

- Als Kind hatte ich ein Zimmer auf dem Dachboden. Gerade wenn ich abends ins Zimmer gehen wollte, war mir das immer ziemlich unheimlich. Da standen so viele alte Sachen, überall waren Spinnweben drauf, Geräusche ließen mich aufschrecken, überall knackte es, der Wind pfiff in den rohen Dachziegeln, Fenster klapperten. Auf dem Dachboden standen Kisten, Truhen, Kartons herum, Schränke mit blinden Glasscheiben, alles überzogen mit einer dicken Staubschicht.
- Ich fragte mich oft, was da wohl so alles in den Schränken, Kisten, Truhen und Kartons drin sein mochte? Da war immer so ein gemischtes Gefühl aus Neugier und gleichzeitig Furcht. Wirklich hinein zu schauen traute ich mich eher selten.
- Manche von uns leben schon länger in Wohnungen, Häusern. Da gibt es so manche Ecken, Dachböden und Keller, in die wir Dinge verstauen, die wir länger nicht brauchen, die wir aber auch nicht wegschmeißen mögen, weil sie mit Erinnerungen behaftet sind. Es sind ambivalente Erinnerungen, die sich mit diesen Dingen verknüpfen: Positive Symbole für tolle Erfahrungen (Liebesbriefe, Pokale, Reiseführer, etc.), aber auch solche für schmerzhaft Erfahrungen wie Abschied, Verlust, Niederlagen oder einfach der Erfahrung von

Vergangenheit (also Dinge, die waren und nicht mehr sind; Entscheidungen, die getroffen und nicht mehr rückgängig zu machen sind).

- Es gibt auch in unserem *Lebenshaus* solche Ecken, Dachböden, Keller, in denen vieles abgeladen ist von dem, was uns in unserem Leben begegnet ist. Es liegt da, weil wir es im Alltag nicht gebrauchen können, bzw. zum Teil schon integriert haben. Manches könnten wir eigentlich wegschmeißen, aber wir tun es nicht. Manches haben wir auf den Dachboden unserer Seele verbannt, damit es uns nicht mehr dazwischen funkt, nicht mehr berührt.
- Auf dem Dachboden unserer Seele finden sich eher die schwierigeren, schmerzhaften Erfahrungen unseres Lebens. Der Schrein mit den positiven Erfahrungen und Erfolgen, den haben wir eher im inneren Wohnzimmer, wo wir seinen Inhalt öfter ansehen und ihn gut pflegen und abstauben können.
- Meistens glauben wir, dass wir die schmerzhaften Erfahrungen und Erinnerungen auf dem Dachboden gut weggepackt haben. Und manchmal geht das auch jahrelang gut. Aber dann merken wir, wie es uns plötzlich wieder einholt. Das ist wie begrabener Sondermüll, der immer wieder den Boden verseucht.

- Schauen wir noch genauer hin, was da eigentlich so auf dem Dachboden unserer Seele zu finden ist:
- a) Da sind zunächst ein paar Kartons mit traurigen Erfahrungen.
 - › Der Tag, an dem wir im entscheidenden Spiel der Schulmannschaft den Elfer vergeigt haben,
 - › der Abend, als der Geliebte sagte, es sei aus,
 - › der Morgen, als die Katze überfahren wurde,
 - › die Momente, wo ich nicht den Mut hatte, die richtige Entscheidung zu treffen und zu zupacken,
 - › das Scheitern an dem, was ich mir so schön vorgestellt hatte,
 - › usw.

Aus diesen Kartons holen wir dann und wann einmal einzelne Erinnerungen heraus und schauen sie uns mit mehr oder weniger Melancholie an (je nachdem, wie wir gerade drauf sind).

- b) Auf dem Dachboden unserer Seele steht dann aber auch eine Mülltonne. Hier hinein kommt der Müll, den wir in unserem Leben produzieren:
 - › Die Lügen, die wir auftischen, um uns selbst besser darzustellen,

- › Das feige Schweigen, als wir etwas hätten Sagen müssen,
- › Die aggressiven und verletzenden Antworten, die wir gaben,
- › Den Verrat an einer Freundin, die sich auf uns verlassen hatte,
- › Die Scheinheiligkeit, die wir so schön vor anderen produzieren können,
- › usw.

In diese seelische Mülltonne werfen wir nur immer mehr Dinge hinein. Aus ihr holen wir nichts mehr heraus. Es sammelt sich darin, beginnt zu gären, geht neue Verbindungen ein und wird immer giftiger.

- c) Ganz hinten in der Ecke unseres seelischen Dachbodens steht eine schwere Truhe. Wenn wir sie öffnen würden, so ahnen wir, käme uns nur eine schwarze Leere entgegen. Wir könnten nichts erkennen. Trotzdem spüren wir: Diese Truhe ist nicht leer. Es ist etwas in ihr, aber wir können es nicht fassen. Wir spüren aber, dass es mit uns zu tun hat. Es sind Erfahrungen, die uns ganz tief geprägt haben, die wir aber nicht wirklich angehen können. Denn diese Erfahrungen sind nicht greifbar, nicht darstellbar, nicht zu beschreiben.

- Diese Truhe macht uns Angst und wir lassen sie in der hintersten Ecke stehen. Immer, wenn wir auf unserem inneren Dachboden zu tun haben, vermeiden wir es, ihr auch nur zu nahe zu kommen und übersehen sie möglichst.
- Im Großen und Ganzen sind das die Dinge, die sich bei jeder und jedem von uns auf dem inneren Dachboden oder Keller finden:
 - › Kartons mit schmerzhaften Erinnerungen an Niederlagen, Enttäuschungen, Abschiede.
 - › Eine Mülltonne mit dem von uns produzierten Müll.
 - › Eine Truhe mit dem Unbegreifbaren, die uns Angst macht.
- Hier aufzuräumen kommt uns nicht so gern in den Sinn. Das verschieben wir lieber zu Gunsten anderer Dinge. Auch wenn wir spüren, dass das hilfreich und notwendig sein könnte, gehen wir da nicht gerne ran.
- Als der Stein von Jesu Grab gewälzt wurde, veränderte sich die Welt völlig! Die Kraft, die Jesus aus dem Tod heraus rief und ihm neues, ewiges Leben gab, kann auch unser Leben völlig verändern.
- Wer länger mit Jesus unterwegs ist, den wird er irgendwann einladen – manchmal auch auffordern – mit ihm zusammen

auch auf den inneren Dachboden zu steigen oder in den Keller zu gehen.

- Wir würden Jesus lieber im Wohnzimmer lassen, aber er klopft immer mal wieder an die Dachbodentür – und er hat da einen langen Atem. Gleichzeitig geht er sehr behutsam vor: Er lässt sich Zeit und weiß genau, wann er was aus welcher Kiste holt.
- Liebevoll betrachtet er mit uns Stück für Stück und sucht mit uns zusammen Möglichkeiten, damit umzugehen oder es auch zu verändern. Bei nicht wenigen Dingen, die so zutage kommen, braucht es einen Prozess mehrerer Durchgänge.
- Wie geht Jesus dabei mit den Dingen um, die er auf unserem inneren Dachboden findet:
 - a) Wenn er eine unserer Kisten mit den schmerzhaften Erinnerungen an Niederlagen, Enttäuschungen, Abschiede, usw. öffnet und dort etwas heraus holt, dann werden wir zuerst erleben, wie Jesus mit uns darum trauert. Wir spüren, dass er uns genau versteht, nachfühlen kann, warum gerade diese Erfahrungen uns geschmerzt und verletzt haben. Indem wir sie mit ihm zusammen bedenken, können wir aber auch eine neue Perspektive auf diese Erfahrungen entwickeln, neu Sichten entdecken und so aus ihnen lernen. Wir können annehmen, dass diese Erfahrungen zu uns gehören und es trotzdem – und manchmal sogar *gerade* –

eine Zukunft gibt. So können wir uns selbst ein Stück mehr annehmen und lieben.

- b) Jesus ist sich nicht zu schade, auch in unsere seelische Mülltonne hinein zu greifen und daraus etwas hervor zu holen. Er nimmt das sehr ernst, was er dort findet und zeigt uns, wie giftig das für uns und andere ist. Das ist kein besonders angenehmer Vorgang, aber er ist ungemein heilsam. Jesus macht uns deutlich, was Vergebung meint, wie umfassend sie ist und welche Konsequenzen sie hat. Indem er seine Vergebung ausspricht, wird sie Wirklichkeit. Und so entsorgt Jesus unseren Müll endgültig.
- c) Sehr behutsam geht Jesus vor, wenn er mit uns zusammen die Truhe ganz in der Ecke des inneren Dachbodens öffnet. Am Besten ist es dabei, ihm das Tempo zu überlassen. Denn was da hervor kommt, ist meistens sehr heftig. Es sind tiefe Verletzungen wie Verlassenheitserfahrungen, verweigerte Liebe, Missbrauch, etc.
- Ein Beispiel, wie Jesus vorgeht: ... (*persönliches Beispiel*)
- Das ist eine Möglichkeit, wie Jesus vorgeht, wenn er sich daran macht, die großen Steine aus unserem Leben weg zu rollen. Es ist immer ein sehr individuelles Vorgehen, das zu

jeder und jedem passt. Wir haben gehört, wie Jesus mit Petrus spricht und mit ihm die Verleugnung aufarbeitet. Das Zentrum ist die Frage: „Hast du mich lieb?“ mit der Jesus die Beziehung zu ihm heilt, was die Grundlage aller Heilungsprozesse ist. Denn nur in der Liebesbeziehung zu Jesus und dem Vertrauen auf ihn, das daraus wächst, ist dieser heilsame Prozess möglich.

- Jesus wird auch ganz individuelle Wege finden, mit Dir das Aufräumen auf dem inneren Dachboden anzugehen.
- Bei all dem, besonders aber bei den Dingen aus der Truhe, sollte man nicht allein bleiben. Das ist viel zu wichtig und oft auch zu heftig. Für vieles von dem, was hoch kommt und deutlich wird, braucht es die Unterstützung einer Fachfrau, eines Fachmanns.
- Wir machen einen Fehler, wenn wir zwar beim Computer, beim Hausbau, bei Erkrankungen, usw. zu Spezialisten gehen, aber nicht bei diesen noch viel wesentlicheren und komplizierteren Dingen.
- Jesus nimmt uns hier sehr ernst – wir dürfen es auch tun.
- Rolling stones – Rollende Steine. Die Kraft der Auferstehung, Gott selbst macht es möglich. Auch für Dich!
- Amen.

Jens Peter Erichsen