

Susanne Ospelkaus

Meine
14 Bibelgeschichten
zu den
großen
Gefühlen

Mit Erläuterungen von Ramona Dobler,
Michael Jahnke und Mathias Jeschke

Illustriert von Mathias Weber

DEUTSCHE BIBELGESELLSCHAFT

Inhaltsverzeichnis

Staunen	Das Gedicht von der Schöpfung	Seite 6
Hoffnungslosigkeit	Hagar sucht einen Ausweg	Seite 10
Wut	Simson ist außer sich	Seite 14
Neid	Saul will David beiseite schaffen	Seite 19
Hass	Ahab und Isebel gehen falsche Wege	Seite 22
Liebe	Sulamith und Salomo können nicht voneinander lassen	Seite 26
Trost	Jesaja ergreift das Wort	Seite 30

Freude

Maria und Elisabeth loben das Leben Seite 34

Neugier

Die Hirtinnen und Hirten von Betlehem Seite 38

Angst

Petrus wagt sich weit hinaus Seite 42

Dankbarkeit

Einer kommt doch noch wieder Seite 46

Trauer

Jesus holt seinen Freund zurück ins Leben Seite 50

Scham

Petrus will von Jesus nichts mehr wissen Seite 54

Begeisterung

Plötzlich sind alle wie
von Sinnen Seite 58

Erläuterungen für Erwachsene Seite 63

Wut

Bist Du schon einmal richtig wütend gewesen? Zuerst merkst Du es im Bauch. Die Wut ist wie ein kleiner Feuerball, der sich ausbreitet, in Dir hochsteigt und schließlich so heiß lodert, dass Du es nicht mehr aushalten kannst. Dann kann es passieren, dass Du Dir nicht anders zu helfen weißt und Deine Wut an etwas oder jemandem auslassen musst.



Simson ist außer sich

Simson ist stark. Er ist stärker als zehn, hundert und sogar tausend Männer. Seine Stärke ist ein Geschenk von Gott, aber niemand darf das erfahren. Seine Stärke ist ein Geheimnis! Simson soll das Volk Israel beschützen.

Simson ist ein junger Mann. Sein Haar reicht ihm bis zu den Schultern und glänzt wie das Gefieder eines Raben. Wenn andere in Gruppen durch das Land ziehen, geht er allein. Er hat keine Angst vor Banditen, und wenn ein Löwe ihn angreift, packt er das Tier und tötet es.

Die Menschen staunen über seine Kraft. Die Philister, die fremd sind im Land, fürchten sich vor ihm, denn wenn er wollte, könnte er zehn, hundert oder gar tausend Männer besiegen.

Simson ist stark, aber er hat eine große Schwäche. Er wird schnell wütend. Wenn ihn jemand belügt, ballt er seine Faust und schlägt zu. Wenn ihn jemand angreift, zucken seine Muskeln und er zertrümmert alles.

Simsons Eltern wünschen sich, dass ihr Sohn eine Frau aus dem Volk Israel heiratet. Doch Simson verliebt sich in Delila. Sie gehört zu den Philistern und die benehmen sich nicht wie Gäste in Israel, sondern treten wie Herrscher auf.

Während Simsons Eltern traurig sind, freuen sich die Philister über die Hochzeit. Sie haben einen Plan.

„Delila, finde heraus, warum Simson so stark ist.“

„Sei eine gute Philisterin und hilf uns.“

„Wir geben dir 1000 Silberstücke.“

Am Abend schmiegt sich Delila an Simson und flüstert: „Was muss man tun, um dich zu überwältigen?“

Simson streckt sich auf dem Polster aus. Sein Haar fällt in langen Strähnen über ein Kissen.

„Fessle mich mit Bogensehnen.“

Als Simson einschläft, fesselt sie ihn und ruft die Philister. Simson springt auf, streckt seinen Körper und die Sehnen zerreißen wie Bindfäden.

Delila ist enttäuscht. „Du hast mich belogen. Komm, verrate mir dein Geheimnis.“

Sie umarmt Simson und seine Haare fallen wie ein Schleier über Delilas Schultern.

„Seile. Wenn du mich mit neuen Seilen fesselst, dann ...“ Wieder schläft er ein. Wieder bindet sie ihn. Wieder kommen die Philister. Wieder zerreißen die Fesseln.

Delila schluchzt: „Wenn du mich liebst, würdest du mir dein Geheimnis verraten.“ Wieder und wieder sagt sie diesen einen Satz. Er ist wie ein lästiges Insekt, der ihn umschwirrt und ärgert. Das macht ihn wütend und er plaudert sein größtes Geheimnis aus. Delila wartet, bis Simson schläft. Dann holt sie einen Mann, der Simsons Haar schneidet.

„Simson? Wach auf!“, Delila berührt ihn an den Schultern. Simson erschrickt. Um ihn herum stehen die Philister. Er springt auf und will sie umrempleln und wegschubsen, aber sie rühren sich nicht. Haarsträhnen schweben über dem Boden oder bleiben an den Füßen der Männer hängen. Simson begreift: Er ist schwach.

Er landet im Gefängnis und Delila bekommt die Silbermünzen. Simson kann es nichts fassen. Wie konnte ihn sein Ärger so unvorsichtig machen? Er hätte sein Volk beschützen können. Nun herrschen die Philister.



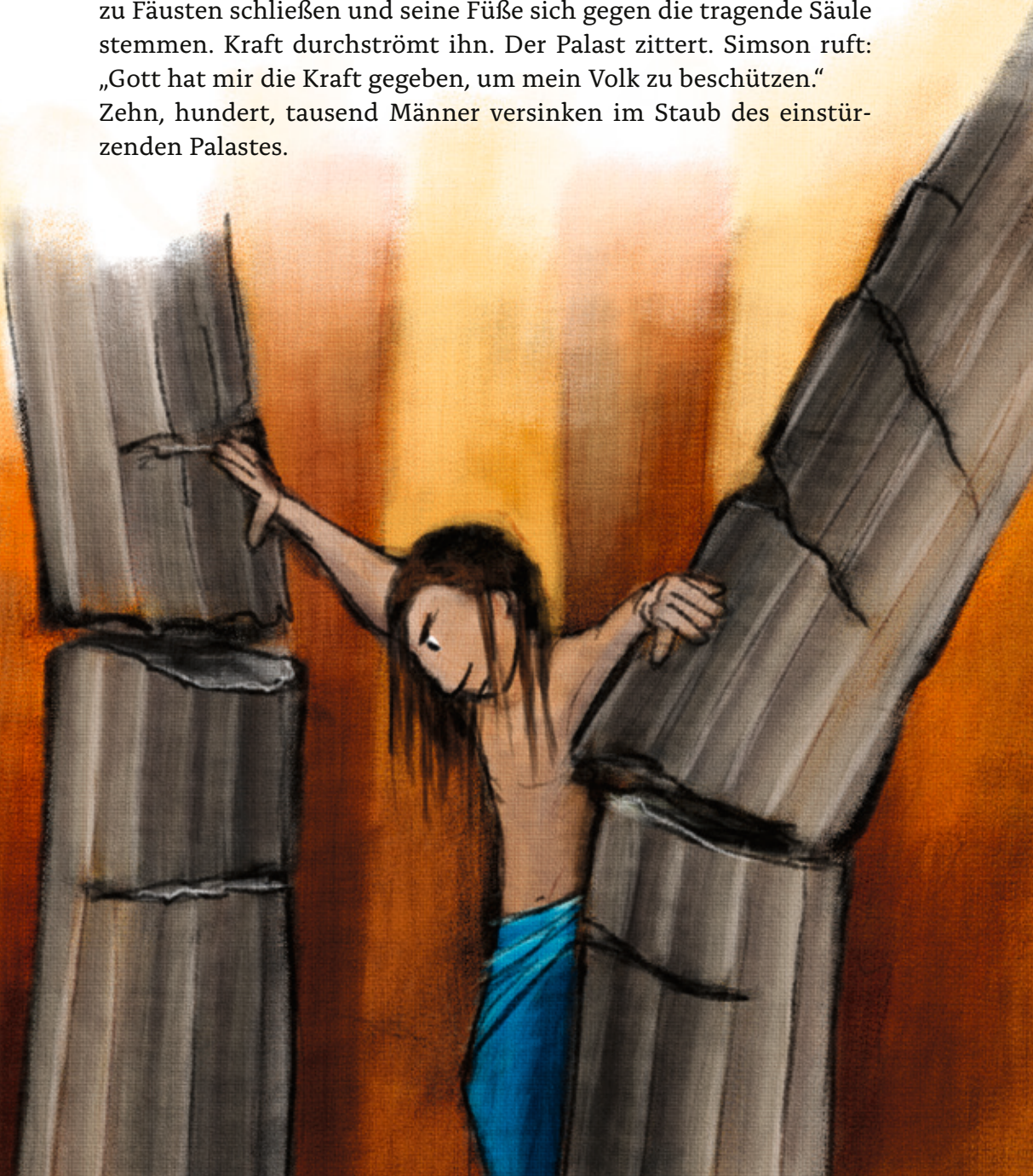
Viele Jahre später feiern die Philister ein Fest im Palast. Einer grölt: „Wisst ihr noch, dieser Simson?!“

Einer lacht: „Dieser Dummkopf. Wo ist der?“

Sie holen ihn aus dem Gefängnis und verspotten ihn. Simson lehnt sich an eine Säule. Er ist dünn und seine Haut blass. Das Haar hängt ihm strähnig ins Gesicht und reicht ihm bis zur Brust.

Plötzlich spürt er, wie seine Muskeln zucken, wie sich die Hände zu Fäusten schließen und seine Füße sich gegen die tragende Säule stemmen. Kraft durchströmt ihn. Der Palast zittert. Simson ruft: „Gott hat mir die Kraft gegeben, um mein Volk zu beschützen.“

Zehn, hundert, tausend Männer versinken im Staub des einstürzenden Palastes.



Erläuterungen für Erwachsene

Staunen – Das Gedicht von der Schöpfung (Psalm 104)

Hoch oben auf den Bergen oder tief unten im Meer, in der Weite der Wüste oder in der Enge des Regenwaldes, von der winzig kleinen Ameise bis hin zum gewaltigen Elefanten: Unsere Erde lädt zum Staunen ein. Gerade Kinder haben oftmals – anders noch als Erwachsene – einen Blick für die besonderen, kleinen Details und bringen ihre Wahrnehmung in Fragen nach dem „Wie“ und dem „Warum“ zum Ausdruck.

Psalm 104 greift das menschliche Staunen über die Schöpfung auf. In einem überwältigenden Loblied singt der Psalmist von Wind und Wolken, von Bergen und Meer, von Tag und Nacht, von Pflanzen, Tieren und Menschen. Dabei stehen die Schöpfung und die Geschöpfe nicht für sich allein, sondern in direkter Beziehung zu Gott, dem Schöpfer, dem Ordnenen und Versorgenden, und damit auch in Beziehung zueinander. Der Mensch ist als Geschöpf ein Teil der wunderbaren Schöpfung Gottes – aus und mit ihr lebend, sich Gott verdankend. Und so ist in Psalm 104 jedes Staunen über die Schöpfung auch immer ein Staunen über den Schöpfer.

Die Worte aus Psalm 104 ermutigen dazu, uns selbst die Fragen nach dem „Wie“ und dem „Warum“ zu stellen und unser Staunen über die Erde auf Gott hin zu deuten. Und gerade dann, wenn wir die Beziehungsgeflechte, in denen wir als Geschöpfe auf dieser Erde leben, wahrnehmen und uns als Teil eines großen Ganzen verstehen, kann aus dem Bestaunen auch ein Begreifen und Bewahren werden.

Hoffnungslosigkeit – Hagar sucht einen Ausweg (1. Mose/Genesis 16)

Ohnmacht, Verzweiflung, Hoffnungslosigkeit – Gefühle, die uns die Lebenskraft rauben, den Lebensseifer nehmen und unsere Lebensperspektiven zerbrechen lassen. Dann scheint alles dunkel, schwer, sinnlos. Wenn wir das Leben nicht mehr ertragen können, dann stellt sich die Frage, was uns trägt. Und wenn wir keinen Ausweg mehr sehen, dann stellt sich die Frage, wer uns sieht.

Hagars Leben ist fremdbestimmt – von Sara, von Abraham und deren Kinderwunsch. In dieser Abhängigkeit kann sie auf die Entscheidungen, die andere für sie treffen, nur reagieren. Und so kommt es, dass sie in Folge der Erfahrung von Demütigung und Unterdrückung schließlich vor Sara flieht. Es lässt sich erahnen, welche Ohnmacht und Verzweiflung Hagar diese Flucht ins Ungewisse antreten lassen. Und doch erfährt sie gerade in dieser Hoffnungslosigkeit den größten Lebenszuspruch für sich und ihr Kind. Während andere taub und blind für Hagars Bedürfnisse sind, ist es Gott, der sie in ihrer größten Not hört und sieht.

Auch Kinder können sich verzweifelt und hoffnungslos fühlen. Besonders belastend sind Situationen, in denen sie von anderen ausgegrenzt, ausgelacht, gedemütigt oder bedroht werden. Während sich manche Kinder in ihrer Verzweiflung völlig zurückziehen, tragen andere ihre Ohnmacht durch lautes und herausforderndes Verhalten nach außen. In diesen Situationen ist es von immenser Bedeutung, Kinder in ihrer Hoffnungslosigkeit und Verzweiflung nicht alleinzulassen, sondern genau hinzuhören und hinzusehen.

Wut – Simson ist außer sich

(Richter 14–16)

Wut ist ein heftiges Gefühl und löst nicht nur bei Kindern eine impulsive und nicht selten aggressive Reaktion aus, die sich gegen Dinge, andere Menschen oder sich selbst richten kann. Unterschiedliche Anlässe können Wut auslösen, z.B. eine als unangenehm empfundene Situation, eine unangemessene Bemerkung oder eine konkrete Kränkung. Wut wird in der Regel als heftigeres Gefühl im Vergleich zu Ärger erlebt und ist schwerer zu beherrschen als der Zorn. Wer also leicht in Wut gerät, ist weniger gut in der Lage, sich selbst zu kontrollieren.

Das Verhalten von Simson in der biblischen Erzählung erinnert an eine durch Wut ausgelöste „Raserei“. Die Folgen seiner Raserei sind aufgrund der von Gott gegebenen körperlichen Kräfte immens. Die Situation, in der sich Simsons „Wut“ entfaltet, ist besonders: Das sesshaft gewordene Volk der Israeliten wird von den umliegenden Völkern bedroht. Insbesondere die Philister setzen ihnen zu. Simsons Raserei dient dem Zweck der Verteidigung und erscheint deshalb aus der Perspektive des Volkes Israel als angebracht. Auch wenn dies nachvollziehbar ist, sind Simson und sein Umgang mit der Wut nicht als gutes Beispiel zu instrumentalisieren. Es ist notwendig, Simsons Verhalten in den besonderen Umstand einzubetten.

Bei Kindern sind Wutanfälle durchaus normal. Unterschiedliche Formen von Enttäuschungen führen bei vielen Kindern zu heftigen körperlichen und verbalen Reaktionen, wie Auf-den-Boden-Werfen, Weinen, Schreien, Treten und Schlagen. Sie können mitunter sehr heftig sein und erschreckend wirken. In Elternratgebern wird häufig

empfohlen, Wutanfälle zu ignorieren, Ruhe zu bewahren und den Kindern Möglichkeiten für alternatives Verhalten aufzuzeigen. Es ist aber in jedem Fall hilfreich, im Gespräch mit Kindern das „Wutverhalten“ aufzugreifen und gemeinsam Ideen für alternatives Verhalten in der Entstehung und in der Entfaltung eines Wutanfalls zu entwickeln.

Neid – Saul will David beiseite schaffen (1. Samuel 18–24; 26)

Neid ist ein ungutes Gefühl. Eines, das uns umtreibt, nicht zur Ruhe kommen lässt und unzufrieden macht. Wir sehen die teure Uhr, das schicke Auto, die vielen Freunde, das hohe Ansehen unserer Mitmenschen. Und wir vergleichen uns. Unsere Gedanken beginnen sich zu drehen: Warum hat er ...? Warum ist sie ...? Und warum nicht ich? Dieses Denken bestimmt unser Handeln. Wenn Neid und Eifersucht unser Herz einnehmen, dann lassen wir das andere spüren. Und das kann schwerwiegende Folgen haben.

Auch Saul wird von Neid verzehrt. Er sieht David – seinen Erfolg, sein Ansehen, seine Loyalität, seine Begabung, Gottes Zuwendung und damit den zukünftigen König. Der Neid steigt ihm zu Kopf, nimmt sein Wesen in Besitz und bestimmt sein ganzes Denken und Handeln. Mehrfach versucht er David zu töten, mal offensichtlich, mal hinterlistig. Sauls Neid bestimmt fortan nicht nur sein eigenes Leben, sondern auch das von David. Dieser flieht und muss damit nicht nur sein Leben am Königshof zurücklassen, sondern auch seinen besten Freund Jonatan, Sauls Sohn. Doch David lässt sich nicht von Sauls Neid überlisten, auch wenn er zwei Mal die Gelegenheit dazu hätte, sich an ihm zu rächen. Vielmehr