

Mitleid mit deiner Not...

Kommt dir dein Leben hoffnungslos vor? Kämpfst du mit Selbstmordgedanken? Hast du vielleicht die Lüge akzeptiert, dass „ein selbst verursachter Tod besser ist, als ein von Gott geschenktes Leben“? Gott hat Mitleid mit dir. Seine Wahrheit kann dich von jeder Lüge befreien.

JOHANNES 8,32

(Jesus sagt:) ... ihr werdet die Wahrheit erkennen, und die Wahrheit wird euch frei machen.

Falsches und richtiges Verhalten für Angehörige und Freunde¹

Antworte auf Selbstmorddrohungen nicht mit den Worten: „Hör auf mit dem Quatsch!“

- Sei stattdessen bereit, aufmerksam zuzuhören: „Ich möchte wissen, was wirklich in dir vorgeht.“

Versprich nicht: „Ich werde niemandem davon erzählen.“

- Stattdessen sage: „Weil du mir am Herzen liegst, kann ich nicht versprechen, diese Angelegenheit geheimzuhalten. Ich liebe dich einfach zu sehr.“

Unterlasse es, jemand anderem die Schuld in die Schuhe zu schieben: „Er ist daran schuld, dass du dich so fühlst.“

- Stattdessen halte dir vor Augen, dass Gott weiß, was vorgefallen ist, und dass jeder von uns für sein eigenes Verhalten verantwortlich ist. Reagieren wir verantwortungsvoll - oder verantwortungslos?

Biete keine Sofortlösungen an: „Lass die Vergangenheit einfach hinter dir.“

- Sorge stattdessen dafür, dass der Betroffene so bald wie möglich medizinisch untersucht werden kann.

Vermeide theologische Debatten.²

- Bete stattdessen um Weisheit für alle Betroffenen und versichere dem Selbstmordgefährdeten: „Gott wird dich nicht verlassen bzw. im Stich lassen.“

SPRÜCHE 12,18

Da ist ein Schwätzer, ‹dessen Worte sind› Schwertstiche; aber die Zunge der Weisen ist Heilung.

Sieben biblische Gründe gegen Selbstmord³

- Nr. 1: Selbstmord bedeutet die Ablehnung des Angebotes Gottes, uns inneren Frieden zu geben.⁴ (Philipper 4,6-7)
- Nr. 2: Selbstmord ist die Weigerung, Gottes Allmacht über die Dauer unseres Lebens anzuerkennen. (Psalm 139,13.16)
- Nr. 3: Selbstmord ist eine Auflehnung gegen die Herrschaft Gottes über unser Leben. (1. Korinther 6,19)
- Nr. 4: Selbstmord bricht das Gebot Gottes, keinen Mord zu begehen. (5. Mose 5,17)
- Nr. 5: Selbstmord missachtet Gottes Fähigkeit, unsere Verletzungen zu heilen. (Jeremia 17,14)
- Nr. 6: Selbstmord vereitelt den Plan Gottes, uns Hoffnung zu geben.⁵ (Jeremia 29,11)
- Nr. 7: Selbstmord ignoriert die Kraft Gottes in dir, die dich befähigt, ein Leben zu führen, das Gott gefällt. (2. Petrus 1,3-4)

Schlüsselvers zum Auswendiglernen

PSALM 62,6-7

Nur auf Gott vertraue still meine Seele, denn von ihm kommt meine Hoffnung. Nur er ist mein Fels und meine Hilfe, meine Festung; ich werde nicht wanken.

Schlüsselstelle für das wiederholte Lesen

KLAGELIEDER 3,19-24

Trost für die Hinterbliebenen

Die emotionalen Nachwirkungen eines Selbstmordes sind schlimmer als man sich vorstellen kann. Bei dem Gedanken, dass sich jemand in unserem Umfeld das Leben nehmen könnte, haben die meisten von uns die Angst, dass wir nicht in der Lage wären, der Realität einer solchen Tragödie in die Augen zu sehen.

Eine Trauer wie keine andere⁶

- SCHOCK - „Das gibt es nicht! Ich habe sie erst vor ein paar Stunden gesehen!“
- ABLEHNUNG - „Er dachte wahrscheinlich, es ist besser, zu sterben, als mit mir zu leben.“

³ Rus Walton, Biblical Solutions to Contemporary Problems (Bentwood, Tenn.: Wolgemuth & Hyatt, 1988), 305-7.

⁴ Blocher, Suicide, 14-5; John Stevens, Suicide: An Illicit Lover (Denver, Colo.: Heritage House, 1976), 41-4.

⁵ Blocher, Suicide, 20.

⁶ Blackburn, What You Should Know About Suicide, 100-14; Hewett, After Suicide, 32-3, 34-47; Christopher Lukas und Henry M. Seiden, Silent Grief: Living in the Wake of Suicide (New York: Bantam, 1990), 30-40.

- SCHULD - „Ich hätte etwas unternehmen sollen, um das zu verhindern.“
- ZORN - „Wie konnte sie mir das nur antun?“
- SCHAM - „Was werde ich den anderen sagen?“
- ANGST - „Hat unsere Familie vielleicht irgendein Problem?“
- TRAUER - „Ich träume davon, ihn wiederzusehen.“

Sei ein Freund wie kein anderer⁷

- SEI EHRlich: Gib deinen Gefühlen der Trauer und Verwirrung Ausdruck. Verstecke dich nicht vor den Tatsachen und schrecke nicht davor zurück, das Wort „Selbstmord“ zu verwenden.
- STEHE ZUR VERFÜGUNG :Sei bereit, einfach „da“ zu sein. Deine Gegenwart genügt!
- HÖRE ZU: Höre den Hinterbliebenen zu und ermutige sie, ihren Gefühlen Ausdruck zu geben.⁸
- AKZEPTIERE SIE: Akzeptiere jeden Gefühlsausdruck, egal wie Anstoß erregend er sein mag.
- VERURTEILE NICHT: Vermeide es, ein Urteil über den Selbstmord bzw. den Selbstmörder abzugeben und ermutige die Hinterbliebenen, auf die Barmherzigkeit Gottes zu vertrauen.
- SEI VERGEBUNGSBEREIT: Zeige den Hinterbliebenen deine Offenheit und Vergebungsbereitschaft. Wahrscheinlich haben sie es notwendig, ihre Schuld zu bekennen und Gottes Vergebung in Anspruch zu nehmen, vor allem wenn sie sich schuldig fühlen.
- LASS DICH VOM GEIST LEITEN: Sei offen für die Führung des Heiligen Geistes und vertraue ihm, dass er dir die richtigen Worte geben wird.
- BETE: Biete den Hinterbliebenen an, für sie zu beten, wenn sie dafür offen sind. Bete für die gesamte Familie während deiner persönlichen Gebetszeit.

PSALM 34,19

Nahe ist der HERR denen, die zerbrochenen Herzens sind, und die zerschlagenen Geistes sind, rettet er.

Den Hoffnungslosen Hoffnung vermitteln

Konfrontiere den Betroffenen. (Sprüche 20,5)

- Nimm jedes Gerede von Tod oder Selbstmord ernst.
- Frage den Betroffenen: „Denkst du daran, Selbstmord zu begehen?“
- Gib deiner Sorge Ausdruck.

Zeige andere Möglichkeiten auf. (1. Korinther 10,13)

- Versichere dem Betroffenen, dass du verstehst, dass das Leben hart ist.
- Weise ihn darauf hin, dass wir im Leben öfters zwischen verschiedenen unangenehmen Dingen wählen müssen.

⁷ Hewett, After Suicide, 61-3.

⁸ Lukas und Seiden, Silent Grief, 145-52.

¹ Strom, Helping Women in Crisis, 120-2.

² Blackburn, What You Should Know About Suicide, 90.

- Schreibe mögliche Problemlösungen auf.

Schließe einen „Vertrag“ ab.⁹ (Galater 6,2)

- Baue zu dem Selbstmordgefährdeten eine Beziehung auf, indem du ihm durch dein Verhalten beweist, dass er dir am Herzen liegt und du ihm helfen möchtest.
- Frage ihn, ob er bereit wäre, einen „Vertrag“ mit dir abzuschließen: „Wärest du bereit, mir zu versprechen, dass du mich anrufst, wenn du die Absicht hast, dir Schaden zuzufügen?“
- Lass ihn den Vertrag unterschreiben.

Nimm qualifizierte Hilfe in Anspruch.¹⁰ (Sprüche 15,22)

- Verweise den Gefährdeten an einen ausgebildeten Lebensberater oder Therapeuten.
- Rufe einen Seelsorger an.

Welche „Märchen“ werden über Selbstmord erzählt?¹¹

„Märchen“: „Wer damit droht, Selbstmord zu begehen, wird sich sicher nicht umbringen.“¹²

Tatsache: Jede Selbstmorddrohung muss ernst genommen werden. 80% der Selbstmordopfer haben ihre Tat im Vorhinein angekündigt.

SPRÜCHE 18,15

Das Herz des Verständigen erwirbt Erkenntnis, und das Ohr der Weisen sucht Erkenntnis.

„Märchen“: „Vermeide es, mit depressiven Menschen über Selbstmord zu sprechen. Du könntest sie auf falsche Ideen bringen.“¹³

Tatsache: Wir können davon ausgehen, dass depressive Menschen bereits daran gedacht haben, sich ihr eigenes Leben zu nehmen. Für einen Menschen, der Selbstmordgedanken hat, kann ein offenes Gespräch eine vorbeugende Wirkung haben.

SPRÜCHE 16,21

Wer weisen Herzens ist, wird ein Verständiger genannt; und Anmut der Sprache fördert das Lehren.

„Märchen“: „Christen, die es mit der Nachfolge Jesu wirklich ernst meinen, werden nie Selbstmord begehen.“¹⁴

⁹ Blackburn, What You Should Know About Suicide, 82, 87-8, 96-9.

¹⁰ Blackburn, What You Should Know About Suicide, 90-6.

¹¹ Bill Blackburn, What You Should Know About Suicide (Waco, Tex.: Word, 1982), 44-7.

¹² Hewett, After Suicide, 23; Paul D. Meier, Frank B. Minirth, und Frank B. Wichern, Introduction to Psychology and Counseling: Christian Perspectives and Applications (Grand Rapids: Baker, 1982), 259; White, The Masks of Melancholy, 164.

¹³ Hewett, After Suicide, 27.

¹⁴ White, The Masks of Melancholy, 167; Wright, Crisis Counseling, 101.

Tatsache: Eine Stresssituation, die von Gefühlen der Hoffnungslosigkeit begleitet wird, kann den Glauben eines Menschen erschüttern. Auch der geistlichste Christ kann wie der Prophet Jeremia von Verzweiflung und Selbstmordgedanken geplagt werden. Als sich Jeremia in akuter Lebensgefahr befand, klagte er:

JEREMIA 20,14.18

Verflucht sei der Tag, an dem ich geboren wurde; der Tag, an dem meine Mutter mich gebar, sei nicht gesegnet! Wozu nur bin ich aus dem Mutterleib hervorgekommen? Um Mühsal und Kummer zu sehen? Und dass meine Tage in Schande vergehen? -

Weitere Themen

- Ablehnung – Heilung für ein verwundetes Herz
- Depressionen – Die Finsternis der Verzweiflung überwinden
- Euthanasie – Der Mythos der sogenannten barmherzigen Tötung
- Hoffnung – Der Anker unserer Seele
- Schuldgefühle – Mit reinem Gewissen leben

Kontaktadresse

Precept Ministries International e. V.

Am Neuen Weg 3

D – 82041 Oberhaching

Deutschland

Telefon: +49 (0) 89 63 89 92 27

E-Mail: info@precept-ministries.de

Internet: www.hopefortheheart.de

www.precept-ministries.de

Österreich

Telefon: +43 (0) 664 / 555 14 33

Die Bibelstellen sind der Bibel nach der Revidierten Elberfelder Übersetzung, Copyright © 1985 R. BROCKHAUS VERLAG, Wuppertal und Zürich entnommen (Abdruckgenehmigung Nr. 10.117).

Copyright © 2008 HOPE FOR THE HEART

SCHLÜSSEL ZUR BIBLISCHEN SEELSORGE

„Das Gesetz des HERRN ist vollkommen und erquickt die Seele.“ (Psalm 19,8)



*Biblische Antworten zu fundamentalen Problemen
unseres Lebens*

*Selbstmordverhütung
Hoffnung vermitteln, wenn das Leben
hoffnungslos erscheint*

(Quick Reference Guide - das Wichtigste in Kürze)



HOPE
for the Heart

www.hopefortheheart.de