dort, wo es besonders finster ist, leuchtet er mit seinem Licht am hellsten. Er als Morgenstern markiert nicht nur einen neuen Tag, sondern ein ganz neues Zeitalter.

Und du? Sitzt du im Dunkeln und könntest gerade so gut das Licht von Jesus brauchen, um wieder eine Richtung zu finden, um dich zu orientieren? Dann leuchtet sein Licht für dich und will dir helfen, den richtigen Weg zu finden! Jesus will dir helfen zu wissen, wo du bist und wo du hinwillst. Wo das Licht von Jesus leuchtet, findest du Hilfe und Heimat.

Oder fällt es dir vielleicht schwer, den Morgenstern Jesus in der Lichtverschmutzung deines Alltags wiederzufinden? Es gibt um uns herum so viele Dinge, die scheinbar heller und schöner strahlen als Jesus und die manchmal auch leichter zu finden sind. Immer mehr Raum wollen sie einnehmen und ihr Licht überdeckt das einzig wahre Licht. Kennst du solche Dinge, die dich immer wieder von Jesus ablenken wollen? Wo kannst du vielleicht auch für dich Lichtschutzgebiete schaffen, in denen du dir Zeit nimmst, ohne anderes „Licht“ auf Jesus zu schauen und ihn – wieder neu – als Orientierungspunkt zu entdecken?

Die Menschen früher haben viel Übung gebraucht, um sich an den Sternen zu orientieren. Auch die Orientierung an Jesus geht nicht von ganz allein. Aber es lohnt sich, sie zu üben. Weil sein Licht uns den endgültigen Weg nach Hause zeigen kann.

VERTIEFUNG ZU „ORIENTIERUNG IN DER FINSTERNIS“

Schau dir noch mal die Fragen im Text an und denk darüber nach:

1. Sitzt du im Dunkeln und könntest gerade so gut das Licht von Jesus brauchen, um wieder eine Richtung zu finden, um dich zu orientieren? Dann rede mit ihm.
2. Kennst du solche Dinge, die dich immer wieder von Jesus ablenken wollen („Lichtverschmutzung“)?
3. Wo kannst du vielleicht auch für dich Lichtschutzgebiete schaffen, in denen du dir Zeit nimmst, ohne anderes „Licht“ auf Jesus zu schauen und ihn – wieder neu – als Orientierungspunkt zu entdecken?

Franzi Töpler ist Landesjugendreferentin im EJW und Referentin für Kommunikation beim CHRISTIVAL22. Zusammen mit ihrem Mann Conrad lebt sie in Esslingen am Neckar.

FUN FACT: Auch wenn Franzi gerne die Sterne anschaut, kann sie sich bis heute nur drei Sternbilder merken. Zur Orientierung muss sie deshalb dann doch wieder zum Handy greifen – aber das hat immerhin eine Sternkarten-App.



SONGIMPULS ZU VERSE 2:

SEI DU SELBST!

Stell dir vor, du triffst einen Freund seit langer Zeit wieder, ihr kommt ins Gespräch und er fragt dich: „Wie geht’s dir?“ Wahrscheinlich wirst du antworten „gut“. Damit ist diese private Frage schnell abgehakt, aber entspricht das auch der Wahrheit? Geht es dir wirklich „gut“ oder hast du Angst davor zu zeigen, wie es dir eigentlich geht?

Oft setzen wir uns eine Maske auf, um unsere wahren Gefühle zu verstecken – vor uns selbst und vor anderen. Wie wäre es, wenn du stattdessen beim nächsten Mal diese Maske ablegst und dich traust, du selbst zu sein? Klar, das ist einfacher gesagt als getan – wir werden verletztlich, wenn wir unsere wahren Gefühle zeigen. In vielen Situationen schlüpfen wir in andere Rollen, um dazuzugehören, anderen zu gefallen oder weil wir uns dadurch cooler und beliebter fühlen. Diese Scharade aufrecht zu halten, ist auf Dauer ganz schön anstrengend. Wie es in Strophe 2 heißt, kann es vorkommen, dass du dich dabei selbst verlierst. Auf lange Sicht ist es doch keine Lösung, sich immer zu verstellen, obwohl es im ersten Moment vielleicht einfacher erscheint. Am Ende bist du so verwirrt, wie die anderen denken oder was die anderen von dir halten, dass du selbst nicht mehr weißt, wie du dich eigentlich verhalten sollst. Du verlierst dich selbst. Wer bist du ohne diese Maske?

Während du versuchst, irgendwer anders zu sein, hat Gott schon längst erkannt, wer du hinter dieser Fassade bist. Er sieht dich mit deinen Stärken und Schwächen, deinen Höhen und Tiefen und allem was dich bewegt. Vor ihm musst du dich nicht verstecken. Gott sieht dein Herz – egal was es bedrückt. In der Bibel steht dazu: „Ein Mensch sieht, was vor Augen ist; der HERR aber sieht das Herz an“ (Samuel 16,7). Er ist interessiert daran, wie es dir geht – und zwar, wie es dir wirklich geht. Und er verurteilt dich nicht dafür. Vielleicht hast du manchmal das Gefühl, deine Maske nicht allein ablegen zu können. Genau dabei möchte Gott dir helfen. Er ist immer an deiner Seite und schenkt dir den Mut, dich anderen gegenüber so zu zeigen, wie du bist. Als ersten Schritt könntest du offen, ohne Maske mit Gott darüber reden, wie es dir geht. Erzähle ihm doch auch, was dich daran hindert, anderen Menschen so zu begegnen, wie du bist. Im Vertrauen auf Gott kannst du nun deine Maske auch vor deinen Mitmenschen abnehmen. Du wirst merken: Ohne diese Masken, die dein Lachen so erschweren, kannst du freier und ausgelassener sein. Du musst nicht ständig aufpassen, was du tust oder sagst und darfst gewiss sein, du bist gut so, wie du bist. Sei einfach du selbst.



VERTIEFUNG ZU "SEI DU SELBST!"

Bildet kleine Grüppchen und unterhaltet euch über diese Fragen (oder überlegt für euch alleine):

1. Wie geht's dir heute wirklich?
2. Wann hast du das letzte Mal eine Maske aufgezogen?
3. Warum verstellst du dich in manchen Situationen?

Sarah Röhrle und Mirjam Schnabel machen gerade ihren Bundesfreiwilligendienst in der Landesstelle des EJW. In der Mittagspause findet man sie immer beim Beobachten der Enten im Park.

FUN FACT: Mirjam und Sarah lieben Nachtwanderungen – am liebsten ganz dunkel und ohne Taschenlampe. Und als Kinder sind sie an Fasching gerne in eine andere Rolle geschlüpft. Sarah war am liebsten als wilde Indianerin unterwegs und Mirjam als Marienkäfer.

