

Quelltor- Wie gehts deinem Herzen 18.04.2021

Die Gefahr der Isolation und Social Media

Vor Corona gab es zwei Bereiche unseres Lebens, die meiner Meinung nach schon sehr dominant waren. Das waren:

Isolation: eine egoistische, selbstverwirklichende Lebensart führte uns in Einsamkeit, MEIN schönstes Selfie, MEINE Karriere, MEINE Leben, MEINE Entscheidung, fällt euch etwas auf? Genau, viel zu viel MEIN – Me, Myself and I = Mich, Meiner, Mir.

Social Media: Viele von uns wurden in den letzten 10 Jahren zu Sklaven ihres Smart Phones, Netflix Doku „Das Dilemma mit den Sozialen Medien“ hat eindrücklich verdeutlicht welchen negativen Einfluss – neben allen Vorzügen – Social Media und Smart Phones auf uns haben können, wenn wir nicht lernen richtig damit umzugehen.

Dann kam Corona. Und was hat Corona bewirkt?

Noch mehr Isolation: Einschränkungen unserer Kontakte, mit guter Absicht, jedoch auch der Gefahr vieler Kollateralschäden – Einsamkeit zuhause und im Home Office, Armut und Gewalt in eh schon sozial schwachen Situationen, Höhere Suchtgefährdung aufgrund der Sehnsucht Kompensation zu finden!

Noch mehr Social Media: Nach 8-10 Std. Home Office vor einem Bildschirm, bei vielen ein Spaziergang draußen, doch dann meist wieder Fernsehen & Social Media, der Sonntags Gottesdienst kommt dann auch noch über den Bildschirm.

Beides alleine: Isolation & Social Media tut dem Menschen nicht gut.

Es braucht einen Ausgleich um nicht verrückt zu werden. Es braucht ein Ventil um Dampf abzulassen, sodass wir nicht in Aggression und Gewalt verfallen. Es braucht eine gesunde Befriedigung, damit wir nicht in Alkohol, Pornographie oder Mediensucht enden!

Isolation schützt unseren Körper, doch was geschieht mit unserer Seele und unserem Herzen? Hygienekonzepte sind dringend notwendig um unseren Körper zu bewahren. Doch was ist mit Seelenhygiene? Höchste Zeit für eine Nachjustierung!!

Ein guter Rat von Franz von Sales

Franz von Sales wurde am 21. August 1567 in Savoyen in Frankreich geboren. Er studierte Rechtswissenschaften und Philosophie in Paris, Frankreich, anschließend Theologie in Padua, Italien. 1593 erlangte er die Priesterweihe und wurde aufgrund seiner klaren und guten Predigten gerade einmal 9 Jahre später zum Bischof ernannt.

Neben seinem Talent zu predigen, war er ein einfühlsamer Seelsorger, der auch persönlich sehr glaubwürdig sein Christsein lebte. Ganz dem Evangelium gemäß wendete er sich allen

Menschen zu, die ihm begegneten. Auch einen gehörlosen Schüler nahm er in seine Dienste und ermöglichte ihm den Zugang zur Eucharistie. Ein absolutes Novum zur damaligen Zeit. Sein Tun war geprägt von seinem Menschenbild, dass jeder Mensch ein geliebtes Kind Gottes ist, ein Abbild Gottes.

Sein Dienst prägte ein wichtiges Wort: die Gelassenheit. Gerade heute ein wichtiges Wort - in einer Zeit, die von Stress und Zeitnot geprägt zu sein scheint. Und uns die Isolation herausfordert und Social Media uns bedrängt.

Es gibt von Franz von Sales ein Zitat, dass nach ca. 400 Jahren überhaupt nichts von seiner Aktualität verloren hat. Ganz im Gegenteil! Als einer der Kirchenväter ist es heute so aktuell wie nie zuvor!

„Wenn dein Herz wandert oder leidet, bring es behutsam an seinen Platz zurück und versetze es sanft in die Gegenwart Gottes. Und selbst dann, wenn du nichts getan hast in deinem Leben, außer dein Herz zurückzubringen und wieder in die Gegenwart Gottes zu versetzen – obwohl es jedes Mal wieder fortlief, wenn du es zurückgeholt hattest -, dann hat sich dein Leben wohl erfüllt.“ **Zitat Franz von Sales**

Unser Herz ist das wichtigste was wir haben. Nicht nur, dass es unser körperliches Leben steuert – Nein, es steuert so viel mehr:

- **Unser Herz ist das Zentrum unseres Seins:** Wer bin ich? Wozu lebe ich?
- **In unserem Herzen wohnen die wichtigsten Personen unseres Lebens.** Wenn unser Herz angegriffen wird, dann werden auch diese Personen angegriffen und sind in Gefahr!
- **Unser Herz ist das Zentrum unserer sehnlichsten Wünsche.** Doch diese können beeinflusst werden. Wem erlauben wir unser Herz zu beeinflussen?
- **AM WICHTIGSTEN: Zwei Reiche werben um unser Herz:**
 1. Das Reich der Finsternis: der Teufel und seine Dämonen.
 2. Das Reich des Lichts: Gott der Vater, der Sohn, der Heilige Geist und ihre Engel!

Wem gehört unser Herz? Wen lassen wir in unserem Herzen wohnen?

Welche Personen dürfen in unserem Herzen Heimat finden? Ist ihr Einfluss gut für unser Herz?

Erlauben wir dem Bösen Zugang zu unserem Herzen? Wo hat der Zaun unseres Herzens ein Loch? Wodurch besteht Gefahr, dass unser Herz Schaden nimmt?

„Wenn eine Versuchung an dich herankommt und du sie wahrnimmst, dann mache es wie die kleinen Kinder, wenn sie ein böses Tier, einen großen Hund heranrennen sehen: Sie flüchten sich in die Arme des Vaters oder der Mutter, oder sie rufen sie zu Hilfe.“

Zitat Franz von Sales

Meine heutige Frage: Wie geht es deinem Herzen?

Spr 4, 20-27 NGÜ Weisheit gibt Hilfe für dein Leben

20 Mein Sohn, höre auf das, was ich dir sage, hab ein offenes Ohr für meine Worte.

21 Halte sie dir stets vor Augen und bewahre sie in deinem Herzen.

22 Denn wer sie gefunden hat, dem bringen sie Leben, und sie sind heilsam für seinen ganzen Körper.

23 Mehr als auf alles andere aber achte auf dein Herz, denn es bestimmt, wie du dein Leben führst.

24 Meide jede Form der Lüge und lass kein verkehrtes Wort über deine Lippen kommen.

25 Deine Augen sollen immer auf das Ziel schauen, und dein Blick soll auf das gerichtet sein, was vor dir liegt.

26 Überlege genau, welchen Weg du einschlägst, und dann geh ihn mit festem Schritt.

27 Weiche nicht nach rechts oder links ab. Halte dich vom Bösen fern!

Wie bewahre ich mein Herz?

1. **Wer ist Herr deines Herzens? → Jesus alleine ist der Weg, die Wahrheit und das Leben. Er liebt dich, er meint es gut mit dir, er will dein Herz heilen, festigen, beleben, erfrischen und erneuern! Das ist der erste und wichtigste Schritt!**
2. **Gehört dein Herz wirklich Jesus? → Wenn du gerade Kompromisse oder ein Sonntags-Christsein oder U-Bot Christsein lebst, dann weißt du genau, was ich meine. Es ist Zeit umzukehren, der Vater steht mit offenen Armen da und erwartet den verlorenen Sohn, die verlorene Tochter! Gib dir einen Ruck, suche das Gespräch mit einem Pastor und tue Buße!**
3. **Welche Menschen dürfen in deinem Herz Heimat finden? Das ist echt hart, denn es gibt ungesunde Beziehungen in unserem Leben, die uns schaden. Und von denen müssen wir uns trennen oder zumindest gesunde Grenzen ziehen. Zu mancher Person musst du vielleicht sagen: „Bis hierhin und nicht weiter!“ Und zu einer Person im Besonderen musst du vielleicht sagen: „Ich beende das! Du schadest mir und meinem Herzen, ich lasse dich nicht mehr rein.“ (Natürlich kann Gott Beziehungen heilen und wiederherstellen, aber missbräuchliche Beziehungen gehören grundsätzlich erst einmal beendet!!)**
4. **Herzspflege durch Gottes Gegenwart: Gibst du deinem Herzen immer wieder Heimat in der Gegenwart Gottes? In einer lauten, schnellen Welt sind der Frieden und die Gelassenheit in Gottes Gegenwart ein fester Anker für deine Seele und dein Herz. Um in der Seemannssprache zu bleiben: jedes Schiff braucht immer wieder einen festen Ankerplatz im Hafen. Und genauso dein Herz! Setze täglich den Anker im Hafen von Gottes Gegenwart!**
5. **Herzspflege durch Gottes Wort: Gottes Wort ist unser tägliches Brot. Das Wort Gottes ist ein fester Anker für unsere Seele. Wenn wir den Hunger nach Gottes Wort in unserem Herzen nicht stillen, wird es verkümmern und leiden!**

Offb 3, 1-6 NGÜ Die Botschaft an die Gemeinde in Sardes - »Schreibe an den Engel der Gemeinde in Sardes: Der, bei dem die sieben Geister Gottes sind und der die sieben Sterne

in seiner Hand hält, lässt ´der Gemeinde` sagen: Ich weiß, wie du lebst und was du tust. Du stehst im Ruf, eine lebendige Gemeinde zu sein, aber in Wirklichkeit bist du tot.

2 Wach auf und stärke, was noch am Leben ist, damit es nicht auch stirbt. Denn ich musste feststellen, dass das, was du tust, nicht vor meinem Gott bestehen kann.

3 Erinnerst du dich nicht, wie bereitwillig du das Evangelium aufnahmst und auf seine Botschaft hörtest? Richte dich wieder nach ´meinem Wort` und kehre um! Wenn du jedoch weiterhin schläfst, werde ich dich wie ein Dieb überraschen und zu einem Zeitpunkt kommen, an dem du nicht mit mir rechnest.

4 Aber es gibt bei euch in Sardes einige, die ihre Kleider nicht beschmutzt haben. Sie werden einmal in weißen Festgewändern ´im Triumphzug` neben mir hergehen; sie sind es wert.

5 Jedem, der siegreich aus dem Kampf hervorgeht, wird ein weißes Festgewand angelegt werden. Und ich werde seinen Namen nicht aus dem Buch des Lebens streichen, sondern mich vor meinem Vater und seinen Engeln zu ihm bekennen.

6 Wer bereit ist zu hören, achte auf das, was der Geist den Gemeinden sagt!«

Ich wünsche mir mit euch eines Tages in weißen Kleidern im Triumphzug zu gehen! Lasst uns an Gottes Gegenwart und seinem Wort festhalten. Das sind die zwei wichtigsten Schlüssel, um unser Herz zu pflegen und zu bewahren!

Der Teufel will uns entmutigen, weil wir dann passiv werden!

Doch wir werden unsere Berufung in Christus bewahren!

Wir werden dranbleiben und gute Frucht bringen!

Wir dürfen nicht vergessen, dass er treu ist und das gute Werk vollenden wird, dass er in uns begonnen hat!

Deswegen weigern wir uns aufzugeben!

Wir weigern uns aufzuhören zu beten!

Wir pflanzen weiter Samen!

Wir preisen Gott trotz aller Anfechtung!

Wir lesen und proklamieren sein Wort und sprechen Leben und Segen aus!

Wir gehen im Glauben auf dem Wasser!

Und wir werden die Frucht sehen!