

Das größte Gebot: Aufforderung zur Selbstliebe?

Die Fragestellung

Beim Korrigieren von Aufsätzen von IGW-Studenten¹ und in zahlreichen mündlichen und schriftlichen Begegnungen mit Christen ist mir aufgefallen, dass das so genannte Doppelgebot der Liebe² (Du sollst den Herrn deinen Gott, lieben.....und deinen Nächsten wie dich selbst) häufig zu einem Dreifachgebot gemacht wird: Du sollst Gott lieben...dich selbst lieben...deinen Nächsten lieben. Ein Student erfand oder übernahm sogar die Formel: „Die Dreieinigkeit der Liebe“.

Der zweite Teil des Gebotes: „Du sollst deinen Nächsten lieben wie dich selbst“ – wird in sich als Doppelgebot verstanden: Du sollst dich selber lieben und deinen Nächsten lieben. In diesem Zusammenhang ist auch häufig zu lesen und zu hören, dass man den anderen gar nicht lieben könnte, wenn man sich nicht vorher selber liebt. Sich selber lieben lernen, sich selber lieben – darüber sind mittlerweile Legionen von Artikeln und Kapitel geschrieben und Botschaften und Vorträge gehalten worden.

Ein neues Gebot ist entstanden.

Nun ist es meines Erachtens gestattet, neue Anweisungen, als aktuelle Antwort auf dringliche Nöte von Welt und Gemeinde, zu formulieren, insofern sie von anderen Anweisungen der Schrift abgeleitet und in diesen verwurzelt sind. „Halte dich fit, lebe gesund!“ – Diese Anleitung findet sich direkt nicht in der Bibel, kann aber von anderen Geboten abgeleitet werden. Es ist in unserer bewegungsarmen und kalorienreichen Kultur sinnvoll. Doch für alle ist (hoffentlich) einsichtig, dass es zwar ein aktuelles und sinnvolles Gebot ist, aber kein zentrales, beherrschendes.

Mit dem Gebot der Selbstliebe verhält es sich aber anders. Es erhält durch seine Platzierung weit mehr Gewicht als eine seelsorgerlich und psychologisch hilfreiche Anleitung. Es wird den zehn Geboten über-

geordnet, indem *es in das Doppelgebot der Liebe hineingelesen wird*, von welchem Jesus sagt: An diesen zwei Geboten hängt das ganze Gesetz und die Propheten. Das geschieht nicht absichtlich, aber es geschieht!

Ich versuche im folgenden nachzuweisen, dass dieser Vorgang unstatthaft ist. Er tut dem biblischen Text und Sachverhalt Gewalt an. Wenn es sich beim Doppelgebot um das ausdrücklich größte Gebot handelt, welches alle anderen zusammenfasst, trägt, erfüllt und interpretiert, sollten wir sehr genau hinschauen, aus Liebe und Ehrfurcht zum Text: Was sagt er und was sagt er nicht?

Hinzu kommt, dass dieser zweite Teil des Gebotes: Du sollst deinen Nächsten lieben wie dich selbst, noch 5 mal im neuen Testament zitiert wird (Mk 12,28-34, die sechste Stelle, bezieht sich auf dasselbe Ereignis), im Rahmen von entscheidenden und gewichtigen Passagen: Luk 10,25-37 Gal 5,13-14 Jak 2,8-12 Röm 13,8-10 Matth 19,19. Die ursprüngliche Stelle haben wir in 3.Mose 19,18.

Weil dieser Vers offensichtlich so gewichtig ist, sollte er nicht „umgelesen“, sondern mit größter Sorgfalt behandelt werden.

Argumente gegen eine Aufforderung zur Selbstliebe im größten Gebot

1. Jesus erwähnt ausdrücklich nur zwei Gebote

Das **zweite** aber ist ihm gleich: »Du sollst deinen Nächsten lieben wie dich selbst.« An diesen **zwei** Geboten hängt das ganze Gesetz und die Propheten.« (Hervorhebung von mir).

Es gibt nur **zwei** Gebote! Und auch das zweite Gebot ist **ein** Gebot und nicht zwei! Jeder Versuch, hier noch ein drittes Gebot hineinzulesen oder zu formulieren, ist damit zum Scheitern verurteilt.

Dieses zugegebenermaßen knappe Argument ist m.E. in seiner Einfachheit und Logik überzeugend. Es ist merkwürdig, dass das Naheliegendste nicht mehr gesehen wird. Der Grund könnte darin liegen, dass durch zahlreiche Beiträge in Predigt, Seelsorge und „Schriftauslegung“ eine Art Mythos, ein Art Ideologie entstanden ist, der Mythos eines Gebots der Selbstliebe, der sich mittlerweile so in den Köpfen festgesetzt hat, dass er hineingelesen wird in eine Passage, in der dieses „Gebot“ 2000 Jahre lang nie entdeckt

¹ Institut für Gemeindebau und Weltmission, siehe www.igw.edu

² die bekannteste Fassung findet sich bei Matthäus: ...Und es fragte einer von ihnen, ein Gesetzesgelehrter, und versuchte ihn und sprach: Lehrer, welches ist das größte Gebot im Gesetz? Er aber sprach zu ihm: »Du sollst den Herrn, deinen Gott, lieben mit deinem ganzen Herzen und mit deiner ganzen Seele und mit deinem ganzen Verstand.« Dies ist das größte und erste Gebot. Das zweite aber ist ihm gleich: »Du sollst deinen Nächsten lieben wie dich selbst.« An diesen zwei Geboten hängt das ganze Gesetz und die Propheten. (Mt 22,35-40, Elberfelder Übersetzung)

wurde. Waren die früheren Ausleger alle blind oder sehen wir zuviel?

2. Jesus fordert die Selbstliebe nicht, sondern setzt sie als selbstverständlich voraus

„wie dich selbst“ – mit dieser Formulierung wird ganz einfach vorausgesetzt, d.h. als gegeben und normal betrachtet, dass der Mensch sich selbst liebt. „Du liebst dich doch selbst auch – und genauso behandle auch deinen Nächsten.“

Das wird belegt durch die „goldene Regel“: ...Alles nun, was ihr wollt, dass euch die Menschen tun sollen, das tut ihr ihnen auch! Denn darin besteht das Gesetz und die Propheten. (Mt 7,12)

Wir haben hier eine wunderbar genaue Entsprechung zum zweiten Teil des größten Gebotes. Der normale Mensch, wie er auf der Erde herumläuft, liebt sich selbst, das heißt: Er möchte versorgt werden er möchte gekleidet werden, ernährt werden, seine Bedürfnisse gestillt bekommen, geehrt zu werden, gelobt werden, gut behandelt werden, nicht ausgebeutet werden, gut bezahlt werden...und so soll er auch andere behandeln. So einfach ist das.

Wir sind mit dieser natürlichen Selbstliebe geboren, sie ist nicht böse. Selbstverständlich kann daraus Selbstsucht und nackter Egoismus werden, aber zunächst gehört sie zu uns, ja, sie ist Teil der Ebenbildlichkeit Gottes und befähigt uns, für uns einzustehen und unser Leben zu gestalten. Diese Selbstliebe gehört natürlicherweise zu uns und wird von Jesus hier vorausgesetzt.

Eine weitere gute Entsprechung dieses Gebotes finden wir bei Johannes dem Täufer:

...Und die Volksmengen fragten ihn und sprachen: Was sollen wir denn tun? Er aber antwortete und sprach zu ihnen: Wer zwei Unterkleider hat, teile dem mit, der keins hat; und wer Speise hat, tue ebenso! Es kamen aber auch Zöllner, um getauft zu werden; und sie sprachen zu ihm: Lehrer, was sollen wir tun? Er aber sprach zu ihnen: Fordert nicht mehr, als euch bestimmt ist! Es fragten ihn aber auch Kriegsleute und sprachen: Und wir, was sollen wir tun? Und er sprach zu ihnen: Tut niemand Gewalt, und erpresst niemanden, und begnügt euch mit eurem Sold! (Lk 3,10-14)

Johannes interpretiert exakt „Du sollst deinen Nächsten lieben wie dich selbst.“ : „Es ist doch so wichtig für dich, ein Unterkleid zu haben – also gönne deinem Nächsten dasselbe und schenk ihm dein zweites. Es ist doch für dich selbstverständlich, zu essen wenn du hungrig bist – also ermögliche deinem Nächsten dasselbe, wenn er hungrig ist und du mit ihm teilen kannst. Es ist doch für euch selbst auch schrecklich,

Opfer von Gewalt und Erpressung zu werden, also mach das auch nicht bei den anderen!

Man muss normalerweise nicht lernen und üben, sich zu kleiden, wenn man nackt ist, zu essen, wenn man hungrig ist, von sich selber nicht mehr zu verlangen als man kann, sich selber nicht Gewalt anzutun. Jesus geht bei der Formulierung des größten Gebotes vom normalen alltäglichen Menschen aus. Und wenn einige Menschen so gestört sind, dass sie sich wirklich nicht mehr lieben, sowie als extremes Beispiel der besessene Gadarener, der sich auszog und sich mit Steinen schlug, dürfen wir daraus kein drittes, höchstes Gebot erfinden! In diesem Fall gibt es genug andere biblische Richtlinien, die uns als Orientierung dienen können, dafür muss nicht das größte Gebot erhalten.

Wir sollten damit aufhören, das größte Gebot mit etwas zu befrachten, was überhaupt nicht im Blickfeld von Jesus war. Es ging ihm an dieser Stelle nicht um Selbstliebe, sondern nur um die Liebe zu Gott und zum Nächsten außerhalb meiner selbst.

3. In sämtlichen Kontexten der Erwähnung des Gebots der Nächstenliebe kommt eine Aufforderung zur Selbstliebe nicht vor

Wie oben schon erwähnt wird dieses Gebot ebenfalls aufgeführt in Luk 10,25-37 Gal 5,13-14 Jak 2,8-12 Röm 13,8-10 Matth 19,19. Die ursprüngliche Stelle haben wir in 3.Mose 19,18. Im jeweiligen Textumfeld geht es immer um den Nächsten außerhalb meiner selbst, um den anderen, den Mitmensch, eine Anweisung zur Selbstliebe ist nicht einmal angedeutet.

4. Die Interpretation des größten Gebotes von Johannes: Selbstliebe kommt nicht vor

Man könnte die drei Briefe von Johannes mit guten Gründen als Auslegung des größten Gebotes betrachten. Intensiv setzt er sich auseinander mit dem Zusammenhang von Gottes Liebe zu uns, unserer Liebe zu Gott und unserer Liebe zum Nächsten. Ja, er redet tatsächlich von einer dreifachen Liebe, er erweitert das größte Gebot, indem er sehr deutlich die Quelle, den Grund und den Rahmen dieses Gebots beschreibt: Gott ist Liebe, Gott hat uns zuerst geliebt. Johannes macht unmissverständlich deutlich, dass sich die die Liebe von Gott (die wir empfangen), die Liebe zu Gott und die Liebe zum Nächsten gegenseitig bedingen.

...Denn dies ist die Botschaft, die ihr von Anfang an gehört habt, dass wir einander lieben sollen. (1Joh 3,11)

...Hieran haben wir die Liebe erkannt, dass er für uns sein Leben hingegeben hat; auch wir sind schuldig, für die Brüder das Leben hinzugeben. Wer aber irdischen Besitz hat und sieht seinen Bruder Mangel leiden und verschließt sein Herz vor ihm, wie bleibt die Liebe Gottes in ihm? (1Joh 3,16-17)

...Geliebte, lasst uns einander lieben! Denn die Liebe ist aus Gott; und jeder, der liebt, ist aus Gott geboren und erkennt Gott. Wer nicht liebt, hat Gott nicht erkannt, denn Gott ist Liebe. Hierin ist die Liebe Gottes zu uns geoffenbart worden, dass Gott seinen eingeborenen Sohn in die Welt gesandt hat, damit wir durch ihn leben möchten. Hierin ist die Liebe: nicht dass wir Gott geliebt haben, sondern dass er uns geliebt und seinen Sohn gesandt hat als eine Sühnung für unsere Sünden. Geliebte, wenn Gott uns so geliebt hat, sind auch wir schuldig, einander zu lieben. (1Joh 4,7-11)

Jedoch nicht einmal angedeutet finden wir in den Johannesbriefen die Aufforderung zur Selbstliebe.

Sie existiert nicht.

5. Auch im Rest der Bibel kommt dieses Gebot direkt nicht vor

In der gesamten Bibel findet sich keine einzige direkte Aufforderung zur Selbstliebe! Das ist offensichtlich! Das bedeutet noch nicht, dass der Gedanke einer bewussten Selbstliebe falsch ist. Sicher scheint mir aber, dass wir die Selbstliebe nicht explizit als Gebot in der der Nähe oder sogar innerhalb des größten Gebots formulieren sollten. Vielleicht sollten wir sie sogar überhaupt nicht als direktes Gebot formulieren.

Ist Selbstliebe gar nicht berechtigt?

Muss nun aus diesen Argumenten geschlossen werden, dass jede Aufforderung zur Selbstliebe keinerlei Berechtigung hat? Das ginge wohl zu weit. Entstanden sind die weit verbreiteten Anweisungen zur Selbstliebe meines Erachtens aus zwei Quellen:

1. Die Quelle des postmodernen Zeitgeistes.

Der Einzelne muss sich wohl fühlen, es muss ihm gut gehen, das Leben muss leicht sein, „Gott“ ist ein zärtlicher, weicher Vater, der niemals etwas verlangt, was wirklich schwer ist und weh tut. Er ist dazu da, mein Leben rundum abzufedern. Etwas karikierend: Zuerst muss ich ein fröhliches, geheiltes, von Liebe durchtränktes Kind Gottes werden, bevor ich allmählich damit anfangen kann, andere zu lieben.

2. Die Quelle eines guten, seelsorgerlichen Anliegens.

Eine Anleitung zum guten Umgang mit sich selbst (Dieser Ausdruck ist besser als „zur Selbstliebe“) hat manchem geholfen. Häufige Abwertungen von Seiten früher Bezugspersonen, Liebesentzug, fehlende Bestä-

tigung in der Kindheit, hoher Leistungsdruck in unserer Gesellschaft, hohe Bewertung von Arbeit und Fleiß, überrissene und perfektionistische christliche Hingabeideale und nicht zu vergessen „...der Teufel und Satan, ...der Ankläger der Brüder, der sie Tag und Nacht vor Gott verklagte“ (Offb 12,10) führen bei vielen Menschen zu tiefen Minderwertigkeitsgefühlen und quälenden Empfindungen des Ungeliebtseins. Daraus entwickeln sich oft eine Ablehnung eigener, scheinbar ungenügender Persönlichkeitsanteile, Depressionen unterschiedlicher Schweregrade und immer wieder ein Leben „beyond the limits“. Ein Leben, das die eigenen Grenzen und Möglichkeiten nicht beachtet und wertschätzt, in der Folge Ausgebrannt sein, Erschöpfung, Verbitterung, abnehmende Zuwendungs- und Liebesfähigkeit.

Manchmal liegt das aber gar nicht oder wenig an der Umwelt, sondern an meiner Deutung der Umwelt: Sowohl der faule Knecht in Matthäus 25,24-26, als auch der ältere Bruder in Luk 15,28-30 haben den liebevollen, großzügigen, gnädigen Herrn/Vater falsch gedeutet, erleben ihn als hart, lieblos, geizig – obwohl er das überhaupt nicht war.

Jedenfalls verdienen viele dieser Menschen unsere Hilfe und hier hat die Aufforderung zur „Selbstliebe“ eine relative Berechtigung. Doch was brauchen sie, was müssen sie lernen? Ihre Minderwertigkeitsgefühle („Ich möchte besser, größer, schöner sein, bin es aber leider nicht“) und ihre ungesunden psychischen und physischen Anstrengungen, sich zu verbessern („Ich will besser sein, ich will mithalten können, ich will genauso viel Ehre und Anerkennung wie die anderen“), zeigen, wie sehr sie sich selber lieben, wie viel sie in sich selbst investieren, sich selbst ernst nehmen.

Das Problem liegt nicht in der mangelnden Selbstliebe, die es nun zu lernen gilt, sondern im mangelnden Gottvertrauen, im Unglauben an Gottes Liebe, im Festhalten an den alten, gelernten Grundüberzeugungen, im Hören auf die Anklagen des Teufels.

Und hier setzt die Schrift mit ihren Anweisungen ein! Der Vater sagt zum älteren Sohn: „Mein Kind, du bist allezeit bei mir, was mein ist, ist dein.“ Er will ihm die Augen öffnen für die Wahrheit, dass er im Haus eines liebenden Vaters lebt und dass er lernen muss, sich im Glauben bei Gott zu bedienen, die Liebe des Vaters bewusst anzunehmen. Das ist aber etwas ganz Anderes als die Aufforderung: Liebe dich selbst. Eher so: Lerne, im Vertrauen die Liebe des Vaters anzunehmen. Letztlich ist es die alte Kernbotschaft von der Rechtfertigung durch den Glauben. Deshalb haben auch die zehn Gebote und ihre Zusammenfassung, das größte Gebot, diesen Vorspann: „Ich **bin der Herr dein Gott**, der dich aus dem Land Ägypten geführt hat“ = Ich liebe dich, ich bin dir zugewandt, ich Sorge für dich, du bist wertvoll für mich.

Das Sabbatgebot schlägt in eine ähnlich Kerbe: „Weil ich für dich Sorge, darfst und sollst du dich zwischendurch ausruhen, dich erholen, Gemeinschaft haben mit mir (= dich von mir lieben lassen“), darfst und sollst alles Bemühen und alles Leisten loslassen.“ Allein das Sabbatgebot wird seelsorgerlich zuwenig ausgeschöpft, es bietet genug Material zum Arbeiten mit Menschen, da ist ein drittes größtes Gebot überhaupt nicht nötig!

Auch bei Johannes ist das, sowohl im Evangelium als auch in den Briefen, gut zu spüren, in vielen Variationen schärft er es seinen Geliebten ein: Gott liebt dich! Das ist die Botschaft!

Kein Gebot der Selbstliebe, sondern eine Erklärung, die im Glauben angenommen werden muss: Gott liebt dich!

Wenn wir das im Glauben annehmen und im Alltag und in unseren Gedanken beständig einüben, wird die Liebe Gottes unsere Seele und unseren Körper zunehmend erreichen und heilen. Es ist aber immer soviel da, von Anfang an, dass wir im Hier und im Jetzt anfangen können, das größte Gebot zu halten, Gott und unseren Nächsten zu lieben. Und während wir das tun, wird auch, als Nebenprodukt, eine gesunde Selbstliebe, oder besser eine gesunde Selbstwertschätzung wachsen. Meine aktiven Gedanken und Taten der Liebe bringen mich in Einklang mit Gottes Wesen. Und dieser Einklang verstärkt die innere Offenheit und Empfänglichkeit für Gottes Liebe. Eine ein-

fache Illustration mag das unterstreichen: Wenn ich in einem muffigen Haus mit abgestandener Luft auf einer Seite ein Fenster öffne, kann es längere Zeit dauern, bis die Luft frischer geworden ist. Wenn ich aber auf der anderen Seite ein weiteres Fenster öffne, gibt es kräftigen Durchzug und Frischluft in kurzer Zeit. Das heißt: Wenn ich im Gehorsam zu Gott einfach meinen Nächsten liebe, entsteht ein „Zug“ in meinem Inneren, der die Liebe Gottes nachfließen lässt, eben auch zu mir selber!

Nächstenliebe ist der Weg zur „Selbstliebe“ und nicht umgekehrt.

Deshalb bitte ich die Leser dieses Artikels darum, sich vom Mythos eines dritten Gebots der Selbstliebe im größten Gebot gründlich zu verabschieden. Es ist nicht nötig, es ist gefährlich, es wird dem Text nicht gerecht und es leistet dem postmodernen Wohlfühlchristentum Vorschub.

Statt dessen lasst uns immer wieder die Botschaft verkünden: Gott liebt dich, lass dich von diesem Gott lieben (Paulus sagt es so: Lass dich versöhnen mit Gott), dieses aber nicht am größten Gebot aufhängen, sondern an vielen anderen Wahrheiten und Geboten der Schrift.

Lasst uns aber auch das größte Gebot in seiner Radikalität und Kraft nicht aufweichen, nicht psychologisch ergänzen, nicht umdeuten, sondern es so lassen wie es ist. Zwei Gebote, die eins sind und nicht drei Gebote, die eins sind.