



Luzern



Oktober 2016

Sara hat's gemacht – wir auch

Ich kenne Sara nicht. Ich habe auch keine einzige der genau 449 Sendungen **Sara machts** geschaut. Dabei flimmerte diese Sendung auf den Tag genau 10 Jahre über den Bildschirm.

Doch jetzt ist Sara im Ruhestand. Das behauptet auf jeden Fall der Produzent der Sendung. Doch so ruhig scheint Sara's Leben nicht zu sein.

Die Luzerner Zeitung schreibt unter dem Titel **Sara Bachmann traumatisiert von TV-Sendung**: Die Luzerner Moderatorin Sara Bachmann (37) leidet seit zwei Jahren unter Panikattacken. "Einfache Dinge wie ein Tunnel, grosse Menschenmengen oder geschlossene Räume verursachen bei mir Herzrasen und Schweissausbrüche." Die Schuld gibt sie ihrer TV-Sendung *Sara machts*: "Meine TV-Sendung hat mich traumatisiert." Sie hätte öfters Nein sagen sollen, so Bachmann. (Luzerner Zeitung, 19.09.2016, S. 40)

Nein sagen ist wichtig. Mit unserem *Nein* zu falschen Dingen

schützen wir unser Leben. Die **10 Gebote** zeigen uns seit Jahrtausenden, wozu wir besser *Nein* sagen. Ich gebe sie nach jüdischer Zählung und eigener Auslegung wieder:

1. Sei dankbar deinem Gott, der dich befreit hat. Deshalb sage **Nein**:
2. **Nein** zu anderen Göttern
3. **Nein** zu religiöser Täuschung (Gottesnamen nicht missbrauchen)
4. **Ja** zum Schöpfungsrhythmus (wöchentlicher Ruhetag)
5. **Ja** zur Familie (Eltern ehren)
6. **Nein** zu Mord und Hass
7. **Nein** zum Ehebruch
8. **Nein** zum Stehlen
9. **Nein** zur Korruption (kein falsches Zeugnis geben)
10. **Nein** zu falschen Gedanken und Neid (nicht begehren) (2 Mose 20,2-17)

Die 10 Gebote sind aktuell – seit Jahrtausenden! Leider werden sie immer wieder missachtet. Die Geschichte ist voll von Menschen, die zu falschen Dingen nicht *Nein* sagen konnten.

Weshalb fällt uns das denn so schwer? Es liegt nicht am Wissen. Oft liegt es nicht einmal an unserem Wollen. Es liegt an unserem Können (Römer 7,15).

Der Mensch steht unter der Herrschaft seines eigenen Egoismus. Seine grösste Sucht heisst "Selbst-Sucht". Die gute Nachricht ist: Jesus Christus kann uns von der Selbst-Sucht befreien. Wenn er unser Lebenshirte sein darf, kommt er in unser Herz – durch den Heiligen Geist. Und dieser Heilige Geist gibt uns die Kraft, unsere Selbst-Sucht nachhaltig zu überwinden (Römer 8,4).

Wir alle haben's gemacht. Wir haben zu falschen und schädlichen Dingen oft nicht *Nein* gesagt. Sagen wir doch *Ja* zu Jesus Christus, damit wir göttliche Kraft bekommen, im richtigen Moment *Nein* zu sagen!

Mit bejahenden Grüssen
Markus Brunner

PS: www.die10besten.ch macht auf die 10 Gebote aufmerksam.