



Gemeinschaftsfähigkeit

Gabe und Aufgabe zugleich

Erika und Andreas Roth

Als Leiter unserer Anker-Lebensgemeinschaft und in vielen Gesprächen mit anderen Gemeinschaften, Ehepaaren und Familien stoßen wir automatisch immer wieder auf das Thema „Gemeinschaftsfähigkeit“. Aus unseren Erfahrungen heraus und nicht zuletzt aus dem Studium der Bibel haben wir deshalb in diesem Ankertext einige Grundsätze und Prinzipien unter dem Stichwort „Es ist nicht gut, dass der Mensch allein ist – gemeinsam sind wir stark“ zusammengestellt. Wir wollen dich dadurch ganz persönlich ermutigen, dich mit diesem Bereich auseinander zu setzen, deine Gemeinschaftsfähigkeit zu hinterfragen und gegebenenfalls auch zu korrigieren.

1. Was beinhaltet Gemeinschaftsfähigkeit?

Beziehungs- und Gemeinschaftsfähigkeit sind ein Barometer für seelische Gesundheit. – Eine steile These? Aber beobachten wir nicht alle an uns und anderen: Je kontaktgestörter, beziehungsärmer und gehemmter ein Mensch ist, desto eher flieht er in störende Verhaltensmuster?!

Im Folgenden einige Faktoren, die Gemeinschaftsfähigkeit ausmachen:

- Fähigkeit, mit anderen Menschen Kontakt aufnehmen zu können

- mit anderen Dialoge führen und Konflikte konstruktiv lösen
- an den Geschehnissen in der Welt teilnehmen
- ohne überhöhte Minderwertigkeitsgefühle leben und eigenverantwortlich handeln
- Einfühlungsvermögen für andere besitzen und ehrlich und offen miteinander agieren
- sich mit anderen solidarisch fühlen und entsprechend *für* die Gemeinschaft bzw. *mit* der Gemeinschaft seine Gaben einsetzen
- auf Gewalt, Macht und autoritäres Verhalten verzichten und in gegenseitiger Wertschätzung den anderen höher achten als sich selbst
- Hilfsbereitschaft und Nächstenliebe praktizieren

Wir stellen fest: ohne Gemeinschaftsfähigkeit keine Liebesfähigkeit, keine Konfliktfähigkeit, keine Beziehungsfähigkeit – aber auch keine Gottesliebe, keine Gottesfurcht, kein Gottvertrauen.

2. Bibel und Gemeinschaft

Grundsätzlich gilt: Die Ich-Du-Beziehung funktioniert nur, wenn zwei Menschen Beziehung pflegen *wollen*. Beziehungspflege ist aber ein *Soll*. Denn der Mensch ist vom Schöpfungsgedanken Gottes her ein Gemeinschaftswesen. Er braucht Gemeinschaft, um zum Menschen zu reifen und um sei-



nen Auftrag im Reich Gottes zu erfüllen. Dazu thesenartig einige Aspekte, die die Bedeutung und die Möglichkeiten lebendiger Gemeinschaften ausmachen:

- Der dreieinige Gott, Vater, Sohn und Heiliger Geist, will Gemeinschaft mit den Menschen, die er als Männer und Frauen schuf.
- Gott stellt Männer und Frauen in Gemeinschaft miteinander. Gemeinsam stellen sie Ebenbildlichkeit Gottes dar. Erst die Fülle der Menschen kann etwas (nur ein Bruchteil) von Gottes Größe und Herrlichkeit darstellen. Jede Gemeinschaft jeweils eine Facette davon.
- Gott gibt im Schöpfungsbericht Aufträge, die in Gemeinschaft ausgeführt werden sollen: fruchtbar sein, sich mehren, herrschen, bebauen, bewahren, untertan machen.
- Eine Gemeinschaft muss lebbar gestaltet werden im Gehorsam gegenüber Gott, in gegenseitiger Liebe und Achtung. Bei Mose und in seiner Beziehung zum Volk Israel sehen wir, wie schwer es sein kann, als Einzelpersonlichkeit (unter Mithilfe von Aaron und Josua) Leiter einer Gemeinschaft zu sein und Grundwerte des Miteinanders zu setzen und zu leben.
- Unterschiedliche Gemeinschaften sind nötig, um gemeinsam und in Einheit am Reich Gottes zu arbeiten – mit jeweils anderem Auftrag und Gabenschwerpunkt. In Lk. 10,2 fordert Jesus auf: Betet um mehr Arbeiter für Gottes Ernte. Wir sollen erst um Mitstreiter bitten, nicht als Einzelkämpfer losgehen.
- Auch Ortsgemeinden brauchen die Prinzipien einer lebendigen Gemeinschaft. Auch hier bilden viele Glieder einen Leib. Und Jesus, als Haupt dieses Ortsleibes, will Einheit, Beziehung und Wachstum. Trennung in Unfrieden, Feindschaft und Spaltung führen zum geistlichen Tod jeder Gemeinschaft. Genauso ist das Gegeneinander von Werken, Kirchen und einzelnen Gruppen zu bewerten.
- Innerhalb jeder Gemeinschaft (auch in der kleinsten Zelle) sehen wir Unterschiedlichkeit der Gaben. Gott will, dass wir einander ergänzen, bereichern, zur Reifung verhelfen. Denn wir sind gesandt wie „Lämmer unter die Wölfe“ – Alleingänge oder Anfeindungen innerhalb einer Ge-

meinschaft sind gefährlich.

- Gemeinschaften können vom Modell „Familie“ lernen.

3. Familie – Beispiel für Gemeinschaft

In der Ursprungsfamilie kristallisieren sich die Stärken und Schwächen jedes Mitglieds heraus. Sie werden dort entweder verstärkt oder bekämpft. Hier wird aber auch die Lebens-, Arbeits-, Liebes-, Konflikt- und Leidensfähigkeit trainiert. Minderwertigkeitsgefühle oder Störungen des Selbstwertes haben meist in der Herkunftsfamilie ihre Ursache: Ein Kind fühlt sich vernachlässigt, abgelehnt, benachteiligt oder ungeliebt. Deshalb meint es auch nicht liebenswert, attraktiv oder intelligent zu sein. Diese Gefühle entwickelt das Kind unabhängig vom objektiven Sachverhalt. Eine andere Ursache für Minderwertigkeitsgefühle ist Verwöhnung: Sie provoziert ständig neue Forderungen, entmutigt, macht suchtanfällig, bewirkt Realitätsverlust, Flucht in Tagträume und irrealer Zukunftphantasien. So kann Familie für viele Menschen ein Ort der Entmutigung und Enttäuschung sein, aber auch ein gelungenes Modell für gemeinsames Leben.

Einige positive Aspekte von Familienleben wie Gemeinschaften sie nutzen können:

- In eine Familie wird man hineingeboren. Niemand kann sich seine Eltern aussuchen. Sie sind zu akzeptieren. Dies ist anders als in einer Gemeinschaft. Dort suchen die Mitglieder gezielt nach Partnern und Leitern, die persönlich und im Auftrag zusammenpassen. Wenn die Leitung (oder die geistlichen Eltern) jedoch nicht anerkannt werden, wird eine Gemeinschaft ziel- und haltlos verkümmern, wie auch Kinder ohne (liebende) Eltern entwurzelt aufwachsen.
- In der Familie existiert eine Eltern-Kind-Beziehung. Die Eltern haben die Verantwortung vor Gott, ihre Kinder in die Eigenverantwortung zu führen und ihnen zur Reifung, zum Erwachsensein, zu verhelfen. In einer Gemeinschaft gilt Ähnliches, jedoch ohne Abhängigkeit und aus der Freiheit heraus.
- Das Kind wächst in der Familie in einem geschützten Rahmen auf. Auch Gemeinschaft hat



ihre Stärke genau darin, dass ihre Mitglieder in ihr Raum haben, schwach sein und Fehler machen zu dürfen.

- Das Kind entwickelt sich mit Unterstützung der Eltern aus der Abhängigkeit und dem Gegenüber von Vater und Mutter heraus zur Eigenständigkeit. Es lernt, sich mit seinem Geschlecht zu identifizieren, seine Rolle als Frau oder Mann anzunehmen, und entdeckt einen eigenen Auftrag für sich und sein Leben. Gemeinschaften bieten die Chance, ihre Mitglieder in die Eigenständigkeit zu führen und ihre Identität zu festigen.
- Aufgabe der Eltern ist es, das Kind dahin zu erziehen, dass es fähig wird, das Elternhaus und die Herkunftsfamilie zu verlassen und sein Leben in eigener Verantwortung zu gestalten. Auch Gemeinschaften binden nicht, sondern helfen, zur eigenen Berufung zu finden und die Persönlichkeit zu stärken.
- Die Eltern bleiben unterstützende Begleiter. Doch sind sie aufgefordert, ihr Kind in die Unabhängigkeit von Menschen und in die Abhängigkeit von Gott zu entlassen. Jedes Gemeinschaftsglied gehört zuerst Gott, es ist nicht im Besitz der Gemeinschaft.
- Von daher ergibt sich die Notwendigkeit, zeitlebens für das Kind zu beten - besonders dann, wenn der Einfluss der Eltern abnimmt. Je geringer ihr Einfluss auf die Kinder wird, umso größer muss der Einfluss Gottes werden. Eine große Herausforderung auch für geistliche Eltern und Leiter in Bezug auf ihre Verantwortung für die Mitglieder ihrer Gemeinschaft.

Zusammengefasst: Gott will Einheit seines Leibes, Einheit in Vielfalt. (Lebens-)Gemeinschaften sollen also Modelle des Lebens mit Gott darstellen. So wie Gott Neues durch Familien schuf (Adam und Eva, Noahs Familie, die Erzväter-Familien, das „Haus David“, Jesus wurde in eine Familie hineingeboren ...), so können Gemeinschaften (wenn sie sich wie die Vielfalt der Spektralfarben sehen, die erst gemeinsam das strahlende helle Licht ergeben) den Auftrag Gottes umsetzen, seine Zeugen zu sein und die Welt auf Gott hinzuweisen.

4. „Lebendiger Leib“ und Gemeinschaft

Wir haben aufgezeigt, dass jede Gemeinschaft, jede lebendige Gemeinde oder Zelle, auch jede Familie, ein Abbild vom Leib Gottes ist, sozusagen selbst einen Leib mit vielen Gliedern darstellt. Dieser Leib (und somit jede Gemeinschaft) lebt und funktioniert nur unter bestimmten Voraussetzungen:

- Jesus muss das Haupt dieses Leibes sein. Von ihm sollen alle Impulse, Weisungen, Korrekturen, auch alle Kraft und Gaben erwartet, erbeten und empfangen werden.
- Der Leib lebt erst wirklich, wenn er an Jesus bleibt wie die Rebe am Weinstock. Konkret heißt das: Die Mitglieder lassen ihren Charakter von Jesus formen, so dass sie aus echten Motiven heraus Frucht bringen, d. h. aus dem Gebet heraus agieren.
- Jeder Leib braucht eine Struktur mit unterschiedlichen Funktionen, die einander ergänzen, zuarbeiten und über- oder untergeordnet sind. Deshalb geben sich viele Gemeinschaften auch eine Struktur, die gemeinsames Leben erleichtert und die Umsetzung des jeweiligen Dienstauftrags ermöglicht. Folgende Ämter sind zumindest in größeren Gemeinschaften notwendig und erwünscht: Leitung, Hirtenamt (Elternschaft), Visiönär (prophetisch Begabter) und die anderen Mitglieder (Mitarbeitende) der Gemeinschaft.
- Trotz des Herausgehobenseins mancher Ämter bleibt doch wichtig: Wir sind durch unsern Herrn Jesus Christus miteinander verbunden und alle gleich wichtig, wertvoll, geliebt. Jeder ist ergänzungsbedürftig und mit Gaben und Schwächen ausgestattet. Von daher verbieten sich unangemessene Kontrolle, Manipulation, Machtmissbrauch und einsame Entscheidungen auf der einen Seite und blinder Gehorsam, falsche Unterwürfigkeit oder Rebellion gegen Autoritäten auf der anderen Seite.
- Was für jeden Erwachsenen selbstverständlich gilt, muss auch in Gemeinschaften gelebt und ermöglicht werden: die Eigenverantwortlichkeit jedes Gliedes. Nur weil der linke Arm schmerzt und sich nicht bewegen lässt, wird der rechte Arm sich nicht auch abmelden, sondern umso mehr den Ausfall des linken Armes auszugleichen versuchen.



Jedes Gemeinschaftsglied übernimmt also für sein Denken, Reden, Tun und Unterlassen die volle Verantwortung. Dabei sollte man möglichst sein Handeln nicht abhängig machen vom Wohlverhalten des oder der anderen.

- Von Jesus lernen wir, dass Hingabe an den anderen nicht an Vorbedingungen gekoppelt werden soll. „Der Menschensohn ist nicht gekommen, dass er sich dienen lasse, sondern dass er diene und gebe sein Leben zu einer Erlösung für viele“ (Mt. 20,28). Auch die Aufforderung des Petrus ist eindeutig und ohne Rückversicherung: „Dient einander, ein jeglicher mit der Gabe, die er empfangen hat“ (1. Petr. 4,10). Und weil dieser Apostel selber erfahren hat, wie schwer es ist, aus eigener Kraft verantwortlich zu handeln und mit den Geschwistern richtig umzugehen, fügt er hinzu (Vers 11): „... wenn jemand dient, dass er's tue aus der Kraft, die Gott gewährt ...“

- Andererseits kann man am Bild vom Leib und seinen Gliedern auch die mitfühlende Seite einer Gemeinschaft aufzeigen: „Wenn *ein* Glied leidet, so leiden alle Glieder mit, und wenn *ein* Glied geehrt wird, so freuen sich alle Glieder mit“ (1. Kor. 12,26). Freud und Leid werden in lebendigen Gemeinschaften gemeinsam geteilt und getragen. Deshalb haben Feste, Spiel und Spass genauso ihren Platz wie gemeinsames Klagen, Schmerzen teilen und trauriges Abschied nehmen. Voraussetzung dafür ist, dass in einer Gemeinschaft eine offene Kommunikation normal ist und man ohne Ängste einander Anteil gibt und nimmt.

- Womit ist der Leib mit seinen Gliedern gekleidet? Was schützt ihn? Was wärmt ihn? Gott will, dass der Mensch in Schönheit gehüllt ist. Paulus weiß, was dem Menschen optimal passt: „Über alles zieht an die Liebe, die da ist das Band der Vollkommenheit“ (Kol. 3,14). Die Liebe der Geschwister untereinander ist laut Jesus das wesentliche Merkmal von Jüngerschaft: „Daran wird jeder-mann erkennen, dass ihr meine Jünger seid, wenn ihr Liebe untereinander habt“ (Joh. 13,35).

- An der Liebe untereinander und an der sich daraus ergebenden Einheit trotz aller Unterschiede erkennt die Welt, welche Menschen zu Gott gehören und was sie im Innersten zusammenhält.

- Schließlich muss noch auf „verschmutzte“ Glie-

der eingegangen werden, die es auch in jeder Gemeinschaft gibt. Die Parole darf allerdings nicht lauten, den Betroffenen eine gehörige Kopfwäsche zu verpassen. Jesus ging mit seinen Jüngern einen anderen Weg (Joh. 13). Er wusch ihnen die Füße. Er tat dies im vollen Bewusstsein, wer er ist (Meister und Herr), wohin er gehen würde (in die Herrlichkeit zu seinem Vater) und was Gott ihm anvertraut hatte (alles, ganz besonders, was beschmutzt, beschädigt, gering geachtet, schuldbeladen ... ist). Dieses Beispiel hat Jesus seinen Jüngern gegeben, „damit ihr tut, wie ich euch getan habe“ (Joh. 13,15). Besonders eine Gemeinschaft lebt davon, dass ihre Mitglieder einander immer wieder vergeben und Vergebung suchen.

5. Grundsätze für Gemeinschaftsleben

Wir wollen im Folgenden solche Gemeinschaften betrachten, die ihren Glauben an den dreieinigen Gott und ihr Leben miteinander teilen - nicht nur in der Theorie, sondern ganz praktisch. Für jede Gemeinschaft werden sich die Verbindlichkeiten des gemeinsamen Lebens und Arbeitens von denen anderer Gruppen unterscheiden. Denn Gott formt sich in seinem Leib lauter Originale. Kein Glied gleicht dem anderen. Unterschiedliche Menschen schaffen sich einmalige Gefäße (hier: Gemeinschaften), aus denen heraus sie agieren und aus denen sie gewisse Kraft schöpfen. Sie gestalten ihren Alltag, ihren Dienst und ihre Freizeit je nach Absprache gemeinsam, und unterschiedliche Gaben sind in ihnen zusammengesetzt. Man ergänzt und fördert einander, so dass ein Raum entsteht, der etwas davon ausstrahlt, was gelebter Glaube und von Gottes Liebe geprägte Menschen ausmachen. Man ist bestrebt, einen Ort der Stabilisierung und Ermutigung zu schaffen und Strukturen und Traditionen zu entwickeln und gelegentlich zu erneuern. Verbindlichkeiten werden gemeinsam festgelegt und immer wieder überprüft. Wie lange jemand an einer verbindlichen Gemeinschaft teilnimmt, kann vorab festgelegt werden und wird je nach Situation unterschiedlich lang sein (lebenslang oder zeitlich begrenzt). So bleibt jedes Mitglied frei, von Gott eine neue Berufung annehmen zu können. Eine Trennung muss dann auch nicht im Unfrieden geschehen, sondern



im gegenseitigen Einvernehmen, in Achtung und Freundschaft.

Zusammengefasst einige wichtige Aspekte für ein gelingendes Gemeinschaftsleben:

- Jede Gemeinschaft braucht einen klaren Auftrag und ein Ziel (z. B. bisher nicht erreichte Kinder im Ort mit dem Evangelium in Berührung zu bringen).
- Die Gemeinschaft dient nicht in erster Linie einem Selbstzweck und der eigenen Versorgung. Sie ist keine „soziale Hängematte“, es sei denn, sie sieht ihren Auftrag darin, durch das Zusammenleben „schwachen“ Gemeinschaftsgliedern zu dienen (z. B. Wohngruppen für sozial-schwache Jugendliche oder für Behinderte, siehe Jean Vanier, In Gemeinschaft leben, Brockhaus Verlag).
- Dienst und Leben müssen in guter, ausgewogener Balance sein. Sie dürfen nicht gegeneinander ausgespielt werden, denn das eine bleibt ohne das andere unvollkommen, kalt, steril und ziellos.
- Es gilt das Prinzip der Freiwilligkeit entsprechend der Ziele, des Auftrags und der Verbindlichkeiten, denen man sich gegenüber verpflichtet hat. Der freie Wille ist eine zentrale Gabe Gottes an jeden Menschen. Gott lässt uns die Freiheit, uns für oder gegen ihn zu entscheiden. Ein erwachsener, reifer Mensch zeichnet sich durch Eigenständigkeit, Verantwortungsbewusstsein und Freimut aus – sich und anderen gegenüber. Auch eine lebendige Gemeinschaft lebt davon, dass ihre Mitglieder einander freigeben, die Person zu sein, die Gott gemeint und einzigartig begabt hat.
- Lebendige Gemeinschaften sind der beste Nährboden für solche Menschen, die in ihrer Beziehungs- und Liebesfähigkeit wachsen und reifen wollen. Denn hier können in einem geschützten Raum die verschiedenen Fähigkeiten ausprobiert und entfaltet werden.
- Wenn der persönliche Auftrag sich ändert oder erfüllt ist, sich der Gabenschwerpunkt verlagert hat oder eine Berufung in ein anderes Werk vorliegt, besteht für jedes Mitglied die Möglichkeit, die Lebensgemeinschaft zu verlassen (also nach entsprechenden Gesprächen in Freundschaft ent- oder losgelassen zu werden).
- Es muss auch möglich sein, die Gemeinschaft

aus persönlichen Gründen zu verlassen z. B. wegen Veränderung der persönlichen Situation (Heirat, familiäre Einbrüche, berufliche Gründe, Unvereinbarkeit von unterschiedlichen Persönlichkeiten, Ansichten und Zielen ...). Wenn Sach- und persönliche Konflikte auseinander gehalten und je für sich in gegenseitiger Wertschätzung angegangen werden, sind auch Gemeinschaftskonflikte durch Offenheit und mit Vergebungsbereitschaft zu lösen. Viele Gemeinschaften scheitern jedoch am Unvermögen, gerade solche Unterschiede als Chance zu nutzen. Lebendige Gemeinschaften entwickeln nämlich erst aus der Ergänzung heraus ihre Gestaltungskraft.

6. Würnersberger Anker und Gemeinschaft

Bei uns im Würnersberger Anker haben sich alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter auf vier Gemeinschaftsregeln geeinigt:

- Wir investieren Offenheit und Vertrauen in unsere Beziehungen.
- Wir sind wach gegenüber Misstrauen.
- Wir wollen mit Hoffnung weiter gehen und sind bereit, neue Herausforderungen anzunehmen.
- Als Mitarbeitende übernehmen wir alle Verantwortung für das Ganze des Ankers.

Als „Spielregeln“ für unsere gemeinsame Arbeit gelten folgende Thesen:

- Jeder macht seine Arbeit bestmöglich und selbstverantwortlich. Er hat Verantwortung zu übernehmen.
- Jeder kooperiert mit seinen Partnern partnerschaftlich. Er trifft konstruktive Absprachen.
- Fehler dürfen gemacht werden. Man sollte aber daraus lernen.
- Jeder klärt aufkommende Konflikte konstruktiv. Ein Konfliktfall zeigt Handlungsbedarf an.
- Es besteht die Pflicht, nötige Informationen weiterzugeben und sich nötige Informationen zu beschaffen.



7. Wie kann Gemeinschaftsfähigkeit erworben oder erlernt werden?

Neun Denkanstöße:

1. Goldene Regel des Zusammenlebens

Achtung der Person und ihrer Würde: „Behandelt die Menschen so, wie ihr selbst von ihnen behandelt werden wollt. Das ist alles, was das Gesetz und die Propheten fordern“ (Mt. 7,12).

- Jeder weiß, dass geben und nehmen, schenken und beschenkt werden, gelten und gelten lassen zusammengehören. Hier betont Jesus, dass es auf unser Tun ankommt, nicht auf unser Unterlassen. Im Tun des Guten, nicht im Unterlassen des Bösen, liegt die Herausforderung.
- Rücksichtnahme, Respekt, Wahrhaftigkeit und Offenheit kann ich nur dann von meinen Geschwistern erwarten, wenn ich sie ihnen selbst gewähre.
- Kein normaler Mensch kann jedoch ein solches Prinzip ständig durchhalten. Wer es einigermaßen zustande bringt, ist ein lebendiger Beweis für die geistliche Veränderung, die er erfahren hat. Wer als Geretteter lebt, kann auch anderen gegenüber leichter als Gerechter handeln.

2. Eigene destruktive Lebensmuster hinterfragen, ablegen – neue anziehen

- Welche Verhaltens- oder Denkgewohnheiten untergraben die Liebesfähigkeit (z. B. Selbstüberschätzung, Über-/Unterforderung, Suchtverhalten, Erwartungsdruck)? Bin ich eher fehlerorientiert, kritikorientiert, pessimistisch, perfektionistisch? Habe ich zu hohe Erwartungen an mich oder an andere?
- Seid ihr in eurer Gemeinschaft bereit, diese Muster miteinander zu besprechen und eigene Defizite zuzugeben?
- Könnt ihr miteinander darum beten, dass ihr sie verringert und ablegt?

3. Vertrauen aufbauen – Angst, Drohungen, Erpressungen und Manipulationen vermeiden

- Sie blockieren die Vertrauensbasis zwischen den Mitgliedern der Gemeinschaft.
- Misstrauen ist ein Beziehungskiller. Es vergiftet

die Atmosphäre und blockiert die Einheit.

- Angst macht unkritisch und einsam, verstärkt Hemmungen, fördert den Rückzug.
- Drohungen und Erpressungen entmutigen und fördern Angst vor dem Leben und vor Beziehungen.
- Manipulation und Kontrolle machen unselbstständig und verhindern Verantwortungübernahme.
- Statt dessen ein Klima von Annahme, Wertschätzung und Freiheit schaffen.

4. Akzeptiere deine Geschwister wie sie sind – nicht wie sie sein sollten

- Jesus hat uns vorgemacht, was bedingungslose Liebe ist: Er lebte konsequente Hingabe an alle, für alle. Dabei akzeptiert er unser Gewordensein und sorgt sich um unsere Defizite.
- Gott hat euch alle absichtlich verschieden geschaffen. Betrachte den anderen nicht als Gegner, weil er anders denkt, redet und handelt, sondern als jemanden, der deinen begrenzten Horizont erweitern soll.
- „Du darfst ... *sein*, ... *du sein*, ... fühlen, ... eigene Wege gehen, ... auch Beziehungen außerhalb unserer Gemeinschaft pflegen!“ Es ist wichtig, einander dies zu gestatten.
- Wenn du andere nur eingeschränkt annehmen kannst, ist auch deine Beziehungsfähigkeit begrenzt und du wirst entsprechend unbefriedigende Beziehungen erleben.
- Sende anderen gegenüber keine Signale aus, die ihnen das Gefühl geben, dass sie den Ansprüchen nicht genügen, nicht wertvoll oder liebenswert seien. Auf sie wirkt das hochmütig und herablassend. Es demotiviert sie. Hast du diese Gefühle dir selbst gegenüber und sendest sie indirekt aus, wirst du bei den anderen vielleicht Bedauern und Mitleid auslösen. Aber Hilfe für deine Minderwertigkeitsgefühle erhältst du so nicht. Suche deshalb das offene und ehrliche Gespräch innerhalb deiner Gemeinschaft und nimm ihren Zuspruch an.

5. Verantwortung übernehmen und zumuten

- Suche selbst Bereiche, wo du dich einbringen kannst. Biete dich an, bevor du gefragt wirst.
- Zumutungen und Herausforderungen sind nor-



mal. Du solltest sie als Selbstverständlichkeit und Notwendigkeit ansehen. Erst durch eine Grenzüberschreitung erweitert sich dein Horizont. Selbst manche Überforderung erweist sich im Nachhinein als Wachstumsschub.

- Vermeide es, lange Diskussionen zu führen, *ob* du eine neue Aufgabe annehmen sollst. Wenn Leiter dich dafür anfragen, haben sie meistens intensiv darüber nachgedacht und gebetet. Im Gebet wirst auch du schnell herausfinden, ob die geforderte Verantwortungsübernahme wirklich eine neue Herausforderung für dich sein soll. Gebet führt schneller zum Ziel als lange Diskussionen.
- Über das *Wie*, *Wann* und den Zeitraum sollte selbstverständlich verhandelt und (wenn nötig) konstruktiv gestritten werden. Je nachdem, wie sich die Situation gerade darstellt und welche Persönlichkeiten miteinander im Gespräch sind, lohnen sich auch längere Diskussionen, weil dann alle Für und Wider erörtert und die optimale Lösung gefunden werden kann.

6. Als Ermutigte ermutigen

- Wer sich von Gott geliebt und ermutigt weiß, kann andere ermutigen.
- Wenn du dazu in der Lage bist, beweist du Selbstbewusstsein und Selbstvertrauen und wirst bei deinen Geschwistern dazu beitragen, auch diese Eigenschaften zu erwerben.
- Wer an die Stärken und Möglichkeiten seiner Geschwister glaubt, stärkt ihren Glauben an sich.
- Nicht klein und unselbstständig sollen du und deine Geschwister sein, sondern mündig und eigenständig. Dann seid ihr in der Lage, frei von Angst und Hemmungen auf andere Menschen zuzugehen.
- Lobe nicht nur gute Leistungen, sondern ermutige ebenso, wenn Fehler gemacht wurden oder eine Arbeit misslungen ist. Auch dann kann man wenigstens das Bemühen hervorheben, kleine Fortschritte aufzeigen oder Trost spenden.
- Ermutigte strahlen Geborgenheit und Zuversicht aus. Sie praktizieren auf diese Weise schon Gemeinschaft, ohne sich anstrengen zu müssen. Ihr Sein erzeugt Ruhe und Nähe.

7. Außenkontakte herstellen oder ermöglichen

- Dreht euch nicht nur um euch und eure Probleme, sondern nehmt Kontakte auf (z. B. mit eurer unmittelbaren Umgebung). Vielleicht könnt ihr euch um Außenseiter, Ausländer, Behinderte, allein Erziehende, sozial Schwache, Kranke, Alte ... kümmern. Jeder Einzelne von euch soll dabei auf seine Möglichkeiten schauen, die sich von denen der anderen unterscheiden können.
- Durch dein Außenengagement förderst du Offenheit, Weite, Toleranz in eurer Gemeinschaft und baust Vorurteile, Ängste und Misstrauen ab.
- Wichtig ist, dass ihr einander Anteil gebt und nehmt, was ihr bei euren Außenkontakten erlebt habt. So könnt ihr füreinander im Gebet eintreten und gemeinsam Lasten tragen und Freude teilen.

8. Mit gutem Beispiel vorangehen

- Erwarte von deinen Geschwistern nicht Eigeninitiative und einen Blick über den eigenen Teller- rand hinaus, wenn sie sich von dir kontrolliert und gegängelt fühlen. Beklage nicht fehlendes Engagement oder zu viele Alleingänge, wenn du selber nicht bereit bist, darin vorbildlich zu sein.
- Denke aber auch daran, dass du den Maßstab, den du an dich legst, nicht zum Maßstab machst, mit dem du andere misst. Wenn du gerne bis in die Nacht arbeitest, erwarte das nicht auch von deinen Geschwistern. Darin bist du nicht unbedingt ein Vorbild. Unbewusst könntest du sogar den anderen suggerieren, dass deinen Gewohnheiten nachzueifern sei. Redet offen über solche Empfindungen, sonst werden schlechte Gewissen erzeugt, ohne dass dies beabsichtigt wäre.
- Jesus gibt uns ein gutes Beispiel, wenn er (obwohl er das als Meister und Herr nicht nötig gehabt hätte) seinen Jüngern die Füße wäscht und ihnen aufträgt, es ebenso zu machen.

9. Immer wieder neu Ja sagen

- Deine Gemeinschaft wächst und profitiert davon, wenn ihr euch immer wieder vergewissert, ob ihr noch in der Gemeinschaft mit Gott lebt. Deshalb solltet ihr regelmäßig eure *Hingabe an Jesus* bestätigen oder erneuern: „Ja, Herr Jesus, wir bleiben bei dir und setzen unser Vertrauen ganz auf dich ...“



- Deine Gemeinschaft lebt davon, dass ihr von Zeit zu Zeit auch aussprecht, beieinander bleiben zu wollen. Eure im Gebet offen erklärte *Hingabe an eure Gemeinschaft* erleichtert es, persönliche Probleme und Unterschiede besser zu ertragen und sie als Bereicherung anzunehmen: „*Herr Jesus Christus, wir sagen wieder neu Ja zu unserer Gemeinschaft und zu jedem Einzelnen von uns. Und in deiner Kraft bleiben wir beieinander und sind vergebungsbereit ...*“
- Jesus hat seinen Jüngern kein leichtes Leben angekündigt, sondern ihnen aufgetragen, ihr Kreuz auf sich zu nehmen und ihm auch im Leiden nachzufolgen. Bist du gewillt, zugunsten deines Auftrags und deiner Gemeinschaft auch Unangenehmes auf dich zu nehmen (*Ja zum Leiden*)? „*Herr Jesus, ich bin bereit, in deiner Kraft auch Leid zu ertragen, dem Leiden und den Geschwistern nicht davonzulaufen ...*“
- Gott hat dir und deiner Gemeinschaft einen Auftrag gegeben, innerhalb des Reiches Gottes den Teil beizutragen, den nur du (und deine Gemeinschaft) mit den von ihm zugeteilten Gaben ausfüllen kannst. Hilfreich ist, auch zu diesem Dienst immer wieder neu Ja zu sagen (*Hingabe zum Dienst*). Prüft dabei, ob ihr noch das Ziel dieses Dienstes im Auge habt: „*Herr Jesus Christus, wir sagen heute wieder neu Ja zu dem Dienst, für den du uns berufen hast. Deinen Auftrag und deine Gaben für jeden von uns und für unsere Gemeinschaft wollen wir annehmen und uns in deinem Reich hier bei uns einsetzen.*“

Was stört meine bzw. unsere Gemeinschaftsfähigkeit?

1. Gehe noch einmal die neun Denkanstöße durch und unterstreiche, was für dich zutrifft. Beispiel: Furcht (welche Befürchtungen spielen in meinem Leben eine Rolle? Wie hemmt Furcht meine Beziehungen?)
2. Nimm zwei der hinderlichsten Faktoren ins Gebet.
3. Überlege allein oder mit einem Helfer, wie du zu einem gemeinschaftsfähigeren Umgang kommst.



Erika und Andreas Roth, geb. 1948 bzw. 1945, sind verheiratet und haben drei erwachsene Kinder. Sie leiten die Lebensgemeinschaft und die Ehe- und Familienarbeit des Würnersberger Ankers und sind aktiv in der Ausbildung von Ehesozialarbeiterinnen.

Weitere Exemplare dieses Ankertextes können Sie gerne bei uns anfordern. Zur Deckung der Druckkosten und des Portos bitten wir um ein Opfer. Auch eine Reihe anderer Ankertexte können noch bestellt werden.

WÖRNERBERGER ANKER

Christliches Lebenszentrum für junge Menschen e. V., Hauptstr. 32, 72299 Würnersberg (Kreis FDS), Tel.: 07453/9495-0, Fax: 07453/9495-15, E-Mail: info@ankernetz.de, Internet: www.ankernetz.de, Bankverbindung: Voba Nordschwarzwald, Ktnr.: 61 932 000, BLZ 642 618 53