



Rundbrief Division Ost – Juni 2022

Sünde und Süchte überwinden – und Panikattacken

Die Feministin Alice Schwarzer veröffentlicht in ihrer Zeitschrift "Emma" einen "Offenen Brief" an Olaf Scholz, in dem vor deutschen Waffenlieferungen an die Ukraine gewarnt wird – aus Angst vor russischen Atombomben. ([29.04.2022](#))

Dieser Aufruf empört den deutschen Musiker Wolfgang Müller. Er warnt davor, sich durch Angst erpressbar zu machen, und erweist sich in einem NZZ-Interview als Angst-Experte. Der Sänger leidet seit Jahrzehnten unter einer "Angststörung" und ist mit "Panikattacken" bestens vertraut. Er weiss aus eigener Erfahrung: "Die Angst lähmt und blockiert." Der NZZ-Journalist fragt ihn darauf: "Wie kommt man da heraus?" Wolfgang Müller antwortet: "... grundsätzlich muss man sich erst einmal klarwerden, dass man gerade von Angst **gesteuert** wird. Und dann die Angst von sich **entkoppeln**. Bei einer Panikattacke versuche ich mir klarzumachen: Mein Körper hat Angst, nicht ich." ([NZZ, 7.05.2022, Seite 47](#))

Mit diesem Rat betritt Wolfgang Müller (wohl unbewusst) biblisches Terrain. Das sind tatsächlich erste Schritte, um selbstzerstörerische Mächte zu besiegen. So beginnt auch die Überwindung der Sünde, die sich in Süchten manifestiert.

Der biblische Begriff "Sünde" bezeichnet sowohl *Taten*, die unseren Mitmenschen (und uns selbst) schaden, wie auch die zerstörerische *Macht*, die uns zu solchen destruktiven Taten treibt.

Der Römerbrief beschäftigt sich in den Kapiteln 7-8 mit dieser *Macht* und zeigt auf, wie wir sie überwinden können.

Der Weg zur Befreiung beginnt mit der Selbsterkenntnis, dass wir von einer zerstörerischen Macht **gesteuert** werden. *Römer 7,15: Ich verstehe selbst nicht, warum ich so handle, wie ich handle. Denn ich tue nicht das, was ich tun will; im Gegenteil, ich tue das, was ich verabscheue. (Neue Genfer Übersetzung)*

Der nächste Schritt besteht darin, dass wir uns von dieser zerstörerischen Macht **entkoppeln**, indem wir uns nicht mehr mit ihr identifizieren.

Römer 7,17-20: ... Wenn ich aber das, was ich tue, gar nicht tun will, dann handle nicht mehr ich selbst, sondern die Sünde, die in mir wohnt.

Die weiteren Schritte werden von Wolfgang Müller leider nicht erwähnt. Jetzt geht es nämlich darum, uns an Gott zu wenden, um uns von dieser Macht, die stärker ist als wir, **erretten zu lassen**. *Römer 7,24-25a: Ich unglückseliger Mensch! Mein ganzes Dasein ist dem Tod verfallen. Wird mich denn niemand aus diesem elenden Zustand befreien? Doch! Und dafür danke ich Gott durch Jesus Christus, unseren Herrn.*

Der letzte Schritt führt zu einem lebenslangen Lernen. Wir sollen uns durch Jesu Geist, der durch den Glauben in unseren Herzen wohnt, **leiten und bestimmen lassen**.

Römer 8,13-14: Wenn ihr euer Leben von eurer eigenen Natur bestimmen lasst, müsst ihr sterben. Doch wenn ihr in der Kraft von Gottes Geist die alten Verhaltensweisen tötet, werdet ihr leben. Alle, die sich von Gottes Geist leiten lassen, sind seine Söhne und Töchter.

Fassen wir die vier Punkte zusammen: Um von der zerstörerischen Macht der Sünde und Süchte frei zu werden, gibt es (mindestens) vier wichtige Schritte:

1. Erkenne, dass du von einer Macht gesteuert wirst, die stärker ist als du!
2. Entkopple deine Persönlichkeit von dieser zerstörerischen Macht. Sie ist *nicht* Teil deiner gott-geschenkten Identität!
3. Rufe in deiner "Verlorenheit" zu Gott, der dich durch den Herrn und Hirten, Jesus Christus, rettet!
4. Lass dich fortan von Jesu Geist leiten und führen!

Wolfgang Müller erwähnt im NZZ-Interview nur die ersten zwei Schritte. Ich finde aber bereits diese Schritte bemerkenswert, zumal der Musiker aus eigener Erfahrung spricht. Offensichtlich haben sie ihm geholfen, Panikattacken zu überwinden. Wenn wir die weiteren biblischen Schritte 3 + 4 hinzufügen, dürfen wir ernsthaft erwarten, dass wir das zerstörerische Böse – zumindest in unserem Herz und Leben – durch Gottes Geist besiegen werden!

Mit erwartungsfrohen Grüssen
Markus Brunner

Juni 2022 – die DC's unterwegs

4. – 6.			Pfingstweekend Heilsarmee Wädenswil
So.	5.	10:00	Eva: Abschiedsgottesdienst, Heilsarmee Schaffhausen
Fr	10.	14:30	Gelübde-Gottesdienst der neuen Heilsarmeeoffiziere, Bern
11. – 12.			Heilsarmee Kongress "Out of the Box", Thun Expo, Kasernenstrasse 35, Thun
So	26.	9:30	Eva: Abschiedsgottesdienst, Heilsarmee Rheineck
		10:00	Markus: Abschiedsgottesdienst, Heilsarmee Aargau-Ost

Abschiede

Seit Eva und ich die *Division Ost* leiten, hatten wir noch nie so viele Abschiede wie im Juni 2022:

Wir verabschieden Cinzia und Sammy Walzer von der Heilsarmee Schaffhausen. Sie ziehen nach Italien, um in der dortigen Heilsarmee als Generalsekretärin und Programmverantwortlicher zu arbeiten.

Wir verabschieden Ruedi Odermatt von der Heilsarmee Rheineck.

Wir verabschieden Dora Kunz und Regina Wittwer von der Heilsarmee Aargau-Ost.

Ausser Cinzia und Sammy Walzer bleiben alle Heilsarmeeoffiziere in der Division Ost. Ihre Willkommensversammlungen werden wir im nächsten Rundbrief bekanntgeben.

Eine besondere Situation haben wir in der Heilsarmee Winterthur. Stephan Knecht bleibt im Korps Winterthur, wird als neuer HR-Abteilungsleiter (früher: Personalabteilung) aber künftig im Hauptquartier Bern arbeiten. Seine Frau, Regula Knecht, wird ab dem 1. Juni 2022 das Korps als alleinige Standortleiterin leiten. Am Sonntag, 29. Mai, werden wir beide für ihre neuen Verantwortungen segnen.

Jeder Abschied ist für die betroffenen Heilsarmeeoffiziere und Korps eine Herausforderung. Abschiede erinnern uns aber auch daran, dass Veränderungen zum Leben gehören – und immer auch Chancen sind. Wir schauen deshalb zuversichtlich in die Zukunft und vertrauen darauf, dass Gott gute Gedanken über unseren Leben und Heilsarmeekorps hat!
(Markus Brunner)



Out of the Box

Die Anmeldefrist für die Heilsarmee-Konferenz "Out of the Box" wurde verlängert.

Anmeldungsformular, Programm und weitere Infos sind auf folgender Homepage zu finden: heilsarmee.ch/outofthebox

Rundbriefe downloaden

Rundbriefe der Heilsarmee DHQ-Ost können im Internet heruntergeladen werden, am einfachsten unter folgender Adresse:

www.heilsarmee.online