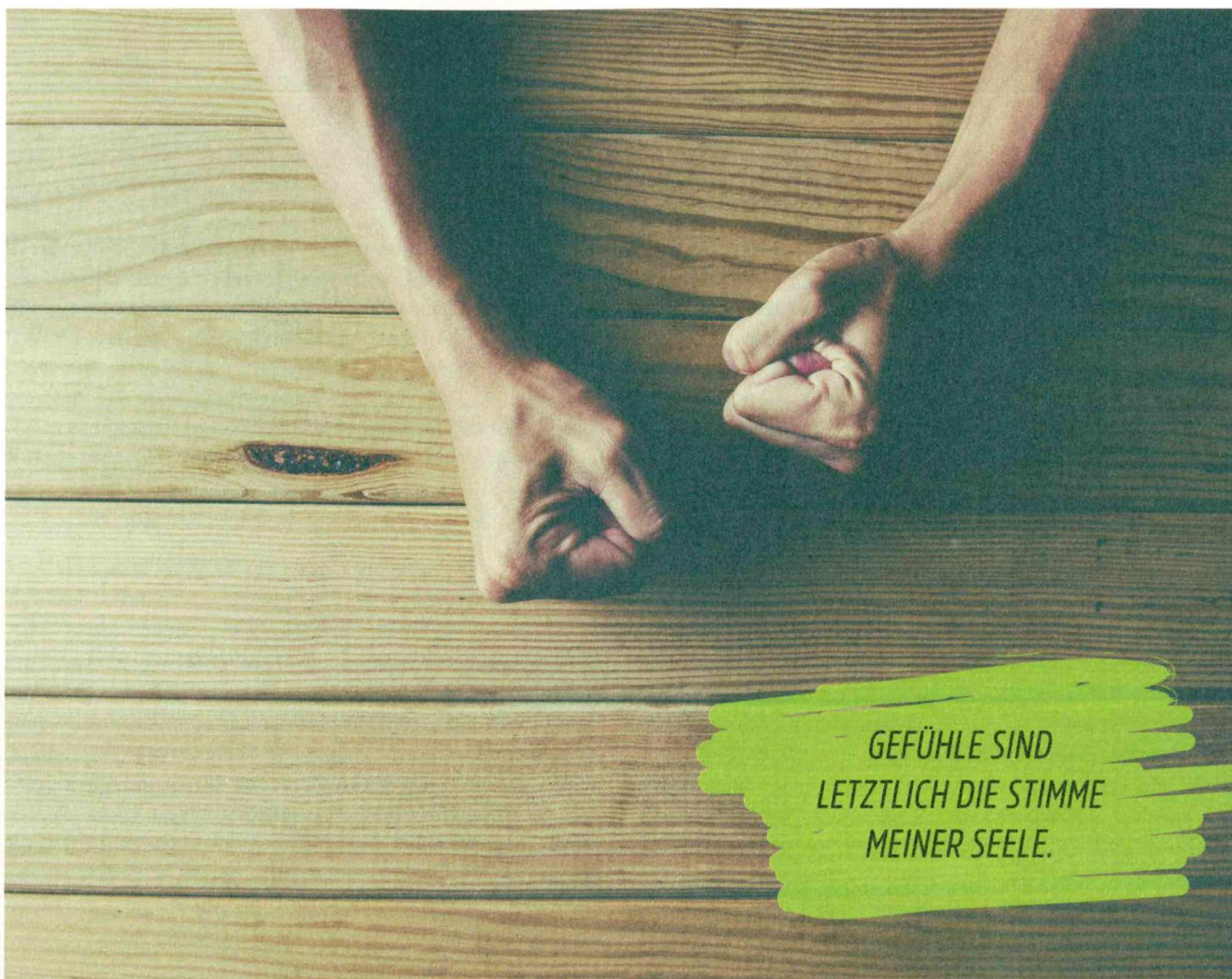




GEFÜHLE SIND
LETZTLICH DIE STIMME
MEINER SEELE.

Mörderische Gefühle

Warum Kain nicht chancenlos war.

2

▶ = 30 MINUTEN ● = 1 STUNDE ⊙ = 1,5-2 STUNDEN

▶ ● ⊙ **THEMA:**

Das Opfer seines Bruders Abel kommt bei Gott prima an. Das von Kain dagegen nicht. Warum? Gott gibt keine Begründung, aber Tipps in Sachen „Ärgermanagement“.

⊙ **EISBRECHER:**

2017 wird in den Kinos ein Remake des Selbstjustiz-Thrillers „Ein Mann sieht rot“ gezeigt werden. Das Leben des Familienvaters Paul Kersey (Bruce Willis) wird erschüttert, als seine Frau und seine Tochter einem brutalen Verbrechen zum

Opfer fallen. Weil die Polizei die Täter nicht zur Strecke bringen kann, nimmt er das Gesetz selbst in die Hand und macht erbarmungslos Jagd auf die Übeltäter ... Würdet ihr euch diesen Film über einen Rachefeldzug ansehen oder nicht? Warum?

▶ ● ⊙ **BIBELSTELLE:**

Lesen Sie 1. Mose 4,1-12.

2

●●● PERSÖNLICHE FRAGEN:

●●● Stellen Sie sich Ihre Wut wie einen Suppentopf vor, in den Sie verschiedene „Zutaten“ hineinwerfen. Wenn Sie alle Personen und Themen, die Sie persönlich wütend machen, auf einem Blatt Papier in den Wuttopf schreiben, was fällt Ihnen ein?

●●● In welcher Situation haben Sie (mit)erlebt, wie ein „Tropfen“ das Fass zum Überlaufen gebracht hat und jemand seiner Wut freien Lauf gelassen hat? Was war der Auslöser, was die vermutlichen Ursachen der angestauten Wut?

●●● Auf einer Skala von 1 bis 10: Wie viel Verständnis haben Sie für das Verhalten von Kain? (1 = keins, 10 = sehr viel).

KEINS 1-2-3-4-5-6-7-8-9-10 SEHR VIEL

●●● ÜBERSICHT GEWINNEN:

●●● Wie viel Verständnis haben Sie für das Verhalten von Kain? Vergleichen Sie Ihre Angaben in der Skala.

●●● Achten Sie auf Körpersprache? Wäre Ihnen als „Abel“ aufgefallen, dass Kain seinen Blick senkt und wütend ist?

●●● Wie beeinflussbar ist Ihrer Erfahrung nach ein wütender Mensch? Denken Sie, dass Warnungen und strenge Strafen Menschen von Gewalt abhalten, wenn sie sehr wütend sind, oder eher nicht?

●●● In Vers 7 warnt Gott Kain davor, dass die Sünde vor

der Tür seines Herzens lauert. Würden Sie sagen, dass Zorn Sünde ist? Kann Wut auch hilfreich sein? Wie lebensnah finden Sie den Rat: „Zürnt Ihr, so sündigt nicht, lasst die Sonne nicht über euren Zorn untergehen.“ (Epheser 4,26)? Wie könnte das gelingen: „Du musst Herr über sie [die Sünde] sein!“?

●●● Der eine wird befördert, der andere nicht. Würde es im Umgang mit dem eigenen Ärger wirklich helfen, die genauen Gründe der Bevorzugung zu kennen? Warum verriet der Bibeltext nicht den Grund dafür, dass Gott die Opfer unterschiedlich ansieht?

●●● TIEFER BOHREN:

●●● Wie reagieren Sie, wenn ein anderer intelligenter ist? Begabter? Erfolgreicher? Beliebter? Wenn der Bruder besser bei den Frauen ankommt? Wenn die Schwester attraktiver ist? Wenn der andere reicher ist?

●●● „Warum bist du zornig?“ (V. 6)? – Wie müsste Kain diese Frage beantworten, um seine Wut loszulassen?

●●● Astrid Eichler schreibt: „Gefühle sind letztlich die Stimme meiner Seele. Sie haben zuerst mir selbst etwas zu sagen ... Schmerzliche, aggressive Gefühle sind wie Fieber meiner Seele. Sie weisen auf etwas hin, womit ich mich auseinandersetzen muss. Sie sind wie ein Signal ... Dabei sagen sie mir aber noch nichts über die Ursache.“ Welchen Umgang mit negativen Gefühlen haben Sie gelernt? Welche Erfahrungen

haben Sie mit dieser Strategie gemacht?

●●● Gefühle können sich wie ein Wasserball entwickeln, der unter Wasser gedrückt wird, er will nach oben, wird aber mit Gewalt nach unten gehalten. Irgendwann gelingt das nicht mehr, sondern er springt hoch. Was kann helfen, dosiert Luft abzulassen?

●●● Was hilft zu einem guten Management der Emotionen, auch der aggressiven? Was kann verhindern, dass aus Gefühlen zerstörerische Worte und Taten werden? Welche „Oasenmomente“ könnten die Perspektive verändern?

●●● Wie reagieren Sie auf Menschen, die sehr unbeherrscht ihre Aggressionen nach außen tragen? Welches Beispiel haben Sie vor Augen, bei dem es gelungen ist, jemanden zu beruhigen?

●●● IMPULS:

„Die Geschichte von Kain ist eine von einem Gebet, das nicht gebetet wird! Hätte Kain seine Wut in ein Klagegebet gegen Gott gerichtet, hätte er einen Ausweg gefunden. Stattdessen hat er Gott den Rücken zugekehrt und ist aufs Kampffeld gegangen, wo er seinen Gegner auslöschte. Damit dachte er seinen Ärger zu töten. Was für eine scheinbar einfache Lösung und zugleich zerstörerische Illusion.“ (Michael Rohde)

●●● Welche Erfahrungen haben Sie mit Klagegebeten gemacht?

●●● PARALLEL: LESEN SIE EPHESE 4,25-32.

●●● Welche Hinweise zum Thema Ärgermanagement finden Sie bei Paulus?

●●● ABSCHLUSS:

Formulieren Sie für sich: „Wenn ich das nächste Mal richtig wütend bin, möchte ich

“



HINTERGRÜNDE UND ERKLÄRUNGEN:

Die Geschichte von Kain

Die meisten Tatort-Krimis fokussieren sich ganz auf den Täter. Das Opfer bleibt stumm. In 1. Mose 4 wird von Abel kein Sterbenswörtchen überliefert. Der hebräische Name bedeutet sogar „Hauch“. Nachdem Abel sein Leben ausgehaucht hat, schreit sein Blut zum Himmel als Unrecht.

Kain und Abel sind ungleiche Brüder. Sie sind beide da, am gleichen Ort – und keiner hat sich das ausgesucht oder gewünscht. Kain ist der Erste. Und schon der Name des Kindes drückt die Gefühle der Mutter bei der Geburt aus – als Kain geboren wurde, jubelte die Mutter: „Ich habe einen Mann gewonnen mit Hilfe des Herrn.“ Wie einen Hauptgewinn feiert die Mutter ihre Erstgeburt. Warum sollte das auch anders sein – die Geburt des ersten Kindes verändert eine Familie wie kaum ein Ereignis davor. Wohnung, Haushalt, Beruf, Freizeit, Finanzen müssen grundlegend umgestellt werden. Stolz feiern Eltern die Geburt ihres Ersten ... Damals hatte der Erste sogar besondere Rechte. Schon immer bekommt man als Erster häufig von seinen Eltern etwas von dem Gefühl vermittelt, ungleich bedeutender zu sein als alle anderen. Kain kann nichts dafür, die Nr. 1 zu sein – er ist es. Abel ist der zweite Wurf, und so bekommt Abel einen ungewollten Zweitnamen – „sein Bruder“. Abel wird durch Kain definiert. Die biblische Geschichte handelt daher nicht von Kain und Abel, sondern von Kain. Kain und sein Umgang mit seinem Bruder, seinem Mitmenschen, seinem Rivalen und mit seiner Wut.

Abel wird Schafhirte. Kain wird Ackerbauer. Unterschiedliche Berufe. Unterschiedliche Lebenswege deuten sich hier an. Schafhirten und Ackerbauer könnten die perfekte Ergänzung füreinander sein. Nomaden und Sesshafte – beide könnten zum beiderseitigen Vorteil ihr Leben führen. Woran liegt es, dass es nicht zu einer Win-win-Konstellation kommt? Kain übernimmt die Initiative und bringt Gott ein Opfer – und zwar aus seiner Lebenswelt, von den Früchten seines Feldes, vom Ergebnis seiner Hände Arbeit.

Zwei Opfer, unterschiedliche Ergebnisse

Abel opfert entsprechend von seiner Schafherde. Zwei ungleiche Brüder, beide tun dasselbe, aber ihnen geschieht nicht dasselbe. Gott sieht Abel und sein Opfer an, Kain und sein Opfer sieht er nicht an. Wir erfahren nur das Notwendigste, nicht mehr. Woran Kain das merkt, dass Gott sein Opfer nicht ansieht – erfahren wir nicht. Warum Gott die beiden Brüder unterschiedlich behandelt – erfahren wir nicht. Entscheidend ist, wie der eine damit umgeht, wenn er den Eindruck hat, dass es dem anderen besser geht, er gesegneter ist.

Im Neuen Testament wird Abel als Typus des Gerechten angesehen (Mt 23,35), dessen Opfer aus Glauben geschieht (Hebr 11,4). In der alttestamentlichen Erzählung ist das Kain verborgen, er muss mit seiner Eifersucht auf den Bruder umgehen. Was macht er mit seinem Zorn? Gott spricht Kain ins Gewissen. Die Gebote und Mahnungen der Bibel sind auch eine Würdigung, sie können Orientierung geben. Denn jeder Mensch erlebt vermutlich mal schwierige Situationen wie Kain, in denen der Eindruck entsteht, dass man zu kurz kommt. Wer sich benachteiligt fühlt, wird neidisch auf den, der bevorzugt wird, und Verbitterung kann sich breit machen.

Gott bleibt in Kontakt

Ein Mord ist mehr als ein Ausraster. Gott verharmlost die Sünde nicht, aber er bleibt in Kontakt mit jedem Sünder. Gott fragt Kain: „Wo ist dein Bruder Abel?“ Nachdem Kain das Problem aus der Welt geschafft hatte, wird er nach seinem Bruder und Mitmenschen gefragt. Die Lüge Kains und die Gegenfrage „Soll ich der Hüter meines Bruders sein?“ ist nicht nur ein Wortspiel zum Schafe-Hüter Abel. Auch der Mord kann die Beziehung nicht beenden, sie ragt über den Tod hinaus, denn Gott fragt jeden nach seiner Mitverantwortung für das Ergehen seiner Mitmenschen, gerade derjenigen, die einen auf die Palme bringen. Wer jede Mitverantwortung für das Ergehen seines Mitmenschen kalt zurückweist, bringt die Beziehung zum Sterben. Kain muss die Konsequenzen seiner Tat tragen. Gott verflucht Kain zu einem anderen Leben – er kann nicht mehr als Ackerbauer leben, sondern muss als rastloser Flüchtling unterwegs sein. Kain hat nicht nur anderen, sondern auch sich Leid zugefügt. Kain muss einsehen, dass die Beziehung zu Gott nicht nur ihn und Gott umfasst, sondern auch die Beziehung zu seinem Bruder. Die Beziehung zu Gott und die Beziehungen zum Mitmenschen sind zwei Seiten einer Medaille – Kain klagt sein Leid: „Mein Vergehen ist zu groß, als dass ich es tragen könnte“

Das Kainsmal

Gott mildert die Konsequenzen, indem er Kain ein Zeichen macht. Wo das Zeichen angebracht war und wie es aussah, ist nicht wichtig, es war erkennbar und es schützte Kain. Gott schützt Kain davor, dass es ihm so ergehen wird wie seinem Opfer Abel. Er ermöglicht Kain das Leben nach der Tat. Kain darf Kinder in die Welt setzen und eine Stadt bauen, Geschichte schreiben – er darf weiter leben!



Dr. Michael Rohde, Pastor der Evangelisch-Freikirchlichen Gemeinde Hannover-Walderseestraße

LITERATUR: Michael Rohde: „Kain und das ausgebliebene Gebet. Anmerkungen zum Verständnis der Figuren, der Opferablehnung und der Sünde von Genesis 4“ in Theologischen Gespräch 1/2009 (Download unter www.hauskreismagazin.net/hkm42)