



DOSSIER:

DAS UNPERFEKTE GUTE LEBEN

Menschen suchen nach einem guten Leben. Streben nach Optimierung und Erfüllung und Erfolg. Jagen nach dem immer nächsten Ziel auf der Liste der „Must-haves“ und „Must-dos“. Was aber ist „gutes Leben“ eigentlich? Wie definiert es sich? Kann es unvollkommen sein und Bild-Störungen enthalten? Und was ist mit meinen Fehlern – und denen von anderen? Nachdenken über das unperfekte gute Leben.



Foto: Rainer Puster / photocase.com



Von Michael Rohde

... wie eine Pralinschachtel

Neun biblische Impulse zum guten Leben

3 15–20

1. Leben heißt sich bewegen

Die erste Schöpfungserzählung der Bibel malt ein Wimmelbild: Am fünften Tag der Schöpfung soll es wimmeln, fliegen und sich regen (1. Mose 1,20-21). Gott segnet dabei die Lebewesen und will, dass sie sich vermehren und das Wasser im Meer und die ganze Erde füllen – in großer Artenvielfalt (1. Mose 1,22.24). Gott ließ es wimmeln, denn Leben heißt sich bewegen!

In welchen Momenten im Leben fühle ich Stillstand und wann Bewegung? Was macht Ihnen Beine?

2. Leben heißt Atmen

Noch gibt es kein Gesträuch, kein Feldkraut, keinen Regen, keinen Ackerbauern, keinen Wasserschwall – so beginnt die zweite Schöpfungserzählung zu erzählen, doch „da bildete JHWH, Gott, den Menschen aus Staub vom Erdboden und blies Lebensatem in seine Nase. So wurde der Mensch ein lebendiges Wesen.“ (1. Mose 2,7). Entscheidend für den von Gott geformten Menschen ist der Atem Gottes. „Er atmet noch“, sagt der Rettungssanitäter im Notfall und stellt die physische Existenz fest. Theologisch atmet der Mensch, weil er von Gott beatmet worden ist. Sekunde für Sekunde atmet der Mensch die Güte Gottes. Achten Sie auf Ihren Atem – und Sie spüren Ihr Leben als Gabe Gottes! In einem guten Rhythmus von Ein- und Ausatmen findet gutes Leben seine Balance.

Wie werden Sie immer wieder von Gott „beatmet“ und was atmen Sie davon aus?

3. Leben heißt Überleben

Gutes Leben bedeutet zunächst Essen und Trinken. Das tägliche Leben im alten Orient bestand darin, für Essen zu sorgen. Allein die Herstellung eines Brotes, vom Mahlen des Mehls mit der Handmühle bis zum Kneten des Teigs bis zum Säuerungsvorgang, beanspruchte fast einen ganzen Tag. „Unser tägliches Brot gib uns heute“ wird so zur ernstgemeinten alltäglichen Bitte. Aus dem Korn gewann man auch schon im 2. Jahrtausend vor Christus Bier. Fleischverzehr war dagegen etwas Besonderes. Leben heißt erstmal Überleben.

„Kinder sind eine Gabe Gottes“ spiegelt eine bittere Realität. Israel erzählt von allen drei Erzmüttern eine dramatische Geschichte: Sara, Rahel und Rebekka sind zunächst unfruchtbar. Die Lebenserwartung betrug bei Männern 30, bei Frauen 40 Jahre, die Kindersterblichkeit war sehr hoch. Leben war gefährdet von Eifersucht, Hungersnot oder Krieg. Es geht um das Überleben der Gruppe, und ohne Gottes Eingreifen gibt es keine Zukunft. Laut UNICEF leidet heute jedes vierte Kind weltweit an chronischer Unterernährung. Für das gute Leben fehlt sauberes Wasser und das tägliche Brot.

Welche Kontakte haben Sie zu Menschen, die „ums Überleben“ kämpfen müssen?

4. Leben heißt Gemeinschaft

Das Leben im Nomadenzelt ist offen – offen für Begegnungen und ein herzliches Willkommen. Orientalische Gastfreundschaft ist großzügig! Wenn ein Orientale Gäste zum Essen einlädt, dann serviert er eine Fülle an verschiedenen Speisen und Leckereien und er rechnet nicht aus, ob er nicht zu viel aufischt. Orientalische Gastfreundschaft bemisst sich bei einem Buffet daran, wie viel übriggeblieben ist: Je mehr übrigbleibt, desto größer war die Gastfreundschaft! Gutes Leben im Alten Testament ist großzügig und verschwenderisch. Abraham hat nur drei Männer zu Besuch, aber er tischt auf, als wäre Gott persönlich zu Besuch gekommen (1. Mose 18,6-8). Der Leser riecht frisches Brot und gegrilltes Rumpsteak und schmeckt, was gutes Leben bedeutet. Leben heißt, in Beziehung stehen. Der Mensch lebt mit anderen und vor und mit Gott. Der Mensch lebt als Teil einer Gemeinschaft, einer Familie und in einer Generationenkette. Als Gott dem Menschen ein Gegenüber schafft – ist das für ihn keine Putzhilfe, sondern eine Hilfe gegen das Alleinsein (1. Mose 2,19-23) und sorgt für den ersten Begeisterungsruf der Schöpfung „Endlich! Jemand, der mir ähnlich ist!“

Wie gelingt es Ihnen, nicht nur Veranstaltungen zu besuchen, sondern Beziehungen zu fördern?

5. Leben heißt Ansehen

Die berühmte Geschichte von Kain und Abel erzählt von zwei Brüdern, die als Jäger und Bauer unterschiedlich leben. Sie könnten sich als Geschwister ideal ergänzen. Tragischer Weise fallen sie in eine tiefe Rivalität zueinander – eine Rivalität um Ansehen. Beide Brüder bringen Gott Dankopfer für ihr Leben, der eine von seinen Feldfrüchten, der andere von seinem Vieh. Das Problem beginnt im Gottesdienst: „Und der HERR sah auf Abel und sein Opfer, aber auf Kain und sein Opfer sah er nicht. Da wurde Kain sehr zornig, und sein Blick senkte sich.“ (1. Mose 4,4-5).

Wenn gutes Leben aus Dankbarkeit gegenüber Gott und seinen Geschwistern besteht – dann lesen wir hier, wie das Leben verrinnt, wenn einer dem anderen nicht mehr in die Augen sehen kann. Kain kann Abel nicht mehr auf Augenhöhe begegnen, da er eifersüchtig auf das Ansehen des anderen geworden ist. Vielleicht ist es auch ungerecht, dass es dem einen besser als dem anderen geht, der eine erfolgreicher und gesegnet erscheint, gerade unter Brüdern ... Aber entscheidend ist dem biblischen Erzähler, wie Kain mit dieser Kränkung seines Ansehens umgeht. Der Gekränkte wird blind vor Wut – Gott warnt ihn, nicht außer sich zu geraten, aber Kain kehrt Gott den Rücken und erschlägt seinen Bruder. Im

Spiegel dieser Anti-Geschichte wird deutlich, wie wichtig Ansehen und Gemeinschaft für das Leben des Menschen mit Gott und dem Mitmenschen ist. Der Mensch lebt auf, wenn er öffentliches Ansehen und Ehre erfährt, wenn sein Gegenüber ihn erkennt.

Wie erleben Sie Wertschätzung und wie steigern Sie das Ansehen anderer?

6. Leben heißt auch Sterben

Der Mensch ist erdverbunden: Gott formt den Erdling (adam) aus Lehm und setzt ihn auf den Erdboden (adamah), damit der Mensch diesen bebaut und am Lebensende wieder zu Staub wird. Der Erdling muss einmal wieder zu Erde werden. Der junge und skeptische Denker des Buches Kohelet betont, dass Tier und Mensch dasselbe Todesschicksal trifft (Koh 3,19-22). Mensch und Tier sind vergänglich. Kohelet predigt eine radikale Diesseitigkeit: Angesichts der Sterblichkeit des Menschen soll er sich keine Hoffnungen auf ein Leben in der Zukunft nach dem Tod machen, sondern sich an seinem irdischen Tun freuen. Leben bedeutet bei Kohelet, mit Freude arbeiten, essen, trinken, als Mann die Gemeinschaft mit einer Frau genießen, den Tag genießen, Carpe diem!

Zur Ehrlichkeit eines guten Lebens gehört anzuerkennen: Das Leben ist begrenzt. Ganz nüchtern betet so Psalm 90: „Unsere Tage zu zählen, das lass uns erkennen, dass wir einbringen ein weises Herz!“ (so übersetzt Janowski Ps 90,12). Aufgrund des zu erwartenden Todes kann daher ein Sterbender als Abschiedswort ganz nüchtern sagen: „Und seht, ich gehe heute den Weg aller Welt“ (Jos 23,14; vgl. 1.Kön 2,2). Lebensklugheit – also Weisheit – besteht darin, dass der Mensch eine realistische Einschätzung gewinnt und auch die Wirklichkeit des Todes bejaht. Ars moriendi und ars vivendi – die Kunst zu sterben und zu leben – bedingen einander.

Verdrängen Sie beim Genießen eines „guten Lebens“ den Gedanken an das Lebensende? Oder kann die Ehrfurcht vor dem Lebensende gerade die Lebenslust beflügeln?

7. Leben ist gefährdet ...

... vom Tod mitten im Leben. Leben und Tod sind in der Sprache des AT keine klar abgegrenzten Bereiche, sondern unterscheiden sich nur graduell, denn jede Form von Lebensminderung kann als „Tod“ mitten im Leben verstanden werden. Wenn in der poetischen Sprache der Gebete Israels vom Tod die Rede ist, dann meistens nicht vom biologischen Ende des Lebens, sondern: Als Tod verstanden werden kann jede destruktive Macht, die das Leben zu zerstören oder zu begrenzen droht. Indem der Tod als „Totenreich“ und damit als eine Sphäre verstanden wird, kann der Tod mitten im Leben Platz bekommen, Einfluss und Macht ausüben. Krankheit, Anfeindung, Hilflosigkeit, Verzweiflung, Einsamkeit, Krieg oder Naturkatastrophen können die Gegenwart des Todes im Leben personifizieren.

Wenn der Tod ins Leben hineinragt, können auch Todesbilder Aufschluss geben über die Vorstellung vom Leben. Eine Beschäftigung mit Hiob 3 – Hiobs Verfluchung seiner Geburt, seines Lebensanfangs und Leben-Müssens überhaupt – erlaubt, in Bildern der Todessehnsucht Bilder vom Leben für das Diesseits zu entdecken. Der unschuldig Leidende ist lebensmüde und wünscht sich ein anderes Leben, indem er sich den Tod ausmalt (Hiob 3,13-19) – ein Ort der Ruhe und des Schlafes, der Egalisierung von sozialen Unterschieden wie Reichtum und Herrschaftsverhältnissen und der Freiheit und Gleichheit von Menschen. Der Lebensmüde träumt quasi, wie er sich das *diesseitige* gute Leben wünscht.

Gutes Leben könnte sein, ruhen zu können, nicht im Wettbewerb um Reichtum und Ehre kämpfen zu müssen, nicht ange-

„Nicht im Wettbewerb um Reichtum und Ehre kämpfen müssen, keine Antreiber haben, nicht zwischen Groß und Klein unterscheiden.“



Dr. Michael Rohde

ist leitender Pastor der Evangelisch-Freikirchlichen Gemeinde Hannover-Waldersee-straße und genießt das Leben mit seiner Familie zwischen Büchern und Begegnungen.

trieben zu werden von Antreibern, die verfügen, was man zu tun und zu lassen hat und nicht zwischen Groß und Klein zu unterscheiden. Was wäre das für ein gutes Leben! Lebensmüde Gedanken, sogar Todesbilder können aus derselben Quelle sprudeln wie Lebensbilder. Die Sehnsucht nach dem **Tod** kann die Sehnsucht nach einem **anderen Leben** ausdrücken ... Für das AT hat der Tod viele Gesichter, die man schon mitten im Leben sehen kann.

Wie sensibel sind Sie für die „kleinen Tode“ im Leben? Wie spiegelt Lebensmüdigkeit Sehnsucht nach Leben?

8. Alt und lebenssatt sterben

Am Ende eines erfüllten Lebens wird idealerweise von Abraham gesagt, dass er „alt und lebenssatt“ stirbt (1.Mose 25,7-8): Die Kombination von alt und satt zeigt, dass jemand das Leben ausgeschöpft hat im besten Sinne. Der Mensch, der so stirbt, stirbt nicht alt und noch ungesättigt, aber auch nicht jung und schon überdrüssig. Beides zusammen ist ein Vollmaß an Leben. „Wer alt und lebenssatt stirbt, dem ist der Tod nichts abseits vom Leben stehendes Feindliches, sondern er besiegelt das Leben fast wie eine Erfüllung von Gott her“ (Gerhard von Rad). Ein solch gutes Leben ist nicht selbstverständlich, es ist ideal, deswegen wird es auch in Verbindung mit Abraham, Isaak, Hiob und David besonders erwähnt.

Kein Mensch wünscht sich am Ende eines langen Lebens ein langes Siechtum – das war auch schon früher so: „Ein plötzlicher Tod in hohem Alter gilt als besondere Gnade und wird als Gotteskuss beschrieben“ (Gerd A. Wewers). Ein Tod zur rechten Zeit am Ende eines erfüllten Lebens bleibt eine Sehnsucht des Menschen. Deswegen gibt es auch ein „zu früh“. Im „Todespsalm“ 88 argumentiert der Betende mit Gott gegen seinen vorzeitigen Tod (11-13). Gott soll überzeugt werden, dass es Gottes eigenes Interesse verbietet, wenn der Beter vorzeitig in die Unterwelt muss, denn dann fehlt Gott ein Zeuge und Verkündiger seiner Wunder und ein Lobender seiner Güte und Treue!

Wie (selbst)bewusst wagen Sie es, Gott um ein langes und erfülltes Leben zu bitten?

9. Leben bedeutet Gott loben!

Gegen alle Lebenswidrigkeiten hat Gott geholfen! Gegen alle Kräfteverhältnisse herausgerettet! Gegen alle Erwartungen eingegriffen! Die alten Israeliten können mehr als ein Lied davon singen, wie gut Gott ist. Sie singen und erzählen von Generation zu Generation von ihren Rettungserfahrungen mit Gott und seinem alltäglichen Segen. Sie leben vor ihrem Schöpfer und danken ihm für seine Hilfe. Damit halten sie auch die Hoffnung wach auf den, der mitten im Leben aus dem Tod retten kann! „Dankt dem HERRN, denn er ist freundlich und seine Güte währet ewiglich. Wer kann die großen Taten des HERRN alle erzählen und sein Lob genug verkündigen?“ (Ps 106,1-2). Gutes Leben und Dankbarkeit gegenüber Gott gehören zusammen. Ein beschenktes und begeistertes Leben lobt Gott. Wir atmen Gottes Güte ein und atmen Lobpreis aus.

Welche Lebensqualität erleben Sie, wenn Sie Gott loben? Wie verändert das Lob Gottes Ihre Perspektive auf Ihr Leben?

„**D**as Leben ist wie eine Pralinenschachtel.“ Neun Pralinen biblischer Lebenssicht habe ich Ihnen vorgestellt. Nicht jede schmeckt leicht oder süß. In ihrer Mischung steckt das Geheimnis eines guten Lebens – wie ein gnädiger Gott es geschaffen hat. Ich kaue noch daran. Tag für Tag. Und immer wieder kommen weitere Pralinen dazu ... ◀

Lesezeit: 15–20 Minuten