



von Roland Greger - Bibelcheck #34 vom 22.6.2026 auf JC channel - Der Jesus Christus Kanal - [JCchannel.com](https://www.jcchannel.com)

Ich schau auf zum Kreuz

Einleitung - Der erste Blick

Wir hasten durch unser Leben, immer angetrieben von den vielen Aufgaben, die noch auf uns warten. Wir schauen nach vorne, planen und setzen uns Ziele, die wir mehr oder weniger direkt ansteuern. Wir wissen ja, wo es lang geht. Und doch gibt es Momente, in denen wir einfach stehen bleiben müssen. Nicht, weil wir nicht weiterwissen, sondern einfach weil ein Stück innehalten dran ist, ein Wegsehen von uns selbst, hin zu dem einen, der über allem steht. Das ist ein Moment, der uns einlädt, den Blick zu heben. Weg vom Boden, weg von dem, was uns festhält, weg von dem, was uns klein macht. Und genau hier beginnt unser heutiges Thema: beim Aufschauen.

„Ich schau auf zum Kreuz“. Das klingt zunächst vielleicht wie eine fromme Floskel, wie etwas, das wir in Kirchenliedern finden oder auf Traktaten lesen. Aber wenn wir es ernst nehmen, wenn wir wirklich hinschauen, dann merken wir: Das ist eine Bewegung, die das ganze Leben verändern kann. Denn das Kreuz ist kein Dekorationsobjekt, wie viele es sehen. Es ist ein Ort. Ein Ort, an dem Himmel und Erde sich berühren. Ein Ort, an dem Gott sagt: „Hier bin ich. Schau her.“ Wir alle kennen diese Momente, in denen wir Orientierung brauchen. In denen wir Halt suchen. In denen wir uns fragen, wohin wir eigentlich schauen sollen, wenn alles um uns herum laut, hektisch oder dunkel wird. Und genau dann steht dieses Kreuz da, manchmal unscheinbar, manchmal überwältigend, aber immer mit derselben Einladung: Heb deinen Kopf. Schau nach oben. Schau auf mich.

In unserem heutigen Bibelcheck auf JC channel wollen wir genau das tun. Nicht theoretisch, nicht verkopft, sondern ganz praktisch, ganz menschlich, ganz nah. Wir wollen entdecken, was passiert, wenn wir unseren Blick bewusst auf Jesus richten. Was sich verändert. Was sich klärt. Was sich löst. Und vielleicht auch, was heilt.

Lass uns gemeinsam den ersten Schritt tun. Den Kopf heben. Den Blick richten. Und schauen, was geschieht, wenn wir sagen: *Ich schau auf zum Kreuz.*

Ein Blech, das zum Himmel zeigt

Ich hatte einmal eine Vision, die so eigenartig war, dass ich lang darüber nachdachte. Ich stand da und schaute auf ein riesiges, aufrecht stehendes Blech. Einfach ein Blech. Kein romantisches Teil, kein kunstvoll geschmiedetes Symbol, sondern ein massives Metallteil, das sich wie eine glänzende Wand vor mir auftürmte. Aber - Darin war ein Kreuz eingelassen, nicht als Form, sondern als hineingedrückte Rinne. Eine Spur, eine Linie, die nach oben führte, wie ein Weg, der sagt: „Hier entlang, bitte. Direkt nach oben.“

Und genau das geschah. Alles, was ich sagte, meine Gebete, meine Fragen, meine Unsicherheiten, sie glitten diese Rinne hinauf, als hätte Gott eine eigene Himmelspost-Rutsche installiert. Und das Erstaunliche: Auf demselben Weg kam Antwort zurück. Klar, ruhig, zielgerichtet. Es war ein Hin und Her, ein Dialog, der so selbstverständlich war, dass ich mich fragte, warum ich im Alltag so oft versuche, alles allein zu regeln.

Jesus selbst lädt uns genau dazu ein. Er sagt:

Matthäus 11:28

„Kommt zu mir, alle, die ihr mühselig und beladen seid. Ich werde euch Ruhe geben.“

Das klingt wie eine Einladung, die wir im Grunde nicht ausschlagen können. Und doch tun wir es ständig. Wir rennen los, planen, entscheiden, kämpfen - und erst wenn wir irgendwo feststecken, fällt uns ein: Ach ja, da war doch jemand, der uns führen wollte. Dabei ist der Weg so klar.

Psalm 25:9

„Die Demütigen führt er auf den Weg des Rechts, und die Sanftmütigen lehrt er seinen Weg.“

Das ist genau dieses Bild der Rinne im Blech: Gott zeigt den Weg nach oben, und wir dürfen einfach hineintreten. Nicht kompliziert, nicht verkopft, sondern einfach im Vertrauen, dass Gott uns genau den rechten Weg weist.

Vielleicht ist das riesige Blech gar nicht so unromantisch, wie es zunächst klingt. Vielleicht ist es ein liebevoller Hinweis: Schau auf das Kreuz, selbst wenn es manchmal nur aussieht wie ein Stück Metall. Entscheidend ist nicht die Form, sondern die Richtung. Und die führt immer zu ihm.

Der Blick nach oben

Ich hatte noch eine Vision. Da stand ich direkt vor einem großen Kreuz. Kein Symbol, kein Schmuckstück, sondern das echte Kreuz Christi. Und an ihm hing tatsächlich Jesus. So nah, dass ich ihn fast anfassen konnte. Und doch so hoch, dass ich den Kopf weit in den Nacken legen musste, um ihm ins Gesicht zu schauen. Es war ein merkwürdiger Moment: körperlich unbequem, aber geistlich überwältigend. Denn dieser Blick nach oben war nicht nur eine Kopfbewegung, er war eine innere Haltung. Wir sprachen miteinander. Ich sagte ihm, was mich beschäftigt, was mich drückt, was ich nicht verstand. Und während ich sprach, merkte ich: Mein Blick blieb oben. Nicht, weil ich besonders fromm war, sondern weil es gar nicht anders ging. Wenn man vor dem Kreuz steht, richtet sich der Blick automatisch nach oben. Und alles, was ich sagte, stieg mit diesem Blick nach oben, über Jesus, über das Kreuz hinaus, hinein in den Himmel. Es war, als würde jedes Wort, jeder Gedanke, jeder Seufzer direkt durch Jesus hindurch zu Gott getragen.

Und genauso kam seine Antwort zurück. Nicht von irgendwoher, nicht aus einer unbestimmten Ferne, sondern genau denselben Weg hinunter, den meine Worte hinaufgegangen waren. Ein Hin und Her, ein Gespräch, das sich anfühlte wie ein heiliger Kreislauf. Jesus über mir, der Himmel über ihm - und ich mittendrin, gehalten zwischen Erde und Ewigkeit.

Es erinnerte mich an das, was Jesus selbst sagt:

Johannes 14:6

„Ich bin der Weg und die Wahrheit und das Leben. Niemand kommt zum Vater als nur durch mich.“

Er ist nicht nur der Weg zu Gott, sondern auch der Weg, auf dem unsere Worte zu ihm gelangen und seine Worte zu uns zurückfinden. Und im Hebräerbrief finden wir:

Hebräer 12:2

„Indem wir hinsehen auf Jesus, den Anfänger und Vollender des Glaubens ...“ (Hebräer 12,2).

Genau das hab ich getan. Nicht aus Pflicht, sondern weil es die einzige Richtung war, in der Leben, Trost und Wahrheit zu finden waren.

Vielleicht ist das die eigentliche Einladung des Kreuzes: nicht stehen zu bleiben, nicht nach unten zu schauen, nicht in uns selbst zu versinken, sondern den Kopf zu heben. Hoch genug, um Jesus zu sehen. Hoch genug, um zu hören, was er sagt. Hoch genug, um zu merken, dass der Himmel näher ist, als wir denken.

Der direkte Weg

Wenn ich auf das Kreuz schaue, dann sehe ich nicht nur ein Stück Holz und zwei Balken. Ich sehe eine Tür. Eine einzige, klare, unübersehbare Tür, die direkt zu Gott führt. Und diese Tür hat einen Namen: Jesus. Genau das sagt er selbst in

Johannes 14:6; Wir hatten es vorhin.

„Ich bin der Weg und die Wahrheit und das Leben. Niemand kommt zum Vater als nur durch mich.“

Das ist keine poetische Metapher, kein spirituelles Rätsel, es ist eine Einladung, die so eindeutig ist, dass man sie eigentlich nicht missverstehen kann. Und doch versuchen wir es ständig. Wir suchen Umwege, Nebenwege, Hintereingänge. Wir denken, wir müssten uns erst „würdig“ machen, bevor wir zu Gott kommen dürfen. Aber Jesus macht in diesem Johannes-Kapitel, in den Versen 6 bis 14 klar: Wer ihn sieht, sieht den Vater. Wer zu ihm kommt, kommt beim Vater an. Wer ihn fragt, fragt den Vater. Es gibt keinen Zwischenraum mehr, keine Distanz, keine himmlische Bürokratie. Nur Jesus! Und durch ihn der direkte Zugang zu Gott.

Wenn ich also auf das Kreuz schaue, dann richte ich meinen Blick nicht nur auf Jesus, sondern durch Jesus hindurch auf den Vater. Es ist wie ein geistlicher Durchblick: Ich sehe den, der mich liebt, der mich geschaffen hat, der mich ruft. Ich sehe ihn, weil Jesus ihn sichtbar macht.

Johannes 14:9, da steht unter anderem:

„Wer mich gesehen hat, hat den Vater gesehen.“

Das ist eine Aussage, die können wir eigentlich nur ehrfürchtig stehen lassen. Und dann kommt dieser wunderbare Satz:

Hebräer 4:16

„Lasst uns nun mit Freimütigkeit hinzutreten zum Thron der Gnade, damit wir Barmherzigkeit empfangen und Gnade finden zur rechtzeitigen Hilfe.“

Wir sollen mit Freimütigkeit hinzutreten, nicht zaghaft, nicht unsicher, nicht mit gesenktem Kopf. Sondern mutig, weil der Weg offen ist, weil Jesus die Tür ist, weil das Kreuz nicht nur ein Ort des Sterbens ist, sondern ein Ort des Zugangs.

Vielleicht ist das die eigentliche Schönheit des Kreuzes: Wenn ich meinen Blick darauf richte, lande ich automatisch bei Gott, dem Vater. Kein Umweg, kein Irrweg, kein Rückweg, nur der direkte Weg. Und dieser Weg heißt Jesus!

Der Blick, der Leben schenkt

Wir finden in der Bibel, im Alten Testament, eine Begebenheit. Sie wirkt erstmal beiläufig, nach dem Motto: was soll das? Wenn wir aber weiterstudieren und ins Neue Testament springen, dann ist das sogar eine Schlüsselszene für unser heutiges Leben mit Jesus.

Israel in der Wüste, Menschen, die sich verrannt haben, die murren, zweifeln, rebellieren und plötzlich sind da Schlangen. Giftige, tödliche, unbarmherzige Schlangen. Die Lage ist eindeutig: Wer gebissen wird, stirbt. Da geht kein Weg dran vorbei. Mose tritt vor Gott und bittet ihn, diese Plage zu beenden. Und dann kommt Gottes Lösung. Die können wir im 4. Mose 21:6-9 nachlesen:

Mose soll eine Schlange aus Bronze machen und sie an einer hohen Stange aufrichten. Wer sie nach einem Schlangenbiss anschaut, der bleibt am Leben. Kein Gegengift, keine Medizin, keine komplizierte Prozedur. Nur ein Blick auf diese Schlange, die hoch an einem Holz hängt. Ein einziger Blick nach oben.

Jetzt springen wir in Neue Testament. Denn dort greift Jesus genau dieses Bild auf, als er mit Nikodemus spricht. Er sagt:

Johannes 3:14-15

„Wie Mose in der Wüste die Schlange erhöht hat, so muss der Menschensohn erhöht werden, damit jeder, der an ihn glaubt, ewiges Leben hat.“

Das ist nicht nur ein Vergleich, das ist eine ganz wichtige Aussage. Jesus sagt damit nämlich: Ich bin das. Ich bin der Ort, auf den ihr schauen müsst, wenn alles in euch nach unten zieht. Ich bin der Blick, der Leben schenkt.

Fazit für uns: Wenn ich auf das Kreuz schaue, dann sehe ich genau das, nämlich den erhöhten Menschensohn. Und plötzlich wird die Geschichte aus der Wüste zu meiner eigenen Geschichte. Denn auch ich kenne diese „Schlangen“ – Dinge, die mich vergiften wollen: Angst, Schuld, Zweifel, Stolz, Selbstüberschätzung, Selbstverurteilung. Und manchmal fühlt es sich an, als wäre der Ausgang klar: Das wird nichts mehr. Das geht schief. Das endet nicht gut. Aber dann hebt Jesus meinen Kopf. Nicht mit Gewalt, sondern mit einer Einladung:

Vers 16

„... damit jeder, der an ihn glaubt, nicht verloren geht, sondern ewiges Leben hat.“

Das ist der Blick, der rettet. Nicht, weil ich besonders stark schaue, sondern weil er der Richtige ist. Der Einzige.

Das Faszinierende dabei ist: Die Israeliten mussten nicht verstehen, wie das funktioniert. Sie mussten nur schauen. Und schon waren sie gerettet. Genauso ist es auch heute. Ich muss nicht alles begreifen, nicht alles erklären können, nicht alles im Griff haben. Ich muss nur meinen Blick heben. Auf das Kreuz. Auf Jesus. Und plötzlich fließt Leben, wo vorher Tod war.

Der rettende Blick ist immer ein Blick nach oben, der Blick auf's Kreuz!

Leaning on the Cross - deutsch: Ich lehne mich ans Kreuz

Wir haben heute über das Kreuz gesprochen, über den Blick nach oben auf's Kreuz, über den Blick auf Jesus. Wenn wir all das zusammennehmen, was wir bisher betrachtet haben – diesen Blick nach oben, den Weg durch Jesus zum Vater, den rettenden Blick auf das Kreuz – dann bleibt am Ende eine ganz einfache, fast körperliche Bewegung übrig: Ich lehne mich an. Nicht an meine Kraft, nicht an meine Weisheit, nicht an meine Fähigkeit, alles im Griff zu haben. Ich lehne mich an das Kreuz.

Genau das bringt ein Rocksong von den Brüdern Van Zant auf den Punkt. „Leaning On The Cross“, so der Titel. Ein Song, der nicht versucht, theologisch zu glänzen oder besonders fromm zu klingen. Er ist einfach ehrlich, erdverbunden, rau, und gerade deshalb so stark. Die beiden singen davon, dass sie in den Stürmen des Lebens Halt brauchen. Und dass dieser Halt nicht in ihnen selbst liegt, sondern im Kreuz, an das sie sich anlehnen. Eine Zeile bringt es wunderbar auf den Punkt. Da singen sie sinngemäß: Wenn alles wankt, bleibt das Kreuz stehen. Und genau dort finde ich meinen Stand.

Das ist im Grunde nichts anderes als das, was Jesus selbst sagt:

Johannes 15:4

„Bleibt in mir, und ich in euch. Wie die Rebe nicht von sich selbst Frucht bringen kann, wenn sie nicht am Weinstock bleibt, so auch ihr nicht, wenn ihr nicht in mir bleibt.“

Jesus fordert uns nicht auf, dass wir uns doch anstrengen sollen, oder tapfer durchhalten. Nein, er sagt ganz einfach: „Bleibt in mir.“ Wir sollen bleiben, anlehnen, ruhen.

Psalm 46:2

„Gott ist unsre Zuversicht und Stärke, eine Hilfe in den großen Nöten, die uns getroffen haben.“

Das Kreuz ist genau der Weg dorthin. Wenn ich mich an das Kreuz lehne, dann tue ich genau das, was wir heute beschrieben haben: Ich schaue nach oben. Ich vertraue darauf, dass Jesus der Weg ist. Ich glaube, dass sein Blick Leben schenkt. Und ich weiß, dass ich nicht allein stehe. Das Kreuz trägt *mich* – nicht ich das Kreuz.

Und genau an dieser Stelle passt der Song von Van Zant wie ein musikalischer Schlussakkord. Er nimmt all das, was wir gesagt haben, und gießt es in Gitarren, Rhythmus und eine Stimme, die klingt, als hätte sie selbst schon ein paar Wüstenwanderungen hinter sich. Es ist kein Kirchenlied, aber ein echtes Glaubenslied. Ein Lied, das sagt: Wenn du Halt brauchst, dann lehn dich an das Kreuz. Es hält.

Du kannst dir diesen Song gleich anhören. Du findest einen Link dorthin auf unserer Website. JCchannel.com. Suche dort diesen Podcast. Gleich darunter ist der Link zu diesem Song auf YouTube. Van Zant - Leaning On The Cross.

Abschluss - Der letzte Blick nach oben

Wenn du bisher aufmerksam zugehört hast, dann bleibt eigentlich nur eine einzige Bewegung übrig: der Blick nach oben. Nicht als Flucht, nicht als romantische Geste, sondern als bewusste Entscheidung. Wir schauen auf das Kreuz, weil dort alles zusammenläuft – unsere Fragen, unsere Zweifel, unsere Hoffnungen, unsere Schuld, unsere Sehnsucht. Und wir schauen auf Jesus, weil er der Einzige ist, der diesen Blick erwidert.

Vielleicht ist das Schönste am Glauben, dass wir nicht im Kreis laufen müssen. Er ist kein spirituelles Hamsterrad, kein endloses Suchen. Ein Blick genügt! Ein Aufschauen. Ein Sich-Anlehnen. Und plötzlich ist das Kreuz kein bloßes Symbol mehr, sondern ein Ort. Ein Ort, an dem Himmel und Erde sich berühren, ein Ort, an dem wir gehalten sind, selbst wenn alles andere wankt.

Und wenn wir uns an dieses Kreuz lehnen, wenn wir zu diesem Kreuz aufsehen, dann merken wir: Wir tragen unser Leben nicht allein. Wir müssen uns nicht stark geben. Wir müssen nicht alles verstehen. Wir brauchen nur zu schauen. Und bleiben. Und vertrauen.

Vielleicht nimmst du genau das mit: dass der Weg nach oben immer offen ist. Dass Jesus immer antwortet. Dass der Vater immer empfängt. Und dass das Kreuz immer trägt.

Und jetzt genug der Worte. Richten wir unseren Blick nach oben.

Und das war unser heutiger Bibelcheck auf JC channel, dem Jesus Christus Kanal. Mach's gut. Am Mikrofon war Roland Greger.

Impressum

Dieser Text ist ein Manuskript zum gleichnamigen wöchentlichen Podcast von JC channel und einer monatlichen Sendung des christlichen Lokalradios Radio Meilensteine aus Nürnberg.

Autor und Moderator des Podcasts/der Sendung: Roland Greger

Herausgeber: JC channel - Der Jesus Christus Kanal

E-Mail: webradio@JCchannel.com

Website: <https://JCchannel.com>

Bild: Pixabay (bearbeitet)

Den Podcast findest du auf [Spotify Podcast](#) und auf unserer Website.

Die Sendung *Bibelcheck* von Radio Meilensteine kannst du jeden letzten Dienstag im Monat um 21 Uhr auf maxneo auf der UKW Frequenz 106.5 im Großraum Nürnberg hören. Weiterhin auf dem [Webstream](#) von maxneo, über jede RadioApp oder internetfähigem Radiogerät.

URL des Podcasts auf Spotify: <https://open.spotify.com/show/6k30d23txgpUmtK0xpSwmF>

URL des live Webstreams der Sendungen auf maxneo: <https://www.maxneo.de/radioplayer/maxneo>

Copyright: Die Nutzung der Bibelcheck-Texte ist für privaten oder nichtkommerziellen christlichen Gebrauch erlaubt, sofern die Texte nicht verändert werden. Für alle anderen Zwecke ist die schriftliche Genehmigung des Autors notwendig. Anfragen bitte an die obige E-Mail Adresse richten.