

10 Werte – was bringt mir das?

1: **Gott will uns Freiheit schenken**

Der ganze Text des ersten Gebotes heisst: «Ich bin der Herr, dein Gott, der dich aus der Sklaverei in Ägypten befreit hat. Du sollst ausser mir keine anderen Götter haben.» Dies bedeutet, dass Gott uns von allem befreien möchte, das unser Leben einengt. Wovon sind unsere Gedanken geprägt, was nimmt mir Zeit, welchen Traumidealen renne ich hinterher, in was investiere ich meine gesamte Energie? Wenn wir uns auf Gott konzentrieren, brauchen wir keine Ersatzgötter. Und das beweist er uns in seinen zehn Geboten.

2: **Respekt hat immer eine konstruktive Wirkung**

Gott will nicht, dass wir schimpfend und fluchend durch das Leben gehen. Vor allem nicht in seinem Namen. Wir kennen das aber alle. Irgendwas läuft schief, und schon kommt ein Fluch daher. Kurzfristig kann das sogar befreiend wirken. Aber es kann – und darum geht es – vor allem unser Gegenüber einschüchtern, verunsichern, ängstlich machen. Der Tennisspieler Boris Becker zum Beispiel war dafür bekannt, dass er auf dem Platz immer geflucht hat. Er realisierte schnell, dass dies seine Gegner jeweils irritiert hat. Also hat er gezielt weiter geflucht. Wenn wir beim Fluchen auch noch Gottes Namen in den Mund nehmen, signalisieren wir, dass Gott uns nichts wert ist und wir damit das Mass aller Dinge sind. Fluchen ist immer eine Form von Respektlosigkeit. Mir, meinen Mitmenschen und Gott gegenüber. Unserem Ärger Worte geben ohne dabei zu beleidigen ist anstrengender, aber der Respekt dahinter verbindet. Ehrlichkeit ohne zu fluchen macht uns frei, wirklich aufeinander zu hören.

3: **Ohne Götzen lebt man freier**

Wenn Gott uns in seinem dritten Gebot darauf hinweist, keine Götzenbilder anzufertigen, geht es wieder um Freiheit. Götzen sind vielfältig. Es ist auch einfach, sie zu entdecken. Im Matthäus-Evangelium 6,19-21 liest man: «Da wo Dein Schatz ist, da ist Dein Herz!» Woran hängt also mein Herz, meine Gedanken, meine Liebe, meine Leidenschaft? Wir verzichten hier absichtlich auf eine Aufzählung oder Erwähnung von Götzen. Es geht um alles, was mein Denken, Fühlen und Handeln dominiert und mir keinen Freiraum mehr für anderes oder andere Menschen lässt. Wenn wir uns auf Gott konzentrieren, können wir erleben, dass er alle Bedürfnisse stillt, die hinter unseren privaten Götzen und Göttern stecken.

4: **Wer in das eigene Leben regelmässig Pausen einbaut, hat mehr vom Leben**

Wenn Gott sagt, dass wir am siebten Tag ruhen sollen, meint er es wirklich gut mit uns. Er will, dass wir aus dem Hamster rad raus gehen. Wir sind eine Aktivgesellschaft. Ruhe ist gleichbedeutend mit Versagen, zu wenig leistungsbereit, schwach. Die Auswirkungen kennen wir alle. Burnout, Herzprobleme, zerstörte Beziehungen und Familien und Vieles mehr. Dabei erhalten wir so viel Energie zurück, wenn wir uns regelmässig Auszeiten nehmen. Gott gönnt uns solche Zeiten, er verordnet uns diese sogar.

5: **Nichts ist so wertvoll wie eine gesunde Familie**

Wenn Gott uns auffordert, Vater und Mutter zu ehren, meint er damit nicht den pädagogischen Ansatz von «Pass auf wie du mit Mama und Papa umgehst, sonst gib't's was auf die Finger.» Es geht vielmehr darum, über Generationen hinweg füreinander da zu sein. Einander zu helfen, zu unterstützen. In guten wie in schlechten Zeiten. In vielen Kulturen wird das noch immer so gelebt. In unserer Kultur verliert das Zusammenspiel von Enkeln, Eltern und Grosseltern immer mehr an Wert. Gott will mit diesem Gebot den wichtigsten Kern der Gesellschaft, die Familie, aufwerten.

10 Werte – was bringt mir das?

6: **Schütze das Leben**

Das Leben ist einzigartig und wertvoll. Der Mensch ist das Beste was Gott erschaffen hat. Mediziner und Wissenschaftler staunen immer wieder über die Komplexität hinter dem menschlichen Körper und sagen aus tiefster Überzeugung, dass das nur Gott erschaffen haben kann. Und dieses Leben gilt es zu schützen. Doch weltweit werden täglich Tausende von Menschen ermordet und in kriegerischen Auseinandersetzungen umgebracht. Und damit bleiben zerstörte Familien zurück, Hoffnungslosigkeit, Trauer und Wut. Dabei will Gott, dass wir leben.

7: **Trage Sorge zur Liebe deines Lebens**

Die Liebe ist wunderbar. Sie gibt Energie, sie macht das Leben gegenseitig schöner, sie macht glücklich. Bis die ersten Probleme kommen. Auf die Frage, weshalb ihre Ehe schon über 60 Jahre lang hält, antwortete ein Ehepaar; «Wir kommen aus einer Generation, in der wir Sachen, die kaputt waren, noch geflickt haben.» Oder anders formuliert, wir haben unserer Beziehung Sorge getragen. Jede Liebe erlebt Krisen. Trotzdem lohnt es sich, in diese Beziehungen zu investieren. Denn jeder Seitensprung, jede Lieblosigkeit hinterlässt Risse und hat Auswirkungen auf die ganze Familie. «Du sollst nicht ehebrechen.» hat also nicht mit einem Gott zu tun, der uns keine Abenteuer gönnt. Sondern mit einem Gott, der unsere guten Grundlagen des Zusammenlebens erhalten möchte.

8: **Wir alle haben es schon getan**

Würden wir nicht alle gerne einander vertrauen und sicher sein, dass uns niemand etwas stehlen oder uns betrügen will? Wie wäre das, wenn wir alle unsere Haustüren offen lassen könnten? Wenn wir sicher sein könnten, dass wir beim Kauf von was auch immer, nie betrogen würden? Wenn weltweit niemand um seinen Besitz betrogen würde? Wenn keine Menschen ausgebeutet würden? Wenn wir einfach nicht stehlen würden? Gott sagt einfach: «Du sollst nicht stehlen.» Punkt. Keine tausend Gesetzesvarianten dazu. Bei Gott gibt es nicht ein bisschen viel, ein bisschen wenig, ein bisschen bewusst oder ein bisschen wie auch immer stehlen. Schlicht und einfach ist seine Anweisung. Und wenn wir sie alle befolgen würden, würden wir einander offen, ehrlich und voller Vertrauen begegnen. Was für ein Wert!

9: **Wir lügen alle 10 Minuten**

Es gibt Notlügen, Ausreden, Alltagslügen, Höflichkeitslügen. Egal wie wir lügen, wir werden damit nie erfolgreich sein. Wie heisst ein Sprichwort: «Lügen haben kurze Beine?» Das heisst, die Wahrheit holt uns immer ein. Lügen kostet Energie, die wir besser investieren könnten. Deshalb sagt Gott aus gutem Grund: «Du sollst nicht lügen.» Denn wer nicht lügt, ist vertrauenswürdig; mit solchen Menschen ist man gerne unterwegs, weil man ihnen glauben und vertrauen kann.

10: **Am Anfang war der Neid**

Wir sind neidisch auf das was andere haben, sehen aber kaum, was andere nicht haben. Neidische Menschen sind selten dankbar. Sie sind fixiert auf das was ihnen scheinbar zum Glück fehlt. Hinter jedem Neid steckt ein Bedürfnis. Viele Menschen setzen sich zu wenig mit diesem Bedürfnis, als viel mehr mit dem Objekt der Begierde auseinander. Wenn Gott sagt; «Begehre nicht den Besitz deines Nächsten.», sagt er das aus gutem Grund. Wir leben zufriedener mit weniger, denn wir müssen uns über weniger Gedanken machen. Und Menschen, die nicht neidisch sind, können sich über Vieles mehr freuen.