



31.12.2022

Harald Kluge

**„Besser eine Portion Gemüse mit Liebe zubereitet,
als ein Mastochse und Hass dabei.“ Sprüche 15,17**

zum Anhören: [YouTube](#)

Lasst euch in eurem Denken verändern und euch innerlich ganz neu ausrichten. Zieht das neue Leben an, wie ihr neue Kleider anzieht. Ihr seid nun zu neuen Menschen geworden, die Gott selbst nach seinem Bild geschaffen hat. Jeder soll erkennen, dass ihr jetzt zu Gott gehört und so lebt, wie es ihm gefällt. Belügt einander also nicht länger, sondern sagt die Wahrheit.

Wir sind doch als Christen die Glieder eines Leibes, der Gemeinde von Jesus. Wenn ihr zornig seid, dann ladet nicht Schuld auf euch, indem ihr unversöhnlich bleibt. Lasst die Sonne nicht untergehen, ohne dass ihr einander vergeben habt. Gebt dem Teufel keine Gelegenheit, Unfrieden zu stiften. Wer bisher von Diebstahl lebte, der soll sich jetzt eine ehrliche Arbeit suchen, damit er auch noch Notleidenden helfen kann. Redet nicht schlecht voneinander, sondern habt ein gutes Wort für jeden, der es braucht. Was ihr sagt, soll hilfreich und ermutigend sein, eine Wohltat für alle. Tut nichts, was den Heiligen Geist traurig macht. Als Gott ihn euch schenkte, hat er euch sein Siegel aufgedrückt. Er ist doch euer Bürge dafür, dass der Tag der Erlösung kommt. Mit Bitterkeit, Wutausbrüchen und Zorn sollt ihr nichts mehr zu tun haben. Schreit einander nicht an, redet nicht schlecht über andere und vermeidet jede Feindseligkeit. Seid vielmehr freundlich und barmherzig und vergebt einander, so wie Gott euch durch Jesus Christus vergeben hat.

Epheser 4,23-32

Liebe Gemeinde!

Mir ist schon klar, es ist der „Weg zur Hölle“, den wir mit guten Vorsätzen pflastern. Solange wir es nicht schaffen, unsere Vorgaben wahr werden zu lassen, laufen wir ins Nichts.

Und doch können wir es nicht lassen, uns Neujahrsvorsätze auszudenken. Also ich kann es nicht lassen. Ich nehme mir immer wieder vor, mich zu reformieren. Wir nehmen uns immer wieder vor, bessere Menschen zu werden, gesünder zu leben, uns selbst mehr zu gönnen, anderen mehr Zeit, mehr Aufmerksamkeit zu schenken. Und wenn Sie sich jetzt denken, eigentlich bin ich doch eh ein guter Mensch und da braucht es keine zusätzliche Neuausrichtung in meinem Leben, kein Neutuning, beglückwünsche ich Sie. Aber ich nehme es Ihnen dann nicht ab. Irgendeinen Vorsatz wird es sicherlich geben, den Sie so im Herzen bewegen, der immer wieder auftaucht. Und sprechen Sie ihn ruhig aus, diesen Wunsch, diese Sehnsucht. Ach, könnt ich doch, dann würd ich doch.

Jesus hat seine Mitmenschen gerade mit diesem Geist gepackt: Ihr könnt. Du kannst. Du träumst davon, wieder gehen zu können? Dann heilt Gott dich. Denn Jesus war gerade zu dieser Zeit und an

diesem Ort. Wir Menschen versuchen es ihm gleich zu tun. Jeden Tag retten Ärzt*innen und rettet medizinisches Personal Leben, verschaffen Physiotherapeut*innen Verunfallten, Erkrankten wieder mehr Bewegungsspielraum.

Ihr träumt von Gleichberechtigung, von einem Ende der Diskriminierung aufgrund von religiösen oder weltanschaulichen Einstellungen? Ihr würdet euch so sehr ein Ende von Mobbing und Dissing und Shaming wünschen?

Mit einem Wunsch fängt alles an. „*Wenn Du ein Schiff bauen willst, dann trommle nicht Männer zusammen, um Holz zu beschaffen, Aufgaben zu vergeben und die Arbeit einzuteilen, sondern lehre die Männer und Frauen und Kinder die Sehnsucht nach dem weiten, endlosen Meer*“ (nach Antoine de Saint-Exupéry).

Jedem Anfang und jedem Ende und unserer gesamten Zeit auf dieser Erde „wohnt ein Zauber inne, der uns beschützt und der uns hilft zu leben.“ Hermann Hesse hat es in Stufen ausgedrückt. Wir denken eher in Zyklen, in einem immer wieder neuen Anlauf, neuen Start in ein neues Jahr.

Was ich will, ist mir oft selbst nicht klar. Darüber muss ich nachdenken.

Was meine Mitmenschen von mir wollen, weiß ich erst, wenn ich sie frage. Da muss ich mit ihnen darüber reden. Und welche Nacht bietet sich hier besser an, als die heutige Nacht?

Und was Gott will, dazu kann ich im Gebet Antworten suchen, im Meditieren oder im Lesen und Flanieren in der Bibel.

Dazu möchte ich Sie einladen – im Buch der Sprüche und bei Paulus und seinem Brief an die Gemeinden in Ephesos. Das Buch der Sprüche im Ersten Testament ist ein wahrer Schatz, den wir immer wieder hervorkramen können. Darin finden sich beruhigende Sätze, aber auch herzhaft und scherzhafte Kritik an unserem Selbstbild als Menschen.

Ein frohes Herz macht das Gesicht schön (Sprüche 15,13). Und Kummer macht, so meint der Dichter, nicht hässlich, sondern legt sich aufs Gemüt und drückt das Herz. Wer bekümmert ist, sich um jemand anderen mehr kümmert als um sich selbst, kann im Kummer versinken. Eine der Waffen in Krankenhäusern dagegen sind bei Kindern die Cliniclowns.

Es geht aber auch herzlich deftig zu in den Sprüchen. Und dabei ganz modern für alle Veganer*innen und Vegetarier*innen: *Besser eine Portion Gemüse mit Liebe, als ein Mastochse und Hass dabei* (Sprüche 15,17). Was gibt es heute bei Ihnen zu essen? Wer unter uns gerne kocht, weiß nur zu gut, mit Ruhe und Liebe im Herzen zu den Zutaten, zu den Bekochten, den Gästen, der Familie, der aufgetischt wird, kocht es sich tausendmal besser. Und wer nicht selbst kocht, kennt trotzdem auch den Unterschied. Was mit Liebe gekocht wird, schmeckt besser als was lieblos zusammengemischt wurde. Ein Mastochse, übergossen mit Hass, mit Zorn, mit Wut der Köchin gewürzt, kann einem nur sauer und schwer aufstoßen. Da helfen keine Schnäpse nach dem Essen. Und in einer Runde von Freund*innen, der lieben Familie, in wirklich guter Atmosphäre ohne Spannungen, Argwohn, da schmeckt ein Gemüsegericht, rein pflanzliche Kost wie Geschmortes Kraut mit Orangencouscous himmlisch. Dagegen ist der saftigste Ochsenbraten in Biersauce und Rösterdäpfeln ungenießbar, wenn der Kreis an Menschen, in dem ich das verspeise, ungenießbar ist. Sie merken schon, wie

hier Religion und Glaube in der Kulinarik und bei den Alltäglichsten Dingen Anwendung finden kann.

Lassen wir uns in unserem Denken verändern und uns innerlich neu ausrichten! Und ein erster Schritt, so meint Paulus, sei es, etwas Neues anzuziehen. Sich beim Anziehen neuer Hosen, Hemden, Röcke, Blusen, Schuhe, Mäntel, zu denken, genau so einfach ist es eigentlich. Es ist keine Zauberei, benötigt kein Studium, keine Geldsummen in Seminaren: Wir können vor Gott zu neuen Menschen werden. Wenn wir es wollen und wenn wir erkennen, dass wir zu Gott gehören.

Und Paulus bringt dann gleich ein Programm, wie wir hier vorgehen können. *Belügt einander nicht länger!* Paulus bleibt realistisch. Aber versuchen Sie immer öfter, nicht zu lügen. Gerade wenn mir eine Lüge auf der Zunge liegt, ist es gut, wenn ich mir dann kurz auf die Zunge beiße und mir das, was ich an Unwahrheit sagen wollte zu verkneifen. Der nächste Schritt wäre dann, die Wahrheit zu sagen. Und wenn ich mir vorstelle, dass einen Tag lang, ja vielleicht sogar nur eine Stunde lang, alle Menschen einander die Wahrheit sagen würden. Das gäbe ein Durcheinander in den Beziehungen, in den Schulen, am Arbeitsplatz, in der Politik. Stellen wir uns vor, einmal allen gegenüber offen und ehrlich die Wahrheit zu sagen. Ich weiß, für einige ist es das Selbstverständlichste der Welt und sie tun es eh andauernd. Für die Schwächeren bei dieser Übung gilt, das lässt sich antrainieren.

Und es zieht Risiken und Nebenwirkungen nach sich. Es kann gut passieren, dass wer die Wahrheit ausspricht, sich den Zorn der Leute zuzieht. Viele wollen die Wahrheit ja nicht hören. Und wenn ich sie dann doch höre, die Wahrheit, etwa, dass mich manche für einen Deppen halten, dann kann mich das zornig werden lassen. Und hier setzt Paulus an und rät: Wenn du zornig wirst, wütend, in dir innerlich alles hochkocht, die Wut, der Zorn, dann geh dich abkühlen. Lass dich nicht verleiten, dem Zorn nachzugeben, dir genüsslich vorzustellen, was du aus Zorn heraus alles tun möchtest. Zorn ist kein guter Ratgeber, also kein konstruktiver. Zorn und Wut stehen immer in Gefahr in Hass umzuschlagen, ihrem großen unversöhnlichen Bruder. Um mit Zorn gut umgehen zu können, rät Paulus: Bleib versöhnlich. Und damit das gelingt, versuche Kontakt aufzunehmen, wenn möglich, mit dem Objekt deines Zorns. Was dich zornig werden lässt, da musst du ansetzen. Lass dich nicht treiben, und *gib dem Teufel keine Gelegenheit, Unfrieden zu stiften.*

Zorn und Wut wühlen mich innerlich auf. Und es gibt durchaus genug Gründe, zornig zu sein. 2022: Ein Aggressor überfällt ein anderes Land, überzieht es mit Raketen, Bomben, einer Kriegsmaschine und möchte am liebsten alles in Schutt und Asche legen. Wen das nicht aufregt, der ist kein Mensch.

Es sind weltweit so viele Menschen auf der Flucht wie nie zuvor in der Menschheit. Es leidet und stirbt eine solche Menge Menschen täglich an Hunger, an Mangelernährung, an verdrecktem Trinkwasser, an unzureichender Krankenversorgung, dass es zum Himmel schreit. Wen das nicht zornig macht, hat kein Mitgefühl. Aufregung und Zorn und Wut sind uns ins Herz, in die Wiege gelegt. Wir brauchen sie als Motor, ebenso wie als Motivation für unser Handeln. Der irische Philosoph und Politiker Edmund Burke aus dem 18. Jahrhundert meinte einst: *Alles, was nötig ist, damit das Schlechte in der Welt gewinnt, sind genügend gute Menschen, die nichts tun.*

Im Umkehrschluss heißt die Frohbotschaft: „Alles, was nötig ist, damit das Gute in der Welt ge-

winnt, sind genügend gute Menschen, die etwas tun.“

Edmund Burke hat es poetischer ausgedrückt: *Niemand beging einen größeren Fehler als jener, der nichts tat, weil er nur wenig tun konnte.*

Und Burke ergänzt: *Zu dem, der immer wartet, kommt gewöhnlich alles zu spät.* Also warten wir nicht ab, tun wir nicht nichts, und nichts, was den Heiligen Geist und Gott traurig machen würde. Als Kompass hat Gott uns dazu jede Menge an Anweisungen in der Bibel und seinen Geist geschenkt, uns ihn aufgedrückt. Und dann verbieten sich von selbst das Ausharren in Verbitterung, und alle Wutausbrüche. *Schreit einander nicht an!*

Reden wir ruhig über andere, auch wenn sie nicht dabei sind. Aber tun wir es ruhig, nie mit schlechten Worten, nie herablassend.

Vielmehr reden wir miteinander: *Lasst die Sonne nicht untergehen, ohne dass ihr einander vergeben habt.* Versuchen Sie das einmal in einer Partnerschaft und in der Familie und in Freundschaften oder am Arbeitsplatz. Das sind die wahren Herausforderungen des Alltags. Sich auszusprechen, offen und ehrlich die Meinungen zu sagen und es auszuhalten, auf das Eigentliche, Gemeinsame zu einigen und wieder zu versöhnen. Als Krönung einer solchen Neuausrichtung unseres Lebens fasst Paulus es schließlich so zusammen:

Seid freundlich und barmherzig. Vergebt einander, auch euch selbst ... denn so vergibt uns Gott durch Jesus Christus auch. Und danach können wir unbelasteter ins neue Jahr gleiten und rutschen ... Schenken Sie heute jemandem auch einmal einen freundlichen Blick. Der erfreut das Herz und stärkt. Das können wir alle gut brauchen.