

Die Flucht des Kleinen Prinzen.  
Fluchtreflexe – und wie man sie überwindet

## INHALT

- Gefühle
- Flucht(reflexe) – wie wir sie überwinden können
- Wie der Glaube unsere natürlichen, neuronalen, emotionalen, intuitiven Fluchtreflexe beeinflusst

## INPUT 1 – Lebensweisheit und Lebenskunst

„Ich glaube, bei seiner Abreise war ihm eine Schar wilder Zugvögel behilflich. Am Morgen seines Aufbruchs machte er seinen Planeten gründlich sauber. Er fegte sorgfältig seine aktiven Vulkane. Er besaß *zwei aktive Vulkane*. Und das ist sehr praktisch, wenn man morgens sein Frühstück wärmen will. Er besaß auch *einen erloschenen Vulkan*. Aber: „Man weiß ja nie!“, wie er immer sagte. Also fegte er auch den erloschenen Vulkan. Wenn man Vulkane gut fegt, brennen sie sanft und regelmäßig, ohne auszubrechen. Vulkanausbrüche sind wie Kaminfeuer. Wir auf der Erde sind natürlich viel zu klein, um unsere Vulkane zu fegen. Deshalb bereiten sie uns auch so viel Ärger.“ – Seite 33 oben

## GEFÜHLE

- Wofür steht das *Symbol* der Vulkane bei ASE?<sup>1</sup>
- Bitte versuche eine kleine Deutung dieses Textes von Saint-Exupéry. Wie geht der kleine Prinz mit seinen Gefühlen um?
  - Was können wir von dem kleinen Prinzen für uns selbst lernen?
- Welche(s) *Grundgefühl(e)* beobachtest du in unserer Gesellschaft zurzeit?
  - Was sind die Auslöser?

## Einsam, allein, verlassen

- Wie gut bist du im *Alleinsein*?  
Bitte bedenke und kommentiere die folgende Aussage.  
„Im heutigen Strudel aus Karriere- und Familienplanung werden wir daran gehindert, ein gutes Verhältnis zum Alleinsein zu entwickeln. Dabei brauchen wir es unbedingt, um uns äußeren Erwartungshaltungen zu entziehen und uns mit uns selbst komplett zu fühlen“ (Sarah Diehl).
- In welchen Situationen hast du dich einsam und verlassen *gefühlt*? Oder *fühlst* du dich in der Gegenwart einsam und verlassen?
- Reinhard Mey, „Allein“<sup>2</sup>  
?? Wie geht der Sänger mit dem *Grundgefühl* (Refrain) um, das er (in den einzelnen Strophen)

---

<sup>1</sup> **Die Vulkane (Symbol)** | Die Vulkane auf dem Planeten des kleinen Prinzen kann man als weitere Symbole für seelische und geistige Kräfte und für die eigene Gefühlswelt ansehen. Es sind aber auch Symbole für innere Spannungen, für Aggressionen, für Stress und Gefühlsausbrüche. Damit sie eine positive, nutzbare Energiequelle entfalten, muss der kleine Prinz seine Vulkane diszipliniert pflegen. Dann brennen sie gleichmäßig wie ein Kaminfeuer. Der erloschene Vulkan steht für bereits verlorene bzw. erstarrte Kräfte, die aber wieder eine Belebung erfahren können. | <https://www.exuperysprinz.de/interpretation/symbole-und-ihre-bedeutung-symbolische-gegenstaende-und-handlungen/3/>

<sup>2</sup> <https://www.songtexte.com/songtext/reinhard-mey/allein-4bda07ce.html>

beschreibt?

?? Was beeindruckt dich bei diesem Song?

?? Wo findest du dich wieder?

?? Kann der Glaube an Jesus diese Wahrnehmung verändern? Wie?

ZITAT

Er drang mir in die Seele, weiß Gott, wie er mich traf,  
Der Spott der guten Kinder, ich war das schwarze Schaf.  
Im Pausenhof, die Tränen niederkämpfend, stand ich stumm,  
Der Inhalt meines Ranzens lag verstreut um mich herum.  
Wie wünscht' ich mir beim Aufsammeln eine helfende Hand,  
Ein Lächeln, einen Trost, und da war keiner, der sich fand.  
Ich hatte keinen Freund und schlechte Noten, ist ja wahr,  
Und unmoderne Kleider und widerspenst'ges Haar.

Allein,

Wir sind allein,

Wir kommen und wir gehen ganz allein.

Wir mögen noch so sehr geliebt, von Zuneigung umgeben sein:

Die Kreuzwege des Lebens geh'n wir immer ganz allein.

Allein,

Wir sind allein,

Wir kommen und wir gehen ganz allein.

?? Wann haben andere dich als „schwarzes Schaf“ hingestellt? Wie hat sich das angefühlt? Wie hast du reagiert?

?? In welcher Situation hast du eine „helfende Hand“ erlebt oder vermisst? Wie hast du die Situation bewältigt??? Gab es in deinem Leben schon „Kreuzweg“-Situationen, in denen du *allein* entscheiden musstest, in welche Richtung es weitergehen sollte? Wie hat sich das angefühlt?

?? In welchen „Kreuzweg“-Situationen hattest du Hilfe? Welche? Von Gott? Von Menschen?

Wir war'n uns alle einig in dem großen Saal,

Wir hatten große Pläne und ein großes Ideal.

Ich war der Frechste und der Lauteste und hatte Schneid,

Ich wußte: unsre Stärke war unsre Geschlossenheit.

Doch mancher, der von großer, gemeinsamer Sache sprach,

Ging dabei doch nur seiner kleinen eig'nen Sache nach.

Und als sich ein Held nach dem andern auf die Seite schlich,

Stand einer nur im Regen, und der eine, der war ich.

Allein,

Wir sind allein,

Wir kommen und wir gehen ganz allein.

Wir mögen noch so sehr geliebt, von Zuneigung umgeben sein:

Die Kreuzwege des Lebens geh'n wir immer ganz allein.

Allein,

Wir sind allein,

Wir kommen und wir gehen ganz allein.

?? Wann hast du das Zerbrechen einer scheinbar geschlossenen Gemeinschaft erlebt? Wie hast du das empfunden?  
?? Wann hast du es erlebt, dass du allein „im Regen“ gestanden hast? Wie hast du das bewältigt?

Und noch ein Glas Champagner, und sie drückten mir die Hand,  
Und alle waren freundlich zu mir, alle war'n charmant.  
Und mancher hat mir auf die Schulter geklopft, doch mir scheint,  
Es hat wohl mancher eher sich, als mich damit gemeint.  
Die Worte wurden lauter, und sie gaben keinen Sinn,  
Das Gedränge immer enger, und ich stand mittendrin  
Und fühlte mich gefangen, wie ein Insekt im Sand:  
Je mehr es krabbelt, desto weiter rückt der Kraterrand.

Allein,  
Wir sind allein,  
Wir kommen und wir gehen ganz allein.  
Wir mögen noch so sehr geliebt, von Zuneigung umgeben sein:  
Die Kreuzwege des Lebens geh'n wir immer ganz allein.  
Allein,  
Wir sind allein,  
Wir kommen und wir gehen ganz allein.

?? Wann hast du dich schon einmal allein gefühlt, obwohl lauter Menschen um dich waren?  
?? Kannst du den Gedanken des gefangen seins und des drohenden Absturzes nachvollziehen?  
Erinnerst du dich an eine entsprechende Situation in deinem Leben?

Nun, ein Teil meines Lebens liegt hinter mir im Licht,  
Von Liebe überflutet, gesäumt von Zuversicht.  
In Höhen und in Tiefen, auf manchem verschlung'nen Pfad  
Fand ich gute Gefährten und fand ich guten Rat.  
Doch je teurer der Gefährte, desto bitterer der Schluß,  
Daß ich den letzten Schritt des Wegs allein gehen muß.  
Wie sehr wir uns auch aneinander klammern, uns bleibt nur  
Die gleiche leere Bank auf einem kalten, leeren Flur.

Allein,  
Wir sind allein,  
Wir kommen und wir gehen ganz allein.  
Wir mögen noch so sehr geliebt, von Zuneigung umgeben sein:  
Die Kreuzwege des Lebens geh'n wir immer ganz allein.  
Allein,  
Wir sind allein,  
Wir kommen und wir gehen ganz allein.

?? An welche „gute Gefährten“ und ihren „guten Rat“ erinnerst du dich? Hast du ihnen schon einen Dankesbrief geschrieben?  
?? Der Verlust welches Menschen hat dich bisher am meisten getroffen? Oder: würde dich am

meisten treffen?

?? Welchen Menschen musst du (in Gottes Hände) loslassen, damit du die Trauer des Verlustes bewältigen kannst?

### Biblischer Kommentar und Rat Entscheidungssituationen und „Kreuzwege“

Seite | 4

1 Mose 16:1 Doch Sarai, die Frau Abrams, bekam keine Kinder. Sarai hatte jedoch eine ägyptische Sklavin namens Hagar.

2 Da sagte Sarai zu Abram: »Der HERR hat mir keine Kinder geschenkt. Schlaf du mit meiner Sklavin. Vielleicht kann ich durch sie Kinder haben.« Abram war einverstanden.

3 Sarai gab ihrem Mann ihre ägyptische Sklavin Hagar als Nebenfrau. Sie lebten damals schon zehn Jahre im Land Kanaan.

4 Abram schlief mit Hagar und sie wurde schwanger. Als Hagar bemerkte, dass sie schwanger war, verachtete sie ihre Herrin Sarai.

5 Da machte Sarai Abram einen Vorwurf: »Das ist alles deine Schuld! Jetzt, wo meine Sklavin schwanger ist, werde ich von ihr verachtet. Dabei habe ich sie dir doch zur Frau gegeben. Der HERR soll Richter sein zwischen dir und mir!«

6 Abram entgegnete ihr: »Sie ist deine Sklavin. Mach mit ihr, was du für angebracht hältst.« Doch als Sarai hart mit ihr umsprang, lief Hagar fort.

7 Der Engel des HERRN fand Hagar in der Wüste neben der Quelle am Weg nach Schur.

8 Er sprach zu ihr: »Hagar, Sklavin von Sarai, woher kommst du und wohin gehst du?« »Ich bin auf der Flucht vor meiner Herrin Sarai«, antwortete sie.

9 Da sprach der Engel des HERRN: »Kehr zu deiner Herrin zurück und ordne dich ihr unter.

10 Ich werde dir mehr Nachkommen geben, als du zählen kannst.

11 Du wirst einen Sohn bekommen. Nenne ihn Ismael<sup>3</sup>, denn der HERR hat deine Hilferufe gehört.

12 Dein Sohn wird ungezähmt sein wie ein wilder Esel! Er wird sich gegen alle stellen und alle werden gegen ihn sein. Ja, er wird mit allen seinen Brüdern im Streit leben.«

13 Da nannte Hagar den HERRN, der zu ihr gesprochen hatte, El-Roi<sup>4</sup>. Denn sie sagte: »Ich habe den gesehen, der mich sieht!«<sup>5</sup>

14 Die Quelle erhielt später den Namen Beer-Lachai-Roi<sup>6</sup>. Sie liegt zwischen Kadesch und Bered.

15 Hagar aber gebar Abram einen Sohn und Abram nannte ihn Ismael. (NLB)

- Wie kam Hagar in die Situation, dass sie sich allein und verlassen fühlte?
- Was lernen wir aus dieser Geschichte? Wie geht Gott mit denen um, die sich einsam, allein und verlassen fühlen?
- Was ist die Botschaft der Namen, die in diesem Abschnitt vorkommen (11.13.14)?
- Wann und wie hast du erlebt, dass Gott dir begegnet ist, als du dich verloren und verlassen gefühlt hast?

#Ausgestoßen sein | Perspektivlosigkeit | Alleinsein | Gottesbegegnung

><>

---

<sup>3</sup> Hebr. Gott hört | NLB Textnotiz

<sup>4</sup> Hebr. Gott des Sehens | NLB Textnotiz

<sup>5</sup> Jahreslosung 2023

<sup>6</sup> Hebr. Brunnen des Lebendigen, der mich sieht. | NLB Textnotiz

Sprüche 8:1 Hör zu, wenn die *Weisheit* ruft. Sei aufmerksam, wenn die *Einsicht* die Stimme erhebt!  
2 Sie steht auf den Hügeln und an den *Kreuzwegen*. (NLB)

- *Visualisiere* das Bild!
- Welche *Aufforderungen* werden uns hier gegeben? Wie kannst du sie praktisch umsetzen?
- Was ist dein *Verständnis* von Weisheit?
- Wie *entsteht* Einsicht? Welche *Folgen* hat sie?

#Weisheit | Einsicht | Entscheidungssituation

><>

Jeremia 6:16 This is what the Lord says: ‘Stand at the **crossroads** and look; ask for the ancient paths, ask where the good way is, and walk in it, and you will find rest for your souls. But you said, “We will not walk in it.” (NIV)

Jeremia 6:16 Und deshalb spricht der HERR auch: »*Bleibt stehen! Schaut euch um! Erkundigt euch* nach den Wegen, auf denen eure Vorfahren gegangen sind, und *prüft*, was der Weg ist, der mir gefällt! Auf dem *sollt ihr gehen*. Dann werdet ihr innerlich ruhig werden. Doch ihr entgegnet: ›Nein, auf diesem Weg wollen wir nicht gehen!‹ (NLB)

- Wozu werden wir in kritischen Entscheidungssituationen aufgefordert?
- Von wem sollen wir lernen? Von welchen Zeugen Gottes hast du gelernt?<sup>7</sup>
- Welchen Nutzen verspricht uns Gott, wenn wir auf ihn hören?
- Wie ist die normale Reaktion von Menschen auf dieses Angebot?

#Entscheidungssituation | Gott suchen | Glauben | Frieden

><>

### BREAKOUT Session 1 – Lebensweisheit und Lebenskunst

- Gehe die einzelnen Strophen von Reinhard Mey’s Lied „Allein“ durch.
  - Mach dir bewusst, mit welchen eigenen Erfahrungen du an den Text andocken kannst.
  - Welche Erfahrungen hast du schon überwunden?
  - Welche machen dir bis in die Gegenwart zu schaffen?
- Welchen *Stellenwert* haben *Gefühle* in *deinem* Leben?
  - Was passiert, wenn wir unsere Gefühle *missachten*?
  - Wann lässt du deinen Gefühlen *freien Lauf*?
  - *Kontrollierst* du deine Gefühle oder *kontrollieren* deine Gefühle dich?
  - Welche *Ergänzung* brauchen Gefühle, damit wir effektive Entscheidungen treffen können?<sup>8</sup>
- An welchen Stellen hat *Jesus* im Evangelium *Gefühle* gezeigt?<sup>9</sup>

*Warum ist diese Frage für uns als Christuskirche relevant?*

- Christuskirche sollen das Leben imitieren (nachahmen), das er in seinem realen Menschsein geführt hat.

<sup>7</sup> Biografien von Christen, biblische Zeugen

<sup>8</sup> Wenn Verstand und Gefühl zusammenspielen, sind sie ein unschlagbares Team für *intuitives Handeln*.

<sup>9</sup> Beispiele: Mt 9:36 | 15:32 | 26:37.38 | Lk 10:21.22 | 22:44 | Joh 11:33-36 | 1 Thess 1:7.10

- Auch Jesus hat den Willen Gottes über seine Gefühle gestellt (Gethsemane).
- Die im Evangelium beschriebenen Gefühle von Jesus spiegeln das Gefühlsleben eines vollkommenen Menschen aus der Sicht Gottes. Nachfolge ist die lebenslange Annäherung an das Denken und Fühlen unseres Herrn.
- „Christus lebt in mir“ (Gal 2:20 | Kol 1:26) bedeutet auch eine ständige Anpassung unserer Gefühle an das Gefühlsleben von Jesus.
- Auch damit „töten“ wir – auch wieder lebenslang – den alten Menschen, die noch in uns verbleibende Sünde mit ihren egoistischen Reaktionen und Gefühlen.

Bei jeder Stelle kannst du die folgenden Fragen im Hinterkopf haben.

- In welcher der folgenden Bibelstellen erkennst du ein *Fluchtverhalten* von Jesus?
- In welches *Verhalten* von Jesus münden die in den folgenden Bibelstellen beschriebenen Gefühle von Jesus?
- Welche *Herausforderung* ergibt sich daraus für uns Christen, in denen Jesus durch den Heiligen Geist Wohnung genommen hat (Galater 2:20)?

Matthäus 9:36 Und als er das Volk sah, *jammerte* es ihn; denn sie waren *geängstet* und zerstreut wie die Schafe, die keinen Hirten haben. (LU 2017)

- In welchem Zusammenhang steht diese Stelle (9:35-38)?
- Welchen Fokus hat Jesus in seiner Arbeit (9:35)?
- Welche Konsequenz hat das für unseren Umgang mit anderen Menschen?
- Welchen Begriff haben wir heute für das Gefühl, das Jesus empfand?<sup>10</sup>

Matthäus 9:36 Als er aber die Volksmengen sah, wurde er *innerlich bewegt* über sie, weil sie erschöpft und verschmachtet<sup>11</sup> waren wie Schafe, die keinen Hirten haben. (ELB)

- Welche Notlagen lösen bei dir eine innere Bewegung und Betroffenheit aus?

Matthäus 9:36 Als er die vielen Menschen sah, hatte er *Mitleid* mit ihnen, denn sie waren erschöpft und hilflos wie Schafe, die keinen Hirten haben. (HFA)

Matthäus 9:36 Als er die Scharen von Menschen sah, ergriff ihn *tiefes Mitgefühl*; denn sie waren erschöpft und hilflos wie Schafe, die keinen Hirten haben. (NGÜ)

- Wie können wir anderen gegenüber ausdrücken, dass wir „tiefes Mitgefühl“ mit ihnen haben?

Matthäus 9:36 Als er die vielen Menschen sah, hatte er *tiefes Mitleid* mit ihnen, denn sie hatten große Sorgen und wussten nicht, wen sie um Hilfe bitten konnten. Sie waren wie Schafe ohne Hirten. (NLB)

- Wie können wir ratlosen Menschen am besten helfen?

Matthäus 9:36 Als er die vielen Menschen sah, *taten sie ihm leid*, denn sie waren erschöpft und schutzlos, wie Schafe, die keinen Hirten haben. (ZÜB)

---

<sup>10</sup> Empathie |

<sup>11</sup> W. niedergeworfen, am Boden liegend

#Einfühlsamkeit | Mitgefühl | Empathie | Angst | Geborgenheit

><>

Matthäus 15:32 Und Jesus rief seine Jünger zu sich und sprach: Das Volk *jammert* mich; denn sie harren nun schon drei Tage bei mir aus und haben nichts zu essen; und ich will sie nicht hungrig gehen lassen, damit sie nicht verschmachten auf dem Wege. (LU 2017)

Seite | 7

- In welchem Zusammenhang steht diese Stelle (15:32-39)?
- Welchen Fokus hat Jesus in seiner Arbeit?
- Welche Auswirkung hat das Vorbild von Jesus für den Umgang der Gemeinde mit den körperlichen und materiellen Nöten der Menschen um uns herum?
- Du erledigst deinen Einkauf bei ALDI. Vor der Tür sitzt eine alte Frau mit einem Tuch auf der Erde (um Geld zu sammeln). Mit Zeichensprache bedeutet sie dir, dass sie etwas zu essen und etwas zum Trinken braucht. – Wie reagierst du?

Matthäus 15:32 Als Jesus aber seine Jünger herangerufen hatte, sprach er: Ich bin *innerlich bewegt* über die Volksmenge, denn schon drei Tage harren sie bei mir aus und haben nichts zu essen; und ich will sie nicht hungrig entlassen, damit sie nicht etwa auf dem Weg verschmachten. (HFA)

Matthäus 15:32 Danach rief Jesus seine Jünger zu sich und sagte: »*Die Leute tun mir leid*. Sie sind jetzt schon drei Tage bei mir und haben nichts mehr zu essen. Ich will sie nicht hungrig wegschicken, sie würden sonst vielleicht unterwegs zusammenbrechen.« (NLB)

#Identifizierung | Empathie | Hilfsbereitschaft | Proaktivität

><>

Matthäus 26:37 Und er nahm den Petrus und die zwei Söhne des Zebedäus mit und fing an, *betrübt* und *geängstigt* zu werden.

38 Dann spricht er zu ihnen: Meine Seele ist sehr *betrübt, bis zum Tod*. Bleibt hier und wacht mit mir! (ELB)

- In welchem Zusammenhang (Extremsituation) steht diese Stelle (Matthäus 26:36-46)?
- Was habe ich, was hast du zu dieser Situation beigetragen (1 Johannes 3:5)?
- Was bedeutet diese Erfahrung von Jesus für uns, wenn wir in emotionale Extremsituationen geraten (Hebräer 4:14-16)?
- Was hilft uns auf der zwischenmenschlichen Ebene in emotionalen Ausnahmesituationen am meisten?

Matthäus 26:37 Petrus und die beiden Söhne von Zebedäus – Jakobus und Johannes – nahm er mit. *Angst und tiefe Traurigkeit* überfielen Jesus,

38 und er sagte zu ihnen: »*Ich zerbreche beinahe unter der Last, die ich zu tragen habe*. Bleibt hier und wacht mit mir!« (HFA)

Matthäus 26:37 Und er nahm Petrus und die zwei Söhne des Zebedäus mit sich, und er wurde *immer trauriger und mutloser*.

38 Da sagt er zu ihnen: *Meine Seele ist zu Tode betrübt*, bleibt hier und wacht mit mir. (ZÜB)

#Angst | Traurigkeit | Zerbruch | Alleinsein | Ermutigung

><>

Lukas 10:21 In dieser Stunde *jubelte* Jesus im Geist und sprach: Ich *preise* dich, Vater, Herr des Himmels und der Erde, dass du dies vor Weisen und Verständigen verborgen hast und hast es Unmündigen offenbart. Ja, Vater, denn so war es wohlgefällig vor dir.

22 Alles ist mir übergeben von meinem Vater; und niemand erkennt, wer der Sohn ist, als nur der Vater, und wer der Vater ist, als nur der Sohn und wem der Sohn (ihn) offenbaren will. (ELB)

- Beachte den Zusammenhang „Die Freude der Jünger und die Freude Jesu“ (Lukas 10:17-24)! Was ist der Fokus der Jünger? Was ist der Fokus von Jesus?<sup>12</sup>
- Müssen wir im Glauben das Denken abschalten?
- Welchen Stellenwert haben im Licht dieses Wortes Bildung, Studium und Wissen?

#Freude | Erkenntnis | Offenbarung | Jesus als Offenbarer

Lukas 22:44 Der Kampf wurde so heftig, und Jesus betete mit solcher Anspannung, dass sein Schweiß wie Blut auf die Erde tropfte. (NGÜ)

44 Aber er war von Angst erfüllt und betete noch heftiger und kämpfte so sehr, dass sein Schweiß wie Blut auf die Erde tropfte. (NLB)

- Warum war der Gebetskampf für Jesus so schwer?
- Könnte es sein, dass der Versucher in dieser Situation Jesus noch einmal angriff? Wie?

#Angst | Panikattacke | Bedrohungsgefühle | Gebetskampf

><>

Johannes 11:33-36 Beim Anblick der weinenden Frau und der Juden, die sie begleiteten und mit ihr weinten, erfüllten ihn Zorn und Schmerz. Bis ins Innerste erschüttert,

34 fragte er: »Wo habt ihr ihn begraben?« Die Leute antworteten: »Herr, komm mit, wir zeigen es dir!«

35 Jesu Augen füllten sich mit Tränen.

36 »Seht, wie lieb er ihn gehabt hat!«, sagten die Juden. (NGÜ)

- Warum wurde Jesus zornig und warum empfand er Schmerz?

---

<sup>12</sup> 10:20 eure Namen im Himmel angeschrieben sind | Das Aufgeschriebensein durch Gottes erwählende Gnade im Lebensbuch des Lammes ist der Grund für eine viel größere Freude als etwa Erfolge in der Ausbreitung des Reiches. Zum Thema der himmlischen Aufzeichnung durch Gott siehe 2 Mose 32:31-33; Daniel 12:1; Philipper 4:3; Offenbarung 20:12.15; 21:27 (vgl. Psalm 87:4-6). | Textnotiz RSB Deutsch

10:21 den Unmündigen aber offenbart hast | Hier sind die Jünger die „Unmündigen“, denen der Vater gemäß seines gnädigen Willens die Geheimnisse seines Reiches offenbart hat (9:48; vgl. 1 Kor 1:26-31). | Textnotiz RSB Deutsch

10:22 Die Beziehung und das gegenseitige Wissen von Jesus und Gott dem Vater sind einzigartig. Nur der Vater kennt den Sohn vollkommen und befähigt andere, das wahre Wesen des Sohnes anzuerkennen (Mt 16:17). Nur der Sohn kann den Vater in Übereinstimmung mit seiner souveränen Gnadenwahl bekannt machen (Joh 14:6-11; 17:6). | RSB Deutsch Textnotiz



## INPUT 2 – FLUCHTREFLEXE und ihre Überwindung

### FLUCHT(REFLEXE)

- Aus „Südkurier“ von Antoine de Saint-Exupéry<sup>13</sup>. Die Geschichte des Piloten Bernis und seiner gescheiterten Beziehung zu seiner träumerischen Jugendliebe Genoveva. Bernis geht nach einer de-facto-Trennung bei einem Gang durch Paris in die Kathedrale Notre Dame. Er ist auf der Suche nach sich selbst und seiner Zukunft.

#### Zitat

Bernis sagte sich: Wenn ich eine Formel finde, die mich ausdrückt, mir widerspiegelt, wird sie für mich wahr sein.“ Dann aber fügte er lässig hinzu: „Und doch werde ich nicht daran glauben.“ Und plötzlich schien ihm, dass er hier wieder an einer *Kreuzung* angelangt war und dass sein *ganzes Leben* sich in *Fluchtversuchen* abgenutzt hatte. Nun erklangen die ersten Worte der Predigt, beunruhigend, wie ein Signal zur Abfahrt.<sup>14</sup>

- Welchen Eindruck von der *Gemütsverfassung* von Bernis hast du aufgrund der Beschreibung des Textes?
  - Welche *Gedanken* gehen ihm durch den Kopf – mit welcher Wirkung?
  - Bitte kommentiere das Bild von der *Kreuzung* und den *Fluchtversuchen*!<sup>15</sup> Kennst du Menschen, denen es ähnlich zu ergehen erscheint?
  - Kannst du dich – vielleicht aus einer gegenwärtigen oder vergangenen Lebensphase – mit der Situation des Piloten Bernis identifizieren? Möchtest du darüber sprechen?
- Michelangelo Buonarroti<sup>16</sup> stammt aus einer verarmten Florentiner Adelsfamilie. Später hat er trotz seiner Berühmtheit immer in einer einfachen Umgebung mit einfachem Lebensstil gelebt. Nach seinem Tod fand man unter seinem Bett eine Kiste mit 30 kg Goldstücken.
    - Was mag ihn motiviert haben, das Gold zu horten?
    - Erkennst du hier eine Art Fluchtreflex (wovor)?
    - Was macht chronische Armut in der Jugend aus *uns*, wenn wir erwachsen werden?
    - Welche Mangel Erfahrung hat *dich* nachhaltig geprägt? Zu welchem Verhalten?
  - In der Konfliktforschung werden vier grundsätzliche *Reaktionsweisen* angesichts einer persönlichen *Bedrohung* unterschieden.
    - Widerstehen und *kämpfen*
    - In den Dialog eintreten und *verhandeln*
    - Neutral bleiben und *sich totstellen*<sup>17</sup>
    - Ohne den Versuch des Widerstandes *fliehen*

---

<sup>13</sup> Antoine de Saint-Exupéry, Südkurier, in Romane, Briefe, Dokumente, Neue erweiterte Ausgabe; Karl Rauch-Verlag, 2015, S. 99

<sup>14</sup> Hervorhebungen (*kursiv*) durch Heinz-Martin Adler

<sup>15</sup> Heinz-Martin: Fluchterfahrung auf einer Englandreise ...

<sup>16</sup> <https://www.geo.de/magazine/geo-epoche-edition/1068-rtkl-portfolio-michelangelo-buonarroti>

<sup>17</sup> Die drei Affen: Nichts sehen, nichts hören, nichts sagen.

- Was ist der primäre Trigger (Auslöser), wenn es bei uns zu einem Fluchtverhalten<sup>18 19</sup> kommt? Welche Rolle spielen Gefühle, welche der Verstand?
- Wann ist es leichter, Widerstand zu leisten und zu kämpfen – bei Menschen, die uns nahestehen oder bei Menschen, die es nicht tun? Warum?
- Kannst du für *jede* der genannten Verhaltensweisen eine Situation aus *deinem* Leben nennen?
  - Warum hast du die jeweilige Reaktion gewählt?
  - Warst du nachträglich (un)zufrieden mit deiner Wahl? Warum?
- Ganz allgemein: In welcher Situation ist welches Verhalten angebracht?

### Fluchtreflexe – Versuch einer biblischen Einordnung

#### Wo taucht das Thema FLUCHT in der Bibel auf? Mit welchen Akzenten?

Und: Wie der Glaube unsere natürlichen, neuronalen, emotionalen, intuitiven Fluchtreflexe beeinflusst

Bitte beachte bei allen folgenden Bibelstelen den inhaltlichen *Zusammenhang*.

#### *Erlösung und Flucht*

1 Mose 19:26 Lots Frau aber schaute auf der **Flucht** zurück und erstarrte zu einer Salzsäule. (NLB)

- Welche Botschaft steckt in diesem Ereignis für uns heute?

2 Mose 12:11 Und so sollt ihr es essen: die Hüften gegürtet, die Schuhe an den Füßen und den Stab in der Hand; und ihr sollt es in **Eile** essen, ein Passa ist es für den HERRN. (ZÜB)

- Bitte versuche eine Deutung dieses Textes für die *originale* Fluchtsituation Israels aus Ägypten!
- ... und eine Deutung aus *neutestamentlicher* Sicht!

#Gericht Gottes | Rettung | (Un)Gehorsam | Erlösung | Aufbruch | Eile

><>

#### *Flucht in die Freiheit*

Jesaja 43:14 Ich, der HERR, euer Erlöser, der heilige Gott Israels, verspreche: Um euch zu befreien, werde ich ein großes Heer nach Babylonien schicken. Die Bewohner des Landes, die Chaldäer, werde

---

<sup>18</sup> **Fluchtverhalten**, instrumentalisiertes Verhalten des vor den Problemen Davonlaufens: Flucht in die Krankheit (**Krankheitsverhalten**), Flucht in die **Sucht**, Flucht in die Arbeit (**workaholics**).

| <https://www.spektrum.de/lexikon/psychologie/fluchtverhalten/5067>

<sup>19</sup> **Fluchtverhalten** s, *Fluchtreflex, Fluchtreaktion, E escape behaviour*, artspezifische Verhaltensweisen der Feind- bzw. Störungsvermeidung durch direkten Rückzug aus dem Gefahrenbereich. Bei Gefahr durch Annäherung eines Feindes oder Rivalen spielt bei der Auslösung des Fluchtverhaltens die Unterschreitung einer artspezifischen Fluchtdistanz eine entscheidende Rolle. Bei veränderten Außenbedingungen kann das Fluchtverhalten auch in Angriffsverhalten umschlagen und ist daher als eine bestimmte Verhaltenskomponente des **agonistischen Verhaltens** anzusehen (**Aggressivität**). Vielfach sind solche Verhaltensweisen von Reaktionen des **vegetativen Nervensystems** (erhöhter Herzschlag usw.) begleitet. Fluchtverhalten kann auch durch elektrische Reizung in bestimmten Bereichen des **Hirnstamms** ausgelöst werden. **Streß**.

| <https://www.spektrum.de/lexikon/neurowissenschaft/fluchtverhalten/4220>

ich als Flüchtlinge vertreiben. Ihre Prachtschiffe, auf die sie so stolz waren, besteigen sie dann in heillosen **Flucht**. (HFA)

Jesaja 48:20 Schnell, verlasst Babylonien, ihr Israeliten, **flieht** aus dem Land der Chaldäer! Singt und jubelt vor Freude! Die ganze Welt soll hören, was geschehen ist. Erzählt es überall: ›Der HERR hat Israel, das Volk, das ihm dient, befreit! (HFA)

- Welche Beispiele der Flucht in die Freiheit aus der Geschichte der letzten 100-200 Jahre fallen dir ein?<sup>20</sup>
- Wie sieht Gottes Eingreifen in die Geschichte Israels aus?
- Wie ist es mit Babylon weitergegangen?
- Makro-Perspektive (Das große Ganze)  
Welche Konsequenz hat dieses Handeln Gottes für unser Beten in der aktuellen Weltsituation?
- Mikro-Perspektive (Die persönliche kleine Welt)  
Wann und wie hast du Gottes befreiendes Handeln aus einer Situation erlebt, in der du dich „gefangen“ gefühlt hast?

#Geschichtliches Handeln Gottes | Befreiung | JETZT! | Erziehung | Freude | Zeugnis

><>

### BREAKOUT-Session 2 – FLUCHTREFLEXE überwinden

- In der Konfliktforschung werden vier grundsätzliche *Reaktionsweisen* angesichts einer persönlichen *Bedrohung* unterschieden.
  - Widerstehen und *kämpfen*
  - In den Dialog eintreten und *verhandeln*
  - Neutral bleiben und *sich totstellen*<sup>21</sup>
  - Ohne den Versuch des Widerstandes *fliehen*
- Was ist der primäre Trigger (Auslöser), wenn es bei uns zu einem Fluchtverhalten<sup>22 23</sup> kommt? Welche Rolle spielen Gefühle, welche der Verstand?

<sup>20</sup> | Josef Martin Bauer, „So weit die Füße tragen“ ist ein 1955 zum ersten Mal veröffentlichter Roman von Josef Martin Bauer (1901–1970) um einen deutschen Kriegsgefangenen, der nach dem Zweiten Weltkrieg 1949 aus einem ostsibirischen Gefangenenlager flieht und eine abenteuerliche Flucht nach Hause antritt. Der Roman war Vorlage eines gleichnamigen sechsteiligen Fernsehfilms von 1959, der zu einem der ersten Straßenfeger des deutschen Fernsehens wurde, eines Kino-Filmdramas (2001) und eines Hörspiels. Das Buch erzählt die Geschichte des deutschen Soldaten Clemens Forell, der 1945 in der Lubjanka in einem Massenprozess zu 25 Jahren Zwangsarbeit verurteilt wird. Forell ist einer von 3,5 Millionen deutschen Kriegsgefangenen in der Sowjetunion | [https://de.wikipedia.org/wiki/So\\_weit\\_die\\_F%C3%BC%C3%9Fe\\_tragen](https://de.wikipedia.org/wiki/So_weit_die_F%C3%BC%C3%9Fe_tragen) | Winter 1945: Hunderttausende flüchten über die Ostsee | Nach der Offensive der Roten Armee im Januar 1945 ist Ostpreußen abgeschnitten. Die Menschen können nur noch über die Ostsee fliehen. Eine einmalige Rettungsaktion beginnt. | <https://www.ndr.de/geschichte/chronologie/kriegsende/Flucht-aus-Ostpreussen-Letzter-Ausweg-ueber-die-Ostsee,flucht228.html>

<sup>21</sup> Die drei Affen: Nichts sehen, nichts hören, nichts sagen.

<sup>22</sup> Fluchtverhalten, instrumentalisiertes Verhalten des vor den Problemen Davonlaufens: Flucht in die Krankheit (Krankheitsverhalten), Flucht in die Sucht, Flucht in die Arbeit (workaholics). | <https://www.spektrum.de/lexikon/psychologie/fluchtverhalten/5067>

<sup>23</sup> Fluchtverhalten s, Fluchtreflex, Fluchtreaktion, E escape behaviour, artspezifische Verhaltensweisen der Feind- bzw. Störungsvermeidung durch direkten Rückzug aus dem Gefahrenbereich. Bei Gefahr durch Annäherung eines Feindes oder Rivalen spielt bei der Auslösung des Fluchtverhaltens die Unterschreitung einer

- Wann ist es leichter, Widerstand zu leisten und zu kämpfen – bei Menschen, die uns nahestehen oder bei Menschen, die es nicht tun? Warum?
- Kannst du für *jede* der genannten Verhaltensweisen eine Situation aus *deinem* Leben nennen?
  - Warum hast du die jeweilige Reaktion gewählt?
  - Warst du nachträglich (un)zufrieden mit deiner Wahl? Warum?
- Ganz allgemein: In welcher Situation ist welches Verhalten angebracht?

### Flucht nach vorn: Vorwärtsorientierung

Lukas 9:62 Jesus erwiderte: »Wer die Hand an den Pflug legt und dann **zurückschaut**, ist nicht brauchbar für das Reich Gottes.« (NGÜ)

- Warum muss man beim Pflügen das weiter entfernte *Ziel* im Auge haben? Oder auch beim Autofahren?
- Was passiert, wenn ein Autofahrer sich *zu lange nur* auf den Blick in den *Rückspiegel* einlässt?
  
- An wen richtet sich diese *Warnung* von Jesus?
- Was bedeutet diese Aussage von Jesus für eine konsequente Nachfolge (Lk 9:60)?
  
- Warum ist für den Christenmenschen die „*Vorwärtsorientierung*“ lebenswichtig?
- Fällt dir *ein anderes Wort* für „Vorwärtsorientierung“ ein?<sup>24</sup>
- Was können wir von der *Grundeinstellung* des Paulus lernen?

Philipper 3:10 Ja, ich möchte Christus immer besser kennen lernen; ich möchte die *Kraft*, mit der Gott ihn von den Toten auferweckt hat<sup>25</sup>, an mir selbst erfahren und möchte an seinem *Leiden* teilhaben, sodass ich ihm bis in sein Sterben hinein ähnlich werde<sup>26</sup>.

?? Wie erfahren wir die Kraft der Auferstehung Christi schon jetzt und praktisch in unserem irdischen Leben?

→ Römer 5:10.17

11 Dann werde auch ich – das ist meine feste Hoffnung – unter denen sein, die von den Toten *auferstehen*.<sup>27</sup>

?? Gibt es einen Grund für diese „feste Hoffnung“ (was für ein Begriff!) von Paulus?

---

artspezifischen Fluchtdistanz eine entscheidende Rolle. Bei veränderten Außenbedingungen kann das Fluchtverhalten auch in Angriffsverhalten umschlagen und ist daher als eine bestimmte Verhaltenskomponente des [agonistischen Verhaltens](#) anzusehen ([Aggressivität](#)). Vielfach sind solche Verhaltensweisen von Reaktionen des [vegetativen Nervensystems](#) (erhöhter Herzschlag usw.) begleitet. Fluchtverhalten kann auch durch elektrische Reizung in bestimmten Bereichen des [Hirnstamms](#) ausgelöst werden. [Streß](#).

| <https://www.spektrum.de/lexikon/neurowissenschaft/fluchtverhalten/4220>

<sup>24</sup> Christliche Hoffnung (Phil 3:11)

<sup>25</sup> Oder: "die Kraft, mit der er als der Auferstandene regiert". | NGÜ Textnotiz

<sup>26</sup> Andere übersetzen: "sodass die Haltung, die ihn bis in sein Sterben hinein bestimmte, auch meine Haltung ist". W 10 - "Ja, ich möchte ihn kennen (lernen) und die Kraft seiner Auferstehung und die Teilhabe an seinen Leiden, indem ich seinem Tod gleichgestaltet werde". | NGÜ Textnotiz

<sup>27</sup> Gemeint ist die Auferstehung derer, die zu Christus gehören (siehe z. B. 1. Korinther 15,23; ). | NGÜ Textnotiz

12 Es ist also nicht etwa so, dass ich das alles schon erreicht hätte<sup>28</sup> und schon am *Ziel* wäre<sup>29</sup>. Aber ich setze alles daran, ans *Ziel* zu kommen und von diesen Dingen Besitz zu ergreifen, nachdem<sup>30</sup> Jesus Christus<sup>31</sup> von mir Besitz ergriffen hat.

?? Welches *Ziel* meint Paulus?<sup>32</sup>

?? Welche *Auswirkung* hat dieses Ziel auf unsere anderen menschlichen Ziele?

?? Welche Rolle spielt im Leben und in der Wissenschaft das *Gesetz von Ursache und Wirkung*?<sup>33</sup>



?? Verantwortung. Wie können wir sehr viele Probleme nachhaltig lösen, indem wir mehrfach „Warum?“ fragen? Das „Ishikawa-Diagramm“ oder „Fischgrät-Diagramm“ gibt uns dazu eine praktische Hilfestellung.

<sup>28</sup> 3:12 nicht etwa so, dass ich das alles schon erreicht hätte | Der endgültige Preis der Seligkeit ist noch nicht gewonnen – ein Punkt, den Paulus gegen alle Vorstellungen von Vollkommenheit immer wieder betont (1 Kor 4:8 | 2 Tim 2:18 | vgl. 1 Joh 1:8). Die Gläubigen erfahren jetzt noch nicht alle Segnungen der Versöhnung, denn wir erwarten noch unsere Verherrlichung, wenn der Herr die Gegenwart der Sünde am Ende wegnehmen wird (1:6.10) und die Auferstehung von den Toten (3:11) hat bereits begonnen. Deshalb hat Paulus gesagt, dass die Gläubigen schon gegenwärtig die Auferstehungskraft Christi erleben dürfen (3:10f.). Dieses Heil wird gewiss für all diejenigen vollendet werden, die ihr Vertrauen auf Christus setzen (1:6) | vgl. Röm 8:28-30). | RSB Deutsch, Textnotiz

<sup>29</sup> Oder: und schon vollkommen wäre | NGÜ Textnotiz

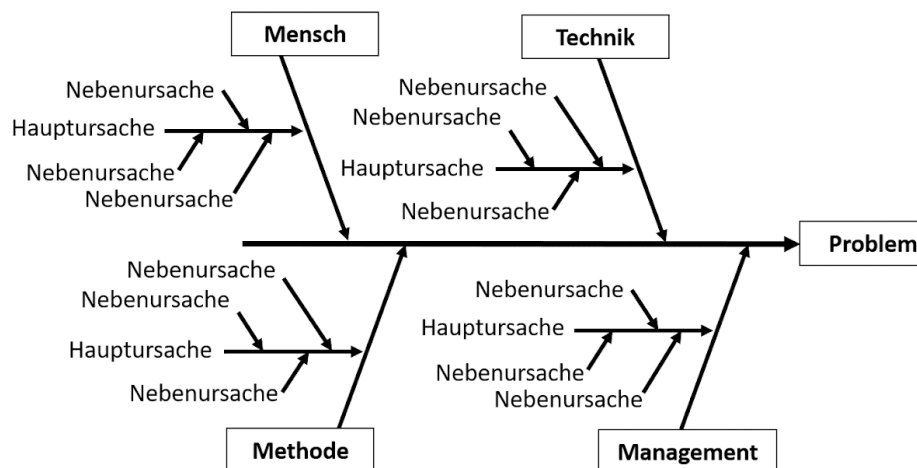
<sup>30</sup> Oder: "weil". "und von dem Heil Besitz zu ergreifen, wofür". | NGÜ Textnotiz

<sup>31</sup> Wörtlich: Christus Jesus | NGÜ Textnotiz

<sup>32</sup> Das Ziel der ewigen Seligkeit in Gottes neuer Welt. | Ein Zwischenziel, das ein Prozess ist: Die Umgestaltung in das Bild von Jesus Christus (Römer 8:29).

<sup>33</sup> Das Gesetz von Ursache und Wirkung ist das 6. Hermetische Prinzip (<https://de.wikipedia.org/wiki/Hermetik>) . Dieses Gesetz des Universums enthält die Wahrheit, die besagt, dass nichts durch Zufall geschieht, dass der Zufall nur ein Ausdruck ist, der eine Ursache anzeigt. So ist das Prinzip von Ursache und Wirkung die Grundlage von allem wissenschaftlichen Denken, ob alt oder modern, und wurde von den Lehrern der Hermetik formuliert. *Dieses Prinzip von Ursache und Wirkung ist von allen großen Denkern der Welt als richtig angenommen worden. Anders zu denken würde bedeuten, die Phänomene des Universums aus dem Reich von Gesetz und Ordnung zu nehmen.*

*So ist das, was wir Zufall nennen, nur ein Ausdruck, der sich auf verborgene Ursachen bezieht, auf Ursachen, die wir nicht wahrnehmen können, auf Ursachen, die wir nicht verstehen können.* | Hervorhebung durch Kursivsetzung durch Heinz-Martin Adler. | <https://www.hermetik-international.com/das-gesetz-von-ursache-und-wirkung/>



?? Was hat der religiöse Begriff des „Karma“ (östliches Denken) mit dem Gesetz von Ursache und Wirkung zu tun?<sup>34</sup> Welches Prinzip steht dahinter?<sup>35</sup>

?? Was ist nach Paulus Ursache und was ist Wirkung im christlichen Leben?<sup>36</sup>

13 Geschwister, ich bilde mir nicht ein, das Ziel schon erreicht zu haben. Eins aber tue ich: Ich lasse das, was hinter mir liegt, bewusst<sup>37</sup> zurück, konzentriere mich völlig auf das, was vor mir liegt,

14 und laufe mit ganzer Kraft dem Ziel entgegen, um den Siegespreis zu bekommen – den Preis, der in der Teilhabe an der himmlischen Welt besteht, zu der uns Gott durch Jesus Christus berufen hat<sup>38, 39</sup>.

<sup>34</sup> Karma (n., Sanskrit: Stamm: कर्मन् karman, Nominativ: कर्म karma, Pali: kamma „Wirken, Tat“) bezeichnet ein spirituelles Konzept, nach dem jede Handlung – physisch wie geistig – unweigerlich eine Folge hat. Diese Folge muss nicht unbedingt im gegenwärtigen Leben wirksam werden, sondern sie kann sich möglicherweise erst in einem zukünftigen Leben manifestieren.

| In den indischen Religionen ist die Lehre des Karma eng mit dem Glauben an Samsara, den Kreislauf der Wiedergeburten, verbunden und damit an die Gültigkeit des Ursache-Wirkungs-Prinzips auf geistiger Ebene auch über mehrere Lebensspannen hinweg. Im Hinduismus, Sikhismus, Buddhismus und Jainismus bezeichnet der Begriff die Folge jeder Tat, die Wirkungen von Handlungen und Gedanken in jeder Hinsicht, insbesondere die Rückwirkungen auf den Akteur selbst. Karma entsteht demnach durch eine Gesetzmäßigkeit und nicht wegen einer Beurteilung durch einen Weltenrichter oder Gott: Es geht nicht um „Göttliche Gnade“ oder „Strafe“. Karma und Wiedergeburt sind in verschiedenen Lehren unterschiedlich miteinander verknüpft. Entgegen einer weit verbreiteten Meinung ist es nicht das Ziel aller dieser Lehren, kein Karma zu sammeln. In mitteleuropäischen spirituellen Lehren kommt der Begriff in der Anthroposophie Rudolf Steiners vor, dort ebenfalls in Verbindung mit der Reinkarnation. | <https://de.wikipedia.org/wiki/Karma>

<sup>35</sup> Ein gnadenloses Leistungsprinzip, das zum Burnout führt.

<sup>36</sup> Johannes 3:16.17 | Galater 2:20 | Epheser 2:8-10. Das Prinzip der rettenden Gnade Gottes in Christus, das zu einem freiwilligen Gehorsam gegenüber Christus führt.

<sup>37</sup> Das Christenleben ist bewusstes Leben („Ich weiß, dass mein Erlöser lebt“, Hiob 19:25-27). Verdrängung von Vergangenheit, Schuld oder Sünde hat darin keinen Platz. Die Vergangenheit wird bewusst Christus ausgeliefert (1 Johannes 1:8-10, Bekenntnis, Bekehrung). Das neue Leben wird bewusst als Gottes Geschenk erfahren (2 Kor 5:17-19).

<sup>38</sup> Nach anderer Auffassung bezieht sich "durch Jesus Christus" auf den ersten Teil des Verses: "und laufe mit der Hilfe von Jesus Christus mit ganzer Kraft dem Ziel entgegen". Wörtlich: "dem Ziel entgegen, hin zu dem Siegespreis der Berufung durch Gott nach oben in/durch Christus Jesus." | NGÜ Textnotiz

<sup>39</sup> Phil 3,13-14 Paulus hatte allen Grund, die Vergangenheit zu vergessen – er hatte die Steinigung des ersten Märtyrers, Stephanus, unterstützt (Apostelgeschichte 7,57-58; Paulus wird hier noch Saulus genannt).

Wir alle haben Dinge getan, für die wir uns heute schämen und leben in der Spannung zwischen dem, was wir

?? Welche realistische Selbsteinschätzung hatte Paulus?

?? Welche Wirkung würde es auf dein (und mein) Leben, dein (und mein) Denken und Handeln haben, wenn wir uns diese Grundausrichtung des Paulus zu eigen machen würden?

15 Wir alle, die der Glaube an Christus zu geistlich reifen Menschen gemacht hat<sup>40 41</sup>, wollen uns ganz auf dieses *Ziel* ausrichten<sup>42</sup>. Und wenn eure Einstellung in dem einen oder anderen Punkt davon abweicht, wird Gott euch auch darin die nötige Klarheit schenken.

16 Doch von dem, was wir bereits erreicht haben, wollen wir uns auf keinen Fall wieder abbringen lassen!<sup>43</sup>

17 Folgt alle meinem *Beispiel*, Geschwister, und richtet euch auch an denen aus, deren Leben dem *Vorbild* entspricht, das ihr an uns habt. (NGÜ)

#Entscheidung | Vorwärtsorientierung | Beharrlichkeit | Qualifikation

><>

### AUSBLICK und weitere Optionen zum Studium

- Flucht aus toxischen Beziehungen
- Flucht und Anbetung
- Flucht vor verbotenen sexuellen Beziehungen
- Gottes Hilfe-Versprechen: Feinde müssen fliehen
- Flucht, um das eigene Leben zu retten
- Flucht, weil Gott sich gegen sein Volk wendet
- Taktische Fluchtbewegungen
- Fluchtverweigerung: Kampf und Sieg
- Sicherheit: Flucht zu Gott

---

gewesen sind und dem, was wir sein wollen. Aber weil unsere Hoffnung in Christus liegt, können wir vergangene Schuld loslassen und uns auf das freuen, was wir mit Gottes Hilfe erreichen können. Kreisen Sie nicht um Ihre Vergangenheit, sondern wachsen Sie in der Erkenntnis Gottes, indem Sie sich auf Ihre jetzige Beziehung zu ihm konzentrieren. Machen Sie sich bewusst, dass Ihnen vergeben ist. Kümmern Sie sich dann um Ihr Glaubensleben und um ihren Gehorsam. Freuen Sie sich auf ein erfüllteres und sinnvolles Leben, weil Sie Ihre Hoffnung auf Christus gesetzt haben. | BfL Kommentar

<sup>40</sup> Oder: "die wir vollkommen sein möchten". Andere übersetzen: (ironisch) "die wir uns für vollkommen halten" Wörtlich: "die wir vollkommen/zielbewusst sind". | NGÜ Textnotiz

<sup>41</sup> **3:15 Wir alle, die der Glaube ... zu geistlich reifen Menschen gemacht hat** | Diese Worte können eine Anerkennung für Menschen sein, die tatsächlich gereift in ihrem Denken und Handeln sind. Eine andere Möglichkeit könnte sein, dass Paulus hier ironisch über Leute spricht, die sich zwar selbst für „vollkommen“ halten (V.12), deren Denken er aber korrigieren muss, indem er ihnen aufzeigt, dass wahre „Reife“ und „Vollkommenheit“ in diesem Leben darin besteht, zu erkennen, dass man weit davon entfernt ist, vollkommen zu sein, denn wahre Vollkommenheit wird an der absoluten Vollkommenheit Christi gemessen (Eph 4:13).

**wollen uns ganz auf dieses Ziel ausrichten** | Dies bezieht sich auf das demütige Denken des Paulus und das Streben, wie es in V.12-14 zum Ausdruck kommt. | RSB Deutsch, Textnotiz

<sup>42</sup> Wörtlich: "wollen darauf ausgerichtet sein / wollen so eingestellt sein". | NGÜ Textnotiz

<sup>43</sup> **Phil 3,15-16** Manchmal kann unser Bemühen, ein vollkommenes Leben als Christ zu führen, so schwierig sein, dass wir ausgelaugt und entmutigt sind. Vielleicht fühlen wir uns so weit davon entfernt vollkommen zu sein, dass wir glauben, wir könnten Gott mit unserem Leben niemals gefallen. Wenn Paulus von Vollkommenheit spricht (3, 12), meint er damit Reife oder ganzheitliche Erneuerung, nicht aber Fehlerlosigkeit in jeder Hinsicht. Geistlich reife Christen können in der Kraft des Heiligen Geistes vorangehen und wissen, dass Christus die Kluft zwischen dem, was sie sind und dem, was sie sein sollten, aufdecken und ausfüllen wird. Das ist keine Entschuldigung für mangelnde Hingabe, aber es bietet denen Erleichterung und Gewissheit, die sich unter Leistungsdruck fühlen. | BfL Kommentar

- Flucht und Diskriminierung
- Flucht vor dem Bösen (bösen Taten)
- Gott greift in die Geschichte ein: Feinde fliehen
- Flucht vor Gott
- Flucht vermeiden: Festigkeit und Stärke gewinnen
- Gottlosigkeit: Vergebliche Fluchtversuche
- Flucht vor der göttlichen Herrlichkeit
- Fluchtreflex: Menschliche Schwäche
- Flucht vor Irrlehrern und Götzendienst