

Was die berühmteste Rede der Welt wirklich sagt.

Einleitung.....	2
1. Das Gesetz neu buchstabieren – fünf Sätze, die alles verschieben.....	7
1.1 Zorn: der Mord vor dem Mord.....	7
1.2 Der Blick, der besitzen will.....	10
1.3 Ja ohne Sternchen.....	12
1.4 Die andere Wange – Würde statt Rache.....	14
1.5 Feindesliebe im Ernstfall.....	18
2. Frömmigkeit ohne Bühne – Geben, Beten, Vergeben, Fasten.....	20
2.1 Die linke Hand weiß von nichts.....	21
2.2 Beten ohne Wortgeklänge.....	24
2.3 Das Vaterunser – eine Schule in sechs Bitten.....	28
2.4 Vergeben – das tägliche Brot der Seele.....	30
2.5 Fasten mit gewaschenem Gesicht.....	33
3. Herz und Schatz – Geld, Blicke und Sorgen.....	36
3.1 Wo der Schatz liegt.....	36
3.2 Das Auge als Lampe.....	39
3.3 Zwei Herren geht nicht.....	41
3.4 Sorget nicht – Vertrauen in Tagesrationen.....	43
3.5 Trachtet zuerst – die Reihenfolge entscheidet.....	46
4. Urteilen, bitten, behandeln – die Kunst des Miteinanders.....	47
4.1 Richtet nicht – die Psychologie des Splitters.....	48

4.2 Unterscheiden ist nicht verurteilen.....	51
4.3 Bittet, sucht, klopft an.....	53
4.4 Die Goldene Regel – vom Unterlassen zum Tun.....	55
4.5 Ein Satz, viele Sprachen.....	57
5. Worauf wir bauen – Weg, Früchte, Fundament.....	61
5.1 Das enge Tor und der Mut der Wenigen.....	61
5.2 An den Früchten, nicht am Glanz.....	64
5.3 Nicht jeder, der „Herr“ sagt.....	66
5.4 Auf Fels gebaut.....	68
5.5 Kann man mit der Bergpredigt regieren?.....	71
Schluss: Die andere Wange ist keine Schwäche.....	75
Fünf Entdeckungen für den Alltag.....	75
Ein Vorschlag für Gemeinden, Hauskreise und Familien.....	76
Ein letztes Wort.....	76
Bibliographie.....	77

Einleitung

Stellen Sie sich einen Schulhof vor. Ein großer Junge schubst einen kleinen. Der Kleine stolpert, steht wieder auf und schaut ihn an. Was soll er jetzt tun? Zurückschubsen, sagen die einen. Weglaufen, sagen die anderen. Dann murmelt jemand einen alten Satz. „Halt ihm doch die andere Wange hin.“

Spätestens jetzt verdrehen viele die Augen. Die andere Wange hinhalten – das klingt nach Fußabtreter. Es klingt nach einem Menschen, der sich alles gefallen lässt. Für viele ist dieser Satz der Beweis, dass Religion schwach macht. Doch genau dieser Eindruck könnte ein Irrtum sein. Dieser Essay lädt ein, den Satz und seine Umgebung neu zu lesen.



Abb. 1: Rembrandt, „Christus predigt“ („La Petite Tombe“), Radierung, um 1657. Zuhörer jeden Alters und Standes umringen den Lehrer. Bildquelle: The Metropolitan Museum of Art, New York, gemeinfrei (CC0).

Das Kippbild

Im Oktober 1892 druckte eine Münchner Witzzeitschrift eine kleine Zeichnung. Sie hieß *Fliegende Blätter* und war damals sehr beliebt. Die Zeichnung zeigt einen Tierkopf im Profil. Wer hinschaut, sieht eine Ente mit langem Schnabel. Wer anders hinschaut, sieht plötzlich einen Hasen mit zwei Ohren.¹

Die Linien auf dem Papier bleiben dieselben. Nur das Bild im Kopf springt um. Fachleute nennen so etwas ein „Kippbild“. Der Philosoph Ludwig Wittgenstein machte gerade diese Zeichnung später berühmt. Sie zeigt etwas Einfaches und zugleich Beunruhigendes. Wir sehen nicht nur mit den Augen. Wir sehen immer auch mit unseren Erwartungen.

Mit der Bergpredigt geht es vielen Menschen genauso. Man glaubt zu wissen, was darin steht. Man hat einzelne Sätze auf Kalenderblättern gelesen. Man hat sie in Talkshows gehört, oft spöttisch zitiert. Und dann liest man genauer hin – und das Bild kippt.

Was ist die Bergpredigt überhaupt?

Fangen wir ganz vorne an, denn nichts soll vorausgesetzt werden. Die Bergpredigt ist eine Rede von Jesus aus Nazareth. Sie steht in der Bibel, im Neuen Testament. Genauer gesagt

¹ Wikipedia, „Rabbit–duck illusion“: früheste bekannte Veröffentlichung in den *Fliegenden Blättern* vom 23.10.1892; später vom Psychologen Joseph Jastrow aufgegriffen und durch Ludwig Wittgensteins *Philosophische Untersuchungen* berühmt geworden („sehen als“).
https://en.wikipedia.org/wiki/Rabbit%E2%80%93duck_illusion. Ludwig Wittgenstein (1889–1951) war ein österreichisch-britischer Philosoph, der vor allem über Sprache und Wahrnehmung nachdachte.

steht sie im Evangelium nach Matthäus.² Dort füllt sie die Kapitel 5 bis 7. Das sind 111 Verse, gut fünf Seiten einer gewöhnlichen Bibel.

Wer war dieser Jesus? Darüber wird viel gestritten, doch einiges gilt als gesichert. Fast alle Historiker gehen davon aus, dass er wirklich gelebt hat. Er war ein jüdischer Wanderlehrer aus Galiläa im Norden des heutigen Israel. Zwei Ereignisse seines Lebens gelten in der Forschung als nahezu unbestritten.³ Er wurde von Johannes dem Täufer getauft. Und er wurde unter dem römischen Statthalter Pontius Pilatus gekreuzigt. Das geschah um das Jahr 30 unserer Zeitrechnung.

Auch außerhalb der Bibel gibt es Spuren. Der römische Geschichtsschreiber Tacitus erwähnt ihn Anfang des 2. Jahrhunderts. Er schreibt, „Christus“ sei unter Kaiser Tiberius hingerichtet worden. Tacitus war kein Christ und sprach abfällig über die neue Bewegung. Gerade deshalb gilt sein Zeugnis als wertvoll.

Die Evangelien entstanden Jahrzehnte nach Jesu Tod. Sie sind keine neutralen Protokolle, sondern Glaubenszeugnisse. Ihre Verfasser sammelten Erinnerungen, Worte und Geschichten über Jesus. Matthäus hat dabei viele Sprüche Jesu zu einer großen Rede gebündelt. Einen kürzeren Teil davon kennt auch das Lukasevangelium als sogenannte Feldrede.⁴

Den Namen „Bergpredigt“ verdanken wir übrigens keinem Evangelisten. Matthäus schreibt nur, Jesus sei „auf einen Berg“ gestiegen. Den Titel prägte um 393 der Kirchenvater Augustinus aus Nordafrika.⁵ Er schrieb eine Auslegung mit lateinischem Titel: *De sermone Domini in monte*. Übersetzt heißt das „Über die Rede des Herrn auf dem Berg“. Schon der Name ist also eine Deutung. Und der erste große Ausleger lebte im heutigen Algerien, nicht in Europa.

Die Leser von heute

Das passt erstaunlich gut zur Gegenwart. Wer heute die Bergpredigt liest, lebt meist nicht in Europa. Das zeigen Zahlen des amerikanischen Pew Research Center.⁶ Demnach lebten

² *Evangelium* (griech. *euangelion*) heißt „gute Nachricht“. Das Wort bezeichnet die Botschaft von Jesus und zugleich die vier Bücher über sein Leben im Neuen Testament: Matthäus, Markus, Lukas und Johannes. Das *Neue Testament* ist der christliche Teil der Bibel; der ältere Teil, die Hebräische Bibel, heißt bei Christen *Altes Testament*.

³ Wikipedia, „Sources for the historicity of Jesus“: allgemeiner Konsens, dass ein historischer Jesus von Nazareth im 1. Jahrhundert im römischen Judäa lebte; nahezu einhellige Zustimmung zu zwei Ereignissen, der Taufe durch Johannes und der Kreuzigung unter Pontius Pilatus; Tacitus, *Annalen* 15,44 („Christus ... wurde unter Tiberius ... hingerichtet“) gilt als echt und als unabhängige römische Quelle; die meisten Forscher datieren die vier Evangelien auf 50–70 Jahre nach Jesu Tod.
https://en.wikipedia.org/wiki/Sources_for_the_historicity_of_Jesus

⁴ Lukas 6,20–49. Weil Jesus dort „an einem ebenen Platz“ steht (Lk 6,17), spricht man von der *Feldrede*. Sie enthält u. a. Seligpreisungen, Feindesliebe und die Goldene Regel in kürzerer Form.

⁵ Wikipedia, „Sermon on the Mount“: Der Name ist eine Übersetzung von Augustins Werktitel *De sermone Domini in monte*; zur Datierung (um 393) Wikipedia, „Our Lord's Sermon on the Mount“.
https://en.wikipedia.org/wiki/Sermon_on_the_Mount;
https://en.wikipedia.org/wiki/Our_Lord%27s_Sermon_on_the_Mount. Augustinus (354–430) war Bischof von Hippo Regius, dem heutigen Annaba in Algerien. Als *Kirchenväter* bezeichnet man prägende christliche Lehrer der ersten Jahrhunderte.

2020 die meisten Christen im Süden der Welt. Rund 31 Prozent wohnten in Afrika südlich der Sahara. In Europa waren es nur noch 22 Prozent.

Wer die Bergpredigt verstehen will, sollte deshalb mit Nigerianern und Koreanern lesen. Er sollte Brasilianer und Ägypter fragen. Und er sollte Menschen zuhören, die gar keine Christen sind. Ein Hindu-Anwalt aus Indien hat über diesen Text Kluges gesagt. Ebenso ein jüdischer Gelehrter aus den USA. Und ein buddhistischer Mönch aus Tibet. Sie alle kommen in diesem Essay zu Wort.

Die Formel „Ich aber sage euch“

Ausgangspunkt dieses Essays ist eine Predigtreihe in zwanzig Teilen. Sie trägt den Titel „Ich aber sage euch“. Diese Formel wiederholt Jesus in der Bergpredigt sechsmal. Zuerst zitiert er ein altes Gebot: „Ihr habt gehört, dass gesagt ist ...“ Dann folgt jedes Mal seine überraschende Wendung.

Der Essay ordnet die zwanzig Predigten in fünf Kapitel. Er ergänzt sie um Lebensberichte, Studien und Stimmen aus aller Welt. Am Ende jedes Abschnitts steht ein kurzer **Entdeckerauftrag**. Er macht aus einem Gedanken einen kleinen Schritt für die kommende Woche. Man kann diesen Leitfaden allein lesen, im Hauskreis oder mit Freunden.

Matthäus 5-7: vom „Ich aber sage euch“ bis zum Haus auf dem Felsen

1 Das Gesetz neu buchstabieren Mt 5,21-48	1.1 Zorn (5,21-26)	1.2 Blick (5,27-30)	1.3 Ja/Nein (5,33-37)
	1.4 Andere Wange (5,38-42)	1.5 Feindesliebe (5,43-48)	
2 Frömmigkeit ohne Bühne Mt 6,1-18	2.1 Geben (6,2-4)	2.2 Beten (6,5-8)	2.3 Vaterunser (6,9-13)
	2.4 Vergeben (6,12.14f)	2.5 Fasten (6,16-18)	
3 Herz und Schatz Mt 6,19-34	3.1 Schätze (6,19-21)	3.2 Auge (6,22-23)	3.3 Zwei Herren (6,24)
	3.4 Sorget nicht (6,25-32)	3.5 Zuerst (6,33-34)	
4 Urteilen, bitten, behandeln Mt 7,1-12	4.1 Richtet nicht (7,1-2)	4.2 Splitter (7,3-6)	4.3 Bittet (7,7-11)
	4.4 Goldene Regel (7,12)	4.5 ... weltweit	
5 Worauf wir bauen Mt 7,13-29	5.1 Enges Tor (7,13-14)	5.2 Früchte (7,15-20)	5.3 „Herr, Herr“ (7,21-23)
	5.4 Fels (7,24-27)	5.5 Politik?	

Abb. 2: Landkarte der Bergpredigt. Sie zeigt die fünf Kapitel dieses Essays und die Bibelstellen aus Matthäus 5–7. Datenquelle: eigene Zusammenstellung nach der Predigtreihe „Ich aber sage euch ...“ und der Lutherbibel 2017.

Daraus folgt die Leitfrage: **Was entdeckt man mit frischen Augen?** Und weiter: **Wie verändert das Menschen in aller Welt?**

⁶ Pew Research Center, „How the Global Religious Landscape Changed From 2010 to 2020 – Christian Population Change“ (9.6.2025): 2,3 Mrd. Christen (29 % der Weltbevölkerung); Afrika südlich der Sahara 31 % aller Christen (697 Mio.), Europa 22 % (505 Mio.).
<https://www.pewresearch.org/religion/2025/06/09/christian-population-change/>

Drei Warnschilder am Eingang

Bevor es losgeht, stehen drei Warnschilder am Weg. Das erste lautet: Die Bergpredigt ist kein Moralkatalog für Musterschüler. Sie beginnt mit den sogenannten Seligpreisungen.⁷ Das sind Zusagen an Arme, Trauernde und Friedensstifter. Erst kommt das Geschenk, dann der Anspruch. Wer sie als Prüfung liest, landet in Verzweiflung oder in Heuchelei.

Das zweite Warnschild lautet: Die Bergpredigt ist kein Text gegen das Judentum. Jesus spricht als Jude zu Juden. Er will das Gesetz nach eigenen Worten „erfüllen“, nicht abschaffen (Mt 5,17). Wer ihn gegen seine eigene Tradition ausspielt, versteht ihn nicht.

Das dritte Warnschild lautet: Über die Auslegung wird seit Jahrhunderten gestritten. Wer behauptet, alles sei ganz einfach, hat es meist noch nicht ausprobiert. Dieser Essay zeigt deshalb offen, wo Fachleute uneins sind. Er stellt auch die stärksten Einwände dar.

Der Weg führt durch fünf Kapitel. Kapitel 1 liest die großen „Ich aber sage euch“-Sätze. Sie handeln von Zorn, Begehren, Eid, Vergeltung und Feindesliebe. Kapitel 2 folgt Jesus ins Geben, Beten, Vergeben und Fasten. Kapitel 3 fragt nach Geld, Aufmerksamkeit und Angst. Kapitel 4 behandelt das Urteilen, das Bitten und die Goldene Regel. Kapitel 5 prüft, was im Sturm trägt. Und ob man damit regieren kann.

1. Das Gesetz neu buchstabieren – fünf Sätze, die alles verschieben

Stellen Sie sich einen Hang am See Genezareth vor. Fischer, Bauern und Tagelöhner sitzen im Gras. Sie kennen die Gebote ihrer Religion von Kindesbeinen an. Dann steht ein Mann aus Nazareth auf und spricht. „Ihr habt gehört, dass zu den Alten gesagt ist ...“ So beginnt er.

Was folgt, ist ein Zitat aus der Tora.⁸ Die Tora ist Gottes Weisung an Israel, das Herzstück der jüdischen Bibel. Jeder Zuhörer kannte diese Sätze auswendig. Und dann kommt die Wendung, die alle elektrisiert: „Ich aber sage euch.“

Was war daran so unerhört? Jüdische Lehrer jener Zeit legten die Schrift sorgfältig aus. Sie beriefen sich dabei gern auf berühmte Lehrer vor ihnen. Jesus beruft sich auf niemanden. Am Ende der Rede notiert Matthäus trocken die Reaktion. Das Volk war entsetzt. Er lehrte „wie einer, der Vollmacht hat“ (Mt 7,29).

Fachleute nennen diese sechs Gegenüberstellungen die „Antithesen“.⁹ Doch der Name täuscht ein wenig. Jesus schafft die alten Gebote nicht ab. Er gräbt darunter, wie ein Archäologe unter einem Fundament. Er fragt nicht nur, was du tust. Er fragt, woher es in dir kommt. Dieses Kapitel folgt ihm in fünf Grabungen.

⁷ Die *Seligpreisungen* (Mt 5,3–12) eröffnen die Bergpredigt mit neun Sätzen, die mit „Selig sind ...“ beginnen, etwa „Selig sind, die Frieden stiften“. *Selig* bedeutet hier: von Gott beschenkt, im tiefsten Sinn glücklich.

⁸ *Tora* (hebr. „Weisung, Lehre“) heißen die fünf Bücher Mose, der erste und wichtigste Teil der Hebräischen Bibel. Sie enthält Erzählungen und Gebote, darunter die Zehn Gebote.

⁹ *Antithese* (griech. „Gegensatz, Gegenbehauptung“): In der Bibelwissenschaft heißen so die sechs Abschnitte Mt 5,21–48, in denen Jesus einem überlieferten Satz ein „Ich aber sage euch“ gegenüberstellt.

1.1 Zorn: der Mord vor dem Mord

„Du sollst nicht töten.“ Dieses Gebot halten die meisten Menschen mühelos ein. Wer hat schon jemanden umgebracht? Man könnte sich also zufrieden zurücklehnen. Doch Jesus lässt das nicht zu.

Wer seinem Bruder zürnt, sagt er, der verfällt schon dem Gericht. Wer ihn einen Hohlkopf nennt, ebenso. Das griechische Wort dafür lautet *rhaka*.¹⁰ Es gibt vermutlich ein aramäisches Schimpfwort wieder.¹¹ Gemeint ist etwa „Leerkopf“ oder „Null“. Heute würde man vielleicht „Vollpfosten“ sagen.

Ist das nicht maßlos übertrieben? Zwischen einem Wutanfall und einem Mord liegen doch Welten. Jesus bestreitet das gar nicht. Aber er zeigt, wo diese Welten zusammenhängen. Kein Mord beginnt mit dem Messer. Er beginnt mit einem Blick, der den anderen kleiner macht. Und er beginnt mit Worten, die ihn zur Null erklären.

Wenn Worte töten

Wie aus Worten Taten werden, hat Ruanda 1994 erlebt. Von Juli 1993 bis Juli 1994 sendete dort ein privater Radiosender. Er hieß „Radio Télévision Libre des Mille Collines“. Seine Sprecher nannten die Minderheit der Tutsi immer wieder „Kakerlaken“.¹² Wer Menschen zu Ungeziefer erklärt, senkt die Schwelle zum Töten. Im Frühjahr 1994 wurden in Ruanda Hunderttausende Tutsi ermordet. 2003 verurteilte ein internationales Gericht die Verantwortlichen des Senders.

Natürlich führt nicht jedes Schimpfwort zum Völkermord. Doch der Weg dorthin ist mit Schimpfwörtern gepflastert. Jesus setzt dort an, wo Umkehr noch leicht ist. Er setzt beim inneren Kochen an, lange vor dem Überkochen.

Dampf ablassen? Ein Irrtum

Viele glauben, Wut müsse heraus. Man solle Dampf ablassen, auf ein Kissen schlagen, sich abreagieren. Die Forschung sieht das deutlich anders. 2002 ließ der Psychologe Brad Bushman 600 Studierende bewusst verärgern.¹³ Ein angeblicher Partner hatte ihren Aufsatz vernichtend kritisiert. Danach durfte eine Gruppe auf einen Boxsack einschlagen. Dabei sollte sie an den Kritiker denken.

¹⁰ Griech. *rhaka*, nach den gängigen Lexika ein aramäisches Schimpfwort (verwandt mit *rêq*, „leer“), etwa „Hohlkopf“, „Nichtsnutz“. Bible Hub, Strong's Greek 4469. <https://biblehub.com/greek/4469.htm>

¹¹ *Aramäisch* ist eine semitische Sprache, verwandt mit dem Hebräischen. Sie war zur Zeit Jesu die Alltagssprache in Palästina; Jesus hat sehr wahrscheinlich Aramäisch gesprochen.

¹² Wikipedia, „Radio Télévision Libre des Mille Collines“: Sendebetrieb vom 8.7.1993 bis 31.7.1994; der Sender bezeichnete Tutsi und die Rebellenarmee RPF fortlaufend als „Kakerlaken“ („You [Tutsis] are cockroaches! We will kill you!“; Übers. d. Verf.); Schuldspruch gegen drei Verantwortliche durch den Internationalen Strafgerichtshof für Ruanda am 3.12.2003. https://en.wikipedia.org/wiki/Radio_T%C3%A9l%C3%A9vision_Libre_des_Mille_Collines

¹³ Bushman 2002, S. 724–731: 600 Studierende der Iowa State University; nach einer provozierenden Kritik schlug eine Gruppe auf einen Boxsack und dachte dabei an den Provokateur; diese Gruppe war danach am wütendsten und am aggressivsten. Fazit: „venting to reduce anger is like using gasoline to put out a fire—it only feeds the flame.“ Übers. d. Verf. <https://public.websites.umich.edu/~bbushman/PSPB02.pdf>

Das Ergebnis war eindeutig. Diese Gruppe war hinterher wütender als die anderen. Sie verhielt sich auch am aggressivsten. Bushman fand dafür ein starkes Bild. Wut ablassen sei wie Benzin ins Feuer gießen. 2024 bestätigte eine große Metaanalyse diesen Befund.¹⁴ Sie wertete 154 Studien mit über 10.000 Teilnehmern aus.¹⁵ Was half wirklich? Ruhige Atmung, Entspannung, eine Auszeit – alles, was den Körper herunterfährt.

Jesus hat keine Atemübung empfohlen. Aber er hat dasselbe Prinzip vertreten. Man soll den Zorn nicht füttern, sondern früh entschärfen.

Erst versöhnen, dann beten

Und dann folgt eine Szene von fast komischer Dringlichkeit. Du stehst am Altar im Tempel, dein Opfertier neben dir. Da fällt dir ein, dass dein Bruder etwas gegen dich hat. Was sollst du tun? Jesus sagt: Lass das Opfer stehen. Geh hin und versöhne dich zuerst. Dann komm zurück (Mt 5,23–24).

Man muss sich das bildlich vorstellen. Der Tempel stand in Jerusalem. Für einen Galiläer lag er mehrere Tagesreisen von zu Hause entfernt. Das Schaf blökt im Vorhof, während der Mann zurückwandert. Die Pointe ist deutlich: Gottesdienst kann warten. Versöhnung kann es nicht.

Versöhnung im Großen: Südafrika

Wie das im Großen aussehen kann, hat Südafrika versucht. Bis 1994 herrschte dort die Apartheid.¹⁶ Eine weiße Minderheit unterdrückte die schwarze Mehrheit mit Gesetzen und Gewalt. Nach dem Ende stand das Land vor einer Frage ohne Vorbild. Wie leben Täter und Opfer im selben Dorf weiter?

Viele fürchteten, Massenprozesse würden das Land zerreißen. Totales Vergessen hätte die Opfer dagegen ein zweites Mal verhöhnt. Deshalb schuf das Parlament 1995 eine Wahrheits- und Versöhnungskommission.¹⁷ Ihr Vorsitzender war Desmond Tutu, der anglikanische Erzbischof von Kapstadt. Ab April 1996 hörte die Kommission öffentlich Opfer an. Täter konnten Straffreiheit erhalten, eine sogenannte Amnestie.¹⁸ Dafür mussten sie ihre politischen Taten vollständig offenlegen. Von 7.111 Anträgen wurden 849 bewilligt.

¹⁴ Eine *Metaanalyse* fasst viele Einzelstudien zur selben Frage statistisch zusammen. Sie ist aussagekräftiger als jede Einzelstudie, weil Zufallsbefunde sich ausgleichen.

¹⁵ Kjærvik/Bushman 2024: Metaanalyse von 154 Studien mit 10.189 Teilnehmenden; kaum Belege, dass „Dampf ablassen“ Wut verringert; beruhigende Tätigkeiten (langsames Yoga, Achtsamkeit, Muskelentspannung, Bauchatmung, Auszeit) senkten Wut. Zusammenfassung: ScienceAlert, „Venting Doesn’t Reduce Anger, But Something Else Does“, <https://sciencealert.com/venting-doesnt-reduce-anger-but-something-else-does-study-reveals>

¹⁶ *Apartheid* (Afrikaans „Getrenntheit“) war das System staatlicher Rassentrennung in Südafrika von 1948 bis Anfang der 1990er Jahre. 1994 fanden die ersten freien Wahlen für alle statt.

¹⁷ Wikipedia, „Truth and Reconciliation Commission (South Africa)“: Rechtsgrundlage Promotion of National Unity and Reconciliation Act No. 34 von 1995; Vorsitz Desmond Tutu; erste öffentliche Anhörung am 15.4.1996; von 7.111 Amnestieanträgen wurden 849 bewilligt; Kritik an fehlender Gerechtigkeit und späten Entschädigungen. [https://en.wikipedia.org/wiki/Truth_and_Reconciliation_Commission_\(South_Africa\)](https://en.wikipedia.org/wiki/Truth_and_Reconciliation_Commission_(South_Africa))

¹⁸ *Amnestie* (griech. „Vergessen“) ist ein staatlicher Straferlass für bestimmte Taten.

Tutu hat später ein Buch darüber geschrieben. Sein Titel lautet übersetzt „Keine Zukunft ohne Vergebung“. Darin verbindet er den christlichen Glauben mit einem afrikanischen Begriff: *Ubuntu*.¹⁹ Grob übersetzt heißt das: Ein Mensch wird Mensch durch andere Menschen. „Meine Menschlichkeit ist mit der deinen untrennbar verwoben“, schreibt Tutu.²⁰ Wer einen anderen entwürdigt, beschädigt also sich selbst.

Versöhnung im Großen: Ruanda

Auch Ruanda suchte nach dem Völkermord einen eigenen Weg. Die Gefängnisse waren überfüllt, Richter gab es kaum noch. Deshalb griff das Land auf eine alte Tradition zurück. Früher hatten Dorfälteste Streit unter freiem Himmel geschlichtet, auf einer Wiese. Diese Versammlung hieß *Gacaca*.²¹

Ab 2002 entstanden mehr als 12.000 solcher Laiengerichte.²² Die Richter wurden von ihren Nachbarn gewählt, allein wegen ihrer Ehrlichkeit. Bis 2012 verhandelten sie fast zwei Millionen Fälle. Geständnisse standen im Mittelpunkt, Opfer und Zeugen sprachen öffentlich. Menschenrechtler sahen ein gemischtes Ergebnis. Sie lobten die Beteiligung der Dörfer und die schnellen Verfahren. Sie kritisierten aber unfaire Prozesse, Befangenheit und Einschüchterung.

Die Pointe

Beide Versuche sind umstritten, und das gehört ehrlich gesagt. Viele Opfer fühlten sich um Gerechtigkeit betrogen. Entschädigungen kamen spät oder gar nicht. Doch die Bergpredigt verlangt auch keine billige Versöhnung. Sie verlangt nur, dass jemand den ersten Schritt macht. Notfalls der, der gerade am Altar steht.

Entdeckerauftrag: Gibt es eine Beziehung, die Sie wieder aufnehmen sollten? Lassen Sie bildlich das Opfer am Altar stehen. Rufen Sie diese Woche zuerst an.

1.2 Der Blick, der besitzen will

Das zweite „Ich aber sage euch“ betrifft Ehe und Treue. Das alte Gebot lautet: „Du sollst nicht ehebrechen.“ Jesus verschärft es auf überraschende Weise. Schon wer eine Frau begehrt ansieht, habe die Ehe gebrochen. Und zwar „in seinem Herzen“ (Mt 5,28).

Dieser Satz hat viel Unheil angerichtet, wenn man ihn falsch las. Generationen von Jugendlichen haben sich für jeden Gedanken gequält. Andere schlossen daraus, die Frau sei die Gefahr. Also müsse man sie verhüllen oder wegsperren. Beides verfehlt den Text völlig.

¹⁹ *Ubuntu* ist ein Begriff aus den Nguni-Sprachen des südlichen Afrika (z. B. isiZulu, isiXhosa). Er bezeichnet Menschlichkeit, die sich in Gemeinschaft verwirklicht.

²⁰ Tutu 1999. Zitat nach der Rezension „Putting It Together“, *America* (18.3.2000): „My humanity is caught up, is inextricably bound with yours.“ Übers. d. Verf.
<https://www.americamagazine.org/books/2000/03/18/putting-it-together/>

²¹ *Gacaca* (Kinyarwanda) bezeichnete ursprünglich eine traditionelle Streitschlichtung, bei der Dorfälteste im Freien Konflikte verhandelten. Nach 1994 wurde daraus ein staatliches System von Laiengerichten.

²² JusticeInfo.net, „Rwanda: the most judged genocide in history“: Informationsphase ab 18.6.2002, Abschluss im Juni 2012; mehr als 12.000 Gacaca-Gerichte; laut offiziellem Bericht 1.958.714 Fälle gegen 1.003.227 Personen; Freispruchquote 37 %; Richter von ihren Gemeinden allein nach Integrität gewählt; Human Rights Watch (2011): „gemischtes“ Erbe mit unfairen Verfahren, Befangenheit, Korruption und Einschüchterung von Zeugen. <https://www.justiceinfo.net/en/40846-rwanda-the-most-judged-genocide-in-history.html>

Denn Jesus spricht hier ausdrücklich den Mann an. Nicht die Frau soll sich ändern, sondern sein Blick.

Ein Blick mit Absicht

Was genau ist mit diesem Blick gemeint? Das griechische Verb beschreibt ein Ansehen mit einem Ziel. Man schaut, um zu begehren, um zu haben. Es geht also nicht um das Wahrnehmen von Schönheit. Schönheit zu sehen ist keine Sünde. Es geht um einen Blick, der einen Menschen in einen Gegenstand verwandelt.

Vier Denker aus vier Traditionen haben diesen Gedanken auf ihre Weise gefasst. Sie zeigen, wie weit er reicht.

Hiob, der Gerechte

Das erste Beispiel ist uralt. Im Buch Hiob verteidigt sich ein leidender, gerechter Mann.²³ Er zählt auf, wie er gelebt hat. Darunter steht ein erstaunlicher Satz (Hiob 31,1). „Ich hatte einen Bund gemacht mit meinen Augen.“ Hiob hat also schon den Blick unter Kontrolle gestellt. Der Gedanke ist demnach älter als Jesus.

Der Koran: beide senken den Blick

Das zweite Beispiel kommt aus dem Islam. Gläubige Männer sollen „ihre Blicke senken“, fordert Sure 24.²⁴ Gleich danach richtet der Koran dieselbe Aufforderung an die Frauen. Die Verantwortung liegt also bei beiden. Und sie beginnt nicht bei der Kleidung, sondern beim Blick.

Buber: Du oder Es

Das dritte Beispiel stammt von einem jüdischen Denker des 20. Jahrhunderts. Martin Buber stammte aus Wien und lebte später in Jerusalem. 1923 veröffentlichte er sein Buch *Ich und Du*.²⁵ Darin beschreibt er zwei Grundhaltungen. Ich kann zu einem Menschen „Du“ sagen. Dann begegne ich ihm als ganzer, einzigartiger Person. Oder ich mache ihn zum „Es“. Dann wird er zu etwas, das ich einordne und benutze. Buber schreibt darüber ein ganzes Buch. Die Bergpredigt fasst es in einen einzigen Satz.

Kant: niemals bloß als Mittel

Das vierte Beispiel kommt aus der deutschen Aufklärung.²⁶ Der Königsberger Philosoph Immanuel Kant formulierte 1785 eine berühmte Regel. Man solle den Menschen immer

²³ Das *Buch Hiob* ist ein Teil der Hebräischen Bibel. Es erzählt von einem frommen Mann, der alles verliert, und ringt mit der Frage, warum Gerechte leiden.

²⁴ Koran, Sure 24,30–31: „Sag den gläubigen Männern, sie sollen ihre Blicke senken ...“; „Und sag den gläubigen Frauen, sie sollen ihre Blicke senken ...“. Übers. d. Verf. nach der engl. Fassung auf quran.com. <https://quran.com/24/30-31>. Der *Koran* ist die heilige Schrift des Islam; er ist in 114 Kapitel gegliedert, die *Suren* heißen.

²⁵ Buber 1923. Zusammenfassung: Internet Encyclopedia of Philosophy, „Martin Buber“: In der Ich-Du-Beziehung begegnet man dem anderen als ganzem, einzigartigem Wesen; in der Ich-Es-Beziehung wird er zum Objekt, das man einordnen und benutzen kann. <https://iep.utm.edu/martin-buber/>. Martin Buber (1878–1965) war ein jüdischer Religionsphilosoph; er emigrierte 1938 nach Jerusalem.

²⁶ Die *Aufklärung* war eine geistige Bewegung des 17. und 18. Jahrhunderts. Sie setzte auf Vernunft, Kritik und die Würde des Einzelnen.

auch als Zweck behandeln. Man dürfe ihn „niemals bloß als Mittel“ gebrauchen.²⁷ Kant war kein Prediger, sondern ein nüchterner Professor. Und doch landet er erstaunlich nah bei Jesus.

Was das heute bedeutet

Heute ist dieser Text aktueller als je zuvor. Nie war es so leicht, Menschen in Bilder zu verwandeln. Und nie war es so leicht, Bilder in Ware zu verwandeln. Man sollte das nüchtern betrachten, ohne Panik und ohne Prüderie. Die Frage der Bergpredigt lautet nicht: Wie viel Haut ist erlaubt? Sie lautet: Macht mein Blick den anderen zum Du oder zum Es?

Dann folgt ein Wort, das gnädiger ist, als es klingt. Jesus spricht drastisch vom Ausreißen des Auges (Mt 5,29–30). Und vom Abhauen der Hand. Die frühe Kirche hat das fast nie wörtlich genommen. Es ist eine Übertreibung, wie orientalische Lehrer sie liebten. Sie bedeutet: Nimm die Sache ernst. Ändere, was dich immer wieder in dieselbe Falle führt.

Die Pointe ist deshalb sehr praktisch. Manchmal ist das „Abhauen der Hand“ heute einfach das Löschen einer App.

Entdeckerauftrag: Beobachten Sie eine Woche lang, welche Bilder Ihren Blick prägen. Welche Gewohnheit macht aus einem Du ein Es? Und was könnten Sie weglassen?

1.3 Ja ohne Sternchen

Wer Werbung liest, kennt das Sternchen. „Kostenlos*“ steht da in großen Buchstaben. Unten, in winziger Schrift, steht dann, was es wirklich kostet. Jesus fordert eine Sprache ohne solche Sternchen. „Eure Rede aber sei: Ja, ja; nein, nein“ (Mt 5,37). Alles darüber hinaus, sagt er, komme vom Bösen.

Schwüre mit Hintertür

Zu seiner Zeit gab es eine verzwickte Kultur des Schwörens. Man schwor beim Himmel, bei der Erde, bei Jerusalem, beim eigenen Kopf. Manche Schwüre galten als bindend, andere nicht. Wer geschickt war, schwor so, dass er sich später herauswinden konnte. Jesus fegt dieses ganze System vom Tisch.

Seine Logik ist bestechend einfach. Wer ehrlich ist, braucht keine besondere Beteuerung. Wer aber Beteuerungen braucht, gibt zu: Meine normale Rede ist wenig wert. Der Schwur ist also ein Misstrauensvotum gegen die eigene Alltagssprache.

Die Täufer zahlten einen hohen Preis

²⁷ Kant 1785. Wortlaut der sogenannten Menschheitszweckformel: „Handle so, daß du die Menschheit sowohl in deiner Person, als auch in der Person eines jeden anderen, jederzeit [zugleich] als Zweck, niemals bloß als Mittel brauchest.“ Zitiert nach Kant, *Werkausgabe* (Hg. Weischedel), Bd. VII, S. 61, in: Vortragsmanuskript „Kant“ (2024), Professur Kluszczewski, Universität Leipzig, https://www.jura.uni-leipzig.de/fileadmin/Fakult%C3%A4t_Juristen/Professuren/Kluszczewski/Dokumente/Forschung/Votr%C3%A4ge/2024_Kant.pdf. Immanuel Kant (1724–1804) lehrte in Königsberg, dem heutigen Kaliningrad.

Manche Christen haben diesen Satz sehr wörtlich genommen – und dafür bezahlt. 1527 trafen sich im Schweizer Dorf Schleithem die sogenannten Täufer.²⁸ Ihr gemeinsames Bekenntnis lehnt den Eid ausdrücklich ab.²⁹ Es beruft sich dabei auf das „Ja, ja; nein, nein“. Die Obrigkeit sah darin einen Angriff auf die Ordnung. Denn Treue zum Fürsten wurde damals beschworen. Viele Täufer wurden deshalb verfolgt, eingekerkert und hingerichtet.

Die Quäker in England

Auch die Quäker in England verweigerten den Eid.³⁰ Sie beriefen sich ebenfalls auf die Bergpredigt. Das brachte sie immer wieder vor Gericht und ins Gefängnis. Erst 1696 trat ein entlastendes Gesetz in Kraft.³¹ Es erlaubte ihnen eine einfache Bekräftigung statt des Eides. Für Strafprozesse galt diese Erleichterung zunächst allerdings nicht.

Das Grundgesetz

Bis heute hallt diese Geschichte im deutschen Grundgesetz nach. Der Amtseid des Bundespräsidenten endet mit „So wahr mir Gott helfe“. Doch Artikel 56 fügt etwas Wichtiges hinzu. Der Eid kann auch ohne religiöse Formel geleistet werden.³² 1998 und 2002 verzichteten zahlreiche Minister auf diese Formel. Darunter war auch Bundeskanzler Gerhard Schröder. Man mag das bedauern oder begrüßen. Doch das Grundgesetz hat eine Einsicht der Bergpredigt aufgenommen. Die Wahrheit eines Wortes hängt nicht an der Formel.

Japan: tausend Nadeln

Wie tief das Bedürfnis nach Beteuerung sitzt, zeigt ein Kinderspiel aus Japan. Dort haken Kinder beim Versprechen die kleinen Finger ineinander. Dazu singen sie einen Spruch: „Wer lügt, muss tausend Nadeln schlucken.“³³ Das Ritual heißt *yubikiri*, wörtlich „Finger abschneiden“. Seine Wurzeln reichen wohl in die Zeit zwischen 1600 und 1800 zurück. Die Drohung zeigt, wie wenig man dem bloßen Wort traut. Genau dieses Misstrauen will Jesus überflüssig machen.

²⁸ Die *Täufer* (auch Wiedertäufer) waren eine radikale Reformbewegung des 16. Jahrhunderts. Sie taufte nur Erwachsene, die ihren Glauben selbst bekannten, und lehnten oft Eid und Waffengewalt ab. Heute leben ihre Nachfahren etwa als Mennoniten, Amische und Hutterer.

²⁹ Schleithemer Artikel vom 24.2.1527 (Schweizer Brüder), Art. VI (Schwert) und VII (Eid): „therefore we shall not swear at all“ mit Verweis auf „Ja, ja; nein, nein“. Engl. Text: <https://anabaptists.org/history/schleith.html>

³⁰ Die *Quäker* („Religiöse Gesellschaft der Freunde“) entstanden um 1650 in England. Sie verzichteten auf Priester und feste Liturgie, feierten schweigende Andachten und traten für Frieden und Wahrhaftigkeit ein.

³¹ Wikipedia, „Quakers Act 1695“: königliche Zustimmung am 27.4.1696, in Kraft seit 4.5.1696; Bekräftigung statt Eid, zunächst nicht für Zeugenaussagen in Strafsachen, Geschworenendienst und besoldete Kronämter. https://en.wikipedia.org/wiki/Quakers_Act_1695; zur Begründung mit Mt 5,34–37: Wikipedia, „Testimony of integrity“, https://en.wikipedia.org/wiki/Testimony_of_integrity

³² Grundgesetz Art. 56 Satz 2: Der Eid „kann auch ohne religiöse Beteuerung geleistet werden“; Art. 64 Abs. 2 überträgt dies auf Kanzler und Minister. https://www.buzer.de/56_GG.htm. Zu 1998 und 2002: evangelisch.de, „So wahr mir Gott helfe“ (28.10.2009), <https://www.evangelisch.de/inhalte/96672/28-10-2009>

³³ Wikipedia, „Pinky swear“: japanisch *yubikiri genman*, *uso tsuitara hari senbon nomasu* – „Fingerschwur: Wer lügt, muss tausend Nadeln schlucken“; *yubikiri* (指切り) heißt wörtlich „Finger abschneiden“; Ursprung in Japan zwischen 1600 und 1803. Übers. d. Verf. https://en.wikipedia.org/wiki/Pinky_swear

Eine Studie über Ehrlichkeit – mit unehrlichen Daten

Auch die Forschung hat sich mit Ehrlichkeit befasst. Dabei lieferte sie eine Pointe, die kein Satiriker erfinden könnte. 2008 berichteten Forscher um den Verhaltensökonom Dan Ariely Erstaunliches.³⁴ Schon das Erinnern an die Zehn Gebote mache Menschen ehrlicher. 2018 wiederholten 25 Labore dieses Experiment mit fast 6.000 Teilnehmern. Fachleute nennen das eine Replikation.³⁵ Der Effekt war verschwunden.³⁶

2012 legten Forscher aus demselben Umfeld eine zweite Studie vor. Wer seine Ehrlichkeit vor dem Ausfüllen eines Formulars unterschreibe, lüge weniger. 2021 zeigte ein Forscherblog jedoch: Ein Teil der Daten war wohl gefälscht. Alle Autoren stimmten zu, die Studie wurde zurückgezogen. Wer die Daten manipuliert hatte, blieb umstritten. Ariely bestritt, es selbst gewesen zu sein.³⁷

Eine Ehrlichkeitsstudie mit unehrlichen Daten – darüber darf man lachen. Doch die Lehre dahinter ist ernst. Kein Ritual und keine Unterschrift erzeugt Wahrhaftigkeit von außen. Sie wächst von innen, oder sie wächst gar nicht. Genau das sagt die Bergpredigt.

Entdeckerauftrag: Denken Sie an ein Versprechen, das Sie noch nicht eingelöst haben. Lösen Sie es diese Woche ein. Oder sagen Sie offen, dass Sie es nicht können.

1.4 Die andere Wange – Würde statt Rache

Jetzt sind wir beim Titelsatz dieses Essays angekommen. Zuerst kommt jedoch ein Vers mit noch schlechterem Ruf. Er lautet: „Auge um Auge, Zahn um Zahn.“ Er gilt vielen als Inbegriff der Rache. Wer genauer hinschaut, entdeckt das Gegenteil.

Hammurabi: das billige Auge der Armen

Um 1750 vor Christus ließ Babylons König Hammurabi Gesetze in Stein meißeln. Dort steht: Zerstört jemand einem Vornehmen ein Auge, verliert er seines. Wer aber einem einfachen Mann ein Auge zerstört, zahlt nur Silber. Beim Sklaven genügte die Hälfte seines Kaufpreises.³⁸ Das Auge eines Armen war also billiger.

³⁴ Die *Verhaltensökonomie* untersucht, wie Menschen tatsächlich wirtschaftliche Entscheidungen treffen – oft weniger vernünftig, als klassische Theorien annehmen.

³⁵ Eine *Replikation* ist die Wiederholung eines Experiments durch andere Forscher. Erst wenn ein Befund sich wiederholen lässt, gilt er als belastbar.

³⁶ Mazar/Amir/Ariely 2008; Replikation: Verschuere u. a. 2018 (25 Labore, N = 5.786; Hauptanalyse 19 Labore, n = 4.674; Effekt d = -0,04, also kein Effekt). Zusammenfassung: Association for Psychological Science, <https://www.psychologicalscience.org/observer/two-priming-effects-to-be-examined-in-aps-registered-replication-reports-with-combined-protocol>; Replikationsstudie: <https://wrap.warwick.ac.uk/110268/>

³⁷ Shu u. a. 2012 (PNAS). Der Blog *Data Colada* veröffentlichte am 17.8.2021 „sehr starke Hinweise“ auf gefälschte Daten im Feldexperiment; alle fünf Autoren stimmten zu, dass die Daten betrügerisch waren; Ariely bestritt, sie manipuliert zu haben; Rücknahme durch PNAS 2021. BuzzFeed News, „A Famous Honesty Researcher Is Retracting A Study Over Fake Data“, <https://www.buzzfeednews.com/article/stephaniemlee/dan-ariely-honesty-study-retraction>; Big Think, <https://bigthink.com/the-present/honesty-pledge-study-fraud-dan-ariely/>

Die Tora setzt dagegen einen einzigen Maßstab für alle (2. Mose 21,24). Er lautet: Auge um Auge. Das ist keine Aufforderung zur Rache. Es ist eine Begrenzung der Rache. Nicht zwei Augen für eines. Nicht das ganze Dorf für einen Verletzten. Und kein billigeres Auge für den Armen.

Die rechte Backe

Jesus geht einen großen Schritt weiter. Er sagt (Mt 5,39): „Wenn dich jemand auf deine rechte Backe schlägt ...“ Dann folgt: „... dem biete die andere auch dar.“ Doch warum ausgerechnet die *rechte* Backe? Wer mit der rechten Hand zuschlägt, trifft meist die linke Wange. Die rechte Wange trifft er nur mit dem Handrücken.

Der Schlag mit dem Handrücken war in der Antike kein Kampfhieb. Er war eine Demütigung, so behandelte man Untergebene. Die Mischna kennt diesen Unterschied genau.³⁹ Sie ist eine jüdische Rechtssammlung um 200 nach Christus. Für eine gewöhnliche Ohrfeige verlangt sie 200 Silbermünzen Buße. Für einen Schlag mit dem Handrücken verlangt sie das Doppelte.⁴⁰

Die listige Würde

Der amerikanische Theologe Walter Wink hat daraus 1992 eine kühne Deutung entwickelt.⁴¹ Wer die andere Wange hinhält, zwingt den Schläger zu einer Entscheidung. Mit dem Handrücken geht es jetzt nicht mehr. Er müsste mit der Faust oder der flachen Hand zuschlagen. So aber schlägt man einen Gleichrangigen. Die andere Wange sagt also: Ich bin kein Sklave. Schlag mich wie einen Menschen, wenn du dich traust.

Ähnlich liest Wink die beiden anderen Beispiele Jesu. Wer dir vor Gericht den Rock nimmt, dem gib auch den Mantel. Dann stehst du nackt da, zur Schande des Gläubigers. Und wer dich zwingt, eine Meile mitzugehen, mit dem geh zwei. Das griechische Wort dafür bezeichnet den Frondienst.⁴² Römische Soldaten durften Einheimische zum Lastentragen zwingen. Dasselbe Wort steht auch später bei der Kreuzigung (Mt 27,32). Soldaten zwingen dort Simon von Kyrene, Jesu Kreuz zu tragen. Wer freiwillig weitergeht, verwandelt Zwang in Freiheit.

³⁸ Codex Hammurabi §§ 196–201, Übersetzung L. W. King (1915): Auge um Auge unter Vornehmen; für das Auge eines Gemeinen eine Mine Silber; beim Sklaven die Hälfte seines Werts. <https://brians.wsu.edu/2016/11/14/the-code-of-hammurabi-18th-century-bce/>. Die Datierung um 1750 v. Chr. ist üblich.

³⁹ Die *Mischna* (hebr. „Wiederholung, Lehre“) ist die älteste große Sammlung jüdischer Rechtsauslegung, um 200 n. Chr. abgeschlossen. Sie bildet die Grundlage des Talmud.

⁴⁰ Mischna Bava Kamma 8,6: für eine Ohrfeige 200 Zuz, für einen Schlag mit dem Handrücken 400 Zuz. Zusammenfassung: OU Torah, „Baba Kama 8:5-6“, <https://outorah.org/p/11699>. Ein Zuz war eine Silbermünze, etwa ein Denar.

⁴¹ Wink 1992, S. 175–184; vgl. Wink, *Jesus and Nonviolence. A Third Way* (2003). Zusammenfassung: Political Theology Network, „On Walter Wink’s Jesus and Nonviolence“, <https://politicaltheology.com/on-walter-winks-jesus-and-nonviolence-a-third-way/>. Walter Wink (1935–2012) war ein amerikanischer Bibelwissenschaftler.

⁴² *Fronddienst* ist erzwungene, unbezahlte Arbeit für Herrscher oder Besatzer. Das griechische Verb in Mt 5,41 und 27,32 lautet *angareuein*, „zu Frondienst zwingen“.

Winks Deutung ist populär, aber sie ist auch umstritten. Kritiker halten sie für historisch zu fantasievoll. Der Ethiker Kevin Carnahan spottete, damit falle man im Bibelseminar durch.⁴³ Tatsächlich wissen wir nicht sicher, ob Jesu Zuhörer so dachten. Doch auch ohne Winks Details bleibt ein Kern bestehen. Jesus empfiehlt weder Flucht noch Gegenschlag. Er empfiehlt eine dritte, überraschende Antwort. Sie unterbricht den Kreislauf der Gewalt.

Eine Idee wandert um die Welt

Dass diese dritte Antwort keine Träumerei sein muss, zeigt eine lange Kette. Sie beginnt in Russland bei dem Schriftsteller Leo Tolstoi. Tolstoi schrieb Weltromane wie *Krieg und Frieden*. Im Alter fasste er die Bergpredigt in fünf Gebote. Eines davon lautet: Widerstehe dem Bösen niemals mit Gewalt.⁴⁴

Sein Buch *Das Reich Gottes ist in euch* wurde in Russland verboten. 1894 erschien es deshalb zuerst in Deutschland. In Südafrika las es ein junger indischer Anwalt. Das Buch „überwältigte“ ihn, erzählte er später.⁴⁵ Sein Name war Mohandas Gandhi. Ab 1909 schrieb er Tolstoi Briefe. Einen Bauernhof, auf dem er gewaltloses Leben einübte, nannte man Tolstoi-Farm.

Gandhi prägte später den gewaltlosen Kampf um Indiens Unabhängigkeit. Seine Methode erreichte wiederum einen jungen Baptistenpastor in den USA. Er hieß Martin Luther King und kämpfte gegen die Rassentrennung. So wanderte eine Idee von Galiläa über Russland und Südafrika nach Alabama.

Drei weitere Glieder der Kette

Die Kette hat noch mehr Glieder. Sie reicht weit über das Christentum hinaus. Ein frommer Muslim gründete im Nordwesten Indiens eine gewaltlose Armee. Seine Geschichte erzählt Abschnitt 5.5. In Liberia halfen betende Frauen, einen Bürgerkrieg zu beenden (Abschnitt 4.3).

Das dritte Glied der Kette findet sich in Asien. Im Februar 1986 strömten Millionen Filipinos auf eine Hauptstraße in Manila.⁴⁶ Kardinal Jaime Sin hatte über ein kirchliches

⁴³ Political Theology Network (vorige Fußnote zu Wink): Kevin Carnahan nennt Winks Deutung „exegesis that would get failed in a historical-critical Bible class“; Sandra Sullivan-Dunbar nennt sie „fanciful“. Übers. d. Verf. *Exegese* ist die wissenschaftliche Auslegung von Texten, besonders der Bibel.

⁴⁴ Tolstoi 1884, Kap. 6: „Live in peace with all men“; „Guard against libertinism“; „Swear not at all“; „Never resist evil by force“; keine Unterscheidung zwischen Landsleuten und Fremden. Engl. Text: <https://www.marxists.org/archive/tolstoy/1884/my-religion/chapter-6.html>. Leo Tolstoi (1828–1910) gilt als einer der größten Romanciers der Weltliteratur.

⁴⁵ Wikipedia, „The Kingdom of God Is Within You“: in Russland verboten, Erstdruck 1894 in Deutschland; Gandhi: „overwhelmed me“, „left an abiding impression“. Übers. d. Verf. https://en.wikipedia.org/wiki/The_Kingdom_of_God_Is_Within_You. Zur Tolstoi-Farm (gegründet 1910, aufgelöst 1913): https://mkgandhi.org/museum/tolstoy_farm.php. Mohandas Karamchand Gandhi (1869–1948), genannt „Mahatma“ („große Seele“), führte die indische Unabhängigkeitsbewegung an.

⁴⁶ Global Sisters Report, „Philippine nuns, priests say role in revolution affected their faith“: Millionen Menschen auf der Hauptstraße EDSA vor dem Militärhauptquartier; Sr. Teresita Ocariza und 16 weitere Ordensfrauen beteten den Rosenkranz vor heranrollenden Panzern; die Panzer hielten an, Soldaten beteten mit; Aufruf von Kardinal Jaime Sin über Radio Veritas; der Protest stürzte Ferdinand Marcos nach über 15 Jahren Herrschaft. <https://www.globalsistersreport.org/news/spirituality/philippine-nuns-priests-say-role-revolution-affected-their-faith-37656>

Radio zum friedlichen Protest gerufen. Panzer rollten auf die Menge zu. Siebzehn Ordensfrauen beteten ihnen den Rosenkranz entgegen.⁴⁷ Die Panzer hielten an, und die Soldaten beteten mit. Kurz darauf musste der Diktator Ferdinand Marcos abtreten.

Was die Zahlen sagen

Sind das nur schöne Einzelfälle? Die amerikanischen Politikwissenschaftlerinnen Erica Chenoweth und Maria Stephan wollten es genau wissen. Sie untersuchten 323 Aufstände zwischen 1900 und 2006.⁴⁸ Das Ergebnis überraschte viele Fachleute. Gewaltfreie Kampagnen waren in 53 Prozent der Fälle erfolgreich. Bewaffnete Aufstände nur in 26 Prozent. Gewaltfreiheit war also doppelt so erfolgreich.

Allerdings gilt auch hier: Die Welt ist kein Labor. Seit 2010 sind Proteste insgesamt seltener erfolgreich. Chenoweth erklärt das mit Regierungen, die aus der Geschichte gelernt haben. Gewaltfreiheit ist also keine Garantie. Aber sie ist auch keine Schwäche.

Die Pointe

Und damit kippt das Bild vom Anfang. Die andere Wange ist kein Fußabtreter. Sie ist eine Haltung, die sich nicht erniedrigen lässt. Sie verweigert die Rache und behält trotzdem die Würde. Der kleine Junge auf dem Schulhof muss weder zurückschubsen noch weglaufen. Er kann stehen bleiben und zeigen: Du bekommst mich nicht klein.

Entdeckerauftrag: Welcher Konflikt in Ihrem Leben braucht eine dritte Antwort? Weder Rückzug noch Gegenschlag. Überlegen Sie, was dort die „zweite Meile“ wäre.

1.5 Feindesliebe im Ernstfall

Jetzt folgt der steilste Satz der ganzen Rede. „Ihr habt gehört, dass gesagt ist: Du sollst deinen Nächsten lieben.“ Und weiter: „... und deinen Feind hassen.“ Den zweiten Teil sucht man in der jüdischen Bibel übrigens vergeblich. Jesus zitiert hier wohl eine verbreitete Volksmeinung. Dann setzt er dagegen (Mt 5,44): „Liebt eure Feinde.“ Und: „Bittet für die, die euch verfolgen.“

Was heißt hier lieben?

Was ist mit diesem Lieben gemeint? Kein warmes Gefühl, denn Gefühle lassen sich nicht befehlen. Das griechische Wort *agapan* meint etwas anderes.⁴⁹ Es bezeichnet einen Willen und eine Tat. Man wünscht dem anderen Gutes und tut es auch.

⁴⁷ Der *Rosenkranz* ist ein katholisches Wiederholungsgebet mit einer Gebetskette. Man betet dabei vor allem das Vaterunser und das „Gegrüßet seist du, Maria“.

⁴⁸ Chenoweth/Stephan 2011. Zahlen nach Wikipedia, „3.5% rule“: 323 gewaltfreie und gewaltsame Kampagnen 1900–2006; Erfolgsquote 53 % gegenüber 26 %; seit 2010 sinkende Erfolgsquoten beider Formen, laut Chenoweth weil autoritäre Regime aus der Geschichte lernen.
https://en.wikipedia.org/wiki/3.5%25_rule

⁴⁹ *Agape* (griech.) ist eines von mehreren griechischen Wörtern für Liebe. Im Neuen Testament meint es die schenkende, zugewandte Liebe, die das Wohl des anderen will.

Jesus begründet das nicht mit Psychologie, sondern mit Gott. Der himmlische Vater lasse seine Sonne aufgehen über Böse und Gute. Er schickt Regen auf Gerechte und Ungerechte. Wer Feinde liebt, tut also, was Gott jeden Morgen tut.

Klingt das zu groß für normale Menschen? Vier Lebensberichte aus vier Ländern zeigen, dass Menschen es versucht haben. Sie taten es unter Bedingungen, die kaum härter sein könnten.

Korea: die Atombombe der Liebe

Korea im Oktober 1948. Im Süden der Halbinsel bricht ein Aufstand linker Kräfte aus. Er erschüttert die Hafenstädte Yeosu und Suncheon. In den Wirren töten linke Studenten zwei junge Männer, Dong-in und Dong-sin. Sie sind die Söhne des Pastors Son Yang-won.⁵⁰

Als die Armee den Aufstand niederschlägt, wird einer der Täter gefasst. Es ist der Student An Jae-seon. Ihm droht die Hinrichtung. Da setzt sich ausgerechnet Son Yang-won für ihn ein. Er rettet ihn vor dem Erschießungskommando. Und dann nimmt er ihn als eigenen Sohn an.

Zwei Jahre später, im Koreakrieg, wird Son selbst erschossen. In Korea nennt man ihn seither „die Atombombe der Liebe“.

Libyen und Ägypten: ein Gebet für die Mörder

Februar 2015. Die Terrormiliz „Islamischer Staat“ veröffentlicht ein Video. Es zeigt die Ermordung von 21 Männern an einem libyschen Strand. Die meisten sind koptische Christen aus Ägypten.⁵¹ Zwei der Toten sind Brüder, Bishoy und Samuel Kamel.

Ihr Bruder Beshir gibt wenig später einem christlichen Fernsehsender ein Live-Interview.⁵² Er dankt den Mördern sinngemäß für etwas Erstaunliches. Sie hätten das letzte Glaubensbekenntnis der Männer nicht herausgeschnitten. Dann betet er für sie. „Lieber Gott, öffne ihnen die Augen, damit sie gerettet werden.“ Seine Mutter, erzählt er, würde den Mörder sogar in ihr Haus bitten.

München: eine ausgestreckte Hand

Deutschland im Jahr 1947. Die Niederländerin Corrie ten Boom hat das Konzentrationslager Ravensbrück überlebt. Ihre Familie hatte in Haarlem Juden vor den Nationalsozialisten versteckt. Ihre Schwester Betsie war im Lager gestorben. Nun spricht Corrie in einer Münchner Kirche über Vergebung.

⁵⁰ Encyclopedia of Korean Culture (Akademie der Koreastudien), „손양원“ (Son Yang-won): geboren 7.7.1902; Tod der Söhne Dong-in und Dong-sin im Oktober 1948 im Aufstand von Yeosu und Suncheon; Rettung und Adoption des Täters An Jae-seon; am 28.9.1950 von kommunistischen Truppen erschossen; Beiname „사랑의 원자탄“, „Atombombe der Liebe“. <https://encykorea.aks.ac.kr/Article/E0030532>

⁵¹ Die *Kopten* sind die alteingesessenen Christen Ägyptens. Ihre Kirche gehört zu den ältesten der Welt.

⁵² SAT-7 UK, Bericht über das Interview mit Beshir Kamel (Februar 2015); sein Gebet: „Dear God, please open their eyes to be saved and to quit their ignorance and the wrong teachings they were taught.“ Übers. d. Verf. <https://www.sat7uk.org/?p=1621>; vgl. International Christian Concern, <https://www.persecution.org/2015/02/19/brother-of-slain-coptic-christians-thanks-isis-for-including-their-words-of-faith-in-murder-video/>. Der Dank an die Mörder ist nur sinngemäß überliefert.

Nach dem Vortrag tritt ein Mann auf sie zu. Sie erkennt ihn sofort wieder. Es ist ein früherer Wärter aus Ravensbrück. Er streckt ihr die Hand entgegen. Sie steht starr da und kann nicht. Später schreibt sie einen bemerkenswerten Satz.⁵³ „Vergebung ist ein Akt des Willens.“ Und dieser Wille könne handeln, „unabhängig von der Temperatur des Herzens“. Dann ergreift sie die Hand.

Robben Island: Gefangener und Wärter

Das vierte Beispiel führt zurück nach Südafrika. Nelson Mandela saß 27 Jahre im Gefängnis. Davon verbrachte er 18 auf Robben Island. 1978 bekam er dort einen neuen, achtzehnjährigen Wärter. Er hieß Christo Brand.⁵⁴

Zwischen den beiden wuchs langsam eine Freundschaft. Brand schmuggelte Brot und Mandelas Lieblings-Haarcreme ins Gefängnis. Einmal schmuggelte er sogar Mandelas kleine Enkelin hinein. So konnte der Großvater sie einmal im Arm halten. Jahre später war Mandela Präsident. Vor Abgeordneten begrüßte er Brand herzlich. Dann sagte er: „Dieser Mann war mein Wärter. Dieser Mann war mein Freund.“

Eine wichtige Grenze

Diese Geschichten sind keine Vorschrift für Opfer. Niemand darf einem verletzten Menschen Vergebung abverlangen. Sonst wäre sie keine Liebe mehr, sondern eine neue Form von Gewalt. Doch die Geschichten zeigen, was möglich ist. Und sie zeigen einen überraschenden Nebeneffekt, den Jesus andeutet. Das Gebet für den Feind verändert zuerst den Betenden.

Die Pointe

Martin Luther King hat das 1957 in einer Predigt über Feindesliebe ausgelegt. Später erschien sie in seinem Buch *Strength to Love*, „Kraft zum Lieben“. Darin steht einer der berühmtesten Sätze der Bürgerrechtsbewegung.⁵⁵ „Dunkelheit kann Dunkelheit nicht vertreiben; das kann nur Licht.“ Und weiter: „Hass kann Hass nicht vertreiben; das kann nur Liebe.“

Entdeckerauftrag: Denken Sie an einen Menschen, mit dem Sie im Streit liegen. Beten Sie eine Woche lang täglich für ihn. Tun Sie es ohne Bedingungen. Achten Sie darauf, was sich in Ihnen verändert.

⁵³ Corrie ten Boom, „I’m Still Learning to Forgive“, *Guideposts* (November 1972), Nachdruck als „Guideposts Classics“: „Forgiveness is an act of the will, and the will can function regardless of the temperature of the heart.“ Übers. d. Verf. <https://guideposts.org/?p=21828>

⁵⁴ Fox News (AP), „Mandela’s Robben Island jailer describes their unlikely friendship“ (Dezember 2013): Christo Brand bewachte Mandela ab 1978, damals 18 Jahre alt; Mandela verbrachte 18 seiner 27 Haftjahre auf Robben Island; Brand schmuggelte Brot, Haarcreme und Mandelas kleine Enkelin hinein; später stellte Präsident Mandela ihn Abgeordneten vor: „This person was my warden, this person was my friend.“ Übers. d. Verf. <https://www.foxnews.com/world/mandelas-robben-island-jailer-describes-their-unlikely-friendship-praises-his-success>

⁵⁵ King 1963, Kap. 5 „Loving Your Enemies“: „Darkness cannot drive out darkness; only light can do that. Hate cannot drive out hate; only love can do that.“ Übers. d. Verf. Zitatnachweis: <https://wist.info/king-martin-luther/17767>. Zur Predigt in der Dexter Avenue Baptist Church (datiert 17.11.1957): Stanford King Institute, <https://okra.stanford.edu/link/document571117-002>. Ob der Satz wörtlich schon 1957 fiel, ist nicht gesichert. Martin Luther King Jr. (1929–1968) war Baptistenpastor und Anführer der US-Bürgerrechtsbewegung; Friedensnobelpreis 1964.

2. Frömmigkeit ohne Bühne – Geben, Beten, Vergeben, Fasten

Stellen Sie sich einen Marktplatz in Jerusalem vor, vor zweitausend Jahren. Ein Mann spendet Geld für die Armen. Vorher lässt er allerdings ins Horn blasen. Die Leute drehen sich um, und alle sehen seine Großzügigkeit. An der nächsten Straßenecke betet ein anderer, laut und mit erhobenen Händen. Ein Dritter fastet und schleppt sich mit leidender Miene durch die Gassen. Jeder soll merken, wie ernst er es meint.

Jesus beschreibt diese drei Szenen mit spürbarem Spott. Sie stehen im sechsten Kapitel des Matthäusevangeliums. Geben, Beten und Fasten waren die drei Säulen jüdischer Frömmigkeit.⁵⁶ Jesus stellt keine davon infrage. Er setzt sie sogar voraus. Er sagt nicht: „Falls du Almosen gibst.“ Er sagt: „Wenn du Almosen gibst.“⁵⁷

Seine Frage zielt woandershin. Für wen tust du das eigentlich? Dreimal folgt derselbe trockene Satz: „Sie haben ihren Lohn schon gehabt.“ Der Applaus war die Bezahlung. Mehr kommt nicht. Jesus nennt solche Leute „Heuchler“. Das griechische Wort bedeutet ursprünglich Schauspieler.⁵⁸ Wer für Publikum betet, spielt Theater.

Dreimal malt Jesus auch die Gegenszene. Da ist das Verborgene, das stille Kämmerlein, das gewaschene Gesicht. Und da ist der Vater, „der in das Verborgene sieht“. Dieses Kapitel folgt der Spur ins Verborgene. Es zeigt, dass sie nicht in Enge führt. Sie führt in eine erstaunliche Freiheit.

2.1 Die linke Hand weiß von nichts

Kennen Sie Spendentafeln in Foyers, auf denen Namen eingraviert sind? Oder Fotos, auf denen jemand einen riesigen Pappscheck überreicht? Das Geben hat oft eine Bühne. Jesus empfiehlt das Gegenteil, und zwar mit einem verrückten Bild. Beim Almosengeben soll die linke Hand nicht wissen, „was die rechte tut“. So steht es in Matthäus 6,3.

⁵⁶ *Frömmigkeit* meint die gelebte Praxis des Glaubens im Alltag – Gebet, Gottesdienst, Geben, Fasten –, im Unterschied zur bloßen Lehre. Die Dreieitigkeit von Almosen, Gebet und Fasten findet sich schon im Buch Tobit 12,8.

⁵⁷ *Almosen* (von griech. *eleēmosynē*, „Barmherzigkeit“) ist eine Gabe an Bedürftige, meist Geld oder Nahrung.

⁵⁸ Griech. *hypokritēs* bezeichnete im antiken Theater den Schauspieler, der hinter einer Maske eine Rolle spricht. Daraus wurde der „Heuchler“, der fromm wirkt, ohne es zu meinen.



Abb. 3: Philips Galle nach Pieter Bruegel d. Ä., „Caritas“ (Nächstenliebe), Kupferstich, 1559. Rundherum geschehen die Werke der Barmherzigkeit. Bildquelle: The Metropolitan Museum of Art, New York, gemeinfrei (CC0).

Das Bild ist absichtlich unmöglich. Niemand kann vor der eigenen Hand etwas verbergen. Jesus übertreibt, damit man lacht und es sich merkt. Gemeint ist eine Haltung: Rechne nicht mit. Führe kein inneres Spendenbuch. Gib, und dann vergiss es wieder.

Dieser Gedanke ist keine christliche Erfindung. Das Judentum hat ihn lange vorher gepflegt. Im Tempel von Jerusalem gab es eine eigene „Kammer der Verschwiegenen“.⁵⁹ Fromme Menschen legten dort heimlich Geld ab. Arme, die sich ihrer Not schämten, holten es ebenso heimlich wieder. Keiner wusste vom anderen. So blieb die Würde beider gewahrt.

Im 12. Jahrhundert hat Moses Maimonides diesen Gedanken zu einer Leiter ausgebaut. Er war jüdischer Arzt und Philosoph in Kairo.⁶⁰ Seine Leiter des Gebens hat acht Sprossen. Ganz unten steht, wer nur widerwillig gibt. Etwas höher steht, wer freundlich gibt, aber zu wenig. Dann folgt, wer erst auf eine Bitte hin gibt. Darüber steht, wer gibt, bevor man ihn bittet.

Weiter oben beginnen die Stufen der Verborgenheit. Zuerst kennt nur der Empfänger den Geber. Eine Stufe höher kennt nur der Geber den Empfänger. Auf der vorletzten Sprosse kennen beide einander nicht. Und die oberste Stufe? Sie überrascht jeden, der sie zum

⁵⁹ Mischna Schekalim 5,6: die „Kammer der Verschwiegenen“ (*lischkat chascha'im*) im Jerusalemer Tempel; Fromme legten dort anonym Geld ab, verschämte Arme wurden daraus anonym versorgt. Zusammenfassung: OU Torah, „Shekalim 5:5-6“, <https://outorah.org/p/13367>.

⁶⁰ Moses Maimonides (1138–1204), jüdischer Gelehrter aus Córdoba, wirkte als Arzt und Philosoph in Kairo. Die acht Stufen stehen in seinem Gesetzeswerk *Mischne Tora*, Hilchot Matanot Anijim 10,7–14 (Zählung je nach Ausgabe abweichend). Chabad.org, „Eight Levels of Charity“: „The greatest level, above which there is no greater, is to support a fellow Jew by endowing him with a gift or loan ...“ Übers. d. Verf. https://www.chabad.org/library/article_cdo/aid/45907/jewish/Eight-Levels-of-Charity.htm

ersten Mal hört. Sie gehört dem, der einem Armen hilft, bevor er fällt. Das geschieht durch ein Darlehen, eine Partnerschaft oder eine Arbeitsstelle. Danach braucht der andere gar keine Almosen mehr. Die höchste Form des Gebens macht sich also selbst überflüssig.

Acht Stufen des Gebens – von unten nach oben

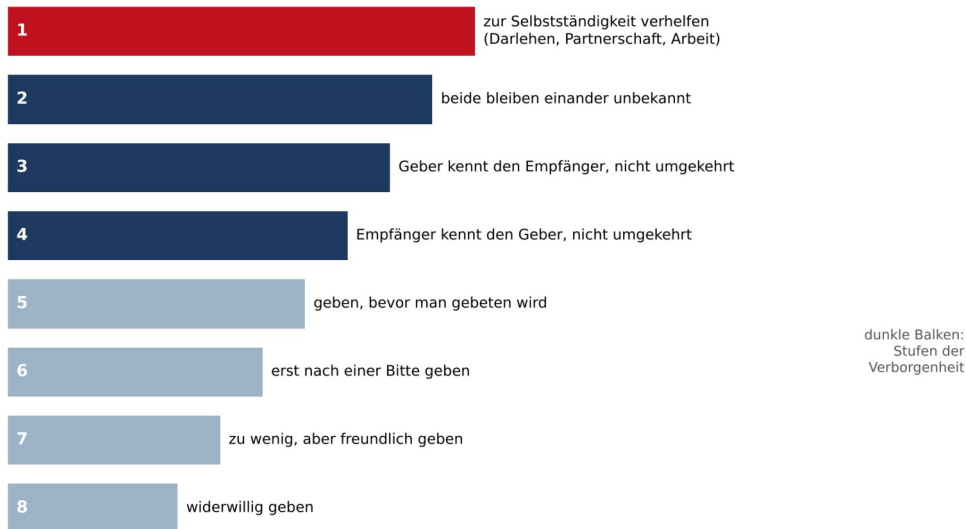


Abb. 4: Die Leiter der Wohltätigkeit nach Maimonides. Sie zeigt acht Stufen des Gebens, von unten nach oben. Datenquelle: Maimonides, *Mischne Tora, Hilchot Matanot Anijim 10,7–14*, nach Chabad.org.

Auch der Islam kennt diese Weisheit. Der Koran erlaubt das öffentliche Geben ausdrücklich. Doch er fügt hinzu: Heimlich den Armen zu geben, „ist besser“.⁶¹ Eine Überlieferung über den Propheten Mohammed geht noch weiter. Sie zählt sieben Menschen auf, die Gott am Tag des Gerichts beschützt.⁶² Einer von ihnen gibt so heimlich, dass seine Linke nichts davon weiß. Seine Rechte gibt, und die Linke ahnt nichts. Das ist fast wörtlich das Bild der Bergpredigt. Zwei Religionen haben unabhängig dasselbe Bild für dieselbe Tugend gefunden.

Wie sieht das im Leben aus? Drei Beispiele aus drei Kontinenten zeigen es.

Im indischen Amritsar steht der Goldene Tempel, das wichtigste Heiligtum der Sikhs.⁶³ Dort betreiben Freiwillige eine riesige Gemeinschaftsküche, den Langar.⁶⁴ Sie ist rund um die

⁶¹ Koran, Sure 2,271 (Sahih International): „If you disclose your charitable expenditures, they are good; but if you conceal them and give them to the poor, it is better for you.“ Übers. d. Verf. <https://corpus.quran.com/translation.jsp?chapter=2&verse=271>.

⁶² Sahih al-Bukhari Nr. 1423, überliefert von Abu Huraira: „وَرَجُلٌ تَصَدَّقَ بِصَدَقَةٍ فَأَخْفَاهَا حَتَّى لَا تَعْلَمَ شِمَالُهُ مَا لَا تَعْلَمُ يَمِينُهُ“ – „ein Mann, der eine Spende gibt und sie so verbirgt, dass seine Linke nicht weiß, was seine Rechte ausgibt“. Übers. d. Verf. <https://www.prophetmuhammad.com/bukhari/1423>. Ein *Hadith* ist eine überlieferte Aussage oder Handlung des Propheten Mohammed; die Sammlung al-Bucharis (9. Jh.) gilt im sunnitischen Islam als besonders zuverlässig.

⁶³ Der *Sikhismus* ist eine im 15. Jahrhundert im Punjab entstandene Religion, begründet von Guru Nanak. Sie lehrt den einen Gott und die Gleichheit aller Menschen. Weltweit gibt es rund 25 bis 30 Millionen Sikhs.

⁶⁴ *Langar* heißt die kostenlose Gemeinschaftsküche jedes Sikh-Gotteshauses (*Gurdwara*). The National (Abu Dhabi), „Inside the world’s largest free kitchen at Punjab’s Golden Temple, feeding 100,000 daily“

Uhr geöffnet, an jedem Tag des Jahres. Mehr als 100.000 Menschen essen dort täglich kostenlos. Niemand fragt nach Religion, Kaste oder Geschlecht. Alle sitzen nebeneinander auf dem Boden und bekommen dasselbe Essen. Bezahlt wird alles aus Spenden. Wer dort gibt, erfährt nie, wen er satt gemacht hat.

In Kansas City in den USA lebte ein Mann namens Larry Stewart. Kurz vor Weihnachten 1979 verlor er seine Arbeit. An einem Drive-in-Imbiss sah er eine frierende Bedienung ohne warme Jacke. Er gab ihr zwanzig Dollar. Danach zog er 26 Jahre lang zur Weihnachtszeit durch die Straßen. Er verteilte Bargeld an Fremde, oft in Hundertdollarscheinen. Insgesamt gab er rund 1,3 Millionen Dollar weg.⁶⁵ Niemand wusste, wer der „Secret Santa“, der heimliche Weihnachtsmann, war. Erst kurz vor seinem Tod 2007 machte er seinen Namen öffentlich.

Im Süden der USA lebte Oseola McCarty. In der sechsten Klasse verließ sie die Schule. Sie musste eine kranke Angehörige pflegen. Rund 78 Jahre lang wusch und bügelte sie die Wäsche anderer Leute. Sie lebte bescheiden und legte jeden übrigen Dollar zurück. 1995 ging sie mit 86 Jahren in den Ruhestand. Kurz danach schenkte sie der Universität von Southern Mississippi 150.000 Dollar. Das Geld war für Stipendien bedürftiger Studenten bestimmt. Sie selbst hatte nie eine Hochschule besucht. „Ich bin stolz, dass ich hart gearbeitet habe“, sagte sie.⁶⁶ Ihr Geld sollte jungen Menschen helfen, die ebenfalls hart arbeiten. Berühmt werden wollte sie nicht. Die Presse machte sie trotzdem dazu.

Ist Öffentlichkeit also immer schlecht? Keineswegs. Wenige Verse vorher sagt Jesus sogar: „Lasst euer Licht leuchten“ (Mt 5,16). Der Unterschied liegt nicht im Sichtbaren, sondern im Ziel. Das Licht soll auf Gott verweisen, nicht auf den Leuchter.

In Zeiten sozialer Netzwerke ist das eine harte Probe. Wer nach einer guten Tat sofort das Handy zückt, sollte kurz innehalten. Für wen ist das Foto eigentlich gedacht?

Der Lohn des verborgenen Gebens ist eine besondere Freiheit. Man spürt sie erst, wenn man sie hat. Wer nicht für Beifall gibt, wird unabhängig vom Beifall. Er muss nicht mehr auf Likes warten. Der Vater, der im Verborgenen sieht, genügt ihm.

Entdeckerauftrag: Tun Sie diese Woche etwas Gutes, von dem niemand erfährt. Erzählen Sie es nicht einmal Ihrem engsten Freund. Achten Sie darauf, wie sich das Schweigen anfühlt.

(13.10.2023): rund um die Uhr geöffnet; mehr als 100.000 Mahlzeiten täglich; offen „to everyone, irrespective of religion, caste, creed or gender“ (Übers. d. Verf.: „für alle, ungeachtet von Religion, Kaste, Glaube oder Geschlecht“); rund 500 Freiwillige (*Sevadar*); Finanzierung aus Spenden; eingeführt von Guru Nanak, zur festen Einrichtung gemacht vom dritten Guru Amar Das.
<https://www.thenationalnews.com/weekend/2023/10/13/india-sikhism-sikh-golden-temple-gurudwara/>

⁶⁵ Lawrence Journal-World, „Kansas City’s Secret Santa dies“ (13.1.2007): Larry Stewart (58) gab ab Dezember 1979 26 Jahre lang anonym Bargeld, oft in 100-Dollar-Scheinen, insgesamt rund 1,3 Mio. Dollar; Auslöser war seine eigene Entlassung kurz vor Weihnachten und eine frierende Bedienung („It was cold and this carhop didn’t have on a very big jacket“); Namensnennung im November 2006.
https://www2.ljworld.com/news/2007/jan/13/kansas_citys_secret_santa_dies/

⁶⁶ Philanthropy Roundtable, „Oseola McCarty“: Schulabbruch in der sechsten Klasse, um eine Angehörige zu pflegen; rund 78 Jahre Arbeit als Wäscherin; 1995 kurz nach dem Ruhestand Spende von 150.000 Dollar an die University of Southern Mississippi; „I am proud that I worked hard and that my money will help young people who worked hard to deserve it.“ Übers. d. Verf. <https://www.philanthropyroundtable.org/hall-of-fame/oseola-mccarty/>

2.2 Beten ohne Wortgeklänge

Manche Menschen reden in Sitzungen, bis alle müde werden. Sie hoffen offenbar, dass Menge überzeugt. Jesus beobachtet dasselbe beim Beten. „Ihr sollt nicht viel plappern wie die Heiden“, sagt er (Mt 6,7).⁶⁷ Er meint eine Gebetsweise, die Gott durch Masse beeindrucken will. Viele Worte, viele Götternamen, viele Wiederholungen – irgendetwas wird schon wirken.

Die Bibel erzählt dazu eine fast satirische Geschichte. Auf dem Berg Karmel in Nordisrael kommt es zum Wettstreit. Auf der einen Seite stehen die Priester des Gottes Baal.⁶⁸ Auf der anderen Seite steht ein einzelner Mann, der Prophet Elia.⁶⁹ Die Baalspriester rufen von morgens bis mittags: „Baal, erhöre uns!“ Nichts geschieht. Da spottet Elia: Ruft lauter! Vielleicht schläft euer Gott, oder er ist verreist (1. Könige 18,26–27). Die Priester schreien weiter, stundenlang. Doch niemand antwortet.

Jesus setzt dagegen ein schlichtes Bild: das Kämmerlein. Das griechische Wort meint im einfachen Haus oft die Vorratskammer.⁷⁰ Oft war sie der einzige Raum mit einer verschließbaren Tür. Beten heißt hier also: die Tür zumachen. Es gibt kein Publikum und keine Vorführung. Da sind nur ich und der, der mich kennt.

Dann folgt ein Satz, der ins Grübeln bringt. „Euer Vater weiß, was ihr bedürft, bevor ihr ihn bittet“ (Mt 6,8). Warum sollte man dann überhaupt beten? Weil Gebet keine Nachrichtenübermittlung ist, sondern Beziehung. Kinder erzählen ihren Eltern auch Dinge, die diese längst wissen. Es geht dabei nicht um Information. Es geht darum, miteinander zu sprechen.

Wie viele Menschen beten heute überhaupt? Das Pew Research Center hat das 2024 in vielen Ländern erfragt.⁷¹ Das Ergebnis zeichnet eine Weltkarte, die viele Deutsche überraschen dürfte. In Indonesien beten 95 Prozent der Erwachsenen mindestens einmal täglich. In Kenia und Nigeria sind es je 84 Prozent. In Brasilien sind es 76 Prozent. In den USA betet noch fast jeder Zweite täglich. In Deutschland sind es nur 16 Prozent, in Schweden 8 Prozent.

⁶⁷ *Heiden* meint in der Bibel Angehörige anderer Völker, die nicht den Gott Israels verehren. Gemeint ist hier die Gebetspraxis antiker Vielgötterei, die möglichst viele Götternamen und Formeln aneinanderreichte.

⁶⁸ *Baal* („Herr“) war ein Wetter- und Fruchtbarkeitsgott der Kanaanäer und Phönizier, der Nachbarvölker Israels.

⁶⁹ Ein *Prophet* ist in der Bibel ein Mensch, der im Auftrag Gottes spricht – oft mahnend gegenüber Königen und Volk. Elia wirkte im 9. Jahrhundert v. Chr. im Nordreich Israel.

⁷⁰ Griech. *tameion*, ursprünglich „Vorratskammer“, dann allgemein „innerer Raum“.

⁷¹ Pew Research Center, „Spirituality and Religion: How the U.S. Compares With Other Countries“ (25.6.2025), Datenbasis Spring 2024 Global Attitudes Survey: Anteil Erwachsener, die mindestens täglich beten. <https://www.pewresearch.org/religion/2025/06/25/spirituality-and-religion-us-comparison-to-other-countries/>. Das Pew Research Center ist ein unabhängiges Meinungsforschungsinstitut in Washington.

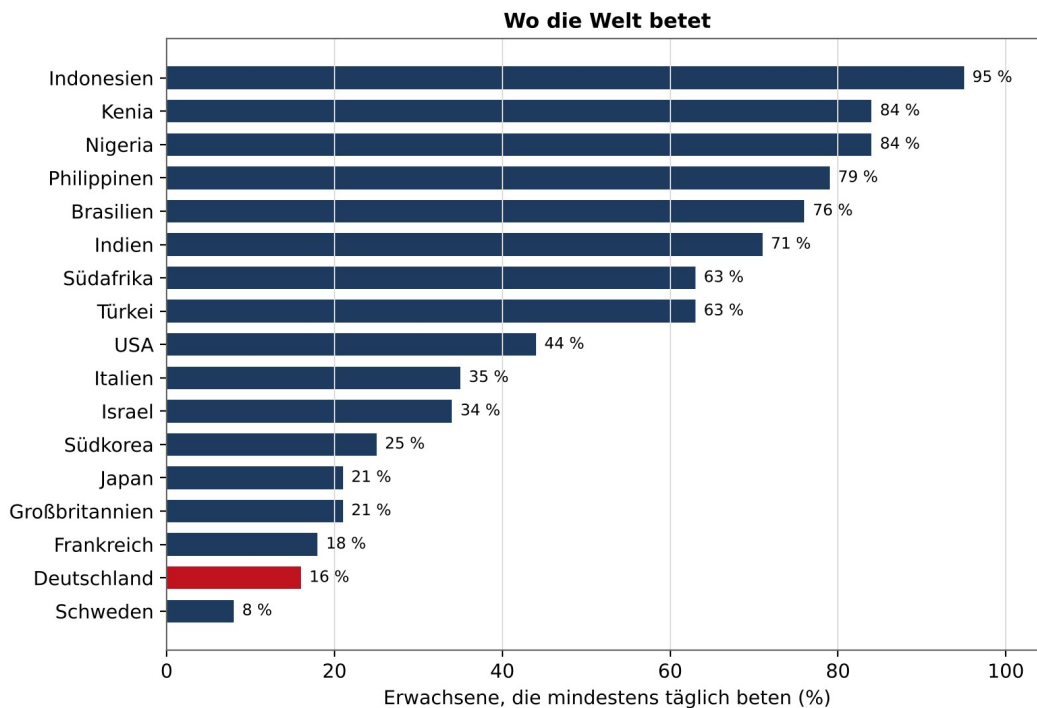


Abb. 5: Anteil der Erwachsenen, die mindestens täglich beten, in ausgewählten Ländern (Prozent). Datenquelle: Pew Research Center, Spring 2024 Global Attitudes Survey, veröffentlicht am 25.6.2025.

Lagos, Jakarta und São Paulo liegen also in einer betenden Welt. Dort lautet die Gefahr: Das Gebet wird zur Pflichtübung oder zum Schaufenster. In Hamburg oder Stockholm lautet die Gefahr anders: Das Gebet verstummt ganz. Für beide Lagen hat Jesus dasselbe Rezept. Es braucht wenige, ehrliche Worte und eine geschlossene Tür. Und es braucht das Vertrauen, wirklich gehört zu werden.

Wie das konkret aussieht, zeigen vier Gebetsweisen aus vier Weltgegenden.

In den Klöstern der Ostkirche betet man seit Jahrhunderten einen einzigen Satz.⁷² Er lautet: „Herr Jesus Christus, Sohn Gottes, erbarme dich meiner.“ Man spricht ihn ruhig, im Rhythmus des Atems, hunderte Male. Man nennt ihn das Jesusgebet oder Herzensgebet.⁷³ Ein berühmtes russisches Buch erzählt von einem Pilger, der diesen Satz lernte. Er wanderte durch das Land, bis das Gebet in ihm weiterlief. Ist das nicht genau das Plappern, das Jesus verbietet? Nein, denn hier geht es nicht um Menge. Es geht um Sammlung, um ein Herz, das zur Ruhe kommt.

Im französischen Dorf Taizé gründete der Schweizer Frère Roger 1940 eine Gemeinschaft.⁷⁴ Heute leben dort katholische und evangelische Brüder aus rund dreißig

⁷² Ostkirche oder *orthodoxe Kirche* heißen die Kirchen Osteuropas und des Nahen Ostens (griechisch, russisch, serbisch u. a.), die sich 1054 von der römischen Kirche trennten. „Orthodox“ bedeutet „rechtgläubig“ und zugleich „recht lobpreisend“.

⁷³ OrthodoxWiki, „Jesus Prayer“: Wortlaut „Lord Jesus Christ, Son of God, have mercy on me, the sinner“; besonders gepflegt im *Hesychasmus* (von griech. *hēsychia*, „Ruhe“), einer Gebetsbewegung, die durch ständige Wiederholung zur inneren Stille führen will; das russische Buch *Aufrichtige Erzählungen eines russischen Pilgers* gilt als „the Russian classic“ zum Thema. https://orthodoxwiki.org/Jesus_Prayer

Ländern zusammen. Jedes Jahr kommen über 100.000 junge Menschen zu Besuch.⁷⁵ Gebetet wird mit kurzen Liedern, oft nur einer Zeile aus der Bibel. Man singt sie immer wieder, bis die Worte still werden. Wer einmal dort war, kennt diesen Moment: Tausende Jugendliche schweigen gemeinsam.

Die Quäker in England und Amerika gehen noch einen Schritt weiter.⁷⁶ In ihren Gottesdiensten sitzt man meist eine Stunde lang schweigend zusammen. Es gibt keine Predigt und keinen festen Ablauf. Wer sich innerlich bewegt fühlt, steht auf und sagt ein paar Sätze. Danach wird es wieder still, oft für mehrere Minuten. Manchmal spricht während der ganzen Stunde niemand. Auch das gilt als gelungener Gottesdienst.

In Südkorea klingt es ganz anders. Viele Gemeinden treffen sich dort jeden Morgen in aller Frühe zum Gebet.⁷⁷ Diese Tradition geht auf den Pastor Kil Sönju zurück. Er gehörte zu den ersten Pastoren der koreanischen Kirche. Die Morgenstunde gilt als Erstlingsgabe des Tages, die man Gott schenkt. Oft beten alle gleichzeitig laut, jeder mit eigenen Worten. Das klingt wie das Gegenteil des Kämmerleins. Doch jeder spricht dort nicht zu den anderen, sondern zu Gott.

Vier Wege, ein Kern. Herzensgebet, Taizé-Gesang, Quäkerstille und Morgengebet in Seoul verbindet etwas. Niemand führt dort etwas vor. Die Bergpredigt verlangt keine bestimmte Lautstärke, sondern eine bestimmte Richtung.

Entdeckerauftrag: Nehmen Sie sich täglich fünf Minuten für ein wortarmes Gebet. Schließen Sie eine Tür. Seien Sie einfach da.

2.3 Das Vaterunser – eine Schule in sechs Bitten

Mitten in seine Warnung vor dem Wortemachen setzt Jesus selbst ein Gebet. Es ist erstaunlich kurz. Im griechischen Matthäustext umfasst es nur gut fünfzig Wörter. Und doch ist es wohl das meistgesprochene Gebet der Menschheit. Christen aller Konfessionen beten es, von der Kathedrale bis zum Krankenbett.

⁷⁴ Wikipedia, „Taizé Community“: gegründet 1940 von Frère Roger Schutz, einem reformierten Christen aus der Schweiz; katholische und evangelische Brüder aus rund dreißig Ländern; über 100.000 junge Besucher pro Jahr; kurze, oft biblische Gesänge, die vielfach wiederholt werden.
https://en.wikipedia.org/wiki/Taiz%C3%A9_Community

⁷⁵ *Ökumene* (griech. *oikoumenē*, „die bewohnte Erde“) bezeichnet das Bemühen um Einheit und Zusammenarbeit der getrennten christlichen Kirchen. Taizé gilt als einer ihrer wichtigsten Orte.

⁷⁶ Wikipedia, „Meeting for worship“: stille Andacht ohne festen Ablauf, „sitting in silence and listening inwardly to the Spirit“ (Übers. d. Verf.: „in Stille sitzen und innerlich auf den Geist hören“); jeder darf sprechen, wenn er sich bewegt fühlt; eine Andacht kann ganz ohne Wortbeitrag verlaufen.
https://en.wikipedia.org/wiki/Meeting_for_worship

⁷⁷ Zum Pionier des Frühgebets: Wikipedia, „Kil Sönju“: „would also pioneer the spiritual practice of early morning prayers“ (Übers. d. Verf.: „sollte auch die geistliche Praxis des Frühgebets begründen“), https://en.wikipedia.org/wiki/Kil_S%C5%8Fnju. Zur heutigen Praxis (Gebet in der Morgenfrühe als „Erstlingsgabe“ des Tages; lautes gemeinsames *Tongsung*-Gebet): Presbyterian Church (USA), „Prayer and the Korean church“ (14.5.2018), <https://pcusa.org/news-storytelling/news/2018/5/14/prayer-and-korean-church>



Abb. 6: Evangelienbuch aus dem Hochland Äthiopiens, spätes 14. oder frühes 15. Jahrhundert. Pergament, Tempera und Tinte. Bildquelle: The Metropolitan Museum of Art, New York, gemeinfrei (CC0).

Die ersten Christen machten es sofort zum Rückgrat ihres Tages. Ein frühes Dokument zeigt das, die sogenannte *Didache*.⁷⁸ Diese Gemeindeordnung entstand um das Jahr 100 nach Christus. Sie schreibt vor, das Vaterunser dreimal am Tag zu beten. Das entsprach dem jüdischen Rhythmus von Morgen-, Mittags- und Abendgebet. Jesu Gebet verdrängte das jüdische Gebetsleben also nicht. Es fügte sich in dessen Takt ein.

Die *Didache* verrät noch etwas Überraschendes. Viele Christen beenden das Vaterunser heute mit einem feierlichen Satz. Er lautet: „Denn dein ist das Reich und die Kraft ...“ Diesen Schlusssatz nennt man *Doxologie*, also Lobpreis.⁷⁹ In den ältesten Handschriften des Matthäusevangeliums fehlt er jedoch.⁸⁰ Die Gemeinden haben ihn offenbar schon früh im

⁷⁸ *Didache* 8,2–3: Nach dem Wortlaut des Vaterunsers folgt die Anweisung, dreimal am Tag so zu beten. Engl. Text (BKV, Universität Freiburg/Schweiz): <https://bkv.unifr.ch/en/works/cpg-1753/versions/the-teaching-of-the-twelve-apostles/divisions/9>. Die *Didache* („Lehre“, vollständig „Lehre der zwölf Apostel“) ist eine frühchristliche Gemeindeordnung, meist um 100 n. Chr. datiert; sie wurde erst 1873 in einer Handschrift in Konstantinopel wiederentdeckt.

⁷⁹ *Doxologie* (griech. *doxa*, „Herrlichkeit“, und *logos*, „Wort“) ist ein feierlicher Lobpreis Gottes am Ende eines Gebets.

⁸⁰ Catholic Answers, Frage-und-Antwort-Beitrag zur *Doxologie* des Vaterunsers: Die *Doxologie* „is not present in the most ancient biblical manuscripts“ (Übers. d. Verf.: „findet sich nicht in den ältesten biblischen Handschriften“); ihr früher liturgischer Gebrauch ist durch *Didache* 8,2 bezeugt. <https://www.catholic.com/qa/why-lords-prayer-doxology-for-the-kingdom>. Die *Didache* (s. o.) endet mit „for Thine is the power and the glory for ever“.

Gottesdienst ergänzt. Die Didache kennt bereits eine kürzere Form. Dort fehlt das Reich: „Denn dein ist die Kraft und die Herrlichkeit.“ Das Gebet ist also lebendig gewachsen, wie ein Baum mit neuen Ringen.

Früh begann auch seine Reise durch die Sprachen. Im 4. Jahrhundert übersetzten Gelehrte um Bischof Wulfila die Bibel ins Gotische.⁸¹ Die Goten waren ein germanisches Volk, damals an der unteren Donau. Ihr Vaterunser beginnt mit den Worten: „Atta unsar þu in himinam.“ Wer genauinhört, erkennt unser deutsches „Vater unser ... im Himmel“ wieder. Die berühmteste Handschrift dieser Übersetzung liegt heute im schwedischen Uppsala.

Heute steht in Jerusalem, auf dem Ölberg, die Paternosterkirche.⁸² An ihren Wänden steht das Vaterunser in weit über hundert Sprachen. Die bunten Keramiktafeln zeigen Schriften, die man nie zuvor gesehen hat. Es ist dasselbe Gebet in Lauten aus allen Kontinenten. Man könnte es ein stilles Pfingstwunder in Fliesen nennen.⁸³

Was macht dieses Gebet so besonders? Schon die Anrede: „Vater unser“. Gott als Vater anzureden, war im Judentum nicht neu. Doch Jesus tat es offenbar mit besonderer Vertrautheit. Das Markusevangelium bewahrt sein Wort in seiner Muttersprache Aramäisch: *Abba* (Mk 14,36).

Hier lauert allerdings eine beliebte Legende. Der deutsche Bibelforscher Joachim Jeremias hielt *Abba* für ein kindliches Lallwort.⁸⁴ Es habe also ungefähr „Papi“ bedeutet. Seither hört man in vielen Predigten, Jesus habe Gott „Papa“ genannt. 1988 widersprach der Oxforders Sprachforscher James Barr. Sein Aufsatz heißt „Abba Isn't Daddy“, also „Abba heißt nicht Papi“. ⁸⁵ Das Wort sei eine ernste, erwachsene Anrede an den Vater gewesen. Die neuere Forschung gibt Barr weitgehend recht.

Macht das die Anrede kühler? Im Gegenteil, es macht sie ernster. Jesus spricht nicht wie ein Kleinkind, das lallt. Er spricht wie ein erwachsener Sohn, der seinem Vater ganz vertraut. Und er lädt seine Zuhörer ein, genauso zu sprechen.

⁸¹ Wikipedia, „Gothic Bible“: Übersetzung im 4. Jahrhundert, traditionell dem arianischen Bischof Wulfila zugeschrieben, nach heutiger Forschung wohl Werk eines Gelehrtentteams; der *Codex Argenteus* („Silberbibel“) in Uppsala ist die längste und berühmteste Handschrift; Vaterunser-Anfang: „atta unsar þu in himinam, weihnai namo þein“. https://en.wikipedia.org/wiki/Gothic_Bible. Der Buchstabe *þ* wird wie englisches „th“ gesprochen.

⁸² Wikipedia, „Eleona“: Paternosterkirche auf dem Ölberg mit dem Vaterunser in „well over 100“ Sprachen und Dialekten. <https://en.wikipedia.org/wiki/Eleona>; vgl. See the Holy Land, <https://www.seetheholyland.net/tag/languages/> (rund 140 Keramiktafeln). *Paternoster* ist der lateinische Anfang des Gebets: „Pater noster“, „Vater unser“.

⁸³ Nach Apostelgeschichte 2 hörten am ersten *Pfingstfest* nach Jesu Tod Menschen aus vielen Ländern die Botschaft der Apostel jeweils in ihrer eigenen Sprache. Pfingsten gilt als Geburtstag der Kirche.

⁸⁴ Joachim Jeremias (1900–1979) lehrte Neues Testament in Göttingen und war einer der einflussreichsten Erforscher des historischen Jesus. Ein *Neutestamentler* ist ein Fachwissenschaftler für das Neue Testament.

⁸⁵ Barr 1988. Zusammenfassung mit Jeremias' These (*Neutestamentliche Theologie*, 1971: Lallwort des Kleinkindes) und Barrs Gegenposition („a more solemn, responsible, adult address to a Father“, S. 46; Übers. d. Verf.: „eine feierlichere, verantwortliche, erwachsene Anrede an einen Vater“): The Gospel Coalition, „FactChecker: Does ‚Abba‘ Mean ‚Daddy‘?“, <https://www.thegospelcoalition.org/article/factchecker-does-abba-mean-daddy/>

Dann folgen die Bitten. Die ersten drei richten den Blick auf Gott. Es geht um seinen Namen, sein Reich, seinen Willen. Die letzten richten ihn auf den Menschen: Brot, Schuld, Versuchung. Schon die Reihenfolge ist eine Lektion. Wer betet, beginnt nicht mit seiner Einkaufsliste. Er beginnt damit, sich neu auszurichten. „Dein Wille geschehe“ ist darum keine Bestellung, sondern eine Übergabe.

Mittendrin steht die bescheidenste Bitte: „Unser tägliches Brot gib uns heute.“ Nicht für den Monat, nicht für die Rente, sondern für heute. Wer so betet, übt Vertrauen in Tagesrationen. Davon wird später noch ausführlich die Rede sein (Abschnitt 3.4).

Entdeckerauftrag: Beten Sie eine Woche lang das Vaterunser ganz langsam. Machen Sie nach jeder Bitte eine kleine Pause. Fügen Sie jeweils einen eigenen Satz hinzu.

2.4 Vergeben – das tägliche Brot der Seele

Das Vaterunser enthält sechs oder sieben Bitten, je nach Zählung. Nur eine davon kommentiert Jesus direkt im Anschluss. Es ist weder die Bitte um Brot noch die um das Reich. Es ist die Bitte um Vergebung. Wer Menschen ihre Verfehlungen vergibt, dem vergibt auch Gott (Mt 6,14). Offenbar hielt Jesus sie für die schwierigste Bitte.

Warum ist Vergeben so schwer? Weil es sich zunächst ungerecht anfühlt. Der andere hat Schuld, doch ich soll etwas tun. Vergebung scheint den Täter zu belohnen. Wie stark sie dennoch wirken kann, zeigen vier Geschichten aus vier Ländern. Sie sind schwer zu lesen. Gerade deshalb lohnen sie sich.

Die erste spielt im Oktober 2006 in Pennsylvania, USA. Im Dorf Nickel Mines betritt ein Milchfahrer eine kleine Schule der Amischen.⁸⁶ Diese christliche Gemeinschaft lebt bewusst ohne Autos und Strom. Der Mann erschießt fünf Mädchen und dann sich selbst. Weitere Kinder werden schwer verletzt. Was dann geschieht, erschüttert Amerika fast mehr als die Tat. Noch am selben Tag besuchen amische Nachbarn die Familie des Täters. Sie wollen trösten. Rund dreißig Amische gehen zu seiner Beerdigung. Sie richten sogar einen Hilfsfonds für seine Familie ein.⁸⁷

Drei Religionsforscher haben darüber ein Buch geschrieben, *Amish Grace*, „Amische Gnade“. Ihr wichtigster Befund: Diese Vergebung war keine spontane Heldentat. Sie war über Generationen eingeübt. Die Amischen beten das Vaterunser jeden Tag. Sie nehmen die Bitte um Vergebung wörtlich. Das gilt auch für den Teil, der sie selbst verpflichtet.

Die zweite Geschichte spielt neun Jahre später in Charleston, South Carolina. Im Juni 2015 erschießt ein junger Rassist dort neun schwarze Gemeindemitglieder. Es geschieht mitten in einer Bibelstunde der Emanuel-Kirche. Zwei Tage später steht der Täter per Video vor einem Haftrichter. Angehörige dürfen sprechen. Nadine Collier hat ihre Mutter Ethel Lance

⁸⁶ Die *Amischen* (engl. *Amish*) sind eine Glaubensgemeinschaft der Täufer (vgl. Abschnitt 1.3). Sie wanderten aus der Schweiz und Süddeutschland nach Nordamerika aus. Viele sprechen bis heute einen pfälzischen Dialekt und leben ohne Autos und öffentlichen Strom.

⁸⁷ Wikipedia, „West Nickel Mines School shooting“: 2.10.2006; zehn Mädchen zwischen 6 und 13 Jahren angeschossen, fünf starben am Tag der Tat; rund 30 Amische bei der Beerdigung des Täters; Trost für Witwe und Eltern noch am selben Tag; Fonds für die Familie des Täters.
https://en.wikipedia.org/wiki/West_Nickel_Mines_School_shooting; ausführlich Kraybill/Nolt/Weaver-Zercher 2007.

verloren. Sie sagt dem Täter: „Ich vergebe dir. Du hast mir etwas sehr Kostbares genommen.“⁸⁸ Andere Angehörige sprechen ähnlich, manche aber auch nicht.

Hier ist Vorsicht geboten, und sie kam von schwarzen Publizisten. Die Schriftstellerin Roxane Gay schrieb einen viel beachteten Artikel. Sein Titel: „Warum ich Dylann Roof nicht vergeben kann.“⁸⁹ Ihre Kritik: Die Öffentlichkeit feierte die Vergebung der Opfer viel zu schnell. Es klang, als sei damit auch der Rassismus erledigt. Der Einwand verdient Gehör. Vergebung heißt nicht, dass Unrecht kein Unrecht mehr ist. Sie verzichtet auf Rache, aber nicht auf Wahrheit und Gerechtigkeit.

Die dritte Geschichte führt nach Afrika. 1994 ermordeten radikale Hutu in Ruanda Hunderttausende Tutsi (Abschnitt 1.1).⁹⁰ Die junge Tutsi Immaculée Ilibagiza überlebte. Ein Pastor aus ihrem Ort versteckte sie. 91 Tage lang kauerte sie mit sieben Frauen in einem winzigen Badezimmer. Ein Großteil ihrer Familie wurde ermordet. Jahre später stand sie einem der Männer gegenüber. Er hatte ihre Mutter und einen Bruder getötet. Nach eigenem Bericht sagte sie ihm: „Ich vergebe dir.“⁹¹

Die vierte Geschichte beginnt in Auschwitz. Eva Mozes Kor kam als zehnjähriges Mädchen aus Rumänien dorthin. Mit ihrer Zwillingschwester Miriam litt sie unter dem Lagerarzt Josef Mengele.⁹² Die Zwillinge überlebten, ihre Eltern und älteren Schwestern nicht. Fünfzig Jahre nach der Befreiung, 1995, stand Eva Kor wieder in Auschwitz. Vor den Ruinen einer Gaskammer verlas sie eine „Amnestie-Erklärung“. Darin vergab sie unter anderem Hans

⁸⁸ *The Post and Courier* (Charleston), „I forgive you“: Nadine Collier, Tochter von Ethel Lance, bei der Haftprüfung am 19.6.2015: „I just want everybody to know, to you, I forgive you! You took something very precious away from me.“ Übers. d. Verf. https://www.postandcourier.com/features/faith_and_values/i-forgive-you/article_84ec8097-20d9-5990-934a-d05036b057dd.html

⁸⁹ Roxane Gay, „Why I Can’t Forgive Dylann Roof“, *New York Times* (23.6.2015); Gespräch dazu: NPR Code Switch, „Writer Roxane Gay: Why I Can’t Forgive Dylann Roof“ (26.6.2015), <https://www.npr.org/sections/codeswitch/2015/06/26/417675859/writer-roxane-gay-why-i-cant-forgive-dylann-roof>

⁹⁰ Im *Völkermord in Ruanda* töteten von April bis Juli 1994 Milizen und Teile der Armee der Bevölkerungsmehrheit der Hutu Angehörige der Minderheit der Tutsi sowie gemäßigte Hutu. Die Opferzahlen werden auf mehrere Hunderttausend bis rund eine Million geschätzt; Ilibagizas eigene Darstellung spricht von „nearly one million“.

⁹¹ Immaculée Ilibagiza, Selbstdarstellung: von einem Pastor ihres Ortes 91 Tage mit sieben anderen Frauen in einem verborgenen Badezimmer versteckt; Vergebung gegenüber dem Mörder ihrer Mutter und eines Bruders. <https://www.immaculee.com/pages/about>; unabhängiger Bericht: CatholicPhilly, „Rwanda genocide survivor tells story of prayer and forgiveness“ (2014), <https://catholicphilly.com/2014/07/news/local-news/rwanda-genocide-survivor-tells-story-of-prayer-and-forgiveness>; ausführlich Ilibagiza 2006.

⁹² Josef Mengele (1911–1979) war SS-Arzt im Vernichtungslager Auschwitz-Birkenau. Er selektierte Ankommende für den Tod und missbrauchte besonders Zwillinge für grausame pseudomedizinische Versuche. Er entkam nach Südamerika und wurde nie vor Gericht gestellt.

Münch, einem Arzt aus dem Lager.⁹³ Ihre Begründung war schlicht: „Ich entscheide, wann ich vergebe.“

Andere Überlebende reagierten empört. Für sie sind die Verbrechen der Nationalsozialisten unverzeihlich. Auch dieser Einwand hat Gewicht. Kor bestand darauf, dass sie nur für sich selbst sprach. Ihre Vergebung befreite vor allem sie selbst. Sie war kein Freispruch für die Täter.

Diese Geschichten sind darum keine Vorschrift für Opfer. Niemand darf einem verletzten Menschen Vergebung abverlangen. Sie wäre dann keine Gnade mehr, sondern eine neue Gewalt. Aber die Geschichten zeigen, was Menschen möglich ist.

Gibt es dafür auch nüchterne Daten? Seit den 1980er Jahren erforschen Psychologen die Vergebung wissenschaftlich. 2014 werteten Nathaniel Wade, Everett Worthington und Kollegen 54 Studien aus.⁹⁴ Darin ging es um Programme, die Menschen beim Vergeben begleiten. Es handelte sich also um eine Metaanalyse (Abschnitt 1.1). Das Ergebnis war deutlich. Die Teilnehmer vergaben spürbar mehr als Vergleichsgruppen ohne Begleitung. Zugleich litten sie weniger unter Niedergeschlagenheit und Angst. Und sie hatten mehr Hoffnung.

Vergebung ist demnach lernbar, und sie heilt auch den, der vergibt. Jesus wusste das, lange bevor es jemand messen konnte. Darum steht die Vergebung im täglichen Gebet, direkt neben dem Brot. Die Seele braucht sie so regelmäßig wie der Körper seine Nahrung.

Entdeckerauftrag: Schreiben Sie einen Namen auf, dem Sie etwas nachtragen. Sprechen Sie beim Vaterunser bei „wie wir vergeben“ diesen Namen leise mit. Tun Sie das eine Woche lang.

2.5 Fasten mit gewaschenem Gesicht

Wer heute fastet, tut es oft für die Figur oder die Gesundheit. Ratgeber über Intervallfasten füllen ganze Regale. Zur Zeit Jesu war Fasten etwas anderes. Es war Trauer, Buße und Gebet mit dem ganzen Körper. Doch auch damals gab es die Versuchung zur Show.

⁹³ My Jewish Learning, „The Nazi Victim Who Forgave Her Perpetrators“: Eva Mozes Kor (gest. 2019), mit zehn Jahren aus Rumänien nach Auschwitz deportiert; mit ihrer Zwillingschwester Miriam eines von rund 180 überlebenden Kindern; 1995, zum 50. Jahrestag der Befreiung, öffentliche Vergebung gegenüber Dr. Hans Münch, der mit Mengele gearbeitet hatte, und Unterzeichnung einer „Declaration of Amnesty“ an den Ruinen einer Gaskammer in Birkenau; Kritik anderer Überlebender; Zitat „I decide when I forgive“ (Übers. d. Verf.). <https://www.myjewishlearning.com/article/the-nazi-victim-who-forgave-her-perpetrators/>

⁹⁴ Wade u. a. 2014: 54 Forschungsberichte; im Vergleich zu keiner Behandlung Effektstärke $\Delta = 0,56$, im Vergleich zu anderen Behandlungen $\Delta = 0,45$; zugleich stärkere Abnahme von Depression und Angst und Zunahme von Hoffnung. Abstract über Europe PMC, PMID 24364794. Die *Effektstärke* misst die Größe eines Unterschieds zwischen Gruppen; Werte um 0,5 gelten als mittelgroß.



Abb. 7: Pieter Bruegel d. Ä., „Die magere Küche“, Kupferstich, 1563. Ein Bild des Mangels aus dem 16. Jahrhundert. Bildquelle: The Metropolitan Museum of Art, New York, gemeinfrei (CC0).

„Wenn ihr fastet, sollt ihr nicht sauer dreinsehen wie die Heuchler“ (Mt 6,16). Das griechische Verb ist bildhaft. Die Heuchler „machen ihr Gesicht unkenntlich“. Sie verzerren ihre Miene, damit jeder ihr Leiden sieht. Jesus empfiehlt das genaue Gegenteil. Salbe dein Haupt und wasche dein Gesicht. Niemand soll merken, dass du fastest.

Wieder fällt auf, dass Jesus nicht fragt, *ob* man fastet. Er setzt es voraus. Die frühe Kirche übernahm das, allerdings mit einer kleinen Spitze. Die Didache mahnt: Fastet nicht montags und donnerstags wie die Heuchler.⁹⁵ Fastet stattdessen am Mittwoch und Freitag. Montag und Donnerstag waren übliche jüdische Fastentage. Die Christen verschoben also die Tage, blieben aber beim Fasten.

Heute ist das Fasten in vielen Kirchen Europas fast verschwunden. Wer in der Passionszeit auf Schokolade verzichtet, gilt schon als streng.⁹⁶ Doch weltweit und in anderen Religionen sieht es ganz anders aus. Vier Beispiele machen es deutlich.

In Äthiopien gibt es eine der ältesten Kirchen der Welt. Sie heißt Äthiopisch-Orthodoxe Tewahedo-Kirche.⁹⁷ Für Laien kennt sie rund 180 verpflichtende Fastentage im Jahr. Für

⁹⁵ *Didache* 8,1: „Eure Fasten aber sollen nicht mit den Heuchlern sein; denn sie fasten am zweiten und fünften Tag der Woche; ihr aber fastet am vierten Tag und am Rüsttag (Freitag).“ Übers. d. Verf. nach der engl. Fassung (s. Fn. zur *Didache* in Abschnitt 2.3).

⁹⁶ Die *Passionszeit* (von lat. *passio*, „Leiden“) sind die rund sechs Wochen vor Ostern, in denen Christen an das Leiden Jesu denken. Traditionell ist sie eine Fastenzeit.

⁹⁷ *Tewahedo* ist ein Wort der äthiopischen Kirchensprache Ge'ez und bedeutet „vereint“ – gemeint ist die Einheit von Gott und Mensch in Christus. In Äthiopien ist das Christentum seit dem 4. Jahrhundert verwurzelt.

Geistliche und besonders Fromme sind es bis zu 252 Tage.⁹⁸ Fasten bedeutet dort: kein Fleisch, keine Milchprodukte, keine Eier. Millionen Äthiopier essen also monatelang vegan, lange bevor das Wort Mode wurde.

Im Judentum ist der höchste Feiertag zugleich der strengste Fastentag. An Jom Kippur, dem Versöhnungstag, fasten fromme Juden 25 Stunden lang.⁹⁹ Sie verzichten auf Essen und sogar auf Wasser. Die Bibel verlangt an diesem Tag, „sich zu demütigen“ (3. Mose 16,29). Die Rabbiner haben das als Fasten verstanden. Der ganze Tag gehört dem Gebet um Vergebung. Fasten und Versöhnung gehören hier untrennbar zusammen, genau wie in Abschnitt 2.4.

Im Islam fasten Muslime einen ganzen Monat lang, im Ramadan.¹⁰⁰ Von der Morgendämmerung bis zum Sonnenuntergang essen und trinken sie nichts. Eine große Umfrage in 39 Ländern ergab 2012 einen beeindruckenden Wert.¹⁰¹ Im Mittel gaben 93 Prozent der befragten Muslime an, so zu fasten. Wer mit Muslimen zusammenlebt, kann dabei etwas lernen. Ein ganzes Volk teilt einen Monat lang Hunger und Durst. Abends brechen alle gemeinsam das Fasten, oft mit Gästen und Nachbarn.

Auch der Buddhismus kennt das Fasten, aber mit einem besonderen Akzent. Buddhistische Mönche essen nach einer alten Ordensregel nach dem Mittag nichts mehr.¹⁰² Fromme Laien übernehmen diese Regel an besonderen Feiertagen. Zugleich warnt der Buddhismus vor Übertreibung. Der Buddha selbst hatte vor seiner Erleuchtung extrem gefastet. Er wurde dabei abgemagert, doch geistlich kam er nicht weiter. Danach lehrte er einen „Mittleren Weg“ zwischen Völlerei und Selbstquälerei.

⁹⁸ Wikipedia, „Fasting and abstinence in the Ethiopian Orthodox Tewahedo Church“: 180 verpflichtende Fastentage für Laien, bis zu 252 für Geistliche und besonders Fromme; Verzicht auf Fleisch, Milchprodukte und Eier.
https://en.wikipedia.org/wiki/Fasting_and_abstinence_in_the_Ethiopian_Orthodox_Tewahedo_Church

⁹⁹ History.com, Beitrag zum Fasten an Jom Kippur: Das Fasten dauert 25 Stunden, ohne Essen und Trinken, auch ohne Wasser; biblische Grundlage 3. Mose 16,29 („you shall afflict yourselves“), von den Rabbinern als Fasten verstanden. <https://www.history.com/articles/yom-kippur-fasting>. *Jom Kippur* („Tag der Sühne“) ist der höchste jüdische Feiertag im Herbst; *Rabbiner* sind jüdische Schriftgelehrte und Lehrer.

¹⁰⁰ Der *Ramadan* ist der neunte Monat des islamischen Mondkalenders. Das Fasten in diesem Monat gehört zu den „fünf Säulen“, den Grundpflichten des Islam. Kranke, Reisende, Schwangere und Kinder sind ausgenommen.

¹⁰¹ Pew Research Center, „Ramadan observances set to end“ (15.8.2012): „a median of 93% of Muslims“ in 39 Ländern und Territorien fasten im Ramadan tagsüber. Übers. d. Verf.
<https://legacy.pewresearch.org/religion/2012/08/15/ramadan-observances-set-to-end/>. Der *Median* ist der mittlere Wert einer geordneten Reihe.

¹⁰² Wikipedia, „Fasting in Buddhism“: Die Ordensregeln (*Vinaya*) untersagen Mönchen das Essen nach der Mittagsmahlzeit; fromme Laien übernehmen diese Regel an Feiertagen (*Upasatha*) als eine von acht Vorschriften; der Buddha gab extremes Fasten nach seiner eigenen Erfahrung auf und lehrte den „Mittleren Weg“, der „extremes of indulgence on the one hand and self-mortification on the other“ meidet (Übers. d. Verf.: „die Extreme der Genußsucht einerseits und der Selbstquälerei andererseits“).
https://en.wikipedia.org/wiki/Fasting_in_Buddhism

Wie politisch Fasten werden kann, zeigte schließlich Mahatma Gandhi (Abschnitt 1.4).¹⁰³ Er fastete während des indischen Freiheitskampfes achtzehnmal öffentlich. Im Januar 1948 fastete er fünf Tage lang in Delhi. Er wollte die Gewalt zwischen Hindus und Muslimen stoppen. Daraufhin vereinbarten Politiker und religiöse Führer einen Friedensplan für Delhi. Gandhis Fasten waren allerdings nicht unumstritten. Ein Fasten von 1932 setzte etwa den Wortführer der Unberührbaren, B. R. Ambedkar, unter Druck.¹⁰⁴ Er stimmte einem Kompromiss nur widerwillig zu. Fasten kann eben auch Zwang ausüben.

Gandhis Fasten waren öffentlich, also eigentlich das Gegenteil der Bergpredigt. Doch er stellte nicht sich selbst aus. Er trug den Schmerz eines zerrissenen Landes an seinem eigenen Körper. Das ist etwas anderes als die Show der Heuchler.

Was macht Fasten mit einem Menschen? Es unterbricht das Selbstverständliche. Wer jeden Hunger sofort stillt, merkt beim Fasten, wie oft er zugreift. Fasten ist eine Übung im Nein-Sagen zu sich selbst. So wird Raum frei, um Ja zu etwas Größerem zu sagen.

Die Bibel verbindet das Fasten deshalb fast immer mit Gebet und Gerechtigkeit. Beim Propheten Jesaja beschreibt Gott das Fasten, das ihm gefällt. Es löst ungerechte Fesseln. Und es bricht dem Hungrigen das eigene Brot (Jesaja 58,6–7). Das gesparte Essen gehört also dem Hungernden. Fasten ohne Teilen bleibt eine Diät.

Fasten muss allerdings nicht nur das Essen betreffen. Man kann auf Bildschirme, Einkäufe oder das ständige Urteilen verzichten. Entscheidend ist der Tausch: weniger von dem, was mich füllt. Mehr Raum für den, der mich trägt.

Ein Hinweis zur Vorsicht gehört dazu. Kranke, Schwangere und Menschen mit Essproblemen sollten vorher ärztlichen Rat suchen. Die Bergpredigt will keinen Körper quälen. Sie wäscht ihm das Gesicht und salbt ihm das Haupt.

Entdeckerauftrag: Wählen Sie eine Sache, auf die Sie eine Woche lang verzichten. Nutzen Sie die gewonnene Zeit für das Gebet. Und geben Sie das Ersparte an jemanden weiter.

3. Herz und Schatz – Geld, Blicke und Sorgen

Nach dem Verborgenen kommt das Alltägliche. Jesus spricht jetzt über Besitz, das Auge, zwei Herren und die Sorge. Damit betritt die Bergpredigt sehr vertrautes Gelände. Sie redet in unsere Kontoauszüge hinein. Sie redet in unsere Bildschirmzeiten hinein. Und sie redet in jene Nächte hinein, in denen wir wach liegen.

¹⁰³ Wikipedia, „List of fasts undertaken by Mahatma Gandhi“: 18 Fasten während der Freiheitsbewegung; Fasten in Delhi vom 13. bis 18.1.1948 für Frieden zwischen Hindus und Muslimen, beendet nach einer Vereinbarung von Politikern und religiösen Führern.

https://en.wikipedia.org/wiki/List_of_fasts_undertaken_by_Mahatma_Gandhi. Zwölf Tage nach Ende dieses Fastens wurde Gandhi von einem Hindu-Nationalisten ermordet.

¹⁰⁴ Ebd.: Fasten im Gefängnis Yerwada (20.–26.9.1932) gegen getrennte Wahlkreise für die sogenannten *Unberührbaren* (heute *Dalits*, die unterste, ausgegrenzte Gruppe im Kastensystem); B. R. Ambedkar (1891–1956), ihr Wortführer und später Vater der indischen Verfassung, stimmte dem Kompromiss des *Poona-Pakts* nur widerwillig zu; die Bewertung ist bis heute umstritten.

Ein einziger Satz bildet dabei die Achse. „Wo dein Schatz ist, da ist auch dein Herz“ (Mt 6,21). Man lese ihn langsam, denn die Reihenfolge ist verblüffend. Jesus sagt nicht, das Geld folge dem Herzen. Er sagt umgekehrt, das Herz folge dem Geld. Wer wissen will, woran er hängt, muss also nicht lange grübeln. Er kann einfach nachsehen, wohin er überweist.

Dieses Kapitel geht der Spur in fünf Schritten nach. Es fragt, was ein Schatz ist (Abschnitt 3.1). Es fragt, wie unser Blick auf Besitz uns prägt (Abschnitt 3.2). Es fragt, wem wir eigentlich dienen (Abschnitt 3.3). Dann geht es um die Sorge (Abschnitt 3.4). Und am Ende um die richtige Reihenfolge im Leben (Abschnitt 3.5).

3.1 Wo der Schatz liegt

Stellen Sie sich einen reichen Bauern in Galiläa vor. Sein Vermögen liegt nicht auf einer Bank. Es liegt in einer Truhe, in einem Speicher und in einem Erdloch. In der Truhe ruhen kostbare Gewänder. Im Speicher lagert Getreide für schlechte Jahre. Und im Erdloch klimpern ein paar Münzen.

Genau diese drei Schätze hat Jesus vor Augen. „Ihr sollt euch nicht Schätze sammeln auf Erden“, sagt er (Mt 6,19). Denn dort fressen Motten die Stoffe, und Rost zerfrisst das Metall. Das griechische Wort für Rost heißt eigentlich „Fressen“ oder „Fraß“.¹⁰⁵ Und Diebe, so heißt es wörtlich, „graben durch“. Sie brechen durch die Lehmwände der Häuser. Heute heißen die Motten anders: Inflation, Kurssturz und Betrug im Internet. Doch das Prinzip ist geblieben. Was man nur festhält, kann man auch verlieren.

Jesus verbietet hier nicht das Sparen. Er fragt nach der Rangordnung. Was trägt mein Leben, wenn alles Irdische zerfällt? Seine Antwort lautet: Schätze „im Himmel“. Gemeint ist kein himmlisches Sparbuch für fromme Pluspunkte. Gemeint ist, was vor Gott Bestand hat. Das sind Liebe, Treue, Großzügigkeit und Menschen, denen man geholfen hat.

Wie geht das praktisch? Vier Beispiele aus vier Welten zeigen es.

Das erste stammt aus der Bibel selbst. Die Tora kennt ein erstaunliches Gesetz: das Jubeljahr.¹⁰⁶ Alle fünfzig Jahre sollte verkaufte Land an die alten Familien zurückfallen. Schuldklaven sollten frei werden. Die Begründung steht gleich dabei. Gott sagt: „Das Land ist mein“ (3. Mose 25,23). Die Menschen seien nur Fremdlinge darauf. Niemand besitzt also endgültig. Jeder ist nur Gast auf Zeit.

Das zweite Beispiel stammt aus Nordamerika. An der Pazifikküste Kanadas feierten indigene Völker das Potlatch.¹⁰⁷ Das Wort bedeutet ungefähr „geben“ oder „Geschenk“. Bei

¹⁰⁵ Griech. *brōsis*, eigentlich „das Essen, der Fraß“, in Mt 6,19 meist mit „Rost“ übersetzt; die Diebe „graben durch“ (griech. *dioryssō*), weil Häuser in Galiläa oft aus luftgetrockneten Lehmziegeln bestanden. Bible Hub, Strong's Greek 1035 und 1358: <https://biblehub.com/greek/1035.htm>; <https://biblehub.com/greek/1358.htm>

¹⁰⁶ Das *Jubeljahr* (auch Halljahr, hebr. *jobel*, „Widderhorn“, mit dem es angekündigt wurde) sollte nach 3. Mose 25 alle fünfzig Jahre gefeiert werden: verkaufte Land fiel an die ursprünglichen Familien zurück, Schuldknechte kamen frei. Bibeltext: <https://www.die-bibel.de/bibel/LU17/LEV.25>

¹⁰⁷ Wikipedia, „Potlatch ban“: Das Wort stammt aus dem Chinook-Jargon, einer Handelssprache der Nordwestküste, und bedeutet „geben“ oder „Geschenk“; Gastgeber verschenkten einen großen Teil ihres Besitzes und gewannen dadurch Ansehen; Verbot durch eine Änderung des kanadischen *Indian Act* vom 19.4.1884 (wirksam ab 1885), aufgehoben 1951. Beteiligt waren u. a. Tsimshian, Nisga'a und Stó:lō. https://en.wikipedia.org/wiki/Potlatch_ban. *Indigen* heißt „eingeboren“; gemeint sind die ursprünglichen

diesem Fest verschenkte der Gastgeber einen großen Teil seines Besitzes. Ansehen gewann also nicht, wer am meisten hortete. Ansehen gewann, wer am meisten weggab. Der kanadische Staat verstand das nicht. 1884 verbot er das Fest, erst 1951 fiel das Verbot. Was fremd wirkte, wurde unterdrückt.

Das dritte Beispiel führt nach England. Der Prediger John Wesley gründete im 18. Jahrhundert die Methodisten.¹⁰⁸ Er fasste den Umgang mit Geld in drei Regeln. Erstens: Verdienne, so viel du kannst. Zweitens: Spare, so viel du kannst. Drittens: Gib, so viel du kannst. Viele Zuhörer befolgten die ersten beiden Regeln mit großem Eifer. Die dritte vergaßen sie gern. Erst sie aber macht die beiden anderen sinnvoll.

Das vierte Beispiel ist eine Umfrage, und sie enthält ein Kippbild. 2025 befragte die britische Charities Aid Foundation über 50.000 Menschen.¹⁰⁹ Sie lebten in 101 Ländern. Gefragt wurde, welchen Anteil ihres Einkommens sie verschenken. Gemeint waren Spenden für gute Zwecke, für Bedürftige und für religiöse Anliegen. An der Spitze stand Nigeria mit 2,83 Prozent. Danach folgten Länder wie Ägypten und Ghana. Deutschland kam auf 0,39 Prozent, Japan auf 0,16 Prozent. Arme Länder gaben im Schnitt doppelt so viel wie reiche.

Völker eines Landes.

¹⁰⁸ John Wesley (1703–1791), anglikanischer Geistlicher, Begründer der *Methodisten*, einer Erweckungsbewegung mit streng geordneter („methodischer“) Frömmigkeit; heute eine weltweite Kirchenfamilie. Predigt 50 „The Use of Money“ (über Lk 16,9) mit den drei Regeln „Gain all you can“ – „Save all you can“ – „Give all you can“. Christian History Institute: <https://christianhistoryinstitute.org/magazine/article/wesleys-sermon-use-of-money>

¹⁰⁹ Charities Aid Foundation (CAF), britische Stiftung zur Förderung des Spendens; Pressemitteilung zum World Giving Report 2025: Online-Befragung von über 50.000 Menschen in 101 Ländern (Januar 2025, Focalldata); Nigeria 2,83 %, Deutschland 0,39 %, Frankreich 0,45 %, Japan 0,16 %; Länder mit niedrigem Einkommen 1,45 %, mit hohem Einkommen 0,7 %. <https://www.cafonline.org/home/about-us/press-office/new-study-finds-people-in-wealthy-countries-donate-significantly-less-than-low-income-countries>. Ägypten 2,45 %, Ghana 2,19 %, China 2,19 %, USA 0,97 %, Kanada 0,80 %, Australien 0,73 %: Philanthropy Australia, <https://www.philanthropy.org.au/news-and-stories/nearly-two-thirds-of-the-planets-population-gave-to-charity-last-year-world-giving-report-2025/>

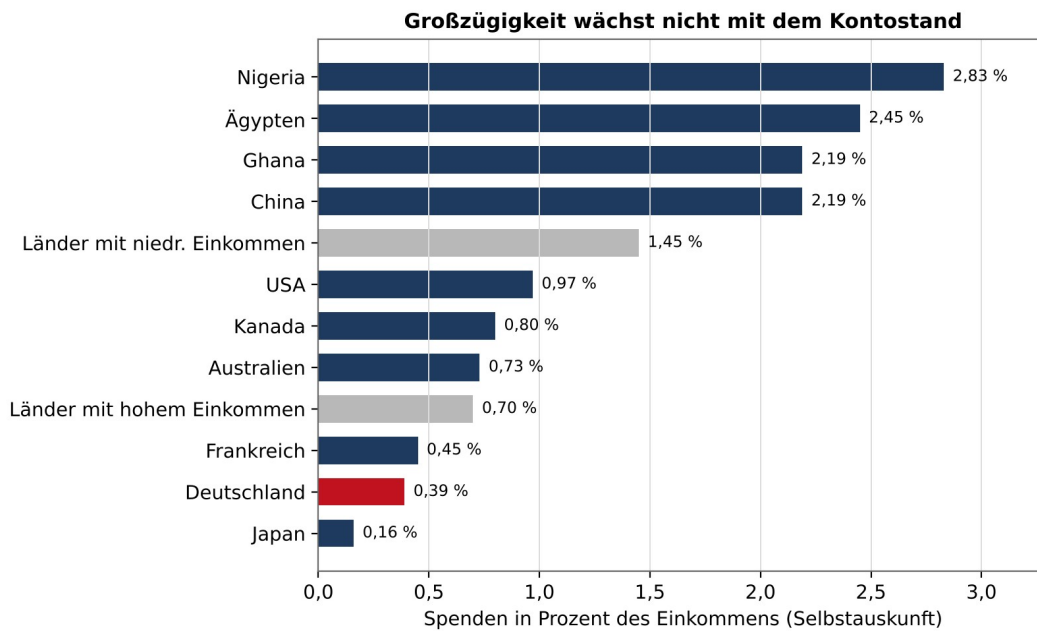


*Abb. 8: Spenden als Anteil am Einkommen in ausgewählten Ländern, 2024 (Prozent).
Datenquelle: Charities Aid Foundation, World Giving Report 2025; Pressemitteilungen von CAF und Philanthropy Australia.*

Die Zahlen beruhen auf Selbstausskünften im Internet. Man sollte sie deshalb mit Vorsicht lesen. Doch sie widersprechen einem bequemen Vorurteil. Großzügigkeit wächst offenbar nicht mit dem Kontostand.

Macht Geld dann wenigstens glücklich? Darüber stritten zwei Forscherteams lange. 2010 fanden zwei berühmte Forscher dabei einen Knick. Es waren der Psychologe Daniel Kahneman und der Ökonom Angus Deaton.¹¹⁰ Ab etwa 75.000 Dollar Jahreseinkommen stieg das tägliche Wohlbefinden kaum noch. 2021 widersprach der Glücksforscher Matthew Killingsworth. In seinen Daten stieg das Glück immer weiter. 2023 setzten sich die Gegner an einen Tisch. Fachleute nennen das eine „gegnerische Zusammenarbeit“. Das Ergebnis war ein Kompromiss. Im Durchschnitt wächst das Wohlbefinden mit dem Einkommen weiter. Bei den unglücklichsten Menschen aber endet der Zuwachs bei etwa 100.000 Dollar. Geld lindert also manches Unglück. Doch ab einem gewissen Punkt heilt es nicht mehr.

Jesus hat dafür eine eigene Studie, und sie ist sehr klein. Er sitzt im Tempel und beobachtet die Opferkasten. Reiche werfen viel hinein. Dann kommt eine arme Witwe mit zwei winzigen Münzen. Jesus sagt, sie habe mehr gegeben als alle anderen (Mk 12,41–44). Denn die Reichen gaben vom Überfluss. Sie aber gab, was sie zum Leben hatte. Zweitausend Jahre später lebt diese Witwe in Lagos, Kairo und Accra.

¹¹⁰ Kahneman/Deaton 2010; Killingsworth 2021; Killingsworth/Kahneman/Mellers 2023. Eine *adversarial collaboration* („gegnerische Zusammenarbeit“) ist ein Forschungsprojekt, bei dem Wissenschaftler mit gegensätzlichen Befunden gemeinsam und unter einem neutralen Schiedsrichter – hier Barbara Mellers – neue Daten auswerten. Ergebnis: Im Durchschnitt steigt das Wohlbefinden mit dem Einkommen weiter; nur bei den Unglücklichsten flacht es ab etwa 100.000 Dollar ab. Zusammenfassung: ScienceDaily (6.3.2023), <https://sciencedaily.com/releases/2023/03/230306163006.htm>

Die Pointe ist schlicht. Ein Schatz im Himmel ist keine Geldanlage. Er ist eine Bewegung der Hand: weg vom Festhalten, hin zum Weitergeben.

Entdeckerauftrag: Sehen Sie Ihre Kontoauszüge der letzten drei Monate durch. Was verraten sie über Ihre Prioritäten? Wählen Sie eine Ausgabe aus. Widmen Sie sie diesen Monat zugunsten anderer um.

3.2 Das Auge als Lampe

Der nächste Satz klingt zunächst wie eine Physikstunde. „Das Auge ist das Licht des Leibes“, sagt Jesus (Mt 6,22). Ist das Auge denn eine Lampe? Viele Menschen der Antike glaubten das tatsächlich. Griechische Denker wie Empedokles und Platon lehrten eine sogenannte Sehstrahltheorie.¹¹¹ Das Auge sende Strahlen aus, die die Dinge abtasten. Erst um das Jahr 1020 widerlegte das ein Gelehrter in Kairo. Er hieß Ibn al-Haytham und war Muslim. Er zeigte, dass Licht von den Dingen ins Auge fällt.

Doch Jesus will keine Optik lehren. Der Schlüssel liegt in einer hebräischen Redewendung. Viele Leser überlesen sie, weil sie im Deutschen fremd ist. In der Bibel bedeutet ein „böses Auge“ nämlich Geiz. Wer ein böses Auge hat, verweigert Armen die Hilfe (5. Mose 15,9). Ein „gütiges Auge“ dagegen meint einen freigebigen Menschen. „Wer ein gütiges Auge hat, wird gesegnet“ (Spr 22,9). Denn er teilt sein Brot mit den Armen. Und in einem Gleichnis Jesu¹¹² stellt ein Gutsherr einem Neider eine Frage. Wörtlich lautet sie: „Ist dein Auge böse, weil ich gütig bin?“ (Mt 20,15).

Jetzt kippt das Bild. Der Spruch vom Auge steht nicht zufällig an dieser Stelle. Vorher geht es um Schätze, danach um den Mammon. Dazwischen geht es also um den Blick auf Besitz. Jesus wünscht sich ein „lauteres“ Auge. Das griechische Wort *haplous* bedeutet einfach, ungefalt, ungeteilt.¹¹³ Das verwandte Hauptwort kann sogar Freigebigkeit heißen. Ein lauterer Auge sieht die Welt also großzügig. Ein böses Auge sieht überall Mangel und Konkurrenz. Und je nachdem, wie ich schaue, wird mein Leben hell oder dunkel.

Heute hat das Auge viel zu tun. Vier Befunde zeigen, wie sehr.

Der erste betrifft die Zeit. Nach Erhebungen von DataReportal waren Internetnutzer 2025 täglich fast sieben Stunden online.¹¹⁴ Genau gesagt: sechs Stunden und 38 Minuten. Das ist mehr als ein Drittel der wachen Zeit. Was wir so lange ansehen, formt unser Bild von der Welt.

¹¹¹ Wikipedia, „Emission theory (vision)“: Die *Sehstrahltheorie* (Emissionstheorie) nahm an, dass das Auge Strahlen aussendet; vertreten von Empedokles, Platon (*Timaios*), Euklid und Ptolemäus. Ibn al-Haytham (um 965–1040), arabisch schreibender Mathematiker und Physiker, erklärte als Erster, dass Sehen durch Licht entsteht, das von den Gegenständen ins Auge fällt. [https://en.wikipedia.org/wiki/Emission_theory_\(vision\)](https://en.wikipedia.org/wiki/Emission_theory_(vision))

¹¹² Ein *Gleichnis* ist eine kurze Erzählung aus dem Alltag, die eine geistliche Wahrheit anschaulich macht – Jesu bevorzugte Lehrform.

¹¹³ Griech. *haplous*, wörtlich „einfach, ungefalt“, im Gegensatz zu *diplous*, „doppelt“; vom Auge auch „gesund, klar“. Das verwandte Hauptwort *haplotēs* bezeichnet bei Paulus die Freigebigkeit (2. Kor 8,2). Bible Hub, Strong's Greek 573: <https://biblehub.com/greek/573.htm>

¹¹⁴ DataReportal, *Digital 2025 Global Overview Report* (mit GWI und Meltwater): Internetnutzer verbringen im Schnitt „6 hours and 38 minutes online each day“. <https://datareportal.com/reports/digital-2025-global-overview-report>

Der zweite Befund betrifft den Neid. 2013 untersuchte die Forscherin Hanna Krasnova Facebook-Nutzer.¹¹⁵ Sie forschte an der Humboldt-Universität Berlin, gemeinsam mit der TU Darmstadt. Rund 600 Menschen nahmen an zwei Studien teil. Etwa jeder Dritte fühlte sich nach dem Surfen schlechter. Am stärksten traf es die stillen Mitleser. Mehr als die Hälfte der Neidmomente lösten Urlaubsfotos anderer aus. Die Forscher folgerten nüchtern: Neid in sozialen Netzwerken untergräbt die Lebenszufriedenheit.

Der dritte Befund hat sogar einen eigenen Namen bekommen: FoMO.¹¹⁶ Die Abkürzung steht für „Fear of Missing Out“. Gemeint ist die Angst, etwas zu verpassen. 2013 beschrieb ein Team um den Psychologen Andrew Przybylski dieses Gefühl. Es ist die Sorge, andere könnten gerade mehr Spaß haben. Besonders junge Menschen unter 30 waren betroffen. Wer stark darunter litt, schrieb sogar beim Autofahren Nachrichten. Das böse Auge macht also nicht nur unglücklich. Es kann auch gefährlich werden.

Der vierte Befund ist ein wirtschaftlicher. Fachleute sprechen von einer „Aufmerksamkeitsökonomie“.¹¹⁷ Gemeint ist ein Markt, auf dem unsere Blicke die Ware sind. Werbung lebt davon, dass wir uns ein wenig arm vorkommen. Netzwerke leben davon, dass wir möglichst lange hinsehen. Das böse Auge wird also gezielt gefüttert.

Die Bergpredigt antwortet darauf nicht mit Technikfeindschaft. Sie fragt nach der Richtung des Blicks. Schaue ich so, dass ich danke und teile? Oder schaue ich so, dass ich vergleiche und neide? Das lautere Auge ist kein blindes Auge. Es ist ein Auge, das genug sieht.

Entdeckerauftrag: Führen Sie drei Tage lang Buch darüber, was Sie anschauen. Fragen Sie jeden Abend: Hat es mich heller gemacht oder dunkler? Und hat es mich großzügiger gemacht oder neidischer?

3.3 Zwei Herren geht nicht

Wer heute zwei Arbeitgeber hat, ist nichts Besonderes. Man arbeitet vormittags hier und nachmittags dort. Jesus aber denkt an etwas ganz anderes. „Niemand kann zwei Herren dienen“, sagt er (Mt 6,24). Das Wort „dienen“ meint hier Sklavendienst. Ein Sklave gehörte seinem Herrn mit Haut und Haar. Zwei Besitzer für einen einzigen Menschen? Das musste früher oder später im Streit enden.

¹¹⁵ Krasnova u. a. 2013. Zwei Studien mit rund 600 deutschen Teilnehmenden; etwa jeder Dritte fühlte sich nach der Facebook-Nutzung schlechter, besonders passive Nutzer; Urlaubsfotos lösten mehr als die Hälfte der Neid-Erlebnisse aus; „The spread and ubiquitous presence of envy on Social Networking Sites is shown to undermine users' life satisfaction.“ Übers. d. Verf. Bericht: News24 (22.1.2013), <https://www.news24.com/technology/news/is-facebook-envy-making-you-miserable-20130122>

¹¹⁶ Przybylski u. a. 2013. *FoMO* beschreibt die Sorge, andere könnten gerade lohnendere Erfahrungen machen; besonders betroffen waren Menschen unter 30; hohe FoMO-Werte gingen mit Ablenkung in Vorlesungen und mit Textnachrichten am Steuer einher. Zusammenfassung: ScienceDaily (29.4.2013), <https://sciencedaily.com/releases/2013/04/130429094949.htm>

¹¹⁷ Wikipedia, „Attention economy“: Die *Aufmerksamkeitsökonomie* behandelt menschliche Aufmerksamkeit als knappes, wirtschaftlich umkämpftes Gut. Der Ökonom und Nobelpreisträger Herbert Simon schrieb schon 1971: „a wealth of information creates a poverty of attention“ – ein Reichtum an Information erzeugt eine Armut an Aufmerksamkeit. Übers. d. Verf. https://en.wikipedia.org/wiki/Attention_economy



Abb. 9: Pieter Bruegel d. Ä., „Avaritia“ (Habgier), aus der Folge der sieben Todsünden, Kupferstich, 1558. Bildquelle: The Metropolitan Museum of Art, New York, gemeinfrei (CC0).

Dann nennt Jesus den Rivalen Gottes beim Namen. Er heißt Mammon.¹¹⁸ Das Wort stammt aus dem Aramäischen, der Alltagssprache Jesu. Es bedeutet Besitz, Vermögen oder Gewinn. Manche Forscher vermuten noch eine ältere Bedeutung: „das, worauf man vertraut“. Jesus macht aus dem Wort eine Person. Der Mammon wird zu einem Herrn, der Gehorsam verlangt. Geld ist in diesem Bild nicht bloß ein Werkzeug. Es kann zum Gebieter werden.

Woran merkt man, wer in einem Leben herrscht? Vier Stimmen aus verschiedenen Zeiten und Kulturen geben Hinweise.

Die erste Stimme gehört Martin Luther, dem Reformator aus Wittenberg. In seinem Großen Katechismus von 1529 erklärt er das erste Gebot.¹¹⁹ Dort steht ein Satz, der bis heute zitiert wird. Sinngemäß lautet er: Woran du dein Herz hängst, das ist dein Gott. Und Luther fügt trocken hinzu, mancher habe sehr wohl einen Gott. „Der heißt Mammon“, schreibt er. Götzendienst ist für Luther also nichts Exotisches. Er beginnt dort, wo etwas anderes als Gott letzte Sicherheit verspricht.

¹¹⁸ Wikipedia, „Mammon“: von aram. *māmōnā*, „Reichtum, Gewinn“, wohl aus dem hebr. *mamōn*; nach einer älteren Deutung (Hastings, *Encyclopedia of Religion and Ethics*) möglicherweise „das, worauf man vertraut“. <https://en.wikipedia.org/wiki/Mammon>

¹¹⁹ Luther, *Großer Katechismus* (1529), Auslegung des ersten Gebots: „Woran du nun, sage ich, dein Herz hängst und [worauf du dich] verlässest, das ist eigentlich dein Gott“; „Sieh, ein solcher hat auch einen Gott: der heißt Mammon, d. h. Geld und Gut“ (in modernisierter Fassung). Ein *Katechismus* ist ein Lehrbuch des christlichen Glaubens in Frage und Antwort; *Götzendienst* meint die Verehrung von etwas Geschaffenem an Gottes Stelle. <https://projekt-gutenberg.org/authors/martin-luther/books/der-grosse-katechismus/chapter/4>

Die zweite Stimme kommt aus Asien. Im Buddhismus gibt es die Lehre von den drei Geistesgiften.¹²⁰ Sie heißen Gier, Hass und Verblendung. In der Mitte tibetischer Lebensräder sind sie als Tiere gemalt. Ein Hahn steht für die Gier, eine Schlange für den Hass. Ein Schwein steht für die Verblendung. Die drei jagen einander im Kreis, und sie halten den Menschen gefangen. Auch hier also ein Herr, der nicht loslässt.

Die dritte Stimme gehört dem Islam. Eine der fünf Grundpflichten jedes Muslims ist die Zakat.¹²¹ Wer genug besitzt, gibt jährlich meist 2,5 Prozent seines Vermögens ab. Das Geld geht an Arme und andere Bedürftige. Das arabische Wort hängt mit „reinigen“ zusammen. Der Gedanke dahinter: Besitz wird erst rein, wenn er geteilt wird. So wird das Vermögen vom Herrn zum Diener.

Die vierte Stimme gehört einem Geschäftsmann, der fast niemandem auffiel. Chuck Feeney wurde 1931 in den USA geboren.¹²² Mit Duty-free-Läden auf Flughäfen wurde er Milliardär. 1982 gründete er eine Stiftung namens Atlantic Philanthropies. Zwei Jahre später übertrug er ihr heimlich seinen Firmenanteil. Nicht einmal seine Geschäftspartner wussten davon. Jahrzehntlang spendete er im Verborgenen, insgesamt über acht Milliarden Dollar. Die Empfänger mussten oft Stillschweigen versprechen. Erst 1997 wurde sein Name öffentlich bekannt. Feeney flog Economy bis ins hohe Alter. Er besaß weder Auto noch Haus. Seine Uhr kostete zehn Dollar. Sein Motto hieß „Giving while living“: geben, solange man lebt. Er starb 2023 mit 92 Jahren in einer Mietwohnung. Er hatte zwei Herren zur Auswahl. Er wählte nicht den Mammon.

Feeneys Geschichte verbindet zwei Gedanken der Bergpredigt. Sie zeigt das verborgene Geben (Abschnitt 2.1). Und sie zeigt, wer der Herr ist. Doch muss jeder wie Feeney leben? Nein. Die Bergpredigt verlangt nicht, alles wegzugeben. Sie verlangt eine klare Rangordnung.

Eine einfache Probe hilft dabei. Man frage sich: Was gäbe ich nie her, nicht einmal für Gott? Die Antwort verrät, wo ein zweiter Herr wohnt. Das kann Geld sein, aber auch Erfolg, Ansehen, Kontrolle oder Gesundheit. All das ist gut, solange es dient. Gefährlich wird es erst, wenn es herrscht.

Und woran erkennt man den Unterschied? An der Angst. Wer etwas verliert, das ihm diene, ist traurig. Wer etwas verliert, das ihn beherrschte, bricht zusammen. Geld ist ein guter Diener, aber ein grausamer Herr.

¹²⁰ Wikipedia, „Three poisons“: Gier (Sanskrit *rāga*, Pali *lobha*), Hass oder Abneigung (*dveṣa/dosa*) und Verblendung (*moha*); in der Mitte des *Bhavachakra*, des „Lebensrads“ der tibetischen Kunst, dargestellt als Hahn, Schlange und Schwein. https://en.wikipedia.org/wiki/Three_poisons

¹²¹ Wikipedia, „Zakat“: eine der fünf Säulen des Islam; üblicherweise 2,5 % (ein Vierzigstel) des Vermögens oberhalb einer Mindestgrenze, des *Nisab*; das Wort geht auf die arabische Wurzel *z-k-w* mit der Bedeutung „reinigen“ zurück. Die *fünf Säulen* sind Glaubensbekenntnis, Gebet, Zakat, Fasten im Ramadan und Pilgerfahrt nach Mekka. <https://en.wikipedia.org/wiki/Zakat>

¹²² Wikipedia, „Chuck Feeney“: Mitgründer der Duty Free Shoppers (1960); Gründung der Atlantic Philanthropies 1982 (*Philanthropie* = „Menschenliebe“, hier: Wohltätigkeit großer Stifter); 1984 heimliche Übertragung seines Firmenanteils von 38,75 % an die Stiftung; über 8 Mrd. Dollar Spenden zu Lebzeiten; Enthüllung 1997 in der *New York Times*; Economy-Flüge bis 75, kein Auto, kein Haus, Casio-Uhr für 10 Dollar; Unterzeichnung des *Giving Pledge* 2011; 2016 noch rund 2 Mio. Dollar Restvermögen; gestorben am 9.10.2023 in San Francisco. https://en.wikipedia.org/wiki/Chuck_Feeney

Entdeckerauftrag: Benennen Sie einen Lebensbereich, in dem Sie sich geteilt fühlen. Bringen Sie ihn bewusst ins Gebet. Fragen Sie dabei ehrlich: Wer ist hier der Herr?

3.4 Sorget nicht – Vertrauen in Tagesrationen

Es ist drei Uhr nachts, und die Gedanken drehen sich. Was, wenn der Job wegfällt? Was, wenn der Befund schlecht ist? Was, wenn die Kinder ihren Weg nicht finden? Fast jeder kennt solche Nächte. In genau diese Nächte spricht ein berühmter Satz Jesu. „Sorget euch nicht um euer Leben“, sagt er (Mt 6,25). Kaum ein Wort wird so oft zitiert. Und kaum eines wird so oft missverstanden.

Zuerst muss ein Missverständnis aus dem Weg. Es lautet: Wer Angst hat, glaubt nicht genug. Dieser Gedanke hat vielen Menschen zusätzlich geschadet. Denn Angststörungen sind Krankheiten, keine Glaubensschwäche.¹²³ Die Weltgesundheitsorganisation nennt sie die häufigsten psychischen Erkrankungen der Welt.¹²⁴ 2023 waren rund 470 Millionen Menschen betroffen. Nur gut ein Viertel von ihnen bekam irgendeine Behandlung. Wer an einer Angststörung leidet, braucht Hilfe, Therapie und manchmal Medikamente. Das ist kein Verrat an der Bergpredigt. Es ist ihre Anwendung. Sorge gut für dich, damit die Sorge dich nicht zermürbt.

Jesus spricht hier nicht über Kranke. Er spricht zu Menschen, die sich zerreiben. Das griechische Verb *merimnao* deutet das an.¹²⁵ Es beschreibt ein inneres Zerteiltsein, ein Hin-und-her-Gerissenwerden. Jesus droht deshalb nicht, er lädt zum Hinschauen ein. „Seht die Vögel unter dem Himmel an“, sagt er. Sie säen nicht, sie ernten nicht, und Gott ernährt sie doch. „Schaut die Lilien auf dem Feld an“, sagt er. Selbst König Salomo war nicht so prächtig gekleidet wie sie.

Dann folgt ein Argument mit einem Augenzwinkern. Wer kann durch Sorgen seinem Leben auch nur eine Spanne hinzufügen (Mt 6,27)? Niemand. Sorgen verlängern das Leben nicht. Sie verkürzen allenfalls den Schlaf.

Vier Stimmen aus vier Jahrtausenden haben diesen Gedanken weitergedacht.

Die älteste Geschichte ist das Manna in der Wüste. Nach dem Auszug aus Ägypten hungerte das Volk Israel. Da fand es jeden Morgen eine essbare Schicht am Boden.¹²⁶ Jeder sollte nur sammeln, was er für den Tag brauchte. Manche horteten trotzdem für morgen. Am

¹²³ Eine *Angststörung* ist eine anerkannte psychische Erkrankung, bei der Angst übermäßig stark, anhaltend oder ohne angemessenen Anlass auftritt und den Alltag beeinträchtigt; Formen sind etwa Panikstörung, Phobien und die *generalisierte Angststörung* mit anhaltender, schwer kontrollierbarer Sorge um viele Lebensbereiche. Sie ist gut behandelbar, vor allem mit Psychotherapie, teils mit Medikamenten.

¹²⁴ WHO, Fact Sheet „Anxiety disorders“ (Stand 15.9.2026): „the world’s most common mental disorders“; 470 Mio. Betroffene im Jahr 2023, rund 5,8 % der Weltbevölkerung; nur 27,6 % erhalten irgendeine Behandlung. Übers. d. Verf. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/anxiety-disorders>

¹²⁵ Griech. *merimnaō*, „sich sorgen, beunruhigt sein“, abgeleitet von *merimna*; A. T. Robertson deutet das Bild als „in Teile zerlegt“, „in entgegengesetzte Richtungen gezogen“. Bible Hub, Strong’s Greek 3309: <https://biblehub.com/greek/3309.htm>

¹²⁶ Vgl. 2. Mose 16,13–21. *Manna* heißt nach der biblischen Erzählung die Speise, die Israel in der Wüste jeden Morgen fand; der Name wird volkstümlich mit der Frage „Was ist das?“ (hebr. *man hu*) erklärt (V. 15). <https://www.die-bibel.de/bibel/LU17/EXO.16>

nächsten Morgen wimmelte ihr Vorrat von Würmern (2. Mose 16,20). Gottes Fürsorge ließ sich nicht einlagern. Man bekam sie jeden Morgen neu.

Die zweite Stimme gehört einem Römer. Seneca war Philosoph und Berater am Hof Kaiser Neros.¹²⁷ Er gehörte zu den Stoikern, einer Schule der Gelassenheit. In einem Brief an seinen Freund Lucilius schrieb er einen berühmten Satz. Es gebe mehr Dinge, die uns erschrecken, als solche, die uns bedrücken. Und dann: „Wir leiden öfter in der Einbildung als in der Wirklichkeit.“ Ein heidnischer Philosoph kommt also zu einem ähnlichen Befund wie Jesus.

Die dritte Stimme gehört einem Dänen. Der Philosoph Søren Kierkegaard gilt als Vordenker der modernen Existenzphilosophie.¹²⁸ 1849 legte er unseren Abschnitt in drei kleinen Reden aus. Ihr Titel lautet: *Die Lilie auf dem Felde und der Vogel*. Gemeint ist der Vogel unter dem Himmel. Kierkegaard schlägt vor, Lilie und Vogel als Lehrer anzunehmen. Was lehren sie? Schweigen, Gehorsam und Freude. „Von der Lilie und dem Vogel lasst uns lernen: Schweigen“, schreibt er. Die Lilie klagt nicht über morgen. Sie ist einfach da, heute.

Die vierte Stimme ist eine Studie, und sie liefert eine erstaunliche Zahl. Zwei Psychologen forschen an der Pennsylvania State University in den USA. Sie heißen Lucas LaFreniere und Michelle Newman.¹²⁹ Sie baten 29 Menschen mit einer generalisierten Angststörung um ein Experiment. Zehn Tage lang sollten die Teilnehmer jede Sorge notieren. Danach prüften die Forscher, was tatsächlich eingetreten war. Das Ergebnis: Rund 91 Prozent der Sorgen trafen nicht ein. Bei fast einem Viertel der Teilnehmer traf keine einzige ein. Von den eingetretenen Sorgen endete ein knappes Drittel glimpflicher als befürchtet.

¹²⁷ Seneca, *Epistulae morales ad Lucilium*, Brief 13 („Über grundlose Furcht“): „Plura sunt, Lucili, quae nos terrent quam quae premunt, et saepius opinione quam re laboramus.“ – „Es gibt mehr Dinge, Lucilius, die uns erschrecken, als solche, die uns bedrücken; und wir leiden öfter in der Einbildung als in der Wirklichkeit.“ Übers. d. Verf. Lateinischer Wortlaut: <https://quotewise.io/q/45pz87/>; Zuordnung zu Brief 13: Transcend Media Service, „A Stoic’s Key to Peace of Mind“, <https://www.transcend.org/tms/2022/12/a-stoics-key-to-peace-of-mind-seneca-on-the-antidote-to-anxiety-2>. Lucius Annaeus Seneca (um 4 v. Chr.–65 n. Chr.) war Erzieher und Berater Kaiser Neros. Die *Stoiker* lehrten, Gelassenheit entstehe, wenn man unterscheidet, was in der eigenen Macht steht und was nicht.

¹²⁸ Kierkegaard 1849. Wikipedia, „The Lily of the Field and the Bird of the Air“: erschienen am 14.5.1849 unter eigenem Namen; drei „gottesfürchtige Reden“ über Mt 6,24–34 zu Schweigen, Gehorsam und Freude; „From the lilies and the birds as teachers let us learn Silence“. Übers. d. Verf. https://en.wikipedia.org/wiki/The_Lily_of_the_Field_and_the_Bird_of_the_Air. Søren Kierkegaard (1813–1855) war ein dänischer Philosoph und Theologe; die *Existenzphilosophie* fragt nach dem einzelnen Menschen, seiner Freiheit und Verantwortung.

¹²⁹ LaFreniere/Newman 2020: 29 Teilnehmende, zehn Tage Sorgentagebuch, Nachverfolgung über 30 Tage; 91,4 % der Sorgen trafen nicht ein; bei 7 von 29 Teilnehmenden keine einzige; von den eingetretenen Sorgen gingen 30,1 % besser aus als befürchtet, 44,2 % wie befürchtet, 25,8 % schlechter. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC7233480/>

Neun von zehn Sorgen bleiben Schatten

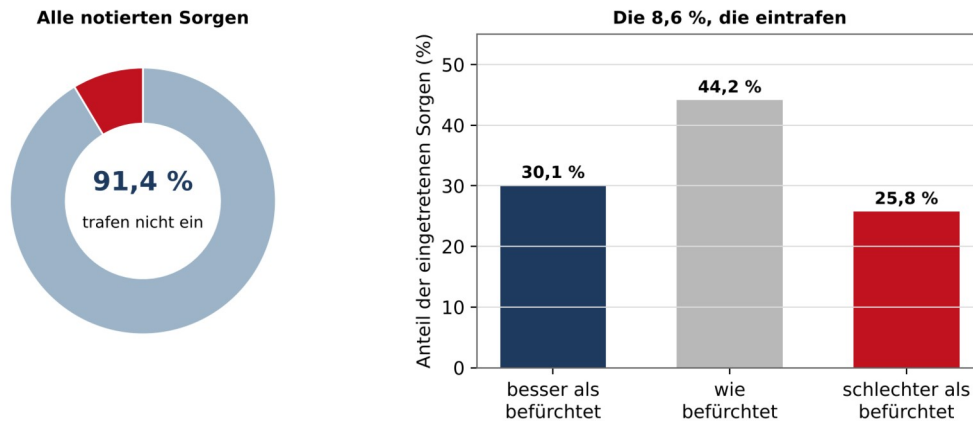


Abb. 10: Was aus unseren Sorgen wird – Ergebnis eines Sorgentagebuchs von 29 Menschen mit generalisierter Angststörung (Anteil aller notierten Sorgen). Datenquelle: LaFreniere/Newman 2020, *Behavior Therapy* 51(3).

Natürlich ist die Studie klein. Ihre Teilnehmer waren zudem Patienten in Behandlung. Man darf sie also nicht beliebig verallgemeinern. Doch sie bestätigt, was Seneca ahnte und Jesus sagte. „Es ist genug, dass jeder Tag seine eigene Plage hat“ (Mt 6,34). Die meisten Plagen, die wir fürchten, kommen nie. Und die übrigen sind oft kleiner als ihr Schatten.

Das Vaterunser kennt dafür eine eigene Bitte (Abschnitt 2.3). Es ist die Bitte um das *tägliche* Brot. Es lehrt Vertrauen in Tagesrationen. Nicht für ein Jahr, nicht für die Rente, sondern für heute. Die Sorge um morgen darf bis morgen warten.

Entdeckerauftrag: Schreiben Sie Ihre drei größten Sorgen auf einen Zettel. Übergeben Sie diese Sorgen im Gebet. Legen Sie den Zettel weg. Prüfen Sie nach vier Wochen, was davon eingetreten ist.

3.5 Trachtet zuerst – die Reihenfolge entscheidet

Wer einen Koffer packt, kennt die Regel. Die großen Dinge kommen zuerst hinein. Danach finden die kleinen noch Platz in den Lücken. Macht man es umgekehrt, passt am Ende nichts mehr hinein. Jesus wendet diese Regel auf das ganze Leben an. „Trachtet zuerst nach dem Reich Gottes“, sagt er (Mt 6,33). Dann werde „euch das alles zufallen“, also Essen, Trinken und Kleidung.

Das kleine Wort „zuerst“ trägt den ganzen Satz. Jesus verbietet nicht, an Brot und Kleider zu denken. Er ordnet nur. Zuerst kommt das Reich Gottes, also Gottes gute Herrschaft.¹³⁰ Danach kommt alles andere. Wie das aussehen kann, zeigen drei Lebensläufe und eine Legende.

Der erste Lebenslauf beginnt in Sachsen-Anhalt. Georg Müller wurde 1805 in Kroppenstedt geboren.¹³¹ Als junger Mann war er ein Taugenichts. Er log, betrog und saß sogar kurz im

¹³⁰ Das *Reich Gottes* (griech. *basileia tou theou*) meint in den Evangelien weniger ein Gebiet als Gottes gute Herrschaft, die mit Jesus anbricht und sich in Gerechtigkeit, Heilung und Frieden zeigt.

¹³¹ Wikipedia, „George Müller“: geboren 1805 in Kroppenstedt (heute Sachsen-Anhalt); als Jugendlicher wegen Betrugs kurz inhaftiert; Waisenarbeit in Bristol ab 1836, Ashley Down ab 1849; „He cared for 10,024 orphans during his lifetime“; „Müller never made requests for financial support“.

Gefängnis. Dann wurde er Christ und zog nach England. In Bristol wurde er Prediger und nahm 1836 die ersten Waisen auf. Später baute er auf dem Hügel Ashley Down große Waisenhäuser. Im Laufe seines Lebens versorgte er 10.024 Kinder.

Das Ungewöhnliche daran: Müller bat nie einen Menschen um Geld. Er veröffentlichte keine Spendenaufrufe. Er betete und notierte in Tagebüchern, wann welche Gabe eintraf. Seine Biografen erzählen von Morgen ohne Brot im Haus. Und doch kam es jedes Mal rechtzeitig. Müller selbst zählte über 50.000 Gebetserhörungen. Das ist seine eigene Rechnung, kein geprüfter Befund.

Der zweite Lebenslauf spielt in Indien. Ramabai wurde 1858 als Tochter eines Sanskrit-Gelehrten geboren.¹³² Bei einer Hungersnot 1877 starben ihre Eltern und ihre Schwester. Die junge Frau war außergewöhnlich gebildet. Mit zwanzig Jahren erhielt sie als erste Frau den Ehrentitel „Pandita“, Gelehrte. Später wurde sie Christin und kämpfte für Frauen und Mädchen. 1896 kaufte sie bei Pune eine Farm und nannte sie Mukti, „Befreiung“. Dann kamen neue Hungersnöte über das Land. In den ersten zwei Jahren rettete sie rund 300 Mädchen. Bei der Hungersnot von 1900 kamen Tausende hinzu: Waisen, Kinderwitwen und Ausgestoßene. 1901 lebten fast 2.000 Menschen in Mukti. Nebenbei übersetzte Ramabai die ganze Bibel in ihre Muttersprache Marathi. Sie starb 1922, kurz nach Abschluss dieser Arbeit. Ihr Leitsatz lautete: Menschen müssen das Reich Gottes nicht nur hören. Sie müssen es auch in Aktion sehen.

Der dritte Lebenslauf ist ein biblischer. Josef war Verwalter des Pharaos in Ägypten. In sieben guten Jahren ließ er Getreide speichern (1. Mose 41). Es reichte für sieben schlechte Jahre. Er plante also sehr bewusst voraus. Ist das ein Widerspruch zur Bergpredigt? Nein. Vertrauen und Vorsorge schließen sich nicht aus. Viele Christen verbinden ihr Gottvertrauen mit Haushaltsbuch und Versicherung. Das ist kein Unglaube. Entscheidend ist nicht, ob man plant. Entscheidend ist, was an erster Stelle steht.

Und dann ist da noch die Legende. „Wenn ich wüsste, dass morgen die Welt unterginge ...“ So beginnt ein berühmter Satz. Er endet mit dem Pflanzen eines Apfelbäumchens. Gern wird er Martin Luther zugeschrieben. In Luthers Schriften ist er jedoch nirgends belegt.¹³³ Der Kirchenhistoriker Martin Schloemann hat seiner Herkunft sogar ein ganzes Buch

https://en.wikipedia.org/wiki/George_M%C3%BCller. Die Zahl von über 50.000 Gebetserhörungen ist Müllers eigene Angabe, vgl. <https://www.ccwtoday.org/resources/teachers-parents/a-brief-account-of-the-life-and-labors-of-george-muller/>

¹³² Mukti Mission New Zealand, „Pandita Ramabai's Story“: geboren am 23.4.1858; Tod von Mutter, Vater und Schwester in der Hungersnot 1877; mit 20 Jahren als erste Frau mit dem Titel *Pandita* geehrt; 1896 Kauf einer Farm bei Pune („Mukti Sadan“); in den ersten zwei Jahren 300 Mädchen aus der Hungersnot gerettet, bei der Hungersnot 1900 Tausende; 1901 fast 2.000 Bewohnerinnen und Bewohner; Übersetzung der ganzen Bibel aus Hebräisch und Griechisch ins Marathi; gestorben 1922. Zitat: „People must not only hear about the Kingdom of God, but must see it in actual operation“. Übers. d. Verf. <https://mukti.org.nz/pandita-ramabai/>; vgl. Christian History Institute, „Setting the Captives Free“ (Ort Kedgaon, rund 30 Meilen von Pune; Vater ein bekannter Sanskrit-Gelehrter), <https://christianhistoryinstitute.org/magazine/article/setting-the-captives-free>. *Sanskrit* ist die klassische Gelehrtensprache Indiens; *Marathi* ist die Sprache des westindischen Bundesstaats Maharashtra; *Kinderwitwen* waren früh verheiratete Mädchen, die nach dem Tod des Mannes oft ausgestoßen wurden.

¹³³ evangelisch.de, Blog „Stilvoll glauben“ (10.10.2017): das „Luther zugeschriebene (aber nirgends belegte) Zitat“. <https://www.evangelisch.de/blogs/stilvoll-glauben/146372/10-10-2017>; ausführlich Schloemann 1994.

gewidmet. Der Satz ist schön, aber er ist nicht von Luther. Die Bergpredigt braucht ihn auch nicht. Sie sagt es schlichter: Sorgt nicht für morgen.

Was verbindet Müller, Ramabai und Josef? Alle drei setzten Gott an die erste Stelle. Und alle drei verloren dabei nicht den Rest. Sie bekamen ihn in der richtigen Reihenfolge. Die Sorge um morgen trat ins zweite Glied zurück. Dort ist sie gut aufgehoben.

Entdeckerauftrag: Schreiben Sie die drei wichtigsten Aufgaben der kommenden Woche auf. Fragen Sie bei jeder: Dient sie dem „Zuerst“? Ändern Sie, wenn nötig, die Reihenfolge.

4. Urteilen, bitten, behandeln – die Kunst des Miteinanders

Das siebte Kapitel bei Matthäus wirkt zunächst wie eine Schublade voller Zettel. Auf einem steht „Richtet nicht“. Auf dem nächsten geht es um Perlen und Schweine. Dann folgt eine Einladung zum Bitten, dann die berühmte Goldene Regel. Man fragt sich unwillkürlich, was diese Sprüche verbindet.

Wer langsamer liest, entdeckt einen roten Faden. Alle Sätze handeln davon, wie wir anderen Menschen begegnen. Und sie handeln davon, wie Gott uns begegnet. Jesus spricht über den Blick auf den Nachbarn. Er spricht über die offene Hand vor Gott. Und er spricht über das tägliche Miteinander.

Die Bewegung dieses Kapitels lässt sich in drei Schritten beschreiben. Zuerst nimmt Jesus uns das Richtschwert aus der Hand. Dann lehrt er uns, mit leeren Händen zu bitten. Am Ende füllt er diese Hände mit einem Auftrag. Dieser Auftrag hallt erstaunlicherweise in fast allen Kulturen der Welt wider.

4.1 Richtet nicht – die Psychologie des Splitters

Kaum ein Bibelvers wird so gern zitiert wie dieser. „Richtet nicht, damit ihr nicht gerichtet werdet“ (Mt 7,1). Man hört ihn in Talkshows, auf Familienfeiern und in Kommentarspalten. Meist zitiert ihn jemand, der gerade selbst kritisiert wird. Der Satz soll dann bedeuten: Lass mich in Ruhe.



Abb. 11: Domenico Fetti, „Das Gleichnis vom Splitter und vom Balken“, Öl auf Holz, um 1619. Fetti malt den Balken als wuchtige Holzlatte. Bildquelle: The Metropolitan Museum of Art, New York, gemeinfrei (CC0).

So hat Jesus ihn aber nicht gemeint. Wenige Verse später verlangt er sogar, falsche Propheten zu erkennen (Abschnitt 5.2). Wer prüft, muss urteilen können. Jesus verbietet also nicht das Denken. Er verbietet etwas anderes: das selbstgerechte Aburteilen. Gemeint ist der Blick, der einen Menschen auf seinen Fehler festnagelt. Wer so urteilt, spricht ein Endurteil über eine ganze Person.

Warum fällt uns dieses Aburteilen so leicht? Die Sozialpsychologie¹³⁴ hat darauf eine verblüffende Antwort gefunden. 1967 machten die amerikanischen Psychologen Edward Jones und Victor Harris ein Experiment. Ihre Versuchspersonen lasen Aufsätze über Fidel Castro, den kommunistischen Machthaber Kubas. Manche Aufsätze lobten ihn, andere kritisierten ihn. Dann sollten die Leser schätzen, was die Verfasser wirklich dachten.¹³⁵

Das Ergebnis überraschte die Forscher selbst. Man hatte den Lesern ausdrücklich gesagt, die Position sei ausgelost worden. Ein Münzwurf hatte entschieden, wer lobt und wer kritisiert. Trotzdem hielten die Leser die Lobenden für echte Castro-Freunde. Offenbar vermuteten sie hinter jedem Text zwangsläufig eine Gesinnung.

¹³⁴ Die Sozialpsychologie ist der Zweig der Psychologie, der untersucht, wie Menschen einander wahrnehmen, beeinflussen und beurteilen.

¹³⁵ Jones/Harris 1967. Zusammenfassung: Wikipedia, „Fundamental attribution error“: Die Teilnehmer „could not refrain from attributing sincere belief to the writers“ („konnten nicht anders, als den Schreibern eine echte Überzeugung zuzuschreiben“). Übers. d. Verf.
https://en.wikipedia.org/wiki/Fundamental_attribution_error

Zehn Jahre später gab der Psychologe Lee Ross diesem Muster einen Namen. Er nannte es den „fundamentalen Attributionsfehler“.¹³⁶ Wir erklären fremdes Verhalten bevorzugt mit dem Charakter. Unser eigenes Verhalten erklären wir lieber mit den Umständen. Kommt der Kollege zu spät, ist er unzuverlässig. Komme ich zu spät, war eben Stau.

Ist dieser Fehler überall gleich stark? Hier wird es spannend. 1994 verglichen die Forscher Michael Morris und Kaiping Peng Zeitungsberichte. Es ging um dasselbe Verbrechen. 1991 hatte ein chinesischer Physikstudent in Iowa mehrere Menschen erschossen. Die *New York Times* suchte die Ursache vor allem in seiner Person. Sie schrieb von einer „finsternen Seite“ seines Charakters. Eine chinesischsprachige Zeitung in den USA betonte dagegen Umstände und Gesellschaft. Sie suchte gesellschaftliche Ursachen, etwa fehlenden religiösen Halt.¹³⁷

Kulturen urteilen also verschieden schnell über den Charakter. Westliche Gesellschaften neigen stärker dazu, ostasiatische weniger. Ganz frei davon ist niemand. Doch der Vergleich zeigt: Das schnelle Urteil ist keine Notwendigkeit. Man kann lernen, auch auf die Umstände zu schauen.

Ein zweiter Denkfehler verstärkt den ersten. Schon 1920 bemerkte der Psychologe Edward Thorndike etwas Merkwürdiges. Er ließ Offiziere ihre Soldaten in verschiedenen Eigenschaften bewerten. Körperbau, Intelligenz, Führungskraft und Charakter sollten getrennt beurteilt werden.¹³⁸ Doch die Noten hingen auffällig eng zusammen. Wer in einem Punkt gut wirkte, bekam überall gute Noten. Wer in einem Punkt schlecht wirkte, schnitt überall schlecht ab. Thorndike nannte das den „Halo-Effekt“.¹³⁹ Ein einzelner Eindruck färbt das ganze Bild.

Wie zerstörerisch solche Urteile werden können, zeigt ein Fall aus Atlanta. Im Sommer 1996 fanden dort die Olympischen Spiele statt. Der Wachmann Richard Jewell entdeckte in einem Park einen verdächtigen Rucksack. Er alarmierte die Polizei und half, Menschen aus der Gefahrenzone zu bringen. Dann explodierte die Bombe. Jewell galt zunächst als Held.¹⁴⁰

¹³⁶ Ross 1977. *Attribution* (lat. *attribuere*, „zuschreiben“) meint in der Psychologie die Erklärung, die wir einem Verhalten zuschreiben – Charakter oder Umstände.

¹³⁷ Morris/Peng 1994. Zusammenfassung mit Zitaten: Die *New York Times* sprach von einer „sinister edge to Mr. Lu's character“ („finsternen Seite an Herrn Lus Charakter“), die chinesischsprachige *World Journal* sah die Tat als Spiegel gesellschaftlicher Umstände. Übers. d. Verf. Charles Stangor, *Principles of Social Psychology*, Kap. 5, BCcampus Open Textbook, <https://opentextbc.ca/socialpsychology/part/perceiving-others/>. Zum Tathergang (Gang Lu, 1.11.1991): Wikipedia, „1991 University of Iowa shooting“, https://en.wikipedia.org/wiki/1991_University_of_Iowa_shooting

¹³⁸ Thorndike 1920. Zusammenfassung: CASRAI, „Halo effect“: Offiziere bewerteten ihre Soldaten „uniformly high or low across distinct attributes“ („über verschiedene Eigenschaften hinweg einheitlich hoch oder niedrig“). Übers. d. Verf. <https://casrai.org/psychology-research/halo-effect>

¹³⁹ *Halo* (engl.) heißt „Heiligenschein“ oder „Lichthof“: Ein einzelner Eindruck strahlt auf alle anderen Merkmale aus.

¹⁴⁰ HISTORY.com, „Hero security guard wrongly accused as bombing suspect dies“: Jewell fand am 27.7.1996 den Rucksack mit der Bombe und half, Menschen in Sicherheit zu bringen; drei Tage später berichteten Medien von Ermittlungen gegen ihn; nie angeklagt; im Oktober 1996 vom Justizministerium entlastet; Vergleiche mit u. a. CNN und NBC nach Verleumdungsklagen; Festnahme des Täters Eric Rudolph im Mai 2003; Tod Jewells am 29.8.2007 mit 44 Jahren. <https://www.history.com/this-day-in-history/august-29/hero-security-guard-wrongly-accused-as-bombing-suspect-dies>

Drei Tage später kippte das Bild. Medien berichteten, das FBI ermittle gegen ihn. Reporter durchwühlten sein Leben und verfolgten jeden seiner Schritte. Rund drei Monate lang galt er öffentlich als Hauptverdächtiger. Angeklagt wurde er nie. Im Oktober 1996 erklärte ihn das Justizministerium für entlastet. Der wahre Täter wurde erst 2003 gefasst. Jewell starb 2007 mit 44 Jahren. Viele hatten ihr Urteil gefällt, lange bevor die Fakten da waren.

Die Weisheit der Religionen kennt diese Gefahr seit Jahrtausenden. Der jüdische Lehrer Hillel lebte eine Generation vor Jesus. Von ihm stammt ein kluger Rat. „Richte deinen Nächsten nicht, bis du an seinen Ort gelangt bist.“¹⁴¹ Der Spruch steht in den „Sprüchen der Väter“, einer Sammlung jüdischer Lebensweisheit. Und der Koran mahnt: „Meidet viel Mutmaßung, denn manche Mutmaßung ist Sünde.“¹⁴²

Jesus beschreibt denselben Mechanismus mit einem Bild aus der Werkstatt. „Was siehst du aber den Splitter in deines Bruders Auge?“, fragt er. „Den Balken in deinem Auge nimmst du nicht wahr“ (Mt 7,3). Nach dem Markusevangelium war Jesus selbst ein *tekton*, ein Bauhandwerker (Mk 6,3).¹⁴³ Er kannte Splitter und Balken aus eigener Erfahrung.

Das Bild ist absichtlich grotesk. Man stelle sich die Szene vor. Ein Mann trägt einen Dachbalken quer im Gesicht. Trotzdem beugt er sich mit der Pinzette über seinen Nachbarn. Bei jeder Bewegung stößt er gegen die Wand. Wer sich das ausmalt, muss lachen. Und wer lacht, erkennt sich womöglich selbst.

Dann folgt ein nüchterner Maßstab. „Mit welchem Maß ihr messt, wird euch zugemessen werden“ (Mt 7,2). Hier liegt die Pointe des Abschnitts. Wer gnadenlos urteilt, baut sich eine gnadenlose Welt. Er muss ständig fürchten, nach denselben Regeln gemessen zu werden. Wer barmherzig urteilt, baut eine Welt, in der Fehler erlaubt sind.

Entdeckerauftrag: Wann haben Sie zuletzt jemanden innerlich verurteilt? Suchen Sie drei Umstände, die sein Verhalten erklären könnten. Sie müssen nicht wissen, ob sie zutreffen. Und beten Sie heute für diese Person.

4.2 Unterscheiden ist nicht verurteilen

Wer „Richtet nicht“ liest, könnte nun meinen: Christen müssen zu allem schweigen. Doch der Text geht weiter, und zwar überraschend. „Zieh zuerst den Balken aus deinem Auge“, sagt Jesus. Danach solle man den Splitter beim Bruder herausziehen (Mt 7,5). Der Splitter soll also tatsächlich heraus. Jesus verbietet nicht die Hilfe. Er verbietet die Hilfe von oben herab.

Das ist ein feiner, aber entscheidender Unterschied. Unterscheiden heißt: Ich erkenne, dass etwas schadet. Verurteilen heißt: Ich erkläre den anderen deshalb für erledigt. Das eine dient dem Menschen, das andere dem eigenen Stolz.

¹⁴¹ Mischna, Pirke Avot 2,4 („Sprüche der Väter“), Spruch Hillels. Engl. Fassung: „Do not judge your fellow man until you have reached his place.“ Übers. d. Verf. <https://intertextual.bible/text/matthew-7.1/pirkei-avot-2.4>. Die Mischna (Abschnitt 1.4) enthält Lehrsätze der frühen Rabbinen; *Pirke Avot* ist ihr bekanntester Traktat mit Lebensweisheiten der Rabbinen.

¹⁴² Koran, Sure 49,12 (Sahih International): „avoid much [negative] assumption. Indeed, some assumption is sin.“ Übers. d. Verf. <https://corpus.quran.com/translation.jsp?chapter=49&verse=12>

¹⁴³ Griech. *tektōn* bezeichnet einen Handwerker, der mit Holz oder Stein baut: Zimmermann, Bauhandwerker. Das *Markusevangelium* ist das älteste der vier Evangelien, der Lebensberichte über Jesus im Neuen Testament.

Der Apostel¹⁴⁴ Paulus hat diese Haltung später in einen Satz gefasst. Ist jemand einer Verfehlung erlegen, dann hilft ihm zurecht. Tut es „mit sanftmütigem Geist“. Und gebt acht, dass ihr nicht selbst versucht werdet (Gal 6,1). Jesus nennt sogar eine Reihenfolge. Zuerst soll man unter vier Augen mit dem anderen reden (Mt 18,15). Nicht über ihn, sondern mit ihm.

Wie gute Kritik aussieht, erzählt die Bibel in einer meisterhaften Geschichte. König David hat ein schweres Unrecht begangen. Er hat eine verheiratete Frau zu sich geholt. Ihren Mann hat er in den Tod geschickt. Der Prophet Nathan soll ihn zur Rede stellen. Doch er hält keine Strafpredigt. Er erzählt eine Geschichte (2. Samuel 12).

Ein reicher Mann, so erzählt Nathan, besaß viele Schafe und Rinder. Sein armer Nachbar besaß nur ein einziges Lamm. Er zog es mit seinen Kindern auf, es schlief in seinem Arm. Als Besuch kam, nahm der Reiche dem Armen dieses Lamm weg. David wird zornig und ruft, der Mann verdiene den Tod. Da sagt Nathan nur: „Du bist der Mann!“ David sieht seinen Balken. Und er bekennt seine Schuld.

Nathans Kunst bestand darin, David erst selbst urteilen zu lassen. So konnte der König seine Schuld erkennen, ohne gedemütigt zu werden. Kritik, die einen Spiegel reicht, wirkt oft tiefer als jede Anklage.

Gleich nach dem Splitterwort folgt bei Matthäus ein rätselhafter Satz. „Ihr sollt das Heilige nicht den Hunden geben“, heißt es. Und: Werft eure Perlen nicht vor die Säue (Mt 7,6). Was soll das nach der Warnung vor dem Richten? Viele Ausleger lesen es als notwendiges Gegengewicht. Nicht urteilen heißt nicht, naiv zu sein. Es gibt Situationen, in denen gute Worte nur zertrampelt werden. Dann ist Schweigen klüger als Predigen.

Ein modernes Beispiel für kluges Unterscheiden kommt ausgerechnet aus der Luftfahrt. 1975 richtete die amerikanische Raumfahrtbehörde NASA ein besonderes Meldesystem ein. Piloten und andere Beteiligte können dort eigene Fehler und Beinaheunfälle melden. Die Meldungen werden vertraulich behandelt und von Namen getrennt.¹⁴⁵ Wer einen Versehensfehler rechtzeitig meldet, bleibt meist von Strafen verschont. Ausgenommen sind Unfälle und Straftaten.

Der Gedanke dahinter ist bestechend einfach. Wer Angst vor Strafe hat, verschweigt seine Fehler. Wer offen reden darf, hilft anderen, dieselben Fehler zu vermeiden. Das System trennt also die Tat vom Täter. Es benennt den Fehler klar, ohne den Menschen zu vernichten. Hunderttausende Meldungen haben seither die Sicherheit des Fliegens verbessert.

Auch volkstümliche Weisheiten kennen diese Haltung, manche mit überraschender Herkunft. Ein Rat wird oft als „indianisches Sprichwort“ zitiert. Kritisiere niemanden, bevor du eine Meile in seinen Mokassins gegangen bist. Tatsächlich stammt die bekannte Fassung

¹⁴⁴ *Apostel* (griech. „Gesandter“) heißen die ersten Boten Jesu. Paulus (gest. in den 60er-Jahren n. Chr.) war ein jüdischer Gelehrter aus Tarsus, der nach seiner Bekehrung Gemeinden im Mittelmeerraum gründete; seine Briefe sind die ältesten Schriften des Neuen Testaments.

¹⁴⁵ *Flying Magazine*, Beitrag „ASRS“: Programm seit 1975, betrieben von der NASA als neutraler Stelle und finanziert von der Luftfahrtbehörde FAA; Identität des Meldenden wird abgetrennt; nach FAR 91.25 keine Verwendung für Disziplinarmaßnahmen, außer bei Unfällen und Straftaten, unter weiteren Bedingungen (unabsichtlicher Verstoß, Meldung binnen zehn Tagen); über 500.000 Meldungen.
<https://www.flyingmag.com/asrs/>

aus einem amerikanischen Gedicht. Die Dichterin Mary T. Lathrap schrieb es im Jahr 1895 nieder. Sein Titel lautet „Judge Softly“, auf Deutsch „Urteile sanft“.¹⁴⁶ Die Zuschreibung ist falsch, der Gedanke aber richtig. Wer die Schuhe des anderen kennt, urteilt anders über seinen Gang.

Für Gemeinden ist das eine ernste Prüfung. Gemeinschaften, die sich besonders fromm verstehen, neigen leicht zum Richten. Man vergleicht, beobachtet und tuschelt. Die Bergpredigt dreht die Blickrichtung um. Die erste Frage lautet nicht: Was ist mit ihm los? Sie lautet: Was ist mit mir los?

Erst danach darf man über den Splitter reden. Und dann mit sanfter Hand.

Entdeckerauftrag: Müssen Sie diese Woche jemandem etwas Kritisches sagen? Sprechen Sie zuerst von Ihrem eigenen Anteil. Reden Sie mit ihm, nicht über ihn. Beobachten Sie, wie sich das Gespräch verändert.

4.3 Bittet, sucht, klopft an

Jeder kennt das Gefühl vor einer verschlossenen Tür. Man hat geklingelt, und niemand öffnet. Klingelt man noch einmal? Oder geht man enttäuscht nach Hause? Jesus beantwortet diese Frage mit einem dreifachen Satz.

„Bittet, so wird euch gegeben; sucht, so werdet ihr finden.“ Und weiter: „Klopft an, so wird euch aufgetan“ (Mt 7,7). Drei Verben, drei Steigerungen. Bitten ist ein Wort. Suchen ist ein Weg. Anklopfen heißt, vor einer verschlossenen Tür auszuharren. Im griechischen Urtext stehen alle drei Verben in einer Form der Dauer. Man könnte übersetzen: Bittet weiter, sucht weiter, klopft weiter.

Ist das eine Erfolgsgarantie? Hier muss man ehrlich sein. Viele Menschen haben gebetet und nicht bekommen, was sie wollten. Kranke sind nicht gesund geworden. Kriege sind nicht ausgeblieben. Wer diese Erfahrung verschweigt, macht den Text unglaublich. Jesus selbst betete in der Nacht vor seinem Tod im Garten Gethsemane.¹⁴⁷ Er bat, der bittere Kelch möge an ihm vorübergehen. Er ging nicht vorüber.

Der Schlüssel liegt im folgenden Bild. Welcher Vater gibt seinem Kind einen Stein, wenn es um Brot bittet? Oder eine Schlange statt eines Fisches? Jesus argumentiert vom Kleineren zum Größeren. Schon unvollkommene Eltern geben ihren Kindern Gutes. Wie viel mehr wird der Vater im Himmel Gutes geben (Mt 7,11). Die Zusage lautet also nicht: Du bekommst alles, was du willst. Sie lautet: Du bekommst Gutes. Manchmal ist das Gute etwas anderes als das Gewünschte.

Warum dann so beharrlich bitten, wenn Gott ohnehin gibt? Lukas überliefert dazu ein Gleichnis. Eine Witwe sucht ihr Recht bei einem Richter. Dieser Richter fürchtet weder Gott noch Menschen. Die Witwe hat kein Geld und keine Beziehungen. Aber sie hat Ausdauer.

¹⁴⁶ Wikipedia, „Mary Torrans Lathrap“: Lathrap gilt als Verfasserin des Gedichts „Judge Softly“ (1895) mit den Zeilen „Just walk a mile in his moccasins / Before you abuse, criticize and accuse.“ („Geh erst eine Meile in seinen Mokassins, bevor du schmäht, kritisierst und anklagst.“) Übers. d. Verf.
https://en.wikipedia.org/wiki/Mary_Torrans_Lathrap

¹⁴⁷ *Gethsemane* (aram. „Ölpresse“) ist ein Garten am Fuß des Ölbergs in Jerusalem, in dem Jesus nach den Evangelien vor seiner Verhaftung betete (Mt 26,36–46). Der „Kelch“ ist ein biblisches Bild für ein schweres Schicksal.

Sie kommt wieder und wieder. Schließlich gibt der Richter nach, um Ruhe zu haben (Lk 18,1–8).

Die Pointe ist fast frech. Gott ist natürlich kein unwilliger Richter. Wenn schon ein solcher Richter nachgibt, wie viel mehr hört Gott zu. Lukas nennt den Zweck des Gleichnisses ausdrücklich. Man solle allezeit beten und nicht nachlassen.

Wie diese Ausdauer im Leben aussieht, zeigen Beispiele aus mehreren Kontinenten. In Korea beten viele Christen jeden Morgen in aller Frühe (Abschnitt 2.2). Man könnte das eine Schule der Ausdauer nennen.

Ein besonders eindrückliches Beispiel führt nach Westafrika. Liberia litt um die Jahrtausendwende unter einem brutalen Bürgerkrieg.¹⁴⁸ 2003 sammelte die Friedensaktivistin Leymah Gbowee Frauen um sich. Christinnen und Musliminnen schlossen sich zusammen. Tausende Frauen beteten und sangen monatelang auf einem Fischmarkt. Er lag in der Hauptstadt Monrovia, und sie kamen täglich.¹⁴⁹ Sie trugen Weiß als Zeichen des Friedens.

Die Frauen beließen es nicht beim Gebet. Sie rangen dem Präsidenten ein Versprechen ab. Er sollte zu Friedensgesprächen nach Ghana reisen. Als die Verhandlungen stockten, blockierten sie Türen und Fenster des Tagungsortes. Niemand sollte ohne Ergebnis den Raum verlassen. Am 11. August 2003 trat der Präsident zurück und verließ das Land. Eine Woche später unterzeichneten die Parteien in Accra ein Friedensabkommen.¹⁵⁰ Es wurde das letzte Abkommen dieses Krieges. 2011 erhielt Gbowee den Friedensnobelpreis. Bitten, suchen, anklopfen – hier wurde es buchstäblich.

Ein drittes Beispiel kennen wir schon: Georg Müller in Bristol (Abschnitt 3.5). Er versorgte Tausende Waisen, ohne je um Geld zu bitten. Er betete und schrieb auf, was eintraf. Wer so anklopft, rechnet damit, dass jemand im Haus ist.

Warum also beharrlich bitten? Weil das Bitten den Bittenden verändert. Wer dreißig Tage für etwas betet, klärt dabei, was er wirklich will. Manches Anliegen erledigt sich unterwegs. Anderes wird tiefer und ernster. Ausdauer im Gebet ist nicht nötig, weil Gott zögert. Sie ist nötig, weil wir reifen.

¹⁴⁸ Der Zweite Liberianische Bürgerkrieg dauerte von 1999 bis 2003. Liberia ist ein westafrikanischer Staat, gegründet im 19. Jahrhundert von freigelassenen Sklaven aus den USA. Vgl. Wikipedia, „Second Liberian Civil War“, https://en.wikipedia.org/wiki/Second_Liberian_Civil_War

¹⁴⁹ Wikipedia, „Women of Liberia Mass Action for Peace“: Beginn 2003 in Monrovia; Leitung u. a. Leymah Gbowee; christliche und muslimische Frauen; „Thousands of local women prayed and sang in a fish market daily for months“ („Tausende Frauen beteten und sangen monatelang täglich auf einem Fischmarkt“); weiße Kleidung als Friedenszeichen; Zusage Präsident Charles Taylors zur Teilnahme an Gesprächen in Ghana; Blockade des Verhandlungsortes; Friedensnobelpreis 2011 für Gbowee. Übers. d. Verf. https://en.wikipedia.org/wiki/Women_of_Liberia_Mass_Action_for_Peace; vgl. Britannica, „Leymah Gbowee“ (Nobelpreis gemeinsam mit Ellen Johnson Sirleaf und Tawakkul Karman), <https://www.britannica.com/biography/Leymah-Gbowee>

¹⁵⁰ Wikipedia, „Accra Comprehensive Peace Agreement“: Rücktritt Charles Taylors am 11.8.2003 und Ausreise nach Nigeria; Unterzeichnung des Abkommens am 18.8.2003 in Accra (Ghana), „the final peace agreement in the Second Liberian Civil War“ („das letzte Friedensabkommen des Zweiten Liberianischen Bürgerkriegs“); vereinzelte Kämpfe gingen danach weiter. Übers. d. Verf. https://en.wikipedia.org/wiki/Accra_Comprehensive_Peace_Agreement

Bemerkenswert ist, was Jesus hier nicht sagt. Er verrät keine Methode und keine Zauberformel. Es gibt keine heilige Zahl von Wiederholungen. Nach seiner Warnung vor dem Wortgeklingel wäre das auch seltsam (Abschnitt 2.2). Was zählt, ist das Vertrauen eines Kindes. Es weiß einfach: Mein Vater ist gut.

Entdeckerauftrag: Formulieren Sie ein konkretes Anliegen. Beten Sie dreißig Tage lang täglich dafür. Notieren Sie, was sich verändert – auch in Ihnen selbst.

4.4 Die Goldene Regel – vom Unterlassen zum Tun

Manche Sätze hat man so oft gehört, dass man sie überhört. Dieser gehört dazu. „Alles nun, was ihr wollt, dass euch die Leute tun sollen ...“ So beginnt der Satz (Mt 7,12). Er endet: „... das tut ihnen auch!“ Jesus fügt hinzu: „Das ist das Gesetz und die Propheten.“ Er fasst damit die ganze Hebräische Bibel in einen einzigen Satz.

Im Englischen heißt dieser Satz seit dem 17. Jahrhundert *Golden Rule*. Die frühesten bekannten Belege stammen von 1604, aus England.¹⁵¹ Seither spricht man auch im Deutschen von der Goldenen Regel. Das Gold steht für ihren Wert. Sie gilt als Maßstab, an dem sich alle anderen Regeln messen lassen.

Jesus war nicht der Erste mit diesem Gedanken. Der Babylonische Talmud¹⁵² erzählt eine berühmte Anekdote. Sie handelt von zwei Lehrern aus der Zeit kurz vor Jesus. Ein Nichtjude kommt zu Rabbi Schammai und stellt eine kecke Forderung. Er will die ganze Tora lernen, während er auf einem Bein steht. Schammai jagt ihn mit dem Messstab davon.

Dann geht der Mann zu Rabbi Hillel. Hillel nimmt ihn freundlich auf. Er antwortet: „Was dir verhasst ist, das tue deinem Nächsten nicht.“ Und er fügt hinzu: „Das ist die ganze Tora. Alles andere ist Auslegung. Geh und lerne.“¹⁵³ Der Mann konnte also stehen bleiben. Aber er musste weiterlernen.

Man achte auf einen feinen Unterschied. Hillel formuliert verneinend: Tu nicht, was du nicht willst. Jesus formuliert bejahend: Tu, was du willst. Die verneinende Form zieht eine Grenze. Sie sagt, was man unterlassen soll. Die bejahende Form erteilt einen Auftrag. Man kann sie nicht durch bloßes Stillhalten erfüllen.

Wer niemandem schadet, hat Hillels Regel befolgt. Jesu Regel hat er damit noch nicht erfüllt. Sie verlangt Fantasie und Bewegung. Was würde ich mir wünschen, wenn ich in seiner Lage wäre? Und was tue ich dann?

Man sollte daraus allerdings kein christliches Überlegenheitsgefühl machen. Hillel sagte ausdrücklich, der Rest sei Auslegung. Dazu gehört auch ein altes Gebot der Tora. „Liebe deinen Nächsten wie dich selbst“ (3. Mose 19,18). Die Tora enthält also beides, das Verbot

¹⁵¹ Wikipedia, „Golden Rule“: früheste bekannte Verwendung des Begriffs durch die anglikanischen Geistlichen Charles Gibbon und Thomas Jackson im Jahr 1604. https://en.wikipedia.org/wiki/Golden_Rule

¹⁵² Der *Talmud* (hebr. „Lehre“) ist das Hauptwerk der rabbinischen Überlieferung: Mischna und ihre Auslegung. Der *Babylonische Talmud* entstand in den jüdischen Lehrhäusern Mesopotamiens und wurde um 500–600 n. Chr. abgeschlossen.

¹⁵³ Babylonischer Talmud, Schabbat 31a, aramäisch: „דעלך סני לחברך לא תעביד“ – „Was dir verhasst ist, das tue deinem Nächsten nicht.“ Übers. d. Verf. Text: <https://www.sefaria.org/sheets/114062>; Nacherzählung: Chabad.org, „On One Foot“, https://www.chabad.org/library/article_cdo/aid/689306/jewish/On-One-Foot.htm

und den Auftrag. Viele jüdische Gelehrte haben die beiden Formen nie als Gegensatz gelesen. Doch Jesu Formulierung setzt einen klaren Akzent. Das Reich Gottes besteht nicht aus Menschen, die niemandem etwas tun. Es besteht aus Menschen, die anderen Gutes tun.

Die Goldene Regel hat auch scharfsinnige Kritiker gefunden. Der irische Dramatiker George Bernard Shaw spottete 1903 in einer Aphorismensammlung.¹⁵⁴ Sinngemäß schrieb er: Behandle andere nicht so, wie du behandelt werden willst. Ihr Geschmack könnte ein anderer sein.¹⁵⁵ Shaw hat einen Punkt. Wer ungefragt schenkt, was er selbst liebt, beglückt oft nur sich.

Noch grundsätzlicher war ein Einwand Immanuel Kants (Abschnitt 1.2). 1785 erschien seine *Grundlegung zur Metaphysik der Sitten*. Darin nannte er die verneinende Regel „trivial“.¹⁵⁶ Sein Beispiel ist bis heute verblüffend. Ein Verbrecher könnte damit gegen seinen Richter argumentieren. Der Richter will schließlich selbst nicht ins Gefängnis. Also dürfe er auch niemanden einsperren. Die Regel allein, so Kant, reicht für Gerechtigkeit nicht aus.

Beide Einwände zeigen eine echte Grenze. Und doch geht Jesu Regel tiefer als Geschmack und Strafrecht. Was wünsche ich mir von anderen wirklich? Nicht in erster Linie meine Lieblingsspeise. Ich wünsche mir, ernst genommen, gefragt und verstanden zu werden. Genau das soll ich auch anderen tun. Richtig verstanden enthält die Goldene Regel ihre eigene Korrektur. Frag den anderen, was er braucht.

Eine dritte Grenze zeigt ein berühmtes Experiment. 1973 untersuchten die Psychologen John Darley und Daniel Batson Theologiestudenten in Princeton. Die Studenten sollten über das Gleichnis vom barmherzigen Samariter sprechen.¹⁵⁷ Auf dem Weg zum Vortragsraum lag ein Mann zusammengesunken in einem Hauseingang. Er hustete und stöhnte.¹⁵⁸

Wer half? Das hing vor allem davon ab, ob sie es eilig hatten. Man hatte einigen gesagt, sie seien schon zu spät. Von ihnen hielten nur etwa zehn Prozent an. Von denen ohne Zeitdruck halfen rund 63 Prozent. Dabei waren alle unterwegs, um über Nächstenliebe zu sprechen.

Die Pointe ist unbequem, aber heilsam. Die Goldene Regel zu kennen, ist leicht. Sie zu tun, braucht etwas Kostbares: Zeit und Aufmerksamkeit. Jesus sagt nicht: Wisst, was ihr wollt. Er sagt: Tut es.

¹⁵⁴ Ein *Aphorismus* ist ein geistreich zugespitzter Einzelsatz, eine Lebensweisheit in einer Zeile.

¹⁵⁵ Shaw 1903 (*Maxims for Revolutionists*, Anhang zu *Man and Superman*): „Do not do unto others as you would that they should do unto you. Their tastes may not be the same.“ Übers. d. Verf.
<https://www.gutenberg.org/cache/epub/26107/pg26107.html>

¹⁵⁶ Kant 1785, Akademie-Ausgabe Bd. IV, S. 430, Anm.: Kant nennt das „triviale: quod tibi non vis fieri“ ungeeignet als oberstes Prinzip; der Verbrecher könne damit gegen seinen strafenden Richter argumentieren. Zusammenfassung des Arguments: Wikipedia, „Golden Rule“ (s. o.), und „Kant, el reo y el juez“, *Jardín Mental*, [https://jardinmental.substack.com/p/imperativo-categorico. Quod tibi non vis fieri \(lat.\): „Was du nicht willst, dass dir geschehe“](https://jardinmental.substack.com/p/imperativo-categorico. Quod tibi non vis fieri (lat.): „Was du nicht willst, dass dir geschehe“).

¹⁵⁷ Im Gleichnis vom barmherzigen Samariter (Lk 10,25–37) helfen ein Priester und ein Tempeldiener einem Überfallenen nicht; ein Samariter, Angehöriger einer verachteten Volksgruppe, hilft ihm.

¹⁵⁸ Darley/Batson 1973. Zusammenfassung: Stanford SPARQ, „Take Time to Be a Good Samaritan“: Hilfe leisteten 10 % der Studenten unter Zeitdruck und 63 % ohne Zeitdruck.
<https://sparq.stanford.edu/solutions/take-time-be-good-samaritan>

Entdeckerauftrag: Stehen Sie diese Woche vor einer Entscheidung? Fragen Sie sich: Was würde ich mir an seiner Stelle wünschen? Dann fragen Sie ihn selbst. Und planen Sie bewusst etwas Zeit für einen Umweg ein.

4.5 Ein Satz, viele Sprachen

Stellen Sie sich eine Weltkarte vor, auf der Sie Gedanken eintragen können. Wo würden Sie die Goldene Regel markieren? Die Antwort überrascht: fast überall. Die Goldene Regel ist kein christliches Patent. Sie gehört zu den erstaunlichsten Befunden der Kulturgeschichte. Menschen auf verschiedenen Kontinenten kamen auf nahezu denselben Gedanken.



Abb. 12: Kano Tan'yū, „Bildnis des Konfuzius“, Hängerolle, Japan, um 1658. Tusche, Farben und Gold auf Papier. Bildquelle: The Metropolitan Museum of Art, New York, gemeinfrei (CC0).

Beginnen wir in China. Um 500 vor Christus lehrte dort Konfuzius, ein Beamter und Lehrer.¹⁵⁹ Sein Schüler Zigong fragte ihn einmal nach einem Lebenswort. Gibt es ein Wort, nach dem man immer handeln kann? Konfuzius antwortete: „Wohl die Gegenseitigkeit. Was du selbst nicht wünschst, das tu auch anderen nicht an.“¹⁶⁰ Im Chinesischen sind es nur acht Schriftzeichen: 己所不欲，勿施於人.

¹⁵⁹ Konfuzius (Kong Fuzi, um 551–479 v. Chr.) war ein chinesischer Gelehrter und Lehrer. Der nach ihm benannte Konfuzianismus ist eine Lebens- und Staatslehre, die Familie, Bildung, Anstand und Gegenseitigkeit betont und Ostasien bis heute prägt.

¹⁶⁰ Lunyu (Gespräche des Konfuzius) 15,24: 子貢問曰：有一言而可以終身行之者乎？子曰：其恕乎！己所不欲，勿施於人。 Übers. d. Verf. Text: <https://en.5000yan.com/the-analects/wei-ling-gong/confucian-golden-rule.html>. *Shu* (恕), hier „Gegenseitigkeit“, wird auch mit „Nachsicht“ oder „Einfühlung“ übersetzt.

Weiter westlich, in Indien, entstand über Jahrhunderte das *Mahabharata*. Es ist eines der längsten Epen¹⁶¹ der Welt. Dort heißt es: Tu keinem an, was du selbst als schädlich ansiehst. Das sei, kurz gesagt, die ganze Pflicht.¹⁶² Auch eine alte buddhistische Spruchsammlung kennt den Gedanken. „Verletze andere nicht so, wie es dich selbst verletzen würde.“¹⁶³



Abb. 13: Blatt aus dem „Razmnama“, der persischen Übersetzung des Mahabharata am Mogulhof, um 1616/17. Arjuna kämpft gegen Raja Tamradhvaja. Bildquelle: The Metropolitan Museum of Art, New York, gemeinfrei (CC0).

Im alten Persien lehrte der Zoroastrismus¹⁶⁴ einen verwandten Satz. Eine mittelpersische Schrift sagt: Nur jenes Wesen ist gut, das niemandem schadet. Gemeint ist alles, was für es

¹⁶¹ Ein Epos ist eine lange Heldendichtung in Versen. Das *Mahabharata* erzählt vom Krieg zweier verwandter Fürstenhäuser und enthält zugleich religiöse und ethische Lehren, darunter die Bhagavad Gita.

¹⁶² *Mahabharata*, Anushasana Parva, Abschnitt 113 (engl. Übers. K. M. Ganguli): „One should never do that to another which one regards as injurious to one’s own self. This, in brief, is the rule of Righteousness.“ Übers. d. Verf. <https://sacred-texts.com/hin/m13/m13b078.htm>. Das Epos wuchs über Jahrhunderte; eine genaue Datierung des Verses ist nicht möglich.

¹⁶³ *Udanavarga* 5,18: „Hurt not others in ways that you yourself would find hurtful.“ Übers. d. Verf. Zitiert nach Wikipedia, „Golden Rule“, https://en.wikipedia.org/wiki/Golden_Rule. Der *Udanavarga* ist eine frühe buddhistische Spruchsammlung in Sanskrit, verwandt mit dem bekannteren *Dhammapada*.

¹⁶⁴ Der Zoroastrismus geht auf den iranischen Propheten Zarathustra zurück und war über Jahrhunderte die Religion der persischen Großreiche. Seine Anhänger leben heute vor allem in Iran und, als *Parsen*, in Indien.

selbst nicht gut wäre.¹⁶⁵ Die Jainas¹⁶⁶ in Indien gehen noch weiter. Sie beziehen die Regel auf alle Lebewesen. Man solle alle Geschöpfe so behandeln, wie man selbst behandelt werden möchte.¹⁶⁷

Selbst im alten Ägypten findet sich der Gedanke. Ein Weisheitstext stammt aus der ägyptischen Spätzeit vor rund 2.500 Jahren. Er mahnt: Was du selbst nicht erleiden willst, tu keinem anderen an.¹⁶⁸ Im jüdischen Buch Tobit¹⁶⁹ gibt ein Vater seinem Sohn denselben Rat. „Was du hasst, das tu niemand anderem an“ (Tob 4,15).¹⁷⁰

Und der Islam? Eine bekannte Sammlung von Prophetenworten überliefert diesen Satz. „Keiner von euch glaubt wirklich“, heißt es dort. „... bis er für seinen Bruder liebt, was er für sich selbst liebt.“¹⁷¹ Im Sikhismus, einer Religion aus dem Punjab, klingt es poetischer. Das heilige Buch der Sikhs vergleicht die Herzen aller Menschen mit Edelsteinen. Sie zu verletzen, sei keineswegs gut.¹⁷²

Im südlichen Afrika begründet ein einziges Wort die Regel von innen her. Es heißt *Ubuntu*. Desmond Tutu hat es weltweit bekannt gemacht (Abschnitt 1.1). Ein Sprichwort aus den Nguni-Sprachen des südlichen Afrika lautet: *Umuntu ngumuntu ngabantu*. Übersetzt heißt das: Ein Mensch ist Mensch durch andere Menschen.¹⁷³ Wer einem anderen schadet, beschädigt also sich selbst. Die Goldene Regel ist hier keine Vorschrift, sondern eine Beschreibung des Menschseins.

¹⁶⁵ *Dadestan-i Denig* 94,5: „That nature alone is good which refrains from doing to another whatsoever is not good for itself.“ Übers. d. Verf. Zitiert nach Wikipedia, „Golden Rule“ (s. o.). Die Schrift ist in *Mittelpersisch* verfasst, der Sprache Irans im ersten Jahrtausend n. Chr.

¹⁶⁶ Der *Jainismus* ist eine indische Religion, deren Lehre auf Mahavira (6./5. Jh. v. Chr.) zurückgeführt wird. Zentral ist *Ahimsa*, die Gewaltlosigkeit gegenüber allen Lebewesen.

¹⁶⁷ *Sutrakritanga* 1.11.33: „A man should wander about treating all creatures as he himself would be treated.“ Übers. d. Verf. Zitiert nach Wikipedia, „Golden Rule“ (s. o.).

¹⁶⁸ Spätzeitlicher hieratischer Weisheitstext, ediert von Richard Jasnow (1992), S. 95: „That which you hate to be done to you, do not do to another.“ Übers. d. Verf. Zitiert nach Wikipedia, „Golden Rule“ (s. o.). Die ägyptische *Spätzeit* umfasst etwa 664–332 v. Chr.

¹⁶⁹ Das Buch *Tobit* gehört zu den Schriften, die in katholischen und orthodoxen Bibeln zum Alten Testament zählen. In evangelischen Bibeln stehen sie als *Apokryphen* („verborgene Schriften“) im Anhang: lesenswert, aber nicht gleichrangig.

¹⁷⁰ Tobit 4,15 (NRSV): „And what you hate, do not do to anyone.“ Übers. d. Verf. <https://www.biblegateway.com/verse/en/Tobit%204:15>. Das Buch entstand vermutlich im 3. oder 2. Jh. v. Chr.

¹⁷¹ An-Nawawi, *Vierzig Hadithe*, Nr. 13, überliefert von Anas ibn Malik bei al-Buchari und Muslim: „لَا يُؤْمِنُ إِلَّا أَحَدُكُمْ حَتَّى يُحِبَّ لِأَخِيهِ مَا يُحِبُّ لِنَفْسِهِ“. Übers. d. Verf. <https://sunnah.com/nawawi40/13>

¹⁷² Guru Granth Sahib, S. 259 (Guru Arjan): „Precious like jewels are the minds of all. To hurt them is not at all good.“ Übers. d. Verf. Zitiert nach Wikipedia, „Golden Rule“ (s. o.).

¹⁷³ TheCollector, „I Am Because We Are: Introducing Ubuntu Philosophy“: *umuntu ngumuntu ngabantu* = „a person is a person through other persons“. Übers. d. Verf. <https://www.thecollector.com/ubuntu-philosophy-introduction/>.

Ein Satz, viele Sprachen: die Goldene Regel

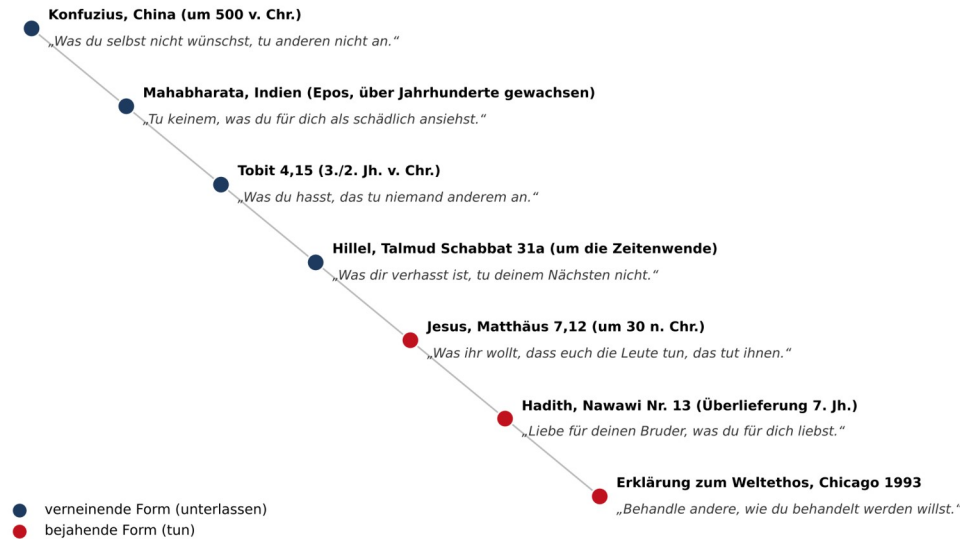


Abb. 14: Die Goldene Regel in Kulturen und Religionen. Ausgewählte Formulierungen in ungefährr zeitlicher Folge. Frühe Daten sind unsicher. Datenquelle: eigene Zusammenstellung nach den Fußnoten der Abschnitte 4.4 und 4.5.

1993 kamen in Chicago Vertreter vieler Religionen zusammen. Sie trafen sich beim Parlament der Weltreligionen.¹⁷⁴ Über 200 Repräsentanten aus mehr als 40 Traditionen unterzeichneten eine Erklärung. Entworfen hatte sie der Tübinger Theologe Hans Küng. Ihr Titel lautet „Erklärung zum Weltethos“. Ihr Kern ist die Goldene Regel. „Wir müssen andere so behandeln, wie wir behandelt werden wollen.“¹⁷⁵

Was bedeutet diese weltweite Übereinstimmung? Man kann sie verschieden deuten. Skeptiker sehen darin einen Beleg für eine rein menschliche Moral. Sie entstehe aus Erfahrung und brauche keinen Gott. Christen haben den Befund seit der Antike anders gelesen. Paulus schreibt dazu etwas Bemerkenswertes. Auch Menschen ohne Israels Gesetz täten „von Natur“, was es fordert. Es sei ihnen ins Herz geschrieben (Röm 2,14–15). Die Goldene Regel wäre dann eine Spur des Schöpfers im Gewissen.

Beide Lesarten haben ihre Gründe. Für das Zusammenleben ist der Befund in jedem Fall ein Geschenk. Wer mit Muslimen, Hindus oder Sikhs über Ethik spricht, teilt hier Boden.

Jesus hat diesen Boden nicht erfunden. Aber er hat ihn umgegraben. Aus dem Unterlassen wurde ein Tun. Und aus dem Nächsten wurde sogar der Feind (Abschnitt 1.5).

Entdeckerauftrag: Sprechen Sie diese Woche mit jemandem aus einer anderen Religion. Fragen Sie nach seiner Goldenen Regel. Erzählen Sie ihm dann von Ihrer.

¹⁷⁴ Das *Parlament der Weltreligionen* ist eine Versammlung von Vertretern vieler Religionen. Es tagte erstmals 1893 in Chicago, zum hundertjährigen Jubiläum 1993 erneut dort. Hans Küng (1928–2021) war ein Schweizer katholischer Theologe in Tübingen.

¹⁷⁵ Wikipedia, „Towards a Global Ethic: An Initial Declaration“: entworfen von Hans Küng, 1993 in Chicago von über 200 Vertretern aus mehr als 40 Traditionen unterzeichnet.
https://en.wikipedia.org/wiki/Towards_a_Global_Ethic:_An_Initial_Declaration; Wortlaut-Auszug („We must treat others as we wish others to treat us“, Übers. d. Verf.): Kosmos Journal,
https://kosmosjournal.org/kj_article/declaration-toward-a-global-ethic/

5. Worauf wir bauen – Weg, Früchte, Fundament

Wie endet eine große Rede? Politiker schließen gern mit einem Appell. Prediger schließen oft mit einem Segen. Die Bergpredigt wählt einen anderen Weg. Sie endet mit vier Bildern, und jedes verlangt eine Entscheidung.

Da sind zwei Tore, ein enges und ein weites. Da sind zwei Bäume, ein guter und ein fauler. Da sind zwei Sorten von Frommen, echte und gespielte. Und da sind zwei Häuser, eines auf Fels und eines auf Sand.

Das ist kein Zufall, sondern Absicht. Wer bis hierher zugehört hat, kann nicht neutral bleiben. Jesus hat keine Meinungen zur Auswahl gestellt. Er hat einen Lebensweg beschrieben, und Wege muss man gehen. Dieses Kapitel folgt den vier Bildern der Reihe nach. Am Ende fragt es, ob man mit der Bergpredigt sogar regieren kann.

5.1 Das enge Tor und der Mut der Wenigen

Stellen Sie sich einen Bahnhof zur Hauptverkehrszeit vor. Tausende strömen zu den breiten Rolltreppen. Daneben liegt eine schmale Treppe, fast leer. Wer sie nimmt, muss gegen den Strom gehen. Und er muss wissen, wohin er will.

Jesus benutzt ein ähnliches Bild. „Geht hinein durch die enge Pforte“, sagt er (Mt 7,13). Die weite Pforte und der breite Weg führen ins Verderben. Und viele, so fügt er nüchtern hinzu, gehen dort hinein. Der schmale Weg zum Leben dagegen wird nur von wenigen gefunden.

Man hat diesen Vers oft als Drohung gelesen. Doch zunächst ist er eine Beobachtung. Menschen folgen gern der Menge, denn die Menge gibt Sicherheit. Wer anders geht, fällt auf. Und wer auffällt, wird leicht zum Ziel.

Wie stark dieser Sog ist, hat ein berühmter Versuch gezeigt. 1951 bat der amerikanische Psychologe Solomon Asch Studenten zu einem Sehtest. Angeblich jedenfalls. Sie sollten Linien vergleichen. Welche von dreien war so lang wie die Vorlage? Die Aufgabe war kinderleicht. Doch alle anderen im Raum waren eingeweihte Helfer. Sie gaben absichtlich und einstimmig falsche Antworten.

Das Ergebnis erschreckt bis heute. Rund drei Viertel der echten Teilnehmer folgten mindestens einmal der falschen Mehrheit. Im Schnitt war fast jede dritte Antwort angepasst.¹⁷⁶ Die Menschen trauten der Gruppe mehr als ihren eigenen Augen. Doch ein Viertel blieb in allen Durchgängen standhaft. Auch das gehört zur Wahrheit, und es macht Mut.

Wie dieses standhafte Viertel im Ernstfall aussieht, zeigt ein Dorf in Frankreich. Le Chambon-sur-Lignon liegt hoch oben im Zentralmassiv.¹⁷⁷ Seine Bewohner sind mehrheitlich Protestanten. Viele stammen von den Hugenotten ab, die einst selbst verfolgt

¹⁷⁶ Simply Psychology, „Asch Conformity Experiment“: Versuch von 1951 mit zwölf kritischen Durchgängen; „about 75% of participants conformed at least once, and 25% of participants never conformed“; im Durchschnitt waren rund ein Drittel (32 %) der Antworten angepasst. Übers. d. Verf. <https://www.simplypsychology.org/asch-conformity.html>. *Konformität* bezeichnet in der Psychologie die Anpassung des eigenen Urteils oder Verhaltens an eine Gruppe.

¹⁷⁷ Das *Zentralmassiv* (Massif Central) ist ein Mittelgebirge in Süd- und Mittelfrankreich. Le Chambon-sur-Lignon liegt auf der Hochebene Vivarais-Lignon im Département Haute-Loire.

wurden.¹⁷⁸ Im Zweiten Weltkrieg nahmen sie jüdische Flüchtlinge auf. Sie versteckten sie in Häusern, Pensionen und Bauernhöfen. Manchen verhalfen sie zur Flucht in die Schweiz.

Angeleitet wurden sie von ihrem Pfarrer André Trocmé und seiner Frau Magda. Auch sein Vetter Daniel Trocmé half mit. André Trocmé war überzeugter Pazifist.¹⁷⁹ Wie viele Menschen das Dorf rettete, ist umstritten. Die Gedenkstätte Yad Vashem spricht von rund 5.000 Juden in der Gegend.¹⁸⁰ Neuere Forschung nennt vorsichtiger mindestens 2.000.¹⁸¹

Daniel Trocmé bezahlte mit seinem Leben. Er wurde verhaftet und starb 1944 im Lager Majdanek. Yad Vashem ehrte André, Magda und Daniel als „Gerechte unter den Völkern“.¹⁸² 1990 erhielt das ganze Dorf eine besondere Ehrenurkunde. Einmal verlangten Behörden Namen von ihm. Trocmé soll geantwortet haben: „Ich weiß nicht, was ein Jude ist. Ich kenne nur Menschen.“

Ein zweites Beispiel führt nach Litauen, und sein Held ist ein Japaner. Chiune Sugihara war 1940 Konsul seines Landes in Kaunas.¹⁸³ Im Sommer belagerten jüdische Flüchtlinge täglich sein Konsulat. Sie brauchten Durchreisevisa, um vor den Nazis zu fliehen. Sugihara fragte in Tokio nach, und Tokio sagte nein. Er stellte die Visa trotzdem aus, auf eigene Verantwortung.

Ende Juli und Anfang August 1940 stempelte er über 2.000 Pässe. Er hörte erst auf, als die Sowjets das Konsulat schlossen.¹⁸⁴ Seine Karriere setzte er damit aufs Spiel. 1985, ein Jahr vor seinem Tod, ehrte ihn Yad Vashem als Gerechten. Er war kein Christ aus einer Hugenottenfamilie. Und doch ging er durch dasselbe enge Tor.

Das dritte Beispiel spielt in Deutschland, mitten in der Diktatur. In München verteilten Studenten der „Weißen Rose“ heimlich Flugblätter gegen Hitler. Die Bundeszentrale für politische Bildung beschreibt sie als christlich-humanistisch geprägt. Die ersten Blätter

¹⁷⁸ *Hugenotten* nennt man die französischen Protestanten reformierter (calvinistischer) Prägung. Nach der Aufhebung des Toleranzedikts von Nantes 1685 wurden sie verfolgt; Hunderttausende flohen, u. a. nach Brandenburg-Preußen.

¹⁷⁹ Ein *Pazifist* (von lat. *pax*, „Friede“) lehnt Krieg und militärische Gewalt grundsätzlich ab.

¹⁸⁰ *Yad Vashem* (hebr. „Denkmal und Name“, nach Jes 56,5) ist die 1953 gegründete Holocaust-Gedenkstätte des Staates Israel in Jerusalem. Yad Vashem, „Trocmé“: „some 5,000 Jews passed through Le Chambon and the surrounding villages“; Ehrungen für André Trocmé (1971), Daniel Trocmé (1976) und Magda Trocmé (1984); Ehrendiplom für das Dorf 1990. <https://www.yadvashem.org/righteous/stories/trocmé>

¹⁸¹ Wikipedia, „André and Magda Trocmé“: Forschungsstand (mindestens 2.000 Gerettete; ältere Zahlen von 3.000–5.000 gelten als unbelegt) und das Zitat „I do not know what a Jew is. I know only human beings.“ Übers. d. Verf. https://en.wikipedia.org/wiki/Andr%C3%A9_and_Magda_Trocm%C3%A9; ausführlich Hallie 1979.

¹⁸² *Gerechte unter den Völkern* (hebr. *Chasidei Umot HaOlam*) ist ein Ehrentitel, den Yad Vashem an Nichtjuden verleiht, die unter Lebensgefahr Juden vor dem Holocaust gerettet haben.

¹⁸³ Ein *Konsul* vertritt die Interessen seines Staates und seiner Bürger in einer ausländischen Stadt, etwa durch die Ausstellung von Pässen und Visa. Ein *Visum* ist die Erlaubnis zur Einreise oder Durchreise.

¹⁸⁴ United States Holocaust Memorial Museum, „Chiune Sugihara“ (Biografie): Konsul in Kaunas (Litauen) seit Herbst 1939; seine Vorgesetzten verweigerten die Erlaubnis zur Ausstellung von Transitvisa; Ende Juli und Anfang August 1940 stempelte er auf eigene Verantwortung über 2.000 Pässe, bis die Sowjets das Konsulat schlossen; 1985 als Gerechter unter den Völkern anerkannt, gestorben 1986. <https://collections.ushmm.org/search/catalog/pa19503>

hatten eine Auflage von etwa hundert Stück. Das fünfte Flugblatt kam schon auf rund 6.000 Abzüge.¹⁸⁵

Am 18. Februar 1943 verteilten die Geschwister Hans und Sophie Scholl Flugblätter. Sie taten es in der Münchner Universität. Sie wurden entdeckt und verhaftet. Vier Tage später starben beide unter dem Fallbeil. Hans war 24 Jahre alt, seine Schwester drei Jahre jünger. Fast alle schwiegen damals, und wenige sprachen. Die Wenigen werden bis heute erinnert.

Was haben diese Geschichten gemeinsam? Keiner der Beteiligten suchte das Heldentum. Ein Pfarrer, ein Diplomat und zwei Studenten taten einfach das Richtige. Sie taten es, obwohl die Mehrheit anders handelte. Genau das meint das enge Tor. Es ist nicht eng, weil es kompliziert wäre. Es ist eng, weil so wenige hindurchgehen.

Die Bergpredigt verlangt dabei nicht, dass Christen immer eine Minderheit sein müssen. Sie sagt nur: Der Weg zum Leben wird nicht per Abstimmung gefunden. Meistens ist das enge Tor sehr klein. Man lacht nicht mit, wenn über Abwesende gespottet wird. Man unterschreibt nicht, was man für falsch hält. Man nennt die Linie so lang, wie sie wirklich ist.

Entdeckerauftrag: Welche Entscheidung vor Ihnen fühlt sich nach dem bequemen Weg an? Fragen Sie sich: Was wäre hier das enge Tor? Und wer könnte mich darin bestärken?

5.2 An den Früchten, nicht am Glanz

Wer einen Apfelbaum kaufen will, steht im Herbst vor einem Rätsel. Alle Bäumchen in der Gärtnerei sehen gleich aus. Welcher wird süße Äpfel tragen? Welcher nur saure? Die Antwort steht nicht auf dem Etikett. Man erfährt sie erst nach Jahren, bei der Ernte.

Jesus benutzt genau dieses Bild für Menschen. Er warnt vor falschen Propheten. Sie kommen „in Schafskleidern“, sagt er (Mt 7,15). Innen aber seien sie „reißende Wölfe“. Woran erkennt man sie? Nicht an ihren Worten und nicht an ihrem Auftreten. „An ihren Früchten sollt ihr sie erkennen“ (Mt 7,16).

Was sind solche Früchte? Der Apostel Paulus hat später eine berühmte Liste aufgestellt.¹⁸⁶ Er nennt Liebe, Freude, Friede, Geduld und Freundlichkeit. Dazu kommen Güte, Treue, Sanftmut und Selbstbeherrschung (Gal 5,22–23). Man beachte, was in dieser Liste fehlt. Kein Wort von Redekunst, Wundern, Bestsellern oder vollen Hallen. Früchte sind Charakter, nicht Charisma.¹⁸⁷

¹⁸⁵ Bundeszentrale für politische Bildung, „Vor 80 Jahren: Ermordung von Hans und Sophie Scholl“: Freundeskreis „christlich-humanistisch geprägte[r] Studierende[r]“; erste Flugblätter mit je rund 100 Exemplaren, das fünfte mit etwa 6.000 Abzügen; Festnahme am 18.2.1943 in der Münchner Universität; Hinrichtung am 22.2.1943 in München-Stadelheim mit dem Fallbeil; Hans Scholl war 24 Jahre alt, Sophie drei Jahre jünger. <https://www.bpb.de/kurz-knapp/hintergrund-aktuell/518394/vor-80-jahren-ermordung-von-hans-und-sophie-scholl/>

¹⁸⁶ Zu Paulus vgl. Abschnitt 4.2. Die Liste steht in seinem Brief an die Gemeinden in Galatien, einer Landschaft im heutigen Zentralanatolien (Türkei).

¹⁸⁷ *Charisma* (griech. „Gnadengabe“) bezeichnet heute meist eine besondere Ausstrahlung, die andere Menschen anzieht und mitreißt.

Wie bitter nötig diese Unterscheidung ist, zeigt die jüngere Kirchengeschichte. Der Franzose Jean Vanier gründete 1964 die Gemeinschaft L'Arche.¹⁸⁸ Dort leben Menschen mit und ohne geistige Behinderung zusammen. Vanier galt weltweit als Vorbild der Nächstenliebe. Nach seinem Tod ergab 2020 eine Untersuchung im Auftrag von L'Arche Erschreckendes. Er hatte über Jahrzehnte erwachsene Frauen geistlich manipuliert und missbraucht. Die Leitung zeigte sich „erschüttert“ und verurteilte die Taten „ohne Vorbehalt“.¹⁸⁹

Ein zweiter Fall spielt in Nordamerika. Ravi Zacharias, in Indien geboren, war ein gefeierter christlicher Apologet.¹⁹⁰ Er füllte Säle auf allen Kontinenten. Nach seinem Tod untersuchte eine Anwaltskanzlei Vorwürfe gegen ihn. Den Auftrag gab seine eigene Organisation. 2021 bestätigte der Bericht schweres Fehlverhalten. Der Vorstand räumte ein, frühere Vorwürfe zu Unrecht abgewiesen zu haben.¹⁹¹

Man kann aus solchen Geschichten Zynismus lernen. Die Bergpredigt lehrt etwas anderes, nämlich Wachsamkeit. Und sie lehrt Geduld, denn Früchte zeigen sich oft erst spät. Bemerkenswert ist ein Detail beider Fälle. Die Organisationen gaben die Untersuchungen selbst in Auftrag. Sie veröffentlichten die Ergebnisse, auch gegen den eigenen Ruf. Das ist eine gute Frucht inmitten schlechter.

Doch es gibt auch die andere Seite, und sie ist größer. Die deutsche Ärztin Ruth Pfau kam 1960 nach Karachi in Pakistan. Eigentlich sollte sie nach Indien weiterreisen. Ein Visumsproblem hielt sie fest, und sie blieb. Sie widmete ihr Leben dem Kampf gegen die Lepra.¹⁹² 1996 erklärte die Weltgesundheitsorganisation die Lepra in Pakistan für kontrolliert.¹⁹³ Als Pfau 2017 starb, erhielt sie ein Staatsbegräbnis. Sie war vermutlich die erste Nichtmuslimin, der Pakistan diese Ehre erwies.

¹⁸⁸ L'Arche (franz. „die Arche“) ist eine internationale Gemeinschaft, in der Menschen mit und ohne geistige Behinderung zusammenleben; sie zählt heute Gemeinschaften in vielen Ländern.

¹⁸⁹ L'Arche International, Pressemitteilung vom 22.2.2020 zur Untersuchung durch die britische Beratungsstelle GCPS: glaubwürdige Aussagen von sechs erwachsenen Frauen ohne Behinderung über Vorfälle zwischen 1970 und 2005; „We are shocked by these discoveries and unreservedly condemn these actions.“ Übers. d. Verf.
https://www.bishop-accountability.org/reports/2020_02_22_L_Arche_Press_Release_on_Summary_Report.htm

¹⁹⁰ Ein *Apologet* (von griech. *apologia*, „Verteidigungsrede“) verteidigt den christlichen Glauben mit Argumenten gegen Einwände.

¹⁹¹ *The Banner*, „Investigation Concludes Ravi Zacharias Was Guilty of Sexual Misconduct“ (Februar 2021): Bericht der Kanzlei Miller & Martin (Atlanta) im Auftrag der Organisation RZIM, veröffentlicht am 11.2.2021; der Vorstand nannte seine frühere Zurückweisung von Vorwürfen einen Fehler.
<https://www.thebanner.org/news/2021/02/investigation-concludes-ravi-zacharias-was-guilty-of-sexual-misconduct>

¹⁹² *Lepra* (auch Aussatz) ist eine bakterielle Infektionskrankheit, die Haut und Nerven schädigt. Sie ist heute mit Antibiotika heilbar; früher wurden Erkrankte oft aus der Gesellschaft ausgestoßen.

¹⁹³ Wikipedia, „Ruth Pfau“: geboren am 9.9.1929 in Leipzig; 1960 in Karachi, wo sie wegen eines Visumsproblems blieb; 1996 erkannte die Weltgesundheitsorganisation Pakistan als eines der ersten Länder Asiens an, das die Lepra unter Kontrolle gebracht hatte; nach ihrem Tod am 10.8.2017 Staatsbegräbnis in Karachi, nach Berichten als erste Christin und erste Nichtmuslimin in Pakistan; oft „Pakistans Mutter Teresa“ genannt. https://en.wikipedia.org/wiki/Ruth_Pfau

Eine Frucht im wörtlichen Sinn pflanzte die Kenianerin Wangari Maathai. 1977 gründete sie das „Green Belt Movement“, die Bewegung des grünen Gürtels. Arme Frauen pflanzten Bäume, um an Wasser und Brennholz zu kommen. Nach Angaben des Magazins *Sojourners* wuchsen so rund 30 Millionen Bäume.¹⁹⁴ Maathai war Katholikin und arbeitete auch mit Kirchen zusammen. 2004 erhielt sie als erste Afrikanerin den Friedensnobelpreis. „Wenn wir Bäume pflanzen, pflanzen wir Samen des Friedens“, schrieb sie.

Wie prüft man also einen Menschen, eine Bewegung, eine Gemeinde? Die Bergpredigt schlägt einfache Fragen vor. Wie geht jemand mit Macht um? Wie mit Kritik und mit Schwächeren? Wie mit Geld? Und lässt er sich prüfen, oder weicht er jeder Prüfung aus?

Am Ende richtet sich die Frage nach innen. Welche Früchte trägt mein eigenes Leben? Jesus spricht von guten und faulen Bäumen. Aber er spricht auch von Zeit und Pflege. Ein Baum, der heute kümmerlich aussieht, kann im nächsten Jahr tragen.

Entdeckerauftrag: Fragen Sie drei vertraute Menschen. Welche gute Frucht siehst du bei mir? Und wo wünschst du dir mehr? Hören Sie zu, ohne sich zu verteidigen.

5.3 Nicht jeder, der „Herr“ sagt

Bewerbungsgespräche haben ihre eigenen Regeln. Ein Lebenslauf kann glänzen und trotzdem wenig über einen Menschen verraten. Personalchefs wissen das. Sie fragen deshalb nicht nur, was jemand getan hat. Sie fragen, wer er dabei geworden ist.

¹⁹⁴ *Sojourners*, „The Woman Who Planted Trees“: Maathai als „Catholic Kenyan environmental activist“; die Bewegung „has planted 30 million trees“; Zitat: „When we plant trees, we plant the seeds of peace and seeds of hope.“ Übers. d. Verf. <https://sojo.net/node/210841>; zu Gründung 1977 und Nobelpreis 2004 als erste Afrikanerin: NPR via KUNC, „Nobel Laureate Wangari Maathai: A Global Icon Of Conservation“ (26.9.2011), <https://www.kunc.org/npr-news/2011-09-26/nobel-laureate-wangari-maathai-a-global-icon-of-conservation>



Abb. 15: Rembrandt, „Das Hundertguldenblatt“, Radierung, 1648. Jesus wendet sich Kranken, Armen und Kindern zu. Bildquelle: The Metropolitan Museum of Art, New York, gemeinfrei (CC0).

Jesus erzählt eine Szene, die wie ein misslungenes Bewerbungsgespräch klingt. Am Ende der Zeit treten Menschen vor ihn. Sie können beeindruckende Leistungen vorweisen. Sie haben in seinem Namen geweissagt und Dämonen ausgetrieben.¹⁹⁵ Sie haben viele Wunder getan. Und dann sagt Jesus: „Ich habe euch noch nie gekannt“ (Mt 7,23).

Das ist ein Schock, auch für fromme Leser. Hier stehen keine Gottlosen, sondern hoch engagierte Gläubige. Was fehlt ihnen? Jesus nennt es zwei Verse vorher. Es geht darum, „den Willen meines Vaters im Himmel“ zu tun (Mt 7,21). Fromme Tätigkeit ersetzt keine Beziehung. Und Beziehung zeigt sich darin, dass man tut, was der andere will.

Der deutsche Theologe Dietrich Bonhoeffer hat das scharf auf den Punkt gebracht.¹⁹⁶ 1937 erschien sein Buch *Nachfolge*. Darin unterscheidet er die „billige Gnade“ von der „teuren Gnade“. Billige Gnade ist Vergebung ohne Umkehr und Glaube ohne Folgen. Teuer ist die Gnade dagegen, „weil sie in die Nachfolge ruft“.¹⁹⁷ Das ganze Buch ist im Kern eine Auslegung der Bergpredigt.

¹⁹⁵ *Dämonen* sind in der Bibel böse Geister, die Menschen quälen. Eine *Dämonenaustreibung* (Exorzismus) befreit einen Menschen von ihnen.

¹⁹⁶ Dietrich Bonhoeffer (1906–1945) war evangelischer Theologe und Pfarrer der *Bekennenden Kirche*, jener Strömung im deutschen Protestantismus, die sich der nationalsozialistischen Kirchenpolitik widersetzte. Ein *Theologe* ist ein wissenschaftlich ausgebildeter Kenner des Glaubens und seiner Schriften.

¹⁹⁷ Bonhoeffer 1937. Zitat: „Teuer ist sie, weil sie in die Nachfolge ruft, Gnade ist sie, weil sie in die Nachfolge Jesu Christi ruft.“ Nach Deutsche Bibelgesellschaft, Stichwort „Nachfolge“, <https://www.die-bibel.de/stichwort/201049/>; vgl. Wikipedia, „The Cost of Discipleship“, https://en.wikipedia.org/wiki/The_Cost_of_Discipleship. *Gnade* meint die unverdiente Zuwendung Gottes.

Schon 1935 hatte Bonhoeffer seinem Bruder einen bemerkenswerten Brief geschrieben. Er werde erst innerlich klar und aufrichtig sein, so schrieb er sinngemäß. Das gelte, sobald er mit der Bergpredigt „wirklich anfinde, Ernst zu machen“.¹⁹⁸ Er machte Ernst. Er schloss sich dem Widerstand gegen Hitler an. Im April 1945 wurde er im Konzentrationslager Flossenbürg hingerichtet. Ob seine Beteiligung am Widerstand der Bergpredigt entsprach, wird bis heute diskutiert. Sicher ist nur: Er hat nicht bloß „Herr, Herr“ gesagt.

Ein zweites Beispiel stammt aus Japan. Kagawa Toyohiko las als junger Mann die Bergpredigt immer wieder. Schließlich konnte er Matthäus 5 bis 7 auswendig. An Weihnachten 1909 zog er als Student nach Shinkawa. Das war ein Elendsviertel in der Hafenstadt Kobe.¹⁹⁹ Dort lebte er jahrelang in einer winzigen Hütte, mitten unter den Ärmsten. Später gründete er Genossenschaften und setzte sich für Arbeiter und Bauern ein.²⁰⁰ Für Kagawa war Christsein keine Lehre, sondern eine Adresse.

Das dritte Beispiel führt nach Mittelamerika, nach El Salvador. Dort wurde Óscar Romero 1977 Erzbischof der Hauptstadt.²⁰¹ Er galt zunächst als vorsichtig und unpolitisch. Doch in seinem Land ermordeten Todesschwadronen Bauern, Priester und Katecheten. Romero begann, in seinen Predigten Namen und Taten zu nennen. Am 23. März 1980 wandte er sich direkt an die Soldaten. Als Christen sollten sie Gottes höherem Gebot folgen und die Unterdrückung beenden.

Am nächsten Tag feierte Romero die Messe in einer Krankenhauskapelle. Während des Gottesdienstes wurde er erschossen.²⁰² 2018 sprach ihn Papst Franziskus heilig. Romero hatte geglaubt, die tiefste Umwälzung sei die innere Umkehr eines Christen. Sein Leben zeigt, wie weit diese innere Umkehr nach außen reichen kann.

¹⁹⁸ Brief an Karl-Friedrich Bonhoeffer, Januar 1935: „Ich glaube zu wissen, dass ich eigentlich erst innerlich klar und wirklich aufrichtig sein würde, wenn ich mit der Bergpredigt wirklich anfinde, Ernst zu machen.“ DBW 13, S. 272; vgl. Bethge 1967, S. 249. Zitiert nach dem Arbeitsblatt der Internationalen Bonhoeffer-Gesellschaft: https://www.Dietrich-Bonhoeffer.net/fileadmin/media/projekte/werkbuch-1/m-1-8_arbeitsblatt_3.pdf

¹⁹⁹ Lembaga Alkitab Indonesia (Indonesische Bibelgesellschaft), „Kagawa, the Saint of Shinkawa“: wiederholte Lektüre und Auswendiglernen von Mt 5–7; Umzug ins Elendsviertel Shinkawa in Kobe an Weihnachten 1909. <https://www.alkitab.or.id/en/artikel/2313-kagawa-the-saint-of-shinkawa>; vgl. Plough, „Toyohiko Kagawa“, <https://www.plough.com/articles/toyohiko-kagawa>. Kagawa Toyohiko (1888–1960) war japanischer Sozialreformer und Evangelist; in Japan steht der Familienname vorn.

²⁰⁰ Eine *Genossenschaft* ist ein Zusammenschluss von Menschen, die gemeinsam wirtschaften – etwa beim Einkauf, bei Krediten oder in der Landwirtschaft – und den Betrieb gemeinsam besitzen.

²⁰¹ Ein *Erzbischof* leitet in der katholischen Kirche ein besonders bedeutendes Bistum (Erzbistum), meist in einer Hauptstadt oder Großstadt. Eine *Heiligsprechung* ist die feierliche Erklärung der katholischen Kirche, dass ein Verstorbener als Vorbild verehrt werden darf.

²⁰² Wikipedia, „Óscar Romero“: Amtseinführung als Erzbischof von San Salvador am 22.2.1977; am 23.3.1980 Appell an die Soldaten, als Christen dem höheren Gebot Gottes zu folgen und die Unterdrückung zu beenden; am 24.3.1980 während der Messe in der Kapelle des Hospital de la Divina Providencia erschossen; Heiligsprechung durch Papst Franziskus am 14.10.2018; aus einer Predigt: „the most profound social revolution is the serious, supernatural, interior reform of a Christian“. Übers. d. Verf. https://en.wikipedia.org/wiki/%C3%93scar_Romero

Ist die Bergpredigt damit eine Lehre der Werkgerechtigkeit?²⁰³ Muss man sich den Himmel verdienen? Nein, denn sie beginnt mit den Seligpreisungen, also mit Geschenken. Aber sie endet mit der Frage, ob das Geschenk angekommen ist. Wer Gott kennt, wird ihm ähnlich. Das ist keine Bedingung für Gottes Liebe. Es ist ihre Wirkung.

Entdeckerauftrag: Fragen Sie sich ehrlich. Was in meinem Leben kommt aus echter Gottesbegegnung? Was würde ohne sie wegfallen? Und was käme vielleicht hinzu?

5.4 Auf Fels gebaut

Am Ende der Bergpredigt steht ein Gleichnis, das schon Kinder verstehen. Zwei Männer bauen je ein Haus. Der eine baut auf Fels, der andere auf Sand. Dann kommt der Regen, das Wasser steigt, der Wind tobt. Das eine Haus steht. Das andere stürzt ein, „und sein Fall war groß“ (Mt 7,27).

Man übersieht leicht, was beide Männer gemeinsam haben. Beide bauen, beide geben sich Mühe. Beide haben, so sagt Jesus, „diese meine Rede“ gehört. Und beide erleben denselben Sturm. Der Unterschied liegt also nicht im Hören und nicht im Wetter. Er liegt im Tun. Der kluge Baumeister hört und handelt danach. Der törichte hört und belässt es dabei.

Wie entscheidend ein Fundament ist, zeigte das Jahr 2010 auf grausame Weise. Am 12. Januar bebte in Haiti die Erde. Das Beben hatte die Magnitude 7,0 und traf die Gegend der Hauptstadt.²⁰⁴ Wie viele Menschen starben, ist bis heute umstritten. Die Schätzungen reichen von deutlich unter hunderttausend bis 316.000 Toten.²⁰⁵ Die höchste Zahl stammt von der haitianischen Regierung.

Sechs Wochen später, am 27. Februar, bebte die Erde in Chile. Dieses Beben war mit der Magnitude 8,8 weit stärker. Es setzte ein Vielfaches an Energie frei. Die offizielle Zahl der Todesopfer lag dennoch bei 525.²⁰⁶

²⁰³ *Werkgerechtigkeit* nennt die evangelische Theologie die Vorstellung, man könne sich durch gute Taten das Heil bei Gott verdienen. Die Reformation setzte dagegen: Der Mensch wird allein aus Gnade durch den Glauben gerecht.

²⁰⁴ Die *Magnitude* misst die Stärke eines Erdbebens auf einer logarithmischen Skala. Jede ganze Stufe mehr bedeutet etwa das 32-Fache an freigesetzter Energie; zwischen 7,0 und 8,8 liegt also rund das 500-Fache.

²⁰⁵ Wikipedia, „2010 Haiti earthquake“: Magnitude 7,0 am 12.1.2010; Schätzungen der Todesopfer zwischen 46.000–85.000 (unveröffentlichter USAID-Entwurf, umstritten), rund 160.000 (University of Michigan, 2010) und 316.000 (Regierung Haitis, 2011). https://en.wikipedia.org/wiki/2010_Haiti_earthquake

²⁰⁶ Wikipedia, „2010 Chile earthquake“: Magnitude 8,8 am 27.2.2010; offizielle Endzahl (Januar 2011) 525 Tote und 25 Vermisste. https://en.wikipedia.org/wiki/2010_Chile_earthquake

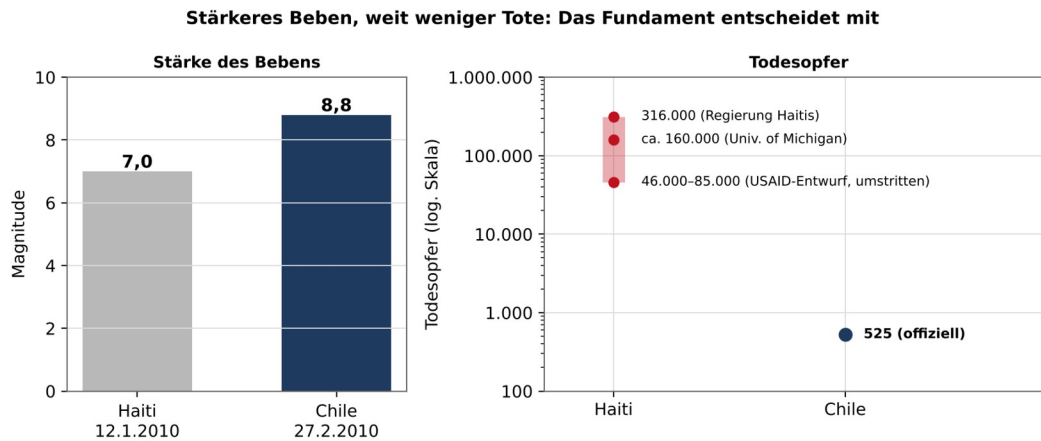


Abb. 16: Zwei Erdbeben, zwei Fundamente – Stärke und Todesopfer der Beben in Haiti und Chile 2010. Todesopfer logarithmisch, für Haiti die Spanne der Schätzungen. Datenquellen: Wikipedia nach USGS, Regierung Haitis, University of Michigan; Regierung Chiles; NPR.

Wie ist dieser Unterschied zu erklären? Fachleute nennen mehrere Gründe. Das Beben in Haiti lag flach und nahe einer dicht besiedelten Stadt. Doch ein Grund wird immer wieder genannt. Chile hat strenge Vorschriften für erdbebensicheres Bauen. Und diese wurden weitgehend eingehalten. „Die chilenischen Erdbebennormen haben sich sehr bewährt“, sagte damals ein Bauingenieur.²⁰⁷ Haiti, eines der ärmsten Länder der Welt, hatte keine vergleichbaren Normen.

Japan hat aus eigenen Katastrophen ähnliche Lehren gezogen. 1981 verschärfte das Land seine Bauvorschriften für Erdbeben deutlich. Dann kam 1995 das schwere Beben von Kobe. Fast alle eingestürzten Gebäude stammten aus der Zeit vor 1981: 97 Prozent.²⁰⁸ Die neuen Regeln hatten also getragen, wo sie galten. Seither fördern viele Städte die Nachrüstung älterer Häuser.

Das eindrücklichste Fundament Japans ist allerdings ein einfacher Stein. Im Dorf Aneyoshi im Nordosten des Landes steht eine alte Gedenktafel. Sie erinnert an verheerende Tsunamis früherer Zeiten.²⁰⁹ Ihre Inschrift lautet sinngemäß: „Hohe Wohnstätten sind Frieden und Eintracht unserer Nachkommen.“ Und weiter: „Baut keine Häuser unterhalb dieses Punktes.“

Die Bewohner hielten sich daran, über Generationen hinweg. Im März 2011 kam die große Flutwelle. Rund ein Dutzend Haushalte in Aneyoshi überstanden sie mit unversehrten

²⁰⁷ NPR, „Strict Building Code May Explain Lower Chile Toll“ (1.3.2010), mit dem Bauingenieur Eduardo Kausel: „the Chilean seismic codes have done very well“; das Beben in Haiti lag flacher und sehr nahe an Port-au-Prince. Übers. d. Verf. <https://www.vpm.org/npr-news/2010-03-01/strict-building-code-may-explain-lower-chile-toll>

²⁰⁸ CNN Style, „How Japan spent more than a century earthquake-proofing its architecture“ (5.1.2024): Bauordnungsnovelle von 1981 („shin-taishin“, „neuer Erdbebenschutz“) nach dem Miyagi-Beben von 1978; beim Kobe-Beben 1995 stammten 97 % der eingestürzten Gebäude aus der Zeit vor 1981 (nach der Global Facility for Disaster Reduction and Recovery); danach landesweite Förderprogramme zur Nachrüstung. <https://abc17news.com/entertainment/cnn-style/2024/01/05/how-japan-spent-more-than-a-century-earthquake-proofing-its-architecture/>

²⁰⁹ Ein *Tsunami* (japan. „Hafenwelle“) ist eine Flutwelle, die meist durch ein Seebeben ausgelöst wird und an der Küste meterhoch auflaufen kann.

Häusern.²¹⁰ „Jeder hier kennt die Steine“, sagte der zwölfjährige Yuto Kimura. „Wir haben sie in der Schule durchgenommen.“ Andere Orte an der Küste hatten ähnliche Warnungen vergessen. Dort waren die Verluste furchtbar.

Man muss hier sehr vorsichtig sein. Armut ist keine Schuld. Die Toten von Haiti waren keine törichten Baumeister. Das Gleichnis Jesu richtet sich nicht an Opfer, sondern an Hörer. Aber das Bild selbst ist von bedrückender Klarheit. Das Fundament sieht man nicht, solange die Sonne scheint. Man sieht es erst, wenn der Sturm kommt.

Für ein Leben heißt das: Die Bergpredigt ist kein Notfallkoffer für Krisen. Sie ist ein Fundament, das man an ruhigen Tagen gießt. Versöhnung, Ehrlichkeit, verborgenes Geben, Gebet und Vergebung wirken im Alltag unscheinbar. Wie der Stein von Aneyoshi stehen sie lange still am Hang. Im Sturm entscheiden sie über alles.

Matthäus schließt mit einer Beobachtung über die Zuhörer. Sie waren „entsetzt über seine Lehre“, denn er lehrte „mit Vollmacht“ (Mt 7,28–29). So schließt sich der Kreis zum „Ich aber sage euch“ (Kapitel 1). Wer so spricht, beansprucht mehr als ein Lehrer. Und wer so angesprochen wird, muss sich entscheiden, worauf er baut.

Entdeckerauftrag: Blicken Sie auf die ganze Reihe zurück. Welche Entdeckung hat Sie am meisten herausgefordert? Was werden Sie konkret anders machen, und mit wem?

5.5 Kann man mit der Bergpredigt regieren?

„Mit der Bergpredigt kann man keine Politik machen.“ Diesen Satz hört man in Deutschland seit Jahrzehnten. Oft wird er dem Reichskanzler Otto von Bismarck zugeschrieben.²¹¹ Manchmal heißt es auch, Helmut Schmidt habe ihn gesagt. Für keinen der beiden ist er sicher belegt.²¹² Doch er bringt eine alte Frage auf den Punkt. Gilt die Bergpredigt nur für Heilige und Klöster? Oder gilt sie auch für Parlamente, Polizei und Armeen?

Die Antworten fallen seit fünf Jahrhunderten verschieden aus. Martin Luther legte Matthäus 5 bis 7 zwischen 1530 und 1532 aus. Er tat es in Wittenberger Wochenpredigten, die 1532 gedruckt erschienen.²¹³ Luther unterschied zwischen der Person und dem Amt.

²¹⁰ Smithsonian Magazine, „These Century-Old Stone ‚Tsunami Stones‘ Dot Japan’s Coastline“: Inschrift von Aneyoshi in der Übersetzung „High dwellings are the peace and harmony of our descendants. Remember the calamity of the great tsunamis. Do not build any homes below this point.“ Übers. d. Verf.
<https://www.smithsonianmag.com/smart-news/century-old-warnings-against-tsunamis-dot-japans-coastline-180956448/>. Zu den rund ein Dutzend Haushalten mit unversehrten Häusern und den Zitaten von Yuto Kimura („Everybody here knows about the markers. We studied them in school.“): Associated Press via *Deseret News*, „Tsunami-hit towns forgot warnings from ancestors“ (6.4.2011),
<https://www.deseret.com/2011/4/6/20183593/tsunami-hit-towns-forgot-warnings-from-ancestors/>

²¹¹ Otto von Bismarck (1815–1898) war preußischer Ministerpräsident und von 1871 bis 1890 erster Reichskanzler des Deutschen Reiches. Helmut Schmidt (1918–2015) war von 1974 bis 1982 Bundeskanzler der Bundesrepublik.

²¹² Zuschreibung an Bismarck z. B. bei Hans-Georg Gradl, *zur Debatte* 3/2023, S. 5, ohne Primärbeleg: https://kath-akademie-bayern.de/wp-content/uploads/Dossier_Bergpredigt_2023.pdf; Zuschreibung an Helmut Schmidt im Zusammenhang der Nachrüstungsdebatte 1983: Bibliothek David Steindl-Rast, https://www.bibliothek-david-steindl-rast.ch/images/03_archiv/buecher_cd_dvd/handel/kann_man_die_bergpredigt_in_realpolitik_umsetzen.pdf

Als Privatmann soll der Christ die andere Wange hinhalten. Als Richter oder Fürst muss er dagegen Recht schützen. Notfalls tut er das mit Gewalt, zum Schutz der Schwachen.

Diese Lehre nennt man die Lehre von den zwei Reichen.²¹⁴ Sie hat den deutschen Protestantismus tief geprägt, im Guten wie im Schlechten. Die Täufer widersprachen Luther entschieden (Abschnitt 1.3). Für sie galt die Bergpredigt ohne Abstriche, auch für das öffentliche Leben. Christen sollten weder schwören noch das Schwert führen. Ihre Nachfahren leben bis heute nach dieser Überzeugung.²¹⁵

Im 20. Jahrhundert wurde aus dieser Frage Weltgeschichte. Mohandas Gandhi las die Bergpredigt als junger Jurastudent in London. Sie „ging mir direkt ins Herz“, schrieb er später.²¹⁶ Er verband sie mit der Bhagavad Gita, einer heiligen Schrift des Hinduismus.²¹⁷ Daraus formte er eine politische Methode des gewaltfreien Widerstands. Ihren Weg von Tolstoi über Gandhi zu King erzählt Abschnitt 1.4.

Weniger bekannt ist ein Verbündeter Gandhis aus dem Nordwesten Indiens. Khan Abdul Ghaffar Khan war ein frommer Muslim und Paschtune.²¹⁸ 1929 gründete er die „Khudai Khidmatgar“, die „Diener Gottes“. Über 100.000 Paschtunen schlossen sich dieser gewaltfreien Bewegung an.²¹⁹ Jedes Mitglied gelobte: „Ich verspreche, auf Gewalt und Rache zu verzichten.“²²⁰ Ghaffar Khan begründete die Gewaltfreiheit ausdrücklich mit den Werten des Islam.

²¹³ Luther, *Das fünffte, Sechste vnd Siebend Capitel S. Matthei gepredigt vnd ausgelegt*, Wittenberg: Joseph Klug 1532; gepredigt 1530–1532 mittwochs in Vertretung Johannes Bugenhagens.
<https://jamesgray2.me/2024/03/21/martin-luther-on-the-the-sermon-on-the-mount-2/>

²¹⁴ Die *Zwei-Reiche-Lehre* (auch *Zwei-Regimenter-Lehre*) unterscheidet zwei Weisen, wie Gott die Welt regiert: geistlich durch das Evangelium und weltlich durch Recht, Obrigkeit und notfalls Zwang. Kritiker werfen ihr vor, sie habe Christen im Nationalsozialismus zu obrigkeitshörig gemacht.

²¹⁵ Gemeint sind vor allem *Mennoniten* (nach dem friesischen Täuferführer Menno Simons, 1496–1561), *Amische* (nach Jakob Ammann, um 1700) und *Hutterer* (nach Jakob Hutter, gestorben 1536). Viele von ihnen verweigern bis heute Waffendienst und Eid.

²¹⁶ Gandhi, *An Autobiography or The Story of My Experiments with Truth* (Navajivan), S. 63: „But the New Testament produced a different impression, especially the Sermon on the Mount which went straight to my heart.“ Übers. d. Verf. Zitiert nach mkgandhi.org, „Mahatma Gandhi and Sermon on the Mount“, <https://www.mkgandhi.org/articles/mahatma-gandhi-and-sermon-on-the-mount.php>.

²¹⁷ Die *Bhagavad Gita* („Gesang des Erhabenen“) ist ein Abschnitt des indischen Epos *Mahabharata* und eine der wichtigsten Schriften des Hinduismus; sie besteht aus einem Gespräch zwischen dem Krieger Arjuna und dem Gott Krishna über Pflicht und Hingabe.

²¹⁸ Die *Paschtunen* sind ein Volk mit eigener Sprache (Paschto), das vor allem im heutigen Afghanistan und im Nordwesten Pakistans lebt. Khan Abdul Ghaffar Khan (1890–1988) wurde auch „Grenz-Gandhi“ oder „Bacha Khan“ genannt.

²¹⁹ Qantara.de, „Pashtun freedom fighter Khan Abdul Ghaffar Khan: Islam’s forgotten ‚Gandhi‘“: Gründung der *Khudai Khidmatgar* („Diener Gottes“) 1929; über 100.000 Mitglieder; Gewaltfreiheit „entirely based in the values of Islam“; Massaker im Basar Qissa Khwani in Peshawar am 23.4.1930 mit rund 250 Toten, ohne dass die Bewegung zu den Waffen griff; Zitat: „non-violence is love and it stirs courage in people“. Übers. d. Verf. <https://qantara.de/en/article/pashtun-freedom-fighter-khan-abdul-ghaffar-khan-islams-forgotten-gandhi>

²²⁰ mkgandhi.org, „Khan Abdul Ghaffar Khan“: Khan, genannt Badshah Khan, überzeugte 100.000 Landsleute, ihre Waffen niederzulegen und gewaltlos gegen die Briten zu kämpfen; Name der Bewegung „Khudai Khidmatgar“ („Diener Gottes“); Gelöbnis: „I promise to refrain from violence and from taking revenge.“ Übers. d. Verf. <https://mkgandhi.org/associates/gafarkhan.php>

Am 23. April 1930 wurde die Bewegung auf die Probe gestellt. Im Basar Qissa Khwani in Peshawar schossen britische Truppen in die Menge. Die Menschen dort waren unbewaffnet. Etwa 250 Anhänger kamen nach Angaben des Magazins *Qantara* ums Leben. Doch die Bewegung griff nicht zu den Waffen. „Gewaltfreiheit ist Liebe“, sagte Ghaffar Khan. „Und sie weckt Mut in den Menschen.“

Ein zweites Beispiel spielt in Westafrika, im Bürgerkriegsland Liberia. Dort beteten und demonstrierten Christinnen und Musliminnen gemeinsam für den Frieden. Gbowees Frauen in Weiß halfen, den Krieg zu beenden (Abschnitt 4.3). Der Krieg habe die Frauen etwas gelehrt, sagte Gbowee später. Die Zukunft liege im Nein zur Gewalt.²²¹

Das dritte Beispiel spielt in Deutschland, und es liegt nicht lange zurück. Im Herbst 1989 trafen sich in Leipzig jeden Montag Menschen zu Friedensgebeten. Am 9. Oktober fanden die Gebete erstmals in vier Kirchen gleichzeitig statt. Danach zogen rund 70.000 Menschen über den Ring der Innenstadt.²²² Die Staatsmacht hatte Polizei und Kampfgruppen zusammengezogen.

Etwa 30.000 Flugblätter riefen zum absoluten Gewaltverzicht auf. Über die Lautsprecher der Stadt mahnten prominente Leipziger zur Besonnenheit. Kurz nach halb sieben zog die Polizei ihre Kräfte zurück. Der Zug blieb friedlich, und kein Schuss fiel. Einen Monat später fiel die Berliner Mauer.

In Westdeutschland war die Debatte schon einige Jahre zuvor aufgeflammt. 1983 stritt das Land über die Stationierung neuer Atomraketen.²²³ Der Fernsehjournalist Franz Alt schrieb damals über die „Politik der Bergpredigt“. Es wurde ein Bestseller. Alt drehte den Bismarck-Satz einfach um. Ohne die Bergpredigt gebe es bald „weder Regierende noch Regierte“.²²⁴

²²¹ Wikipedia, „Women of Liberia Mass Action for Peace“: Gründung 2003 in Monrovia durch Leymah Gbowee, Comfort Freeman und Crystal Roh Gawding; Christinnen und Musliminnen gemeinsam, in Weiß gekleidet; Sitzblockade bei den Friedensgesprächen in Ghana, Blockade von Türen und Fenstern; Abkommen, das den 14-jährigen Krieg beendete; Friedensnobelpreis 2011 für Gbowee; Leitsatz: „war has taught them that the future lies in saying no to violence and yes to peace“. Übers. d. Verf.
https://en.wikipedia.org/wiki/Women_of_Liberia_Mass_Action_for_Peace; vgl. Nobelpreis-Biografie:
<https://www.nobelprize.org/prizes/peace/2011/gbowee/biographical/>

²²² evangelisch.de, „Triumph der Gewaltlosigkeit“ (9.10.2019): Friedensgebet am 9.10.1989 erstmals in vier evangelischen Kirchen gleichzeitig; rund 70.000 Demonstranten auf dem Leipziger Ring; etwa 30.000 Flugblätter mit dem Aufruf zum „absoluten Gewaltverzicht“; Lautsprecheraufruf der „Leipziger Sechs“, darunter der Dirigent Kurt Masur; Rückzug der Polizei kurz nach 18.30 Uhr.
<https://www.evangelisch.de/inhalte/160857/09-10-2019/triumph-der-gewaltlosigkeit-montagsdemonstration-leipzig-ddr>. Die *Montagsdemonstrationen* gingen aus den Friedensgebeten in der Leipziger Nikolaikirche hervor.

²²³ Gemeint ist die sogenannte *Nachrüstung*: Nach dem NATO-Doppelbeschluss von 1979 wurden ab Ende 1983 neue atomare Mittelstreckenraketen in Westeuropa stationiert, auch in der Bundesrepublik. Dagegen demonstrierten Hunderttausende in der Friedensbewegung.

²²⁴ Alt 1983, S. 107: „Mit der Bergpredigt kann man nicht regieren? Ohne die Bergpredigt gibt es bald weder Regierende noch Regierte.“ Zitiert nach der Rezension in der *Münchener Theologischen Zeitschrift* 35 (1984), S. 316–318, die das Buch als Bestseller bezeichnet.
<https://mthz.ub.uni-muenchen.de/MThZ/article/download/1984H4S316-318/4976/7005>

Auch Nichtchristen haben sich an diesem Text gerieben. Der jüdische Gelehrte Pinchas Lapide las ihn 1982 als zutiefst jüdischen Text.²²⁵ Für ihn war die Bergpredigt ein „Programm“, keine „Utopie“. Sein amerikanischer Kollege Jacob Neusner, ein Rabbiner, ging 1993 einen anderen Weg. Er stellte sich vor, er hätte damals am Berg zugehört. Sein Fazit: Er hätte Jesus respektvoll widersprochen. Und er wäre bei der Tora geblieben.

Neusners entscheidende Frage an die Jünger lautet: Ist euer Meister Gott?²²⁶ Papst Benedikt XVI. widmete Neusners Buch 2007 rund zwanzig Seiten. Er nahm den Einwand ernst, denn er trifft den Kern. Die Bergpredigt steht und fällt mit dem Anspruch Jesu. Das „Ich aber sage euch“ ist keine Morallehre unter vielen.

Selbst der Dalai Lama hat sich mit der Bergpredigt befasst.²²⁷ 1994 legte er auf einem christlichen Seminar in London Evangelientexte aus. Darunter war auch das Gebot der Feindesliebe. 1996 erschien das Ergebnis als Buch: *The Good Heart*, „Das gute Herz“.²²⁸ Er las die Texte als Buddhist, mit Respekt und ohne Vereinnahmung.

²²⁵ Lapide 1982. Bibliografischer Nachweis: Universitätsbibliothek Olmütz, https://library.upol.cz/arl-upol/en/detail-upol_us_cat-m0022966-Die-Bergpredigt. Pinchas Lapide (1922–1997) war ein jüdischer Religionswissenschaftler und Diplomat, der sich besonders dem jüdisch-christlichen Dialog widmete.

²²⁶ Neusner 1993. Zur Würdigung durch Benedikt XVI. („a good twenty pages“) und zu Neusners Frage „is your master God?“ (Übers. d. Verf.): Meir Soloveichik, „No Friend in Jesus“, *First Things*, <https://firstthings.com/no-friend-in-jesus/>; Verlagsbeschreibung (Neusner wäre bei der Lehre des Mose geblieben): <https://readings.com.au/product/9780773520462/9780773520462>

²²⁷ Der *Dalai Lama* ist das geistliche Oberhaupt des tibetischen Buddhismus. Der heutige, 14. Dalai Lama, Tenzin Gyatso (geb. 1935), lebt seit 1959 im indischen Exil und erhielt 1989 den Friedensnobelpreis.

²²⁸ Dalai Lama 1996. Wikipedia, „The Good Heart – A Buddhist Perspective on the Teachings of Jesus“: John Main Seminar an der Middlesex University (London), September 1994; Auslegung von acht Evangelientexten, darunter Bergpredigt und Feindesliebe. https://en.wikipedia.org/wiki/The_Good_Heart_%E2%80%93_A_Buddhist_Perspective_on_the_Teachings_of_Jesus

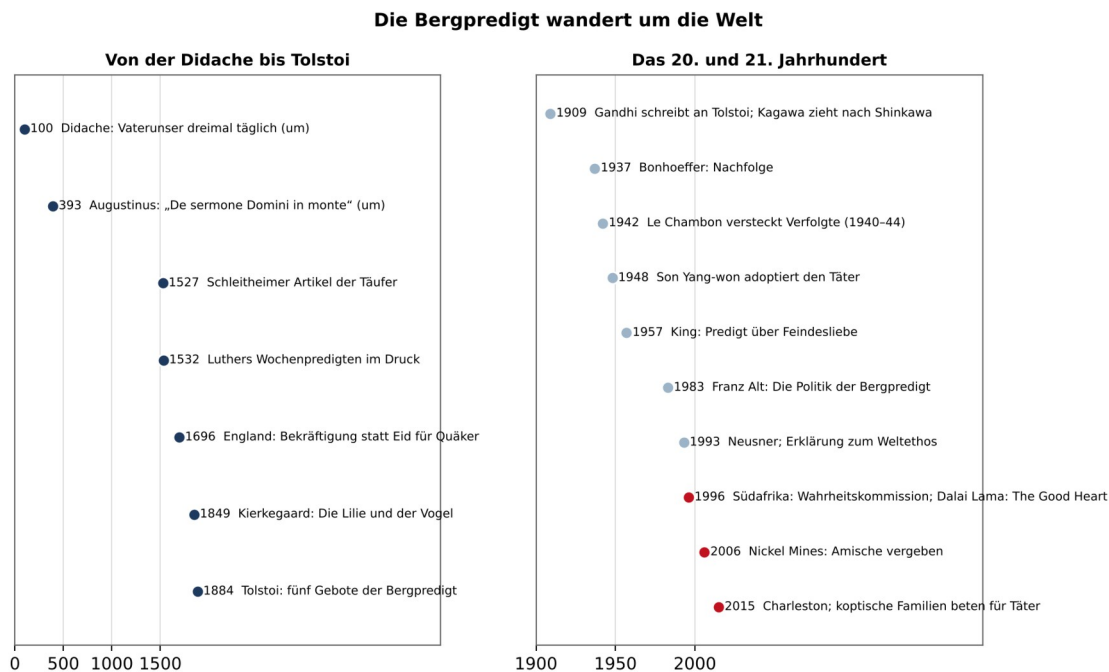


Abb. 17: Die Bergpredigt wandert um die Welt – ausgewählte Stationen ihrer Wirkung in Auslegung und Leben. Datenquelle: eigene Zusammenstellung nach den Fußnoten dieser Abhandlung.

Was folgt aus alledem? Die Bergpredigt ist kein Gesetzbuch für Staaten. Jesus sprach zu einer Gemeinschaft von Jüngern, nicht zu einem Senat. Doch sie wirkt in die Politik hinein, und zwar über Menschen. Sie wirkte durch Ghaffar Khans Diener Gottes und Gbowees weiße Frauen. Sie wirkte durch die Beter von Leipzig und Tutus Kommission (Abschnitt 1.1).

Sie stellt Regierenden eine unbequeme Frage. Gibt es eine dritte Antwort jenseits von Rache und Ohnmacht? Und sie erinnert daran, dass Macht dienen soll. Vielleicht kann man mit der Bergpredigt allein nicht regieren. Aber man sollte nie gegen sie regieren.

Entdeckerauftrag: Suchen Sie in den Nachrichten dieser Woche einen Konflikt. Fragen Sie: Wie sähe hier eine dritte Antwort aus? Schreiben Sie sie auf, und sei es nur für sich selbst.

Schluss: Die andere Wange ist keine Schwäche

Am Anfang dieser Abhandlung stand ein kleines Bild aus einer alten Zeitschrift. Es zeigt einen Tierkopf, der mal Ente, mal Hase ist. Die Linien bleiben dieselben, nur der Blick springt um. Mit der Bergpredigt geht es vielen ganz ähnlich. Ihre Worte sind seit zweitausend Jahren gleich. Doch wer sie mit frischen Augen liest, entdeckt ein anderes Bild.

Nehmen wir den Satz, der diesem Buch den Titel gab. „Die andere Wange hinhalten“ klang für viele nach Schwäche. Es klang nach Fußabtreter, nach Feigheit, nach weltfremder Frömmigkeit. Wer genauer hinsah, entdeckte etwas anderes. Er entdeckte eine Würde, die sich nicht brechen lässt. Er entdeckte Mut, der nicht zurückschlägt und doch nicht wegläuft.

Die Leitfrage lautete: Was entdeckt, wer die Bergpredigt mit frischen Augen liest? Und wie verändert diese Entdeckung das Leben von Menschen in aller Welt? Die Antwort lässt sich in fünf Schritten zusammenfassen.

Erstens: Jesus schafft das Gesetz nicht ab, er gräbt darunter. Zorn, Blick, Wort, Vergeltung und Feindschaft fasst er an der Wurzel an. Aus der Begrenzung der Rache wird eine dritte Antwort. Und aus dieser Antwort spricht Würde (Kapitel 1).

Zweitens: Frömmigkeit braucht keine Bühne. Verborgenes Geben, ehrliches Beten, tägliches Vergeben und unsichtbares Fasten befreien. Sie befreien von der Tyrannei fremder Blicke. Juden, Muslime und Christen in aller Welt kennen diese Weisheit (Kapitel 2).

Drittens: Wo der Schatz ist, folgt das Herz. Großzügigkeit wächst nicht mit dem Kontostand. Und die meisten Sorgen treffen nie ein. Wer zuerst nach Gottes Reich fragt, verliert nichts. Er gewinnt die richtige Reihenfolge (Kapitel 3).

Viertens: Wer richtet, übersieht den Balken im eigenen Auge. Wer bittet, wird beschenkt, wenn auch nicht immer wie gewünscht. Und die Goldene Regel verbindet die Kulturen der Welt. Bei Jesus wird sie zum Auftrag, aktiv Gutes zu tun (Kapitel 4).

Fünftens: Am Ende zählt das Fundament. Hören allein trägt nicht, erst das Tun macht ein Leben sturmfest. Und die Bergpredigt wirkt bis in die Politik hinein. Sie wirkt durch Menschen, die mit ihr Ernst gemacht haben (Kapitel 5).

Damit ist auch der Titel erklärt. Die andere Wange ist keine Schwäche. Sie ist die Stärke von Menschen, die sich nichts diktieren lassen. Wir haben solche Menschen kennengelernt. Da war ein Pfarrer in Le Chambon. Da war ein Konsul in Kaunas. Da waren paschtunische Muslime in Peshawar und liberianische Frauen in Weiß. Und sie ist die Stärke der Beter von Leipzig.

Fünf Entdeckungen für den Alltag

Nr.	Entdeckung	Erster Schritt	Abschnitt
1	Versöhnung vor dem Gottesdienst	Einen Menschen anrufen, mit dem etwas offen ist	1.1
2	Die dritte Antwort	In einem Konflikt weder fliehen noch zurückschlagen	1.4
3	Geben ohne Publikum	Eine gute Tat, von der niemand erfährt	2.1
4	Vertrauen in Tagesrationen	Sorgen aufschreiben und nach vier Wochen prüfen	3.4
5	Fragen statt richten	Bei Kritik zuerst vom eigenen Anteil sprechen	4.2

Ein Vorschlag für Gemeinden, Hauskreise und Familien

Diese Abhandlung ist aus einer Predigtreihe mit zwanzig Predigten entstanden. Wer sie in kleiner Runde vertiefen will, kann das gut tun. Fünf Treffen genügen, eines für jedes Kapitel.

- **Treffen 1 – Das Gesetz neu buchstabieren:** Jeder erzählt von einer „dritten Antwort“. Danach lesen alle gemeinsam Matthäus 5,21–48.
- **Treffen 2 – Frömmigkeit ohne Bühne:** Die Runde betet das Vaterunser langsam. Nach jeder Bitte folgt eine Minute Stille. Danach fragt man: Welche Bitte fällt mir am schwersten?
- **Treffen 3 – Herz und Schatz:** Ehrlich reden über Geld, Bildschirme und Sorgen. Wer mag, beginnt ein Sorgentagebuch für vier Wochen.
- **Treffen 4 – Urteilen, bitten, behandeln:** Die Gruppe lädt Gäste anderer Religionen ein. Alle erzählen von ihrer Form der Goldenen Regel.
- **Treffen 5 – Worauf wir bauen:** Die Runde blickt auf die Entdeckeraufträge zurück. Was ist gewachsen, und was soll bleiben? Zum Schluss verabredet man eine gemeinsame Tat.

Ein letztes Wort

Ein Kippbild hat eine merkwürdige Eigenschaft. Wer den Hasen einmal sah, sieht die Ente nie mehr wie vorher. Das zweite Bild bleibt im Hintergrund, auch wenn man wegschaut.

Vielleicht geht es Lesern der Bergpredigt ganz ähnlich. Man kann die Feindesliebe für weltfremd halten. Und doch erinnert man sich an Son Yang-won (Abschnitt 1.5). Er nahm den Mörder seiner Söhne als Sohn an. Man kann das Nicht-Sorgen für naiv halten. Doch die meisten Sorgen treffen nie ein (Abschnitt 3.4). Man kann die andere Wange für Schwäche halten. Und doch hört man ihr Echo von Galiläa bis Leipzig.

Jesus schließt mit dem Bild vom Haus auf dem Felsen. Ein Fundament wird nicht an einem Tag gegossen. Es wächst Woche für Woche, Schritt für Schritt. Beginnen Sie deshalb mit einem einzigen Entdeckerauftrag. Rufen Sie den Menschen an, mit dem etwas offen ist. Geben Sie etwas, ohne davon zu erzählen. Schreiben Sie Ihre Sorgen auf.

Und dann lesen Sie die drei Kapitel noch einmal. Sie werden ein anderes Bild sehen. „Ich aber sage euch“ ist nicht das Ende eines Gesprächs. Es ist sein Anfang.

Bibliographie

Alt, Franz: *Frieden ist möglich. Die Politik der Bergpredigt*. München: Piper 1983. Nur Print.

Barr, James: 'Abbā Isn't 'Daddy'. In: *Journal of Theological Studies* 39 (1988), Nr. 1, S. 28–47. DOI: 10.1093/jts/39.1.28.

Bethge, Eberhard: *Dietrich Bonhoeffer. Theologe – Christ – Zeitgenosse*. München: Chr. Kaiser 1967. Nur Print.

Bonhoeffer, Dietrich: *Nachfolge*. München: Chr. Kaiser 1937. Nur Print.

Buber, Martin: *Ich und Du*. Leipzig: Insel 1923. Nur Print.

Bushman, Brad J.: Does Venting Anger Feed or Extinguish the Flame? Catharsis, Rumination, Distraction, Anger, and Aggressive Responding [Nährt oder löscht das Abreagieren von Wut die Flamme?]. In: *Personality and Social Psychology Bulletin* 28 (2002), Nr. 6, S. 724–731. DOI: 10.1177/0146167202289002.

Chenoweth, Erica / Stephan, Maria J.: *Why Civil Resistance Works. The Strategic Logic of Nonviolent Conflict* [Warum ziviler Widerstand wirkt]. New York: Columbia University Press 2011. Nur Print.

Dalai Lama: *The Good Heart. A Buddhist Perspective on the Teachings of Jesus* [Das gute Herz. Eine buddhistische Sicht der Lehren Jesu]. Boston: Wisdom Publications 1996. Nur Print.

Darley, John M. / Batson, C. Daniel: „From Jerusalem to Jericho“: A Study of Situational and Dispositional Variables in Helping Behavior [„Von Jerusalem nach Jericho“: Situative und persönliche Faktoren beim Hilfeverhalten]. In: *Journal of Personality and Social Psychology* 27 (1973), Nr. 1, S. 100–108. DOI: 10.1037/h0034449.

Gandhi, Mohandas K.: *An Autobiography or The Story of My Experiments with Truth* [dt. *Eine Autobiographie oder Die Geschichte meiner Experimente mit der Wahrheit*]. Übers. Mahadev Desai. Ahmedabad: Navajivan 1927–1929. Nur Print.

Hallie, Philip P.: *Lest Innocent Blood Be Shed. The Story of the Village of Le Chambon and How Goodness Happened There* [Damit kein unschuldiges Blut vergossen werde]. New York: Harper & Row 1979. Nur Print.

Ilibagiza, Immaculée (mit Steve Erwin): *Left to Tell. Discovering God Amidst the Rwandan Holocaust* [dt. *Aschenblüte*]. Carlsbad: Hay House 2006. Nur Print.

Jones, Edward E. / Harris, Victor A.: The Attribution of Attitudes [Die Zuschreibung von Einstellungen]. In: *Journal of Experimental Social Psychology* 3 (1967), Nr. 1, S. 1–24. DOI: 10.1016/0022-1031(67)90034-0.

Kahneman, Daniel / Deaton, Angus: High income improves evaluation of life but not emotional well-being [Hohes Einkommen verbessert die Lebensbewertung, aber nicht das emotionale Wohlbefinden]. In: *Proceedings of the National Academy of Sciences* 107 (2010), Nr. 38, S. 16489–16493. DOI: 10.1073/pnas.1011492107.

Kant, Immanuel: *Grundlegung zur Metaphysik der Sitten*. Riga: Johann Friedrich Hartknoch 1785. Nur Print; Akademie-Ausgabe Bd. IV, Berlin 1903; Volltext gemeinfrei.

Kierkegaard, Søren: *Lilien paa Marken og Fuglen under Himlen. Tre gudelige Taler* [Die Lilie auf dem Felde und der Vogel unter dem Himmel. Drei gottesfürchtige Reden]. Kopenhagen: C. A. Reitzel 1849. Nur Print.

Killingsworth, Matthew A. / Kahneman, Daniel / Mellers, Barbara: Income and emotional well-being: A conflict resolved [Einkommen und emotionales Wohlbefinden: ein beigelegter Konflikt]. In: *Proceedings of the National Academy of Sciences* 120 (2023), Nr. 10, e2208661120. DOI: 10.1073/pnas.2208661120.

Killingsworth, Matthew A.: Experienced well-being rises with income, even above \$75,000 per year [Erlebtes Wohlbefinden steigt mit dem Einkommen, auch über 75.000 Dollar im Jahr]. In: *Proceedings of the National Academy of Sciences* 118 (2021), Nr. 4, e2016976118. DOI: 10.1073/pnas.2016976118.

King, Martin Luther, Jr.: *Strength to Love* [dt. *Kraft zum Lieben*]. New York: Harper & Row 1963. Nur Print.

Kjærviik, Sophie L. / Bushman, Brad J.: A meta-analytic review of anger management activities that increase or decrease arousal: What fuels or douses rage? [Metaanalyse zu

- Aktivitäten, die Erregung steigern oder senken]. In: *Clinical Psychology Review* (2024). DOI: 10.1016/j.cpr.2024.102414.
- Krasnova, Hanna / Wenninger, Helena / Widjaja, Thomas / Buxmann, Peter: Envy on Facebook: A Hidden Threat to Users' Life Satisfaction? [Neid auf Facebook: eine verborgene Gefahr für die Lebenszufriedenheit?]. In: *Wirtschaftsinformatik Proceedings 2013*, Beitrag 92. <https://aisel.aisnet.org/wi2013/92>
- Kraybill, Donald B. / Nolt, Steven M. / Weaver-Zercher, David L.: *Amish Grace. How Forgiveness Transcended Tragedy* [Amische Gnade. Wie Vergebung die Tragödie überwand]. San Francisco: Jossey-Bass 2007. Nur Print.
- LaFreniere, Lucas S. / Newman, Michelle G.: Exposing Worry's Deceit: Percentage of Untrue Worries in Generalized Anxiety Disorder Treatment [Die Täuschung der Sorge entlarven: Anteil unzutreffender Sorgen in der Behandlung der generalisierten Angststörung]. In: *Behavior Therapy* 51 (2020), Nr. 3, S. 413–423. DOI: 10.1016/j.beth.2019.07.003.
- Lapide, Pinchas: *Die Bergpredigt – Utopie oder Programm?* Mainz: Matthias-Grünwald-Verlag 1982. Nur Print.
- Luther, Martin: *Deudsch Catechismus* [Großer Katechismus]. Wittenberg: Georg Rhau 1529. Volltext (modernisiert): <https://projekt-gutenberg.org/authors/martin-luther/books/der-grosse-katechismus/>
- Mazar, Nina / Amir, On / Ariely, Dan: The Dishonesty of Honest People: A Theory of Self-Concept Maintenance [Die Unehrlichkeit ehrlicher Menschen]. In: *Journal of Marketing Research* 45 (2008), Nr. 6, S. 633–644. DOI: 10.1509/jmkr.45.6.633.
- Morris, Michael W. / Peng, Kaiping: Culture and Cause: American and Chinese Attributions for Social and Physical Events [Kultur und Ursache: Amerikanische und chinesische Zuschreibungen]. In: *Journal of Personality and Social Psychology* 67 (1994), Nr. 6, S. 949–971. DOI: 10.1037/0022-3514.67.6.949.
- Neusner, Jacob: *A Rabbi Talks with Jesus* [Ein Rabbi spricht mit Jesus]. New York: Doubleday 1993; Neuausgabe Montreal: McGill-Queen's University Press 2000. Nur Print.
- Przybylski, Andrew K. / Murayama, Kou / DeHaan, Cody R. / Gladwell, Valerie: Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out [Motivationale, emotionale und verhaltensbezogene Korrelate der Angst, etwas zu verpassen]. In: *Computers in Human Behavior* 29 (2013), Nr. 4, S. 1841–1848. DOI: 10.1016/j.chb.2013.02.014.
- Ross, Lee: The Intuitive Psychologist and His Shortcomings: Distortions in the Attribution Process [Der intuitive Psychologe und seine Schwächen]. In: Berkowitz, Leonard (Hg.): *Advances in Experimental Social Psychology*, Bd. 10. New York: Academic Press 1977, S. 173–220. Nur Print.
- Schloemann, Martin: *Luthers Apfelbäumchen? Ein Kapitel deutscher Mentalitätsgeschichte seit dem Zweiten Weltkrieg*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht 1994. Nur Print.
- Seneca, Lucius Annaeus: *Epistulae morales ad Lucilium* [Moralische Briefe an Lucilius], Brief 13. Entstanden um 62–65 n. Chr. Nur Print (zahlreiche Ausgaben).

Shaw, George Bernard: *Man and Superman. A Comedy and a Philosophy* [Mensch und Übermensch], Anhang „Maxims for Revolutionists“. London: Constable 1903. Volltext gemeinfrei: <https://www.gutenberg.org/ebooks/26107>

Shu, Lisa L. / Mazar, Nina / Gino, Francesca / Ariely, Dan / Bazerman, Max H.: Signing at the beginning makes ethics salient and decreases dishonest self-reports in comparison to signing at the end [Eine Unterschrift am Anfang rückt Ethik ins Bewusstsein]. In: *Proceedings of the National Academy of Sciences* 109 (2012), Nr. 38, S. 15197–15200. DOI: 10.1073/pnas.1209746109 (2021 zurückgezogen).

Thorndike, Edward L.: A Constant Error in Psychological Ratings [Ein beständiger Fehler bei psychologischen Beurteilungen]. In: *Journal of Applied Psychology* 4 (1920), Nr. 1, S. 25–29. DOI: 10.1037/h0071663.

Tolstoi, Leo: *V čěm moja vera?* [Worin besteht mein Glaube?; engl. *What I Believe / My Religion*]. Erstdruck 1884. Volltext engl.: <https://www.marxists.org/archive/tolstoy/1884/my-religion/>

Tutu, Desmond: *No Future Without Forgiveness* [dt. *Keine Zukunft ohne Versöhnung*]. New York: Doubleday 1999. Nur Print.

Verschuere, Bruno / Meijer, Ewout H. / Jim, Ariane u. a.: Registered Replication Report on Mazar, Amir, and Ariely (2008) [Registrierter Replikationsbericht]. In: *Advances in Methods and Practices in Psychological Science* 1 (2018), Nr. 3, S. 299–317. DOI: 10.1177/2515245918781032.

Wade, Nathaniel G. / Hoyt, William T. / Kidwell, Julia E. M. / Worthington, Everett L., Jr.: Efficacy of Psychotherapeutic Interventions to Promote Forgiveness: A Meta-Analysis [Wirksamkeit psychotherapeutischer Interventionen zur Förderung von Vergebung: eine Metaanalyse]. In: *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 82 (2014), Nr. 1, S. 154–170. DOI: 10.1037/a0035268.

Wink, Walter: *Engaging the Powers. Discernment and Resistance in a World of Domination* [dt. *Verwandlung der Mächte*]. Minneapolis: Fortress Press 1992. Nur Print.

Bibelzitate nach der Lutherbibel, revidiert 2017, © 2016 Deutsche Bibelgesellschaft, Stuttgart.