

Gefühle (10) – Verachtung (Teil 1)

Gemeinde: Hoffnung.de

Datum: 15.11.2015

Achtung: Dies ist ein **Predigtskript**. Predigtskripte sind qualitativ sehr unterschiedlich und entsprechen nicht unbedingt der gepredigten Predigt. Manchmal weiche ich von meinem Skript ab! Und natürlich lese ich ein Skript nicht ab!

Ich bin nach der Scheidung meiner Eltern bei meinen Großeltern aufgewachsen. In einem kleinen Dorf in Franken. Nordbayern. 1979 ist mein Großvater gestorben und meine Großmutter fing an zu trinken. Aus schierer Verzweiflung rief ich meinen Vater an, der mich sofort zum Jahreswechsel 1979-1980 zu sich nahm. Für mich hieß das: Vom Dorf in die Stadt. Von Bayern nach Hessen. Von einem guten städtischen Gymnasium auf eine katholische Privatschule für Jungen. Es dauerte keine Woche bis ich meinen Spitznamen weg hatte: „Der Bayer“. Kennst du das, wenn eine Gruppe hinter deinem Rücken tuschelt und dann plötzlich loslacht... und du weißt, sie haben über dich gelacht? Wenn du der bist, der nicht „in“ ist, über den man spottet, auf dessen Kosten man Scherze macht? Wenn du der kleine Dicke bist, der in der Hackordnung noch unter dem Klassenclown steht? Ich weiß, wie sich das anfühlt und ich weiß, dass die Verachtung und der Spott meiner Mitschüler mich geprägt hat. Meine Kindheit war schon vorher kein Zuckerschlecken gewesen, aber der Spott meiner Klassenkameraden hat mich nur noch entschlossener gemacht, es allen zu zeigen. Meine Reaktion auf ihre Verachtung war Ehrgeiz. Wenn man so will, hatte ich noch Glück. Denn es hätte schlimmer kommen können. Man kann am Spott anderer Menschen zerbrechen oder kann denen, die verachten, die Kontrolle über das eigene Leben geben... lieber mit den Wölfen heulen und sich selbst verraten als alleine bleiben.

Warum ist Verachtung so wirkungsvoll? Warum verletzt es uns so sehr, wenn man über uns lacht, uns verhöhnt und zum Gespött macht?

Das ist gar nicht so schwer zu verstehen: In uns allen steckt der Wunsch, geliebt zu werden und Bedeutung zu haben. Und genau an dieser Stelle greift Verachtung an. Was haben mir meine Klassenkameraden zu verstehen gegeben: „Wir wollen dich nicht! Wir brauchen dich nicht! Hau einfach ab oder unterwirf dich! Werde einer von uns oder erlebe, wie das ist, wenn man Tag für Tag am Pranger steht.“ **Verachtung isoliert Menschen**, indem sie Menschen als nicht liebenswert abstempelt. „Du bist eine Lachnummer! Wer will schon dein Freund sein? Keiner!“ Als Opfer von Verachtung fühlen wir uns immer allein:

Psalm 31,12-14

Die einen Lachen über ihn (V. 12), die anderen hauen ab, weil sie nicht mit ihm in Verbindung gebracht werden wollen (V. 12). Alle haben ihn vergessen (V. 13). Was bleibt ist das Tuscheln (V. 14).

Das ist, was Verachtung tut: Sie zieht eine unsichtbare Linie. Dort sind die, die lachen; kurz hinter der Linie stehen die, die zwar nicht mitlachen, aber sich auch nicht trauen, auf meine Seite zu kommen. Wer will schon selbst zum Ziel des Spotts werden? Und hier stehe ich – allein. Der, den keiner mag und den keiner braucht.

Und es kommt noch schlimmer!

Verachtung schürt Selbstzweifel.

Verachtung hallt nach. Die Worte, mit denen man mich fertig macht, sind lange verklungen, da höre ich sie immer noch. Sie verfolgen mich. Und mit ihnen taucht eine zweite Frage in meinem Kopf auf: „Warum werde ich die Worte nicht los?“ Verachtung schürt jede Form von Selbstzweifel. „Was ist mit mir los, dass ein bisschen Spott mir so zusetzt? Kann es sein, dass diese gemeine Bemerkung mich so verletzt, weil an ihr etwas Wahres dran ist – bin ich vielleicht wirklich so dumm oder hässlich oder wenig liebenswert...? Bin ich vielleicht einfach nur naiv, wenn ich mir wünsche, dass man MICH mag, wie ich bin, und in mir das Gute sieht, was ich einer Beziehung zu geben habe – auch wenn ich nicht perfekt bin? Sollte ich vielleicht einfach akzeptieren, dass mich keiner mag?“

Oder schlimmer noch: „Sollte ich vielleicht einfach die Seiten wechseln, tun was sie sagen, damit ich meine Ruhe habe?“

Arrogante Menschen benutzen Verachtung gezielt, um Schwächere zu manipulieren. „Du bist es nicht wert, geliebt oder gesehen zu werden, aber wenn du zu meiner Clique gehörst, dann bist du sicher.“

Verachtung isoliert und Verachtung manipuliert und dann redet sie uns ein, dass wir **nicht mehr sind als ein schlechter Scherz**.

Psalm 22,7.8

Der Psalmist fühlt sich unter dem Druck der Verachtung schon nicht mehr als Mensch. „Ich aber bin ein Wurm!“ Jetzt ist Verachtung am Ziel. Sie raubt dem Menschen alle Würde, die Gott ihm als Krone der Schöpfung gegeben hat.

Verachtung ist ein Angriff auf die Herrlichkeit, die Majestät, das Wunder, die Gottesebenbildlichkeit, die Gott in uns Menschen hineingelegt hat.

Die Würde des Menschen ist eine Reflexion von Gottes Herrlichkeit. Wenn wir anfangen, den Menschen in seiner Einzigartigkeit als Krone der Schöpfung zu feiern, wenn wir uns an der Herrlichkeit freuen, die Gott in uns hineingelegt hat, uns gegenseitig zusprechen, dass wir Wunder sind, wunderbar gemacht sind, dann passiert etwas mit unserem Herzen. Es will sich vor Gott beugen und ihm dienen. Wer das Wunder seiner eigenen Existenz und die Herrlichkeit des Menschen feiert, der feiert Gottes Herrlichkeit, wie sie sich in ihm und durch ihn offenbart. Und wenn es eine Sache gibt, die der Teufel hasst, dann das! Der Teufel liebt es, Menschen runterzuputzen und in ein schlechtes Licht zu rücken. Nicht umsonst wird er *Verkläger* (Offenbarung 12,20) genannt. Es ist ihm eine Freude, auf unsere Schwachheiten hinzuweisen, uns mit unseren Fehlern und Sünden zu konfrontieren, uns zu demoralisieren und zu entmutigen. Dazu ist ihm jedes

Mittel recht. Verachtung ist nur ein besonders wirkungsvolles.

Trauriger Weise sind wir selbst dabei nicht immer nur Opfer, sondern vielleicht öfter als uns lieb ist, auch Handlanger des Teufels. Und dabei müssen wir nicht ganz offensichtlich jemanden mit beißendem Spott und Hohn überschütten. Es geht auch dezenter: Vier Formen alltäglicher Verachtung.

Ich hoffe es nicht, aber vielleicht erkennst du dich wieder:

Verachtung getarnt als Tratsch

Klatsch und Tratsch heißt in der Bibel „Lästerei“. Wer lästert, der redet über andere. Und natürlich geht es dabei nicht darum, dass wir ihre Stärken feiern und uns ihre gute Taten zum Vorbild nehmen! Wir reden über die schmutzigen Details ihres Lebens, ihren Kummer, ihr Versagen, die Dinge, für die man sich zu schämen hat. Über das, was sie falsch machen. Und wir lieben die aufgeblasene Selbstgerechtigkeit, mit der wir uns innerlich auf die Schulter klopfen, weil wir besser sind... jedenfalls meinen wir das!

Gott hasst Tratsch, Klatsch, Lästerei und stellt die Sünde des Schlechtredens auf eine Stufe mit ...

1Korinther 5,11

Ein einfaches Prinzip, um Tratsch zu vermeiden: Rede über eine abwesende Person so, wie du auch über sie reden würdest, wenn sie anwesend wäre. Und die gute, alte Empfehlung aus Epheser 4,29 – ist das, was ich sage gut, notwendig und bringt es dem Hörer etwas – ist immer passend.

Tratsch ist so eingängig, dass die Bibel die Lästereien mit Leckerbissen vergleicht. Sprüche 18,8

Ohrenbläser = Tratschtante, Klatschmaul, Lästerverbacke

Ich verachte Menschen, ich beraube sie ihrer Würde, wenn ich hinter ihrem Rücken schlecht über sie rede.

Verachtung versteckt hinter Angeberei

Der Angeber ist immer einer, der andere Menschen verachtet. Das muss er auch. Denn seine ganze Angeberei zielt ja nur auf eine Sache ab: „Schau her, wie toll ich bin! Schau dir an, was für ein Auto ich fahre, wie viel Geld ich verdiene, wie hübsch meine Freundin ist, wohin ich in Urlaub fahre, wie viele Menschen sich durch mich schon bekehrt haben, was ich mir für Gadgets und Klamotten leisten kann, wie ich mich in die Gemeinde einbringe. Schau her, was ich weiß, was ich leiste, wen ich kenne, was andere für mich tun!“ Der Angeber dreht sich immer um sich selbst.

Und die Sache mit der Selbstbeweihräucherung, dem Imponiergehabe und der Prahlerei funktioniert nur, wenn ich gleichzeitig andere runtermache.

In seinem Herzen verachtet der Angeber alle anderen Menschen und hält sich für den Größten.

Verachtung als Begleiter der Kritik

Kritik riecht oft ein wenig nach Verachtung. „Warum hast du den Müll nicht rausgebracht, du warst doch vorhin am Auto!“ Klingt ein bisschen nach: „Du Dummkopf, hast du nicht gesehen, dass der Müll raus muss? Du bist echt kein bisschen effizient! Oder willst du, dass ich noch mehr Arbeit habe? Du könntest echt mehr mitdenken!“ Diese kleinen, unnötigen Sticheleien sind ein Ausdruck von Verachtung. Warum nicht sagen: „Du, ich hätte mir gewünscht, dass du den Müll rausbringst. Du würdest mir eine Freude machen, wenn du es bis zum Abendbrot noch tun könntest.“

So, Hand aufs Herz, wiedererkannt?

Und wenn wir bei fremden Fehlern schon zur Verachtung neigen – und sei es nur, um unsere eigene Enttäuschung und Verletzlichkeit dahinter zu verstecken – wie viel mehr neigen wir dann zur Verachtung, wenn wir selbst Fehler machen!

Verachtung im Umgang mit den eigenen Fehlern

Wie reagierst du, wenn man dich dabei erwischt, dass du etwas krass falsch gemacht hast? Ich sage nur: Blameshifting.

Blameshifting ist ein tolles, englisches Wort, für das es keine deutsche Entsprechung gibt. Wörtlich ist es das „Anderen-die-Schuld-in-die-Schuhe-schieben“.

Ich bin schuld, aber ich schiebe die Verantwortung für mein Handeln einem anderen in die Schuhe. Das klassische Beispiel dafür findet sich in 1Mose 3,12, direkt nach dem Sündenfall. Adam redet mit Gott.

1Mose 3,12

Seht ihr die Reihenfolge? (1) Gott du hast den ganzen Schlamassel zu verantworten, weil du die Frau geschaffen hast; (2) Die Frau hat mir zu essen gegeben, ich wollte gar nicht essen... alles nur ihr Fehler; (3) o.k. ich habe davon gegessen.

Wenn ich anderen die Schuld für mein Versagen zuschiebe, dann respektiere ich weder ihre Würde noch bin ich bereit, die Verantwortung für meine eigenen Fehler zu tragen. Beim Blameshifting mache ich Menschen zu Prügelknaben, zu Blitzableitern meiner eigenen Frustration. Statt über meine Fehler zu trauern und mich meinem Versagen wie ein Mann zu stellen, missbrauche ich die Fehler der Anderen, um von mir abzulenken.

Fassen wir kurz zusammen: Verachtung isoliert, schürt Selbstzweifel und raubt uns die Würde. Sie ist ein direkter Angriff auf Gottes Herrlichkeit, wie wir sie als die Krone seiner Schöpfung widerspiegeln. Verachtung will uns einreden, dass wir es nicht wert sind, geliebt zu werden, dass keiner uns will und keiner uns braucht.

Was muss ich tun, wenn ich feststelle, dass ich arrogant bin und dazu neige, andere Menschen zu verachten? Und natürlich fängt das in Gedanken an¹, dann

¹ Predigtipp: www.frogwords.de/predigten/verachtung

Skript: http://www.frogwords.de/_media/predigten/verachtung_generationen_werden_schuldig.pdf

kommt der Tratsch und jede Form von Desinteresse, Respektlosigkeit und Manipulation. Also, was muss ich tun, wenn ich merke, dass ich Menschen nicht liebe.

Die Antwort ist simpel. Ich muss meine Sünde bekennen. Das ist der einzige Weg, sie loszuwerden.

1Johannes 1,8.9

Und dann muss ich anfangen, das Böse durch das Gute zu ersetzen. An die Stelle von Desinteresse und Respektlosigkeit, treten Kennenlernen und Ehren. Tratsch und Angeberei werden durch Lob und Erbauung ersetzt. Bissige Kritik durch intelligente Kritik: Keine Verallgemeinerungen, Gefühle und Situation beschreiben, Ich-Botschaft, nicht erwarten, dass der Partner Gedanken lesen kann, Höflichkeit, Bezug zu früheren, schönen Erfahrungen, nicht herausplatzen... wenn ihr mehr dazu wissen wollt, hört euch doch den Vortrag über Konfliktbewältigung auf Frogwords an. Ehekurs Abend 3. Suchmaske „Ehekurs“ eingeben.

Und beim Blameshifting: Sei ein Mann! Steh zu deinen Fehlern!

Und was tue ich, wenn ich verachtet werde? Zwei Dinge sind wichtig: (1) Du musst vergeben. Ich weiß, dass das nicht leicht fällt, aber das ist wichtig. Wichtig für deine Beziehung zu Gott. „Aber es tut so weh!“ – Ich weiß! Verachtung tut tierisch weh! Aber es führt kein Weg an Vergebung vorbei! (2) Du darfst dich nicht über das definieren, was du von Menschen bekommst, sondern über das, was du in Christus bist. Klingt einfacher als es ist, aber ich mein Tipp: Feiere deine gottgegebene Herrlichkeit als Kind Gottes. Wie macht man das? Man vergegenwärtigt sich, wer man ist: Kind Gottes, Tempel des Heiligen Geistes, Gottes Kunstwerk, gerecht, erlöst, geheiligt, sicher, Miterben Christi, Himmelsbürger, Botschafter Gottes an eine kaputte Welt, Krone der Schöpfung, begabt, gewollt, berufen, erwählt... Denk über diese Begriffe nach, erweitere die Liste, wenn du deine Bibel liest, und dann danke dafür. Wenn du anfängst für all die Dinge zu danken, mit denen Gott dich beschenkt hat – und das ist eben nicht nur der volle Kühlschrank oder dein Lieblingsschlafanzug – das ist deine ganze Art, deine Talente, deine Identität in Christus. Danke und du feierst deine Herrlichkeit. Genau genommen: Du feierst Gott, der sich in dir offenbart und verherrlicht, denn alles, was du hast und bist, hast und bist du nur durch ihn.

Letzter Punkt. Bis hierher habe ich nichts Gutes an Verachtung gelassen. Verachtung ist immer böse – falsch! Denn Gott ist ein Gott, der spottet und verachtet! Wie kann das sein? Hat Verachtung eine gute Seite? Dazu nächstes Mal mehr.