

Liebe geht durch den Magen

Markus Wüthrich.

Beim Essen trifft unsere Bedürftigkeit auf Gottes Güte. Wo wir das nicht sehen, kippen wir gerne auf die eine oder andere Seite um: ins Gedankenlose oder ins Kontrollierende. Wie können wir eine gesunde Einstellung zum Essen haben, die tatsächlich Freude macht? 1 Tim 4,3-5 zeigt es uns.

5.Feb 2023 - FEG-Horw-Kriens

www.feg-kriens.ch/predigt - www.feg-kriens.ch/youtubechannel

5+1 Liebessprache... + 1

Es war ein Sonntag im Dezember. Ich hatte vor, über die 5 Liebessprachen zu predigen. Genauer: 5+1 Liebessprache. Worum ging es da? Neben den Liebessprachen der Worte, des Helfens und Schenkens, des Berührens und Zeitverbringens? Da kam ein junger Mann zu mir und fragte: "Was ist diese "plus 1" Liebessprache? Das Essen?" "Wow, genau!" dachte ich. "Liebe geht durch den Magen!" Aber das war es nicht. Die sechste Liebessprache im Advent ist nicht das Essen, sondern die Art, wie sich Gott von uns geliebt weiss: der Gehorsam. "Okay", sagt der Mann. "Wenn du mal eine Predigt über das Essen machst, dann koche ich für die Gemeinde!" Das war ein Statement, das ich nicht einfach so stehen lassen konnte. Das Resultat: heute gibt's Spaghetti - und ich predige über das Essen.

Nun, das Essen ist etwas, was wir alle ganz gut können und kennen. **Etwas vom Alltäglichen**. Aber manchmal ragen einzelne Essen so richtig heraus.

- › Erinnerst du dich an ein schönes Essen? Was fällt dir dabei spontan ein? Erzähl davon. [Besondere Speisen, besondere Gesellschaft, besonderes Ereignis, nach Hunger?]

Ich erinnere mich an einen Ausflug, den Andrea und ich unternommen haben. Wir sind eine lange Strecke mit dem Auto gefahren. Unser Ziel wollte und wollte nicht näher kommen. Ich wurde immer grantiger und gereizter. So richtig unappetitlich kam ich mir vor. Bis plötzlich ein Restaurant am Strassenrand auftauchte. Wir hielten spontan an und assen gemeinsam etwas. Ich weiss nicht mehr was. Aber von dem Moment an war ich wieder voll Geduld und Liebe und Freude. Ein schönes Essen!

Ich halte mal fest: beim Essen trifft unsere Bedürftigkeit auf Gottes Güte.

Die Bibel übers Essen

Logischerweise steht auch **in der Bibel** wahnsinnig viel übers Essen. Es wird gegessen, geschlemmt, gehungert, gefastet, geteilt, gefeiert... Ich habe einen Predigttext gewählt, der uns einige gute Impulse gibt. Achtung: es geht dabei darum, dass gewisse

Leute extreme Essensvorschriften machen wollten. Sie forderten: wenn du Gott wirklich gefallen willst, dann musst du sehr fest lernen, zu verzichten. Heiraten ist zum Beispiel etwas, was dich von Gott trennt. Und beim Essen musst du gut aufpassen: viele Dinge machen dich so richtig unrein und unheilig.

Wahrscheinlich war die Behauptung, Essen und Heiraten seien etwas Schlechtes, eine Gegenreaktion auf den gedankenlosen Lifestyle der Menschen, die sich sagen: "Lasst uns essen und trinken, denn morgen sind wir tot." (1 Kor 14,32). Eine Gegenreaktion auf Saufparties und verschwenderische Schlemmereien (1 Pe 4,3).

Siehe: Flipchart: Schlemmer vs. Verbot-Checkliste

Als Antwort auf diese "Verbots-Irrlehre" sagt uns Gottes Wort in 1 Timotheus 4,3-5:

Sie werden behaupten, es sei falsch, zu heiraten, und falsch, bestimmte Dinge zu essen. **Doch Gott hat diese Nahrungsmittel geschaffen, damit wir sie dankbar essen:** denn wir sind Menschen, die die Wahrheit kennen und (an sie) glauben.

Weil **alles, was Gott geschaffen hat, gut ist**, sollen wir nichts davon ablehnen. Wir dürfen es **dankbar annehmen**, denn wir wissen, dass es durch das Wort Gottes und durch das Gebet gesegnet (= geheiligt) wird.



1. Gedankenlos oder kontrollierend?

Wenn ich morgens am Fastfoodrestaurant vorbei komme, liegen oft irgendwelche Papiersäcke und Kartonbehälter am Boden. Und nicht selten ist auch weggeworfenes Essen dabei. Wir leben in einer Wohlstandsgesellschaft. Dass es für uns normal ist, dass immer, immer, wenn wir wollen, etwas zu essen zu haben ist, ist auf dieser Welt ein seltenes Phänomen. Unsere Vorfahren hatten das nicht. Und viele Menschen in anderen Gegenden dieser Erde haben das nicht. Und wenn sie doch täglich etwas zu essen haben, so ist es oft tagein tagaus dasselbe Menu. Und Fleisch gehört definitiv nicht auf die tägliche Speisekarte bei ihnen.

Es ist eine Versuchung für uns, dass wir gedankenlos essen. Es für selbstverständlich nehmen, was wir haben dürfen.

Die Gegenbewegung kippt gerade ins andere Extrem. Verzichten und verbieten. Kontrollieren.

Die ersten Christen hatten mit einer Irrlehre zu tun, welche davon ausging, dass alles Materielle schlecht ist - und wer sich Gott nähern will, darum auf bestimmte Speisen oder auf Sex verzichten sollte. Bei uns kommen auch Verzichts-Lehren auf. Ich nenne als Beispiel den Veganismus. Da gibt es den hinduistischen Veganismus, der schon uralt ist und auf der Seelenwanderungs-Lehre aufbaut: in dem Tier, das vor mir ist, ist eine reinkarnierte Seele. Es ist nicht okay, dieses Tier zu essen. Es gibt auch den klimaphilosophischen Veganismus: keine tierischen Produkte, um den CO2-Ausstoss zu verringern. Ich könnte auch den paradiesischen Veganismus erwähnen: die Bibel erzählt, dass Adam und Eva im Garten Eden Früchte gegessen haben (1 Mo 2,16-17). Fleisch gab es nicht, weil es den Tod nicht gab. Erst bei Noah hat Gott ausdrücklich erlaubt, Fleisch zu konsumieren (1 Mo 9,2-4). Es könnte uns in den Sinn kommen, das Rad der Geschichte zurückzudrehen und mit dem Verbot tierischer Produkte vermeintlich das Paradies wieder herzustellen.

Es ist eine gute Sache, bewusst zu essen. Kontrolle unseres Essens kann durchaus nötig sein, damit wir gesund bleiben - oder gesund werden. Wenn jemand zum Beispiel ständig Süßes nascht, um sich zu trösten, oder wenn jemand eine Magersucht hat, ist es so wichtig, wieder gesundes Essen zu lernen.

Es ist gut, bewusst zu essen. Ich sage hier nicht "das Essen kontrollieren", sondern lieber: bewusst geniessen - denn Essen hat etwas mit Freude zu tun.

2. Was Gott geschaffen hat, ist gut!

Das muss man den Gedankenlosen sagen: hey, was du da in den Mund stopfst, ist von Gott geschaffen. Und du bist auch von Gott geschaffen. Und die Nahrung da, ist eigentlich gedacht, dass dir Gott etwas Gutes tun will!

Und das muss man den Kontrollierenden sagen: hey, was du das auf deiner Checkliste gestrichen hast, ist von Gott geschaffen. Und es ist gut, nicht schlecht, nicht unsauber an sich.

Es erinnert voll an das, wie Gott die Welt geschaffen hat:

Genesis 1,31 NLB: *Danach betrachtete Gott alles, was er geschaffen hatte. Und er sah, dass es sehr gut war. Und es wurde Abend und Morgen: der sechste Tag.*

Ein wunderbar zubereitete Toffu-Steak: es ist gut, weil es aus Gottes Schöpfung heraus gemacht wurde - und es ist gut, weil es uns sättigt. Und - weil es uns an Gottes Güte erinnert! Das ist ein Anknüpfungspunkt, um mit allen Menschen - egal was sie glauben - über Gott ins Gespräch zu kommen. So haben es Paulus und Barnabas gemacht:

Gottes Güte zeigt sich im Essen: Biblestory Apostelgeschichte 14,17

- Die beiden kommen auf ihrer ersten Missionsreise in die Ortschaft Lystra in Kleinasien. Schon zu Beginn heilt Gott einen gelähmten Mann, weil er ihrer Predigt glaubte.
- Das erregte Aufsehen. Die Leute von Lystra nahmen an, Paulus und Barnabas seien Götter - und sie wollten ihnen Opfer bringen.

- Aber die beiden reagierten bestürzt und riefen aus: "Hört auf, wir sind nur Menschen wie ihr. Aber wir sind gekommen, um euch die gute Nachricht zu bringen. Kehrt euch von den wertlosen Göttern ab und kommt zum lebendigen Gott, der Himmel und Erde und das Meer und alles, was darin ist, geschaffen hat."
- Und weiter erklärten sie, wer der lebendige Gott ist: "Er liess die Völker früher ihre eigenen Wege gehen. Hat sich aber immer wieder gezeigt, indem er ihnen Gutes tat: er schenkte Regen und fruchtbare Zeiten - und er erfüllte euch mit Nahrung - und fröhlichen Herzen."
- Es war schwer, die Leute davon abzubringen, ihnen zu opfern. Bis dann eine Truppe von extern kam. Die Stimmung kippte. Paulus wurde gesteinigt und vor der Stadt liegen gelassen. Als die Gläubigen ihn umringten, stand er wieder auf, ging mit ihnen in die Stadt und am nächsten Tag zogen sie weiter.

Alles, was von Gott geschaffen ist, ist gut! Und es zeigt auch, wozu es dient: Nahrung und fröhliche Herzen. Da gehört auch die Gemeinschaft dazu, die wir beim Essen geniessen. Essen ist nicht nur zum Bedürfnis-Stillen. Es ist ein fröhlicher Anlass.

| Siehe Flipchart: Regen - Wachstum - Nahrung und Freude

Als Nehemia 8,10 seinem Volk nach einer starken Zeit der Betroffenheit und Reue, wo sie sogar auf Essen verzichtet und gefastet hatten, den Auftrag gab, nun ein Fest mit köstlichem Essen und süssen Getränken zu feiern - und dies auch mit andern zu teilen - erklärte er: **"Seid nicht traurig, denn die Freude am Herrn ist eure Stärke, eure Zuflucht!"**

3. Dankbarkeit stärkt unser Herz!

Was also ist der gesunde, richtige Umgang mit dem Essen? Zu wissen, dass Gott gut ist und uns mit der Nahrung Freude ins Herz bringen will - das muss doch etwas auslösen in uns. Wir können doch nicht einfach oberflächlich drauflos schlemmen... Oder gedankenlos mechanisch einfach unser Essen zu uns nehmen, wie wir ein Auto an der Tankstelle auftanken. Wir können doch auch nicht einfach sorgenvoll am Brotrand kauen oder die Kalorien zählen um ja kein Gramm Fett zuviel zu bekommen - wenn wir wissen, dass da ein Gott ist, ein lebendiger Gott, der uns so sehr liebt, dass er uns seine Liebe durch den Magen schickt ... Unsere Reaktion ist doch ganz natürlich: Herzlichen Dank!

| Siehe Flipchart: Schlemmer und Checkliste durchstreichen. Herzlichen Dank!

Kennt ihr die Gewohnheit, bei jedem Essen Gott zu danken? Es geht nicht so sehr darum, einen Segen auszusprechen über dem Essen... es ist einfach nur tiefste Dankbarkeit, dass Gottes Güte uns beim Essen begegnet - und uns in unserer Bedürftigkeit berührt.

Gottes Wort macht klar: es ist wichtiger, ein gestärktes Herz zu haben, als einen vollen Magen. Oder einen disziplinierten Speiseplan.

Hebräer 13,9 (NLB) Lasst euch daher nicht von seltsamen, neuen Lehren verwirren. **Durch die Gnade Gottes werdet ihr innerlich stark** und nicht durch Bestimmungen über Speisen, die keinem helfen, der sich danach richtet.

Auch in Zeiten des Hungers können wir erleben: das wirft uns nicht aus der Bahn, wenn wir ein dankbares Herz zu Gott behalten.

Philipp 4,12–13 (NLB) Ob ich nun wenig oder viel habe, ich habe gelernt, mit jeder Situation fertig zu werden: **Ich kann einen vollen oder einen leeren Magen haben, Überfluss erleben oder Mangel leiden. Denn alles ist mir möglich durch Christus, der mir die Kraft gibt, die ich brauche.**

Auch Jesus sagte, wir sollen auf unser Herz aufpassen: nicht, was wir essen, macht uns unrein, sondern das, was aus dem Herzen kommt (Mk 7,16-23).

Dankbarkeit stärkt unser Herz! Und verändert das Essen für uns! Wie das? 1 Tim 4,5 hat eine seltsame Aussage: das Essen wird geheiligt (also für den Zweck ausgesondert, den Gott für das Essen gedacht hat: Nahrung und Freude!) durch Gottes Wort und unser Bitten.

Siehe Flipchart: Gottes Wort und Bitten

Für mich ist es am natürlichsten, **Gottes Wort als das, was von Gott herkommt**, zu verstehen. Also: ich akzeptiere, dass alles, was ich in den Mund stopfe, seinen Ursprung bei Gott hat. Und das Bitten, Flehen drückt auch aus, dass wir in Not, Hunger, und auch im Überfluss, **um unser tägliches Brot bitten sollen - mit Blick auf die ganze Menschheit** ("unser").

So sind es zwei Bewegungen, die sich beim Essen treffen: Gottes schaffendes und versorgendes Wort - seine Liebe zu uns im Essen - und unser Bedürfnis nach Nahrung - und nach seiner Liebe. Beim Essen ist also die Nahrung Gottes Geschenk an uns und unsere Herzenshaltung ist Dankbarkeit zu ihm.

Was wäre, wenn...

... unsere Tischgebete jeden Tag neu von tiefer Dankbarkeit gegenüber Gott getränkt sind, weil er uns so gewaltig mit seiner Liebe und Freude beschenkt.

... unsere Herzen gestärkt sind, weil wir im Glauben an Jesus Christus eine grössere Wahrheit finden - eine Wahrheit, die grösser ist als der Spruch "Zuerst das Fressen, dann die Moral".

... wir befreit sind von Oberflächlichkeit oder Kontrollbedürfnissen hin.

... wir mithelfen, dass auch andere Menschen ihr tägliches Brot bekommen können, zum Beispiel mit Patenschaften.

Let's pray: Herr, stärke unsere Herzen durch deine Gnade. Und lass uns das Essen als ein wunderbares Geschenk von dir sehen. Wir sind so froh, dass alles, was du geschaffen hast, gut ist, wenn wir es mit mit Dank geniessen. Amen.

Vertiefung

- Wie hören sich deine Tischgebete mit Gottes Ohren wohl an?
- Was willst du in deinem Umgang mit Essen heute beachten?
- Was sagt Jesus zu dir?
- Was machst du damit?