

Predigt zu Exodus 20, 1-17

Jens Martin Sautter (1.10.2023)

Kein Bock auf Vorschriften

Du sollst nicht so lange am Handy herumaddeln. Du sollst erstmal deine Hausaufgaben machen, bevor du dich mit Freunden triffst. Du sollst nicht den ganzen Tag herumhängen. Du sollst früher ins Bett gehen. Gibt es Konfis, die solche Sätze ab und zu hören?

„Du sollst“ - Es ist noch nicht lange her, da wurde unser Leben bis in unsere Privatwohnungen hinein, von Vorschriften reguliert: „Du sollst niemandem näherkommen als 1,5m. Du sollst im Bus Maske tragen. Du sollst dich testen, wenn du das Altenheim besuchst.“ Auch wenn die Corona-Zahlen wieder in die Höhe schnellen, hat doch niemand mehr Lust auf diese ganzen Vorschriften.

Es gibt Menschen, die haben den Eindruck, dass auch heute noch irgendwelche Leute uns vorschreiben wollen, wie wir im Privaten leben sollen. „Du sollst kein Fleisch essen, du sollst nicht in den Urlaub fliegen, du sollst nur fair gehandelten Kaffee kaufen, du sollst eine inklusive Sprache benutzen und das Wort „Indianer“ nicht mehr in den Mund nehmen.“

Es gibt Menschen, die haben es satt, dass ihnen jemand sagt, wie sie leben sollen. Sie fühlen sich bevormundet, sie schotten sich ab und tun sich mit anderen zusammen, denen es ähnlich geht, und die auch den Eindruck haben, die da in Berlin wollen ihnen sagen, wie man leben soll. Und so landen viele von ihnen in diesen Tagen bei der AfD. Und wenn sie ein Zigeunerschnitzel bestellen ist das für sie gewaltfreier Widerstand und sie fühlen sich ganz wie die, die im Herbst 1989 im Osten Deutschlands auf die Straße gegangen sind, um für mehr Freiheit zu demonstrieren.

Wir reagieren allergisch, wenn man uns sagt, wie wir zu leben haben. Einerseits.

Wir wehren uns, wenn uns andere Leute sagen, was wir tun sollen. Andererseits sind wir ziemlich gehorsam. Nämlich unseren inneren Antreibern (Stimmen). Oft folgen wir ohne groß zu fragen den Stimmen in uns, die uns sagen, wie wir leben sollen und machen uns gar keine Gedanken darüber, woher die kommen, und wie sehr sie uns manchmal die innere Freiheit nehmen. Was sagen uns diese Stimmen?

Du sollst niemanden enttäuschen (Mach es allen recht). Du sollst nichts verpassen (Schau doch mal, was die anderen erlebt haben, das muss du auch haben). Du sollst dir nichts gefallen lassen (Wehr dich, Angriff ist

die beste Verteidigung). Du sollst erfolgreich sein (es reicht nicht, durchschnittlich zu sein). Du sollst effektiv sein (Nutze die Zeit besser, sei schneller im Beantworten deiner Mails). Du sollst immer erreichbar sein. Du sollst stark sein. Du sollst schön sein. Es gibt natürlich bei manchen von uns einen inneren Antreiber, der sich gut verkleidet. Der sagt nämlich scheinbar das Gegenteil: „Mach dich mal locker. Du sollst an dich selbst denken. Du sollst dich entspannen. Du sollst dir keinen Stress machen. Du sollst auf dem Sofa bleiben und die anderen rödeln lassen.“

Kennt jemand von ihnen mindestens einen dieser Antreiber? Vielleicht kennen Sie diese Stimmen nicht. Vielleicht hören Sie ganz andere Stimmen. Ich glaube aber, dass viele von uns innere Antreiber haben, die uns sagen, was wir tun sollen.

Interessanterweise wehren wir uns gegen diese Antreiber selten. Selbst die Menschen, die der Meinung sind, die Kirche würde Leuten zu viel vorschreiben, oder die in Berlin würden unser Leben viel zu sehr regeln wollen. Dieselben Menschen finden nichts dabei, diesen inneren Antreibern zu gehorchen. Sie protestieren gegen die Autoritäten und gehen anderen Befehlsgebern auf den Leim. Diesen Stimmen in uns. Wie kann das sein? Vielleicht, weil wir denken, dass es unsere eigenen Stimmen sind. Vielleicht, weil ich denke, dass ich selbst das bin. Was aus mir selbst kommt, muss ja richtig sein, oder nicht? Aber nicht jede Stimme in mir bin ich. Meistens sind es nur die Stimmen, die wir in den sozialen Medien, in der Werbung oder in unserem Umfeld hören. Stimmen von anderen, von außen, die mir unter die Haut kriechen und sich als die eigene ausgeben. Und nicht jede Stimme in mir tut mir gut.

Wer darf mir sagen, was ich tun soll? Welchen Stimmen gehorche ich?

Wenn ich in der Wildnis gestrandet bin und ums Überleben kämpfe und mir ein erfahrener Überlebenskämpfer sagt: Du sollst dir einen Unterschlupf gegen die Kälte bauen. Du sollst kein Wasser trinken, das nicht abgekocht ist. Du sollst deinen Proviant an einem Baum aufhängen und mind. 200m entfernt schlafen, dann würde ich die Regeln dankend annehmen und mich daranhalten. Ich würde mich nicht beschweren darüber, dass einer mir vorschreiben will, wie ich leben soll.

Ob ich dem folge, was die Leute mir vorschreiben, hängt also davon ab, wer mir sagt, was ich tun soll und in welchem Kontext er das tut. Und ob es mir einleuchtet. Verhaltenspsychologen sagen: Ein

wichtiger Grund dafür, dass ich mein Verhalten ändere, ist, dass ich dem vertraue, der mich dazu auffordert.

Wenn wir uns den Text für heute anschauen, sieht man, dass vor dem ersten Gebot noch ein Satz steht, der eigentlich alles ändert. Dort heißt es: „Ich bin der Herr, dein Gott, der ich dich aus Ägypten, aus der Sklaverei geführt habe.“ Darin wird deutlich: Es ist nicht irgendwer, der diese Forderungen stellt, sondern der Gott, der das Volk befreit hat. Sie haben die Sklaverei hinter sich und sind auf dem Weg in das verheißene Land, das Gott ihnen verheißt hat. Und für das Leben in diesem Land gibt Gott ihnen die Gebote. Es sind gewissermaßen „Anweisungen für das Land der Freiheit“. Gegeben von einem Gott, der die Menschen nicht zu Knechten macht, nicht klein halten will, sondern der sie gerade erst befreit hat. Von einem Gott, der weiß, wie das Leben in diesem neuen Land funktioniert, weil er weiß, wie der Mensch funktioniert. Ein Reiseführer, der sich auskennt und dessen Ziel die Freiheit der Menschen ist. Deshalb versteht man den Sinn der Gebote völlig falsch, wenn man glaubt, dass es vor allem darum geht, die Menschen klein zu halten und einzuengen.

Zumal es nicht so wahnsinnig schwierig ist, diese Gebote einzuhalten. Oder sehen Sie das anders? Ich finde, es sind doch eher Mindeststandards, auf die die allermeisten Menschen sich heute einigen könnten, vielleicht bis auf die ersten vier – nicht religiösen Menschen leuchtet das nicht ein.

Jesus geht viel weiter. Wenn Mose sagt, dass man keine Ehe brechen soll, dann sagt Jesus, man solle noch nicht einmal einer anderen Frau hinterher schauen und sie begehren. Wenn Mose sagt, man solle den Nächsten lieben, dann sagt Jesus, man solle sogar den Feind lieben. Die 10 Gebote sind etwas bescheidener. Aber stellt euch mal vor, die Menschen würden das tatsächlich beherzigen. Die Welt sähe völlig anders aus.

Es mag mich in meinem Stolz kränken, wenn mir jemand anders sagt, was ich tun oder nicht tun soll. Aber wenn es ein Reiseführer in einem komplizierten und gefährlichen Terrain ist, der sich dort hervorragend auskennt. Wenn er schon einmal bewiesen hat, dass er Menschen nicht knechten, sondern befreien will. Wenn diese Regeln nun schon über 2000 Jahre zur festen Tradition der Menschheit gehören, Vorbild für Gesetze auf der ganzen Welt - Ich finde, dann gibt es gute Gründe, meinen Stolz herunter zu schlucken und diese Gebote ernst zu nehmen. Bei einigen Geboten fällt uns das nicht schwer, bei anderen schon.

Zum Schluss: Du sollst ruhen

Ich kann mich an meine Zeit der Examensvorbereitung erinnern. Fast ein Jahr hatte ich für jeden Tag ein bestimmtes Arbeitspensum. Jeder Tag war durchstrukturiert. Jeden Tag hatte ich eine bestimmte Anzahl von Seiten zu lesen und zu lernen. Aber der Sonntag war immer frei. Auch als der Druck groß war, auch als die Prüfungen näherkamen. Am Sonntag wurde nicht gelesen und nicht gelernt.

Neben all den Dingen, die man tun soll oder nicht tun soll, fällt ein Gebot auf. Es soll einen Tag in der Woche geben, an dem man nichts tun soll. Das ist ein merkwürdiges Gebot. Einen Tag in der Woche soll es geben, an dem du nicht rödelst. Keine To-Do-Listen abarbeitest. Einen Tag, wo man nicht effektiv ist. Einen Tag, wo man für die Kunden oder den Chef nicht erreichbar ist. Einen Tag ruhen – ja nicht nur du und deine Angestellten, sondern auch die Tiere. Es kann gar nicht genug Ruhe geben.

Wie hältst du es mit diesem Gebot? Viele würden sagen, im Vergleich zu den anderen Geboten ist das nicht so wichtig. Bei Umfragen nach der Bedeutung der Gebote schneidet dieses Gebot eher schlecht ab. Und doch glaube ich, dass es für unsere seelische und körperliche Gesundheit entscheidend ist, dass wir einen solchen Ruhetag haben. Warum glauben wir, dass dieses Gebot weniger wichtig ist, wenn wir doch die anderen auch wichtig finden?

Von Anfang an gehört zu diesem Ruhe-Tag übrigens der Besuch des Gottesdienstes, der Gang zum Tempel. Denn dadurch markiert man diesen Tag als einen besonderen Tag. Es ist nicht nur ein innerer Weg, eine innere Einkehr, sondern ich schleppe meinen Körper an einen besonderen Ort, an dem ich normalerweise nicht bin – in die Kirche. Das hilft mir, diesen Tag anders zu begehen. Das ist ein Signal an meine Seele: heute ist etwas anders – in der Ruhe treffe ich mich mit Gott, der an diesem Tag auch ruht hat. AMEN