

6. Sonntag nach Trinitatis, Gal 2,16-21

Gnade sei mit euch und Friede von Gott, unserem Vater, und dem Herrn Jesus Christus.
Amen.

Wo findet sich Heil?

Darum geht's in unserem Predigttext, der, zugegeben, nur wenig zugänglich ist. Irgendwie bekommt man mit, dass es um das Gesetz geht, aber was und wie genau? Eher nicht. Und es legt sich die Frage nahe, ob das alles überhaupt unser Problem ist – oder nicht vielleicht doch nur das des Juden Paulus, der sich als steter Musterschüler daran abarbeitet, dass er die für die jüdische Religion so wichtigen Gesetze und Regeln nicht mehr befolgt.

Wir aber leben doch in einer freiheitlichen Welt. Jede und jeder ist für das eigene Tun verantwortlich. Und der Satz, dass die eigene Freiheit da endet, wo die des Nächsten beginnt, ist zum Standardsatz ethischen Handelns geworden. Aber wie sieht es im Alltag denn aus? Sind wir wirklich so frei wie wir uns behaupten?

Ein Beispiel aus der Gegenwart: Wir haben in Deutschland genug zu essen und zu trinken. Nicht nur das, eigentlich haben wir sogar zu viel. Und die Produktion dieses „zu viel“ geht nicht selten mit unwürdigen Bedingungen in der Tierhaltung einher oder einer Ackerwirtschaft, die für das Gleichgewicht der Natur problematisch ist. Das erkennen inzwischen nicht wenige Menschen. Und sie reagieren mit dem Wunsch, sich richtig ernähren zu wollen. Eine an und für sich gute Idee. Bis zu dem Zeitpunkt, wo die Frage der Ernährung plötzlich zu einer Heilsfrage wird.

„Orthorexie“ ist ein Begriff, der 1997 geprägt wurde und eine möglicherweise krankhafte Fixierung auf gesundes Essen und die richtige Ernährung meint. Die Zeit berichtet in einem ihrer Artikel von einer jungen Frau, die in Stress geriet, weil sie sich in ihrem Wunsch nach gesunder Ernährung irgendwann vegan, glutenfrei, ölfrei, frei von raffiniertem Zucker, mehlfrei und dressingfrei ernährte. Der Arzt Steven Bratman, der den Begriff der Orthorexie prägte, war sich ebenfalls selbst Patient. Er sagt von sich: "Ich wurde so ein Snob, dass ich nur noch Gemüse aus eigenem Anbau aß, das maximal 15 Minuten vor Verzehr geerntet worden war. Ich ernährte mich rein vegetarisch, kaute jeden Bissen 50-mal, aß immer an einem ruhigen Ort – also alleine."

Der Soziologe Simon Reitmeier befasste sich aufgrund solcher Tendenzen mit der Soziologie der Ernährung und kommt zu dem Schluss: "Ein gesunder Lebensstil im Allgemeinen und eine gesunde Ernährung im Speziellen werden zur moralischen Pflicht des Individuums.

Gesundheit und Krankheit gelten nicht als schicksalhafte Bestimmung, sondern als gestaltbare beziehungsweise vermeidbare Zustände, wenn sich das Individuum an die Erkenntnisse und Ratschläge der Wissenschaft hält. Ebenso definieren sich viele Menschen heute darüber, was oder was sie nicht essen, und fühlen sich so einer bestimmten Gruppe zugehörig oder grenzen sich von anderen ab.“ Ähnlich der Arzt Bratman: „Menschen mit solcher Lebenseinstellung fühlen sich nicht hilfsbedürftig, sondern überlegen, da sie sich vermeintlich besser, gesünder, nachhaltiger oder sinnvoller ernähren als der Rest der Welt.“ Von sich selbst erinnert er: "Da ich mich verpflichtet fühlte, meine schwächeren Brüder zu erleuchten, unterrichtete ich fortwährend Freunde und Familie."

Menschen, die eine Orthorexie entwickelt haben, sind nicht unbedingt krank. Sie sind gesund und

richtig zu ernähren ist schließlich, wie schon gesagt, erst einmal eine gute Idee. Zumindest solange, wie dieser Wunsch nicht in die Mangelernährung treibt. Oder im Gefängnis eines selbstgebauten Regelwerks gefangen hält. Oder in die Einsamkeit führt, die oft mit ewiger Besserwisserei einhergeht.

Noch einmal. Warum das lange Beispiel? Weil ich denke, dass es für unsere Zeit sprechend ist. Der Blick auf die langen Wände der Ratgeberliteratur für nahezu jedes Lebensthema zeugt davon, dass wir anscheinend tatsächlich meinen, dass das richtige Tun zum gewünschten Ergebnis führen wird. In unserer Freiheit schaffen wir uns im schlechten Fall Gesetze und Regelwerke, die nicht mehr großzügig die Richtung weisen, sondern bissig und krampfhaft mit Hilfe der selbstgeschaffenen Überzeugungen das Heil machen wollen. Gnade fehlt als gedanklicher Ansatz.

Damit sind solche Regelwerke quasi-religiöse Handlungen. Und in solchen Systemen – so unser Predigttext von heute – drohen wir das wahre Heil zu verpassen. Denn das liegt in der Gnade.

Das Essen ist ein gutes Beispiel dafür, weil es damals Juden und Nichtjuden voneinander trennte und ins Gegeneinander trieb. Heute trennt es Menschen, wenn Freunde oder Familienmitglieder nicht mehr wissen, was sie einander zu essen anbieten können. Noch einmal: natürlich ist es sinnvoll, sich über gutes Essen Gedanken zu machen. Sowohl was seine Herkunft betrifft, als auch die Art der Zubereitung als auch die Mengen. Aber in dem Augenblick, in dem es wichtiger ist, das „richtige“ Essen zu mir zu nehmen als mit einem Freund gemeinsam zu essen, läuft etwas schief. Und in dem Augenblick, in dem ich vor einem gefüllten Kühlschrank aufgrund von Prinzipien in Mangelernährung gerate, wird das Unheil der Überzeugung vom machbaren Heil sichtbar.

Paulus sagt an anderer Stelle: „Der Herr ist Geist. Wo aber der Geist des Herrn weht, da ist Freiheit.“

Wir sind frei, richtig zu handeln. Nicht weil irgendein äußeres oder inneres Gesetz uns zwingt. Denn Zwanghaftigkeit führt wohl in allen Bereichen am Ende ins Unheil. Wenn ein Regelwerk in die gedankliche Unfreiheit führt, ist der Geist Gottes fern. Der Geist Gottes treibt nämlich zum Leben. Und das kennt viele Formen. Alles aber, das zum Leben führt, kann und soll getan werden. Und so ist die alltäglich notwendige Ethik eine, in der man sich grundsätzlich, aber nicht zwanghaft an erkanntes richtiges Tun hält und es in Grenzsituationen auf den Prüfstand stellt.

Damit ist unser Glaube einer der anspruchsvollsten, die ich kenne. Denn was in einem Fall goldrichtig ist, ist im nächsten grenzwertig und im dritten falsch.

Zwar stellt die christliche Moral einen moralischen Rahmen zur Verfügung, aber gleichzeitig denkt sie sich frei von ihm, wenn sie sagt: In Christus liegt die Freiheit. Und zwar die einzig wahre.

Deshalb kann, wer Christus nachfolgt, sich gegenüber den Regeln und Gesetzen der Welt frei verhalten. Im Miteinander auf Erden sollen wir seinem Vorbild folgen. Ja. Demütig, aufmerksam, nachgiebig sollen wir sein – und das mit aller Klarheit und Festigkeit.

Demut meint dabei das Wissen um die eigene Begrenztheit. Ich bleibe eine Suchende. Die Demut liegt nicht in der blinden Unterordnung oder einer Selbstaufgabe, sondern in der Anerkennung, selbst genauso viel oder wenig und manchmal auch weniger als meine Mitmenschen zu wissen. Die Demut liegt darin, lernwillig und zuhörend zu bleiben. Solche Demut schützt davor, in neue Gesetzlichkeit zu verfallen, in die Gesetzlichkeit der selbst erschaffenen Überzeugungen nämlich.

Es ist kein leichter Weg, aber ein lohnender. Denn einerseits gebietet die Demut, die Erkenntnisse der Welt zu prüfen und in den meisten Fällen auch ihnen zu folgen. Andererseits aber weiß sie sich frei von ihnen und bleibt damit flexibel. Es ist die Demut vor dem Leben selbst, die uns Jesus vorgelebt und der zu folgen er uns befohlen hat. Und darin liegt sein Heil.

Der Friede Gottes aber ist höher ist als all unsere Vernunft; so bewahre er unsere Herzen und Sinne in der demütigen Freiheit Christi. Amen.

Predigttext Gal 2,16-21:

16 Weil wir wissen, dass der Mensch durch Werke des Gesetzes nicht gerecht wird, sondern durch den Glauben an Jesus Christus, sind auch wir zum Glauben an Christus Jesus gekommen, damit wir gerecht werden durch den Glauben an Christus und nicht durch Werke des Gesetzes; denn durch des Gesetzes Werke wird kein Mensch gerecht.

17 Sollten wir aber, die wir durch Christus gerecht zu werden suchen, sogar selbst als Sünder befunden werden – ist dann Christus ein Diener der Sünde? Das sei ferne!

18 Denn wenn ich das, was ich niedergerissen habe, wieder aufbaue, dann mache ich mich selbst zu einem Übertreter.

19 Denn ich bin durchs Gesetz dem Gesetz gestorben, damit ich Gott lebe. Ich bin mit Christus gekreuzigt.

20 Ich lebe, doch nun nicht ich, sondern Christus lebt in mir. Denn was ich jetzt lebe im Fleisch, das lebe ich im Glauben an den Sohn Gottes, der mich geliebt hat und sich selbst für mich dahingegeben.

21 Ich werfe nicht weg die Gnade Gottes; denn wenn durch das Gesetz die Gerechtigkeit kommt, so ist Christus vergeblich gestorben.