

# MARKUS PROJEKT TAG 60

## "DAS WICHTIGSTE GEBOT"



Markus: 12,28-34

28 Ein Schriftgelehrter hatte diesem Wortwechsel zugehört und war von der Antwort beeindruckt, die Jesus den Sadduzäern gegeben hatte. Er ging zu ihm hin und fragte ihn: »Welches ist von allen Geboten Gottes das wichtigste?« 29 Jesus antwortete: »Dies ist das wichtigste Gebot: ›Hört, ihr Israeliten! Der Herr ist unser Gott, der Herr allein. 30 Ihr sollt ihn von ganzem Herzen lieben, mit ganzer Hingabe, mit eurem ganzen Verstand und mit all eurer Kraft.«[4] 31 Ebenso wichtig ist das andere Gebot: ›Liebe deinen Mitmenschen wie dich selbst.«[5] Kein anderes Gebot ist wichtiger als diese beiden.« 32 Darauf meinte der Schriftgelehrte: »Richtig, Lehrer. Das ist wahr: Es gibt nur einen Gott und keinen anderen außer ihm. 33 Ihn zu lieben von ganzem Herzen, mit ganzem Verstand und mit aller Kraft und auch seinen Mitmenschen so zu lieben wie sich selbst, das ist viel mehr wert als all die Brandopfer und übrigen Opfer, die wir ihm bringen.« 34 Jesus sah, wie weise der Mann ihm geantwortet hatte, und sagte zu ihm: »Du bist nicht weit von Gottes Reich entfernt.« Danach wagte niemand mehr, Jesus weitere Fragen zu stellen.

### Selbstliebe

Heute lesen wir eine vielfach zitierte und bekannte Stelle aus der Bibel – das sogenannte "Doppelgebot der Liebe". Einfach gesagt fasst Jesus hier die gesamten Gesetze des ATs und des NTs in zwei Geboten zusammen: Wir sollen Gott lieben und Menschen lieben. Inhaltlich sind diese beiden Prinzipien so weitreichend und spannend, dass man damit seeehr viele Predigten ausfüllen könnte. Ich bin heute an ein paar wenigen Worten hängen geblieben, nämlich "Du sollst deinen Nächsten lieben **wie dich selbst**." In den letzten Wochen ging es viel darüber, dass Jesus anderen Menschen gedient hat und auch wir dazu aufgefordert sind, anderen zu dienen. Heute wurde ich wieder einmal daran erinnert, dass der Dienst an anderen Menschen, meinen Nächsten zu lieben, ganz eng verbunden ist mit diesen drei Wörtern "**wie dich selbst**". Bevor du weiterliest, hier eine kurze Frage für dich. Welche Gedanken kommen dir spontan bei der Frage: Liebst du dich selbst?

Jesus sagt uns in der heutigen Stelle, dass Selbstliebe ein Gebot Gottes ist. Ich muss ehrlich sagen, für mich ist der Part der Selbstliebe oft untergegangen beim Lesen, weil es sich fast ein bisschen... egoistisch anfühlt. Hat Jesus selbst nicht auch ein völlig selbstloses Leben geführt und ist uns ein Vorbild darin, anderen Menschen zu dienen, wegzusehen von sich selbst hin zum Anderen?

Ich denke ganz klar Ja. Aber das schließt nicht aus sich selbst lieben zu dürfen, sondern umgekehrt, sogar ein. Selbstliebe ist nicht Selbstsucht oder Selbstverliebtheit, wo es salopp gesagt egal ist, was links und rechts von mir passiert. Ich glaube Selbstliebe hat einerseits damit zu tun, immer mehr zu lernen sich so zu sehen, wie Gott einen sieht. Wie er dich gemacht hat mit deiner Persönlichkeit, deinen Begabungen, deinem Aussehen, ist das sehr gut sagt die Bibel in Genesis. Er hat sich was überlegt, als er jeden einzelnen von uns geschaffen hat und das befreit uns davon uns mit anderen vergleichen zu müssen, gewisse Dinge an uns selber abzulehnen, andere runterzumachen, neidisch zu sein etc.

Andererseits ist es auch wichtig auf sich selber acht zu geben und sich zu pflegen. Oder wie es derzeit von so vielen Seiten heißt: Hygienemaßnahmen sind wichtig, um sich selbst und andere zu schützen. Wie gehst du mit dir selber um? Damit mein ich nicht nur körperlich, sondern auch sozial, emotional, geistlich.... Machst du auch mal Pause? Welches soziale Umfeld tut dir gut, welches nicht? Nimmst du dir Zeit, um deine Gefühle wahrzunehmen und zu reflektieren? Wieviel und welchen Platz bekommt Gott in deinem Leben? Diese Frageliste könnte man noch ewig weiterführen, aber der Punkt ist: Gott möchte, dass du deinen Blick auch auf dich richtest. Und zwar nicht nur oberflächlich, nein ich glaube Gott zoomt richtig genau rein und möchte alles aufdecken, was uns davon abhält uns selbst so zu lieben, wie er uns liebt.

### **Tipp des Tages**

Stell dich heute mal vor den Spiegel und sprich eine Sache laut aus, die du an dir selber schätzt.

Für alle, die mehr Input zum Thema Selbstliebe haben möchten, kann ich folgende zwei Videos empfehlen:

<https://www.youtube.com/watch?v=MjkCg13i8P4> (Sprecher: Johannes Hartl, Dauer: 2:21)

<https://www.youtube.com/watch?v=cR66cFJILKo&t=1209s> (Sprecher: Hans-Peter Royer, Dauer: 41:00)