

Predigt evangelische Gemeinde Attersee

Sonntag, 1. Februar 2026

Unser Weg nach Emmaus - mit Verletzungen leben.

Predigttext: LK 24, 13 -35

Als KHS und NFS lade ich dazu ein, **diese Geschichte noch einmal neu zu betrachten:** unter dem Aspekt der seelsorglichen Begleitung.

Die Geschichte einer seelsorglichen Begleitung!

Zwei Perspektiven: a. des Begleiteten, b. des Seelsorgers

1. Verletzlichkeit

Meine Teilnahme an der Österreichischen Pastoraltagung in Salzburg, Anfang Januar 2026, zum Thema Verletzlichkeit hat in mir vieles zum Schwingen gebracht.

So lade ich Euch zu einer gemeinsamen Reise nach Emmaus ein.

2. Wer ist miteinander unterwegs? Um wen handelt es sich?

Denken wir darüber nach, um wen es sich handelt, oder begnügen wir uns mit dem Klischee „Jünger“?

Am gleichen Tag waren zwei von den Jüngern auf dem Weg in ein Dorf namens Emmaus. Lk 24, 13

Im Griechischen wird nicht gegendert! Dort wird hauptsächlich die männliche Form genommen.

Doch: Zwei Jünger (einer hieß Kleopas) Lk 24, 17.

Bei dem Kreuz Jesu standen seine Mutter und die Schwester seiner Mutter, Maria, die Frau des Klopas, und Maria von Magdala. Joh. 19, 25

Ein Paar ist miteinander auf dem Weg. Ich nenne sie jetzt Kleopas und Maria.

3. Traumatische Geschichten brauchen sichere Orte!

Was haben sie erlebt?

Augenzeugen der Folter und der Hinrichtung einer nahestehenden Person.

Eine traumatisierende und zutiefst verstörende Erfahrung!

In der seelsorglichen Begleitung brauchen wir zunächst sichere Orte!

Emmaus! Wofür steht Emmaus für Kleopas und Maria? Heimat, Familie, ...?

Eine sichere Struktur, die Halt bietet.

Wichtig ist die Perspektive! Nämlich einen sicheren Zufluchtsort zu haben, der jederzeit verfügbar und erreichbar ist!

Vielleicht werde ich ihn nicht brauchen, aber es muss ihn als reale Möglichkeit geben! Es ist nicht klar, ob sie Emmaus wirklich erreichen, weil es am Ende nicht mehr wichtig ist.

4. Die Haltung des Seelsorgers / der Seelsorgerin; dumm, faul und neugierig

Haltung der Ruhe, der Souveränität, der Entschleunigung und des aktiven Zuspruchs: *Ich Sorge für Deinen Schutz!*

Dann: Wahrnehmung in Behutsamkeit und Achtsamkeit.

Jesus fragte sie: „Was sind das für Dinge, über die ihr auf eurem Weg miteinander redet?“ Da blieben sie traurig stehen und der eine von ihnen [...] antwortete ihm: „Bist du so fremd in Jerusalem, dass du als Einziger nicht weißt, was in diesen Tagen dort geschehen ist?“

Er fragte sie: „Was denn?“ LK 24, 17, ff.

„Dumm, faul und neugierig“: als Begleiter möchte ich wissen, was in DIR vorgeht!!

Weiches Leid, welcher Schmerz, welche Verzweiflung, ... lebt in Dir?!
Da ist jemand, der mich in meinem Schmerz ansieht, nicht wegläuft.

🔊 **Meine eigene Erfahrung ist nicht das Thema!**

Jesus: Obgleich es um sein Sterben geht, bleibt Jesus beim

🔊 **Ziel: Welche Bedürfnisse bringe ich in Erfahrung?**

5. Den Horizont weiten!

Wir aber hatten gehofft ...!“ LK 24, 21 Enttäuschte Hoffnungen, Verzweiflung, ...

Den Horizont weiten und die Problemfokussierung aufbrechen.

Jesus setzt eine Intervention: „Oh ihr Toren, zu **trägen Herzens**, all dem zu glauben, was Mose und die Propheten gesagt haben?!“

Träges Herz - schweres Herz!!

Der neue Deutungshorizont:

Musste nicht der Christus das erleiden und so in seine Herrlichkeit gelangen? Und er [Jesus] legte ihnen dar, ausgehend von Mose und allen Propheten, was in der gesamten Schrift über ihn geschrieben steht. Lk 10, 26f.

🔊 Fakten und Informationen bereitstellen,
die der Betroffene **selbst** sinnstiftend einordnen kann.

🔊 Dabei assistieren, Sinnzusammenhänge und Stimmigkeit zu gestalten
- wenn möglich.

In der Psychologie: Reframing:

Es gibt keine neuen Fakten.

Es ändert sich an der Situation objektiv nichts.

Jesus eröffnet einen anderen *Deutungszusammenhang*!

6. Wiederermächtigung - Das Vertrauen ins Leben wecken

Aus der Schockstarre und der Problemfokussierung wieder in einen *aktiven Modus* zurückfinden.

Ins *Alltagsgeschehen* zurückfinden.

So erreichten sie das Dorf, zu dem sie unterwegs waren. Jesus tat, als wolle er weitergehen, aber sie drängten ihn und sagten: Bleibe bei uns; denn es wird Abend, der Tag hat sich schon geneigt! Da ging er mit hinein, um bei ihnen zu bleiben. Und es geschah, als er mit ihnen bei Tisch war, nahm er das Brot, sprach den Lobpreis, brach es und gab es ihnen. LK 24, 28ff.

Wieder ein Gefühl dafür bekommen, für sich und seine Bedürfnisse zu sorgen:

🔊 Am Abend bin ich erschöpft, hungrig und durstig.

🔊 Eine Herberge und ein Abendmahl werden beschafft.

Ermutigende Erfahrung:

Alles, was es braucht, hat der Betroffene in sich.

Brannte uns nicht das Herz... (Schönste Erinnerung?!)

Der innere Dialog der Betroffenen generiert Neues!

Ziel: Sich als Begleiter überflüssig machen.

Der Begleiter entzieht sich in dem Moment der Verfügbarkeit, wo die Betroffenen aktive, eigenständige Schritte setzen.

(Gefahr: Betroffene in der „Abhängigkeit“ halten!)

„Die Mitte der Nacht ist der Anfang des neuen Tages!“

Noch in derselben Stunde brachen sie (Kleopas und Maria) auf und kehrten nach Jerusalem zurück und sie fanden die Elf und die mit ihnen versammelt waren. Diese sagten: Der Herr ist wirklich auferstanden und ist dem Simon erschienen. Da erzählten auch sie, was sie unterwegs erlebt und wie sie ihn erkannt hatten, als er das Brot brach. LK 24, 33 ff

(„Selbsthilfegruppe“)

Von der Katastrophe zur Anastrophe

Katastrophe: die Wendung nach unten.

Anastrophe: die Wendung nach oben!

Sich dem Feind wieder zuwenden. Sich der Gefahr und dem traumatischen Erleben stellen.

Erkenntnis!

- 🗡️ Jerusalem ist nicht mehr nur der Ort des Grauens. Die Ereignisse erfahren teilweise eine Umdeutung. Diese Ermutigung kreiert Anschlussfähigkeit.
- 🗡️ Die Ereignisse beherrschen nicht länger das Leben der Betroffenen, die Betroffenen gestalten es selbst!
- 🗡️ *Emmaus* ist nicht mehr länger „Not-wendig.“

Wichtig: Seelsorgliches Handeln als gläubiger Mensch geschieht immer aus der Perspektive der Auferstehung heraus!

Weglaufen ist keine Option! Von der Katastrophe zur Anastrophe.

Gott ermutigt uns, gut für andere und auch für uns selbst Sorge zu tragen!

Exkurs: Schmerzgedächtnis

Jede und jeder hat Verletzungen erlebt: Wunden und Narben an unserem Körper, in unserer Psyche und auf unserer Seele.

Unsere Psyche und sogar unserer Körper haben ein Schmerzgedächtnis.

Es gibt seriöse Forschungen auf dem Gebiet der Epigenese, die nachweisen, dass sich sogar Schmerzerfahrungen unserer Vorfahren in unserem Körper abgespeichert haben...

Aufgrund eigener Erfahrungen hatte ich mich gefragt, was der Sinn dahinter ist, dass es ein Schmerzgedächtnis ist.

Aus meinem spirituellen Selbstverständnis bin ich zu der Antwort gekommen, dass hinter dem Schmerzgedächtnis unsere tiefe Sehnsucht steht, nicht einfach nur repariert zu werden, sondern im umfassenden Sinne heil zu werden.

Zwei Ermutigungen aus der Emmaus-Geschichte:

1. Als Seelsorgende können wir einander beistehen und nachfragen:
Was bedrückt dich?
Magst du mir mehr erzählen?
Ich höre zu und laufe nicht weg!
Und vielleicht ändert sich etwas.
2. Habe keine Angst vor deinen Verwundungen.
Sie halten eure Sehnsucht nach dem Heil-werden wach.

Der auferstandene Jesus wurde mit seinen Wundmalen in den Himmel aufgenommen. In diesen Wunden bringt er all unser unbeantwortetes Leid und unsere Wunden zu seinem Vater, von dem wir umfassende Heilung erwarten dürfen.

Amen!