

Gedanken zum Monatsspruch Februar 2022 von Gottfried Posch

Zürnt ihr, so sündigt nicht: Lasst die Sonne nicht über euerm Zorn untergehen.

So lautet der Monatsspruch für Februar. Er steht im Brief des Apostels Paulus an die Epheser im 4. Kapitel, Vers 26.

Er beschreibt in diesem Abschnitt, wie sie als Christen leben sollen. Ihr früheres Leben war ja bekanntlich von anderen Werten, Verhaltensweisen bestimmt und so schreibt er ihnen: Ihr seid nun zu neuen Menschen geworden, die Gott selbst nach seinem Bild geschaffen hat. Jeder soll erkennen, dass ihr jetzt zu Gott gehört und so lebt, wie es ihm gefällt. Belügt einander also nicht länger, sondern sagt die Wahrheit. Wir sind doch als Christen die Glieder eines Leibes, der Gemeinde von Jesus. Wenn ihr zornig seid, dann ladet nicht Schuld auf euch, indem ihr unversöhnlich bleibt. Lasst die Sonne nicht untergehen, ohne dass ihr einander vergeben habt. Gebt dem Teufel keine Gelegenheit, Unfrieden zu stiften. Wer bisher von Diebstahl lebte, der soll sich jetzt eine ehrliche Arbeit suchen, damit er auch noch Notleidenden helfen kann. Redet nicht schlecht voneinander, sondern habt ein gutes Wort für jeden, der es braucht. Was ihr sagt, soll hilfreich und ermutigend sein, eine Wohltat für alle. Tut nichts, was den Heiligen Geist traurig macht. Als Gott ihn euch schenkte, hat er euch sein Siegel aufgedrückt. Er ist doch euer Bürge dafür, dass der Tag der Erlösung kommt. Mit Bitterkeit, Wutausbrüchen und Zorn sollt ihr nichts mehr zu tun haben. Schreit einander nicht an, redet nicht schlecht über andere und vermeidet jede Feindseligkeit. Seid vielmehr freundlich und barmherzig und vergebt einander, so wie Gott euch durch Jesus Christus vergeben hat. (Bibelübersetzung: Hoffnung für alle)

Na so was. Wenn mich einer fragen würde wie Christen leben sollen, was sie besonders auszeichnet bzw. nachahmenswert macht, dann hätte ich mit diesen Ermahnungen, bzw. Aufforderungen des Apostels Paulus eine ganz tolle der heutigen Zeit entsprechende Antwort.

Zürnt ihr, so sündigt nicht. So heißt es in unserm Monatsspruch. Schon Paulus weiß: Zorn kann über einen kommen und die Wut kann einen packen. Dass sich dies nicht völlig vermeiden lässt, setzt er offenbar voraus. Aber wenn der Zorn eintritt, einen gepackt hat, dann muss man aufpassen, damit man nicht sündigt, indem man sich über Gottes Gebote – auch das der Nächstenliebe und Feindesliebe- hinwegsetzt. Denn dann geht es ganz schnell. Vergessen ist alles Gute, längst schon vergessene Negativbilder nehmen überhand und bestimmen das Reden und Handeln. Ein böses Wort wechselt das Andere, gewalttätige Handlungen sind nicht ausgeschlossen. Die eigenen im Hinterkopf gespeicherten Schlechtigkeiten der Mitmenschen geben dem vom Zorn gepackten scheinbar die Berechtigung Böses mit Bösem zu vergelten und einem eins auszuwischen.

Spätestens dann, wenn das heiße zornige Gefühl langsam aufsteigt, der Puls und der Atem schneller geht, das Gesicht sich vor Zorn rötet und man kurz vorm Explodieren, bzw. Ausrasten ist, tief durchatmen und daran denken, dass wir alle davon leben, dass nicht der Zorn, sondern die Vergebung das letzte Wort hat. Und das soll laut Paulus spätestens bis zum Sonnenuntergang geschehen. Seine Begründung: Um dem Teufel, dem Unruhestifter, dem Auseinanderbringer, dem Gemeinschaftszerstörer keine Gelegenheit zu geben, sein böswilliges Werk an uns zu beginnen. Denn festgehaltener Zorn gibt den bösen Mächten Raum. Das schlechte Denken über den anderen macht mich selbst schlecht. Ich kann mich nicht mehr freuen. Ich sehe das Gute um mich herum nicht mehr. Manche Leute kriegen Magengeschwüre, weil sie über lange Zeit Zorn und Ärger mit sich

tragen. Je länger man mit der Aussöhnung wartet, desto schwieriger wird es. Was mit Kleinigkeiten begann, wird zu einer grundsätzlichen Angelegenheit. Aus einem unbedachten Wort, das leicht zu korrigieren gewesen wäre, wird eine tiefe Feindschaft.

Noch etwas: Der andere hat ein Recht zu hören, was mich zornig gemacht hat, und er hat ein Recht auf eine Entschuldigung, wenn ich zu weit gegangen bin. Und das am besten noch am selben Tag, so heißt es hier. Nicht immer wird es uns aber gelingen, schon am gleichen Tag die Sache zu besprechen, auch wenn es für unsere Seele empfehlenswert wäre. Doch wir sollten auf jeden Fall zu einem späteren Zeitpunkt das Gespräch suchen, um in Ruhe über den aufgetretenen Ärger zu sprechen. „Wenn du etwas gegen einen anderen hast, dann trage deinen Groll nicht mit dir herum. Rede offen mit ihm darüber.“ (3. Mose 19,17)

Und wenn mein Gegenüber sich nicht mit mir versöhnen will bzw. noch nicht für eine Versöhnung bereit ist, dann muss ich dies akzeptieren. Spätestens dann sollte ich in dieser Situation Gott mit einbeziehen und ihm alles im Gebet darlegen. Denn er kann meinen Zorn besänftigen und mich vergebungsbereit machen. Und das wünsche ich Dir und mir, wenn wir einmal wütend oder zornig werden.