

Liebe Kundinnen und Kunden, Freunde und Interessierte unserer Bilder und Texte - "Bilder vom Licht"!

In der Karwoche gedenken viele Christen der Leiden Jesu. Oft fragte ich mich, wer denkt denn gerne an solche Schmerzen? Ich kenne niemanden! Und trotzdem leben wir unser Leben oftmals so, dass schmerzvolle Situationen durch unser eigenes Verhalten entstehen. Wir tun manchmal Dinge, von denen wir genau wissen, dass sie nicht gut sind, essen und trinken Sachen bei denen wir oft sogar spüren, dass sie uns nicht bekommen, betäuben uns mit Alkohol, Drogen, Sex oder irgendwelchen anderen Dingen, die uns einen gewissen Kick bringen aber auf Dauer schmerzhaft sein kann. Aber die meisten Störungen in unserem Leben basieren auf destruktiven Denkmustern, welche dann irgendwann zu einer Krankheit führen.

Z.B. wissen die meisten von uns, dass Stress auf Dauer zu Magengeschwüren oder Burnout führt. Trotzdem lassen wir uns oft genug stressen. Dann reden wir uns ein, dass es so schlimm nicht sei oder dass es einfach nicht anders geht und verdrängen den Gedanken, dass es durchaus andere Möglichkeiten gibt. Gott hat es aber so eingerichtet, dass uns unser Körper immer wieder aufzeigt, wo unser Denken und Handeln in eine falsche Richtung geht. Wenn wir nicht auf den Körper hören, so entstehen irgendwann Unwohlsein und Schmerz. Falls wir diese ignorieren oder sie mit Medikamenten verdrängen, können aus anfänglich harmlosen Hinweisen massive Probleme entstehen. Dann **muss** man auf einmal zur Ruhe kommen, den dem Schmerz gehorchen wir. Was vorher unmöglich schien, wird dann sozusagen zwangsverordnet. Allerspätestens dann sollten wir uns den Schmerzen stellen, die unser Körper oder unsere Seele schon lange vorher signalisiert hat. Wenn wir unser Leben und unsere Denkweise dann immer noch nicht ändern und meinen, dass mit ein paar Pillen oder einer OP schon wieder alles in Ordnung kommt, dann kann das schwerwiegende Konsequenzen haben.

Schmerzen treten aber auch in vielen anderen Situationen auf. Oft ist es dann unsere Seele die schreit. Bei Trennungen, Verlust, Ängsten, finanziellen Schwierigkeiten und Nöten jeglicher Art fühlen wir tiefen Schmerz. Manches hebt uns regelrecht aus. Die Ursache von schmerzvollen Ereignissen, wie z.B. bei Unfällen, Gewalt oder Naturkatastrophen, scheint eindeutig. Aber sogar hier gibt es immer einen geistigen Grund, der diesen Unfall verursacht hat oder wodurch wir einer Katastrophe ausgesetzt sind. In der Regel bekommen wir vorher Hinweise, die wir aber meistens überhört hatten und dann, ganz plötzlich, ist es geschehen. Es ist wichtig zu verstehen, dass nichts zufällig geschieht.

Alle Schmerzen haben eines gemeinsam. Ob durch falsche Denkmuster oder durch äußere Ereignisse verursacht, Sie weisen auf etwas hin, was wir erkennen sollen, um unserem Leben eine neue Richtung zu geben. Wir sollen erkennen, was der Grund für den Schmerz ist, damit wir unsere Perspektive verändern können.

Deswegen möchte ich heute zum Thema Schmerz, Erlösung und Ostern schreiben.

In der Karwoche ist es in den christlichen Kirchen üblich sich mit dem Leidensweg Jesu auseinanderzusetzen. Früher erschien mir das absurd. Aber schauen wir uns einmal an, was es damit auf sich hat, denn wir können Schmerzen nutzen, um uns weiterzuentwickeln.

Franz von Assisi wollte Jesus in seinem größten Schmerz und in seiner größten Freude erleben. Daraufhin bekam er die Wundmale Jesu, die er die letzten beiden Jahre seines Lebens trug. Dieses war so schmerzhaft, dass er kaum noch gehen konnte. Und trotzdem erlebte er gleichzeitig die größte Glückseligkeit. Da er mit allem einverstanden war, was ihm das Leben bot, weil, nach seiner Auffassung, alles von Gott kommt, erlebte er auf körperlicher Ebene den Schmerz und auf geistiger Ebene gleichzeitig Glückseligkeit, Dankbarkeit und Gottes Liebe, die er dann in seinem Gebet "Der Sonnengesang" ausdrückte.

Auch wenn wir nicht dazu geboren wurden zu leiden, so geschehen dennoch manchmal Dinge im Leben, die extrem weh tun und uns zum Innehalten zwingen. In solchen Fällen kann der Schmerz ein Durchgangstor in eine tiefe Erkenntnis und Lebensveränderung sein.

Das zentrale Ereignis der Christenheit ist die Auferstehung Jesu von den Toten, welche wir zu Ostern feiern. Bis zu diesem Zeitpunkt waren seine Jünger ängstlich, oft unverständig, versteckten sich vor der Obrigkeit und hatten Angst vor Schmerz und Tod. Als aber Jesus auferstanden war, wurden die Jünger mutig und ertrugen viele Demütigungen und Nöte, da sie begriffen hatten, dass es keinen Tod gibt.

Direkt nach der Auferstehung (und auch heute) wurde immer wieder behauptet, dass Jesus gar nicht gestorben sei, dass er geheilt wurde und nach Indien ging. Andere erzählten, dass sein Leichnam gestohlen wurde, um das Märchen der Auferstehung zu erzählen. Alles das tat man, damit man die Wahrheit dieses Ereignisses nicht anerkennen musste. Die Konsequenz, die aus dieser Auferstehung entstand ist nämlich gewaltig. Sie zeigt, dass der Mensch göttlich ist, was für viele nicht vorstellbar ist. Dennoch erlebt jeder der sich auf diese Erkenntnis einlässt den tiefen Frieden und die Liebe Gottes in sich. *"Folget mir nach"* und *"Wer mir folgt, der wird die gleichen Dinge tun wie ich und noch größere"* ist die Aufforderung Jesu, damals wie heute. Auch wir sollen alle Angst, auch vor dem Tod, überwinden und erkennen, wer wir in Wahrheit sind. Ein ewig geliebtes Kind Gottes. **Nicht länger Knechte der Materie, sondern Kinder des Höchsten.** Der Sinneswandel der Jünger lässt sich nur damit erklären, dass sie Jesus wirklich lebendig gesehen und erlebt hatten, dass er "zurückgekehrt" war, wodurch sie erkannten, dass auch sie "frei" sind.

Eines der schönsten Zitate Jesu ist: *"Ich bin bei Euch bis zum Ende aller Tage"* und so heißt auch das Thema und das dazugehörige Bild dieses Newsletters. Diese Aussage ist eine Zusage der Hilfe und geistigen Unterstützung für alle, die den Weg der bedingungslosen Liebe und des Christus gehen wollen. Es gibt Texte die sagen, dass Jesus ursprünglich sagte: *"ICH BIN - ist bei Euch bis zum Ende aller Tage"*. Der Unterschied hier ist, dass es nicht um die Person Jesu geht, sondern, um das ICH BIN und dass er nicht den Anspruch hat, der alleinige Sohn Gottes zu sein, sondern, dass jeder Mensch das gleiche Anrecht auf dieses Erbe hat.

Im Christentum wird aber gerade die Aussage, dass Jesus der alleinige Weg und die Wahrheit ist, besonders hervorgehoben, wodurch er eine Sonderstellung hat, denn es heißt weiter: *"Niemand kommt zum Vater denn durch mich"*. Daran scheiden sich die Geister und viele Streitereien sind durch diese Aussage entstanden. Nach meinem Verständnis hatte Jesus diesen Anspruch nicht, sondern **er sah uns alle als seine Brüder und Schwestern und er sah den Christus oder den ICH BIN in jedem Menschen der ihm begegnete.**

Aber was ist dieses ICH BIN oder dieser Christus? Was bedeutet es Sohn oder Tochter

Gottes zu sein? Und was hat das Ganze mit Schmerzen zu tun?

Dazu müssen wir erst einmal verstehen was wir NICHT sind. Wir sind NICHT der Körper oder die Person, die wir in diesem Leben sind. Wir sind auch nicht unsere Gedanken oder Emotionen. Wir sind viel mehr! Was der Christus ist, lässt sich genauso wenig in Worte fassen, wie die Frage was Gott ist. Es liegt jenseits der Worte, die immer Missverständnisse mit sich bringen. Aber man kann es erfühlen und innerlich erleben. Wenn Menschen aus anderen Religionen ihre Erlebnisse mit Gott beschreiben, so können wir erkennen, dass ein Moslem sehr ähnliche Erfahrungen macht, wie ein Buddhist, Hindu oder Christ. Die Worte sind unterschiedlich, aber die Essenz ist dieselbe. Ein Gefühl der inneren Weite, des Friedens, der Liebe und des Vertrauens stellen sich ein, sobald ein Mensch mit Gott in Berührung kommt.

Aber wie gelangen wir zur Erkenntnis dessen wer wir sind? Die Osterzeit zeigt es uns recht eindrücklich. Erst kommt Karfreitag, dann Ostern. Erst der Schmerz dann die Auferstehung. Wenn wir um alles einen Bogen machen, was Schmerzen verursachen könnte, dann hängen wir noch zu sehr in der Materie fest und unser Geist kann sich nicht frei entfalten. Haben wir aber volles Vertrauen in Gott, dann gehen wir auch in schmerzvollen Situationen, in innerer Gelassenheit, unseren Weg und erleben manchmal Schmerz und Freude gleichzeitig.

Die Kreuzigung war ein extrem qualvoller und grausamer Tod. Menschlich gesehen war es ein Tag voller Schrecken, Schmerzen und Trauer, an den sich viele Menschen heutzutage nicht gerne erinnern. Oft wird gesagt, dass man die Kreuze in den Kirchen ganz abschaffen sollte, da man immer an den leidenden Jesus erinnert würde.

Aber denken wir daran, ohne die Kreuzigung hätte es keine Auferstehung gegeben, denn erst durch diese Kreuzigung, bei der symbolisch das Ego an das Holz der Materie genagelt wurde, konnte das wahre göttliche Wesen, der Christus, zum Vorschein kommen. Dadurch erst konnte Jesus das ganze Leid der Menschheit am eigenen Leib erfahren und überwinden und so den Weg freimachen, für die, die nach ihm kommen würden. Gerne wäre er wegge laufen. Er schwitzte sogar Blut und Wasser, was zeigt mit welcher Angst und welchem Stress er zu kämpfen hatte. Aber er ließ sich nicht beirren und ging voller Vertrauen in Gott in diese unglaubliche Situation hinein und lieferte sich sozusagen selbst aus. Er stellte sich der tiefsten Angst der Menschheit. Der Angst vor Schmerz und Tod.

In der Regel weichen wir Schmerzen aus und vermeiden sie. Als meine Frau ihren Körper verließ und in ihre geistige Heimat zurückkehrte, war so viel Schmerz in mir, dass ich es oft nicht aushalten konnte. So lenkte ich mich ab, um dieses nicht fühlen zu müssen. Wir neigen dazu Schmerzen zu unterdrücken, in der Hoffnung dass sie irgendwann wieder vorbei gehen. Sinnvoller ist es sich dem Schmerz zu stellen und ihn ganz bewußt zu erleben. Aber manchmal ist man noch nicht bereit dazu. Dann verschieben wir diese Auseinandersetzung auf später.

Der Weg den uns Jesus aufzeigte war, sich nicht abzulenken, sondern ganz bewusst mitten durch den Schmerz hindurchzugehen. In einer Zeit in der sich die Menschen permanent ablenken und zerstreuen, um die innere Leere, Unsicherheit und Angst vor dem echten Leben nicht zu spüren, ist so etwas kaum vorstellbar. Aber gerade in dieser bewussten Auseinandersetzung mit Angst und Schmerz liegt Erkenntnis und Heilung.

Daran kann uns ein Bild der Kreuzigung erinnern und uns helfen in unseren eigenen schweren Lebenssituationen durch den Schmerz hindurchzugehen. Natürlich macht es keinen Sinn so etwas jeden Tag zu machen, aber wenn Schmerzen da sind, sollten wir sie nutzen. Nicht weg schauen oder verdrängen, sondern hindurch gehen. Es ist wie bei einer Geburt, am Ende ist das göttliche Geschenk in Form des Kindes da. So auch in schmerzvollen Situationen. Wenn man vertrauensvoll durch den Tunnel des Schmerzes gegangen ist kommt die Erlösung oder wie bei Christus die glorreiche Auferstehung. Der Sieg des Lebens über den Tod.

Der Schmerz besteht nur für unser Ego, für unseren Körper und Seelenkörper. Unser wahres

Wesen ist davon nicht berührt. Der Schmerz kann uns dabei helfen zu erkennen, wer wir NICHT sind. Nämlich NICHT das Ego, NICHT der Körper oder die Emotionen. Was übrig bleibt, das sind wir. Wir sind Geist! Wir sind Kinder Gottes! Wir sind Liebe! Solange wir uns aber mit den Schmerzen oder dem Leid identifizieren sind wir an die Materie gebunden. Das alles können wir in der Kreuzigung und Auferstehung Jesu erkennen.

Als ich 1999 die Kreuzigung Jesu in dem Bild **“Es ist vollbracht”** malte, hatte ich große Angst vor dem, was dort emotional auf mich zukam. Irgendwann kam mir der Gedanke: **“Konzentriere Dich nicht auf das Leid, sondern auf die Erlösung die darin liegt”**. Und plötzlich wurde alles klar. Das ist der Weg. Wir müssen durch den Schmerz und die Angst hindurch gehen, auch wenn es noch so unangenehm ist, aber dadurch gelangen wir zu unserem wahren Wesen. Manchmal brauchen wir dabei auch Hilfe eines Menschen, dem wir vertrauen. Aber wenn wir durchgegangen sind sehen wir auf einmal das strahlende Licht Gottes.

Damals malte ich, wie das Licht aus dem Herzen Christi kam und alles Dunkle umwandelte. Die Kreuzigung war der Beginn der großen Transformation, die jetzt auf ihren Höhepunkt zuläuft. Wir alle sind an diesem Erlösungswerk beteiligt. Jesus ging voran und nun sind wir dran uns unseren Themen zu stellen. Wir brauchen nicht gekreuzigt zu werden, aber da wo in unserem Leben Schmerzen auftauchen, sollten wir uns darin üben hindurch zu gehen. Dan Millmann schrieb einmal:

“Ein friedvoller Krieger sucht den Schmerz nicht, aber wenn er kommt, dann nutzt er ihn.”

Oft wird gesagt, dass immer alles leicht gehen muss, wenn etwas richtig ist. Aber fragen Sie sich, was gewesen wäre, wenn Jesus das so gesehen hätte. Wenn er gesagt hätte: **“Es muss alles fließen und nach einer Kreuzigung ist es mir jetzt wirklich nicht, denn das bedeutet ja, dass da nichts mehr fließt.”** Stellen Sie sich nur einmal vor, was das für die ganze Menschheit bedeutet hätte. Wir hätten nie erfahren, dass Gott bedingungslose Liebe ist, dass ER nicht der rächende Gott, sondern ein liebevoller Vater/Mutter-Gott ist, dass wir seine Kinder sind uvm.

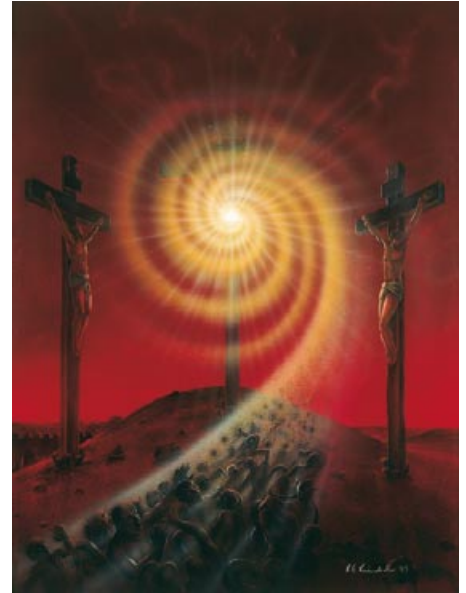
Deswegen üben wir uns darin keine Angst aufkommen zu lassen, wenn es mal schwierig oder schmerzhaft ist. Halten wir den Blick fest auf Gott in uns gerichtet und nutzen dunkle Zeiten zur eigenen Weiterentwicklung. Denn je mehr wir standhaft bleiben, umso stärker werden wir und umso größer ist unser Sieg.

Es gibt eine kurze Geschichte die das Wirken Gottes sehr schön beschreibt:

Als eine Frau im Jenseits ihren Lebensweg betrachtet, sah sie immer zwei Fußspuren die nebeneinander gingen. Die eine Spur von ihr, die andere von Christus. In den schwierigen Lebenssituationen sah sie immer nur eine Spur. Da fragte sie warum Christus sie den in den schwierigsten Momenten alleine gelassen hatte. Die Antwort war: “Da habe ich Dich getragen”.

Dies ist auch der Inhalt des Bildes **“Ich bin bei Euch bis zum Ende aller Tage”**. Es zeigt Christus, wie er uns mit geöffneten Armen bei uns ist. Egal was auch kommt, auf IHN können wir uns verlassen, denn er verlässt uns nie. Er kann uns gar nicht verlassen, denn er lebt tief im Herzen eines jeden Menschen. Deswegen ist uns jeder Mensch Schwester oder Bruder. Denn der Christus ist in uns allen gleich. In Jesus genauso wie in uns. Aus diesem Grund sagte Jesus: **“Was ihr dem Geringsten getan habt, das habt Ihr mir getan.”**

Durch den Schmerz gehen bedeutet, dass wir dem Schmerz oder unangenehmen Situationen nicht mehr ausweichen, sondern im Vertrauen auf Gott genau hineinfühlen und still



beobachten. In diesem stillen Beobachten der schmerzvollen Gefühle oder des Körpers liegt schon die Heilung. Wenn wir beobachten, werden wir merken, dass wir nicht die Gedanken sind, denn dann sind wir in der Stille hinter den Gedanken, da wo Gott zu finden ist.

Wir dürfen beim Beobachten nicht den Fehler machen und die Gedanken interpretieren, denn dann denken wir schon wieder. Wenn wir z.B. denken: *“Ah, dieser Schmerz ist von meiner Krankheit”*, dann identifizieren wir uns mit dem Schmerz bzw. der Krankheit und machen dies zu unserem Eigentum. Beobachten wir jedoch ganz neutral, dann wirkt der Geist Gottes, die göttliche Kraft in uns und bringt alles in die göttliche Ordnung.

Deswegen sollten wir einfach nur still beobachten was wir gerade fühlen ohne zu interpretieren. Wenn wir Schmerzen aufmerksam beobachten, ohne selber etwas dabei etwas zu unternehmen, ist es so, als würden wir einem Dieb bei der Arbeit zuschauen. Wenn der Dieb nun bemerkt, dass er beobachtet wird, verschwindet er ganz schnell. Genauso macht es auch der Schmerz.

Als ich einmal extrem starke Zahnschmerzen hatte wusste ich nicht, ob ich zum Zahnarzt gehen sollte oder, ob es auch so geheilt würde. So betete ich und beobachtet den Schmerz. Plötzlich sah ich mich beim Zahnarzt und wusste was zu tun ist. Sofort hörten die Schmerzen auf und ich hatte Ruhe, da mein Körper wusste, dass das Problem behoben wird.

Gott gibt jedem von uns immer Hinweise. **Deswegen brauchen wir Selbstvertrauen, dass dieses auch für uns gilt**, und dass ER auch uns erkennen lassen kann, was zu tun ist. Wenn wir die Antwort nicht im Inneren finden, zeigt uns Gott oft im Außen die Lösung. Manchmal in einem Buch oder in einem Film, manchmal vielleicht sogar in der Bild-Zeitung. Wir müssen nur aufmerksam sein. **Zweifeln wir aber an uns, so kann das nicht geschehen und wir tapen weiter im Dunkeln.**

Deswegen vertrauen wir darauf, dass Christus IMMER bei uns ist und uns hilft, inspiriert und heilt, bis wir erkennen, wer wir wirklich sind. Ostern ist eine wundervolle Gelegenheit hierzu. Es ist ein Fest, welches, ähnlich wie Weihnachten, viel göttliche Energie bereithält, die dazu angetan ist uns zu heilen und göttliche Vollkommenheit zu vermitteln. Nutzen wir die Zeit für uns und gehen in die Stille. Das Leben hier auf Erden ist so kostbar und wir wissen nie wieviel Zeit wir noch haben. Deswegen sollten wir lernen angstfrei zu leben und die Geschenke des Lebens bewusst zu empfangen.

Immer wenn ich morgens aufwache bedanke ich mich für alle Geschenke, die Gott mir an diesem Tag zukommen lässt. Ich bedanke mich für alle Begegnungen die ich mit Menschen und Tieren haben werde, für alle Speisen, die Blumen, die Sonne, das Duschen, die Heizung, meine Kleidung, einfach für alles was Gott mir an diesem Tag schenkt. Dann erlebe ich, wie mir Menschen zugeführt werden und Wunder-volle Begegnungen stattfinden, in denen mir Gott in meinen Nächsten begegnet. Mal hilft er mir mal meinen Nächsten.

Auch habe ich gelernt für unangenehme Begegnungen oder Situationen zu danken, denn dadurch lerne ich mich immer mehr von falschen Vorstellungen und Verurteilungen zu befreien und Gott auch *“meine”* Schwächen und Fehler zu übergeben. Gerade bei diesem Vorgang erlebe ich immer wieder sein Verständnis und seine Geduld mit mir sowie seine unendliche Liebe.

**So wünsche ich Ihnen von ganzem Herzen,
ein gesegnetes und heiliges Osterfest und dass Sie die Erlösung
und die Auferstehung aus den Fesseln der Materie und der Angst erleben können.**

**In geschwisterlicher Verbundenheit
Ihr Hans Georg Leiendecker**

*Ich bin
bei Euch
bis zum Ende
aller Tage*



*Voller Vertrauen begegne ich
allen Situationen meines Lebens,
auch den schmerzhaften,
denn ich weiß, dass mein
geliebter Himmlischer Vater
immer bei mir ist und mir hilft.*

