

# Neid • Wut • Angst

## Gefühle die uns haben

# Neid

## Predigtreihe 2019

Predigt-Text: Genesis 4, 1-16. Predigt von Edzard Everts in der Reihe „Neid – Wut – Angst. Gefühle die uns haben“ am 10. März 2019.

*Mein lieber Bruder,*

*Abel, mein lieber Bruder. Schon das zu schreiben, zerreißt mir das Herz. Immer noch, nach so vielen Jahren. Was habe ich getan?*

*Der wichtigste Mensch warst Du mir.*

*Unsere Eltern, Eva und Adam, waren mir oft so fern. Zu sehr waren sie mit sich selbst beschäftigt, haben sich abgearbeitet an ihrem Schicksal. Sie schienen mir gefangen in ihrem Schrecken, die ursprüngliche Beheimatung in sich selbst verloren zu haben. Sie nannten es ihr Paradies, die Zeit vor ihrem Schweiß, vor ihren Mühen. Sie liebten und sie hatten Sorgen, sie begehrten und versteckten sich. „Traumatisiert“ wird man dereinst wohl dazu sagen. Vertriebenenschicksal.*

*Aber ich hatte Dich, meinen Bruder. Wir lebten jeder auf seine Weise in der einzigen Welt, die wir kannten, Du als Hirte, ich als Ackermann. Bis ich damals, in jenen Tagen, auf eine neue, erschreckende Welt stieß, tief in meinem Inneren. Eine Welt der Gefühle, leuchtend und dunkel zugleich. Noch heute wird mir kalt, wenn ich an jene Tage denke, als ich auf einmal gepackt war vom Neid. Ich war so neidisch auf Dich, Deinen Erfolg, Deine*

*Gelassenheit. Dein Glück war mir auf einmal zum Stachel geworden. Deine Herden wuchsen, während ich meine ersten Missernten einfuhr.*

*Warum sah Gott Dich an und mich nicht? Warum konntest Du lachen und mich schmerzte mein eigener Grimm?*

Liebe Gemeinde,

Neid – Wut – Angst. Gefühle, die uns haben. So heißt die Predigtreihe, die Renate Zorn-Traving und ich uns für diesen und die nächsten zwei Sonntage vorgenommen haben. Im Vorfeld haben manche von denen, die von diesem Vorhaben erfuhren, gefragt: Warum habt Ihr ausgerechnet diese Gefühle ausgewählt? Es gibt doch auch die anderen? Warum unbedingt die negativen Gefühle?

Genau darum! Denn es gibt keine „negativen“ Gefühle. Es gibt nur Gefühle, die sich gut anfühlen und solche, die sich schlecht anfühlen, Gefühle, die wir gerne leben und solche, mit denen wir uns schwer tun. Aber alle Gefühle sind Teil unseres Mensch-Seins, gehören zu uns, sind eingewebt in unsere Textur. Darum beschneidet es uns, wenn wir Gefühle in gut und schlecht, positiv und negativ klassifizieren.

Unsere Sprache verrät viel über diese heimlichen Mechanismen. Noch nie habe ich jemanden sagen hören „Mich *hatein* zärtliches Gefühl.“ Nein, das *habe ich*. Aber die Wut, die packt uns und der Neid zerfrisst uns und die Angst treibt uns. Das Gefühl, das wir nicht haben wollen, machen wir zum Subjekt. Doch wenn wir nur einen Teil unseres Gefühlslebens annehmen können, dann trennen wir uns auf und verlieren jenen Teil, der doch auch zu uns gehört.

Wo Gefühle sind, da ist Leben. Als Seelsorgerinnen erleben wir es immer wieder – und ehrlich gesagt, auch ich erlebe es des Öfteren bei mir selber: Wenn ein Mensch sich ein Gefühl nicht zugesteht, dann wird es schwierig.

Ein Witwer bleibt beim Beerdigungsgespräch seltsam distanziert. Bis der Moment kommt, wo er aussprechen kann, dass er auf seine verstorbene Frau neidisch ist; sie hat es geschafft, sie hat jetzt ihre Ruhe, aber er... Das gehört sich doch nicht, so etwas zu denken!? Das darf man doch nicht! Doch, darf man! Es ist wie es ist. Beim Gesprächspartner hat sich eine Tür geöffnet, die Erstarrung fällt von ihm ab. Jetzt kann er auch weinen.

Ich frage mich manchmal, warum wir nicht von den Kindern lernen. Oder zumindest von unserem eigenen Umgang mit kleinen Kindern. Denn zum Glück darf man heute oft beobachten, wie Eltern ihr Kind, das von einem Wutausbruch gepackt ist, nicht mehr schimpfen, sondern ihm zunächst einfach nur anteilnehmende vermitteln: Ich bin bei Dir, auch bei Dir mit Deiner Wut. Und ihm dann helfen, mit diesem Gefühl umzugehen. Impulskontrolle erlernen, sagen die Pädagogen.

Impulskontrolle ist gut. Die Welt sähe fürchterlich aus, wenn wir sie nicht spätestens im Erwachsenenalter halbwegs beherrschten. Doch man kann immer zu zwei Seiten vom Pferd fallen. Die andere Seite besteht aus der Schranke eines „Das-gehört-sich-nicht“, „So-will-ich-nicht-sein“ und „Beherrschtseins“, die dazu führen kann, den Zugang zu den eigenen Gefühlen zu verlieren.

Lernen könne wir auch aus der biblischen Botschaft. Die Bibel als Buch des Lebens erzählt Geschichten vom Leben, des *ganzen* Lebens. Die Geschichte von Kain und Abel ist eben nicht nur die erste Erzählung von tödlicher Gewalt in einer an Mord und Totschlag nicht armen Überlieferung. Das ist sie auch, aber eben nicht nur. Böser Kain, armer Abel – aber ich, ich bin ja kein Mörder... Diese Perspektive als einzige Deutung versperrt den Zugang zu den Dimensionen, die mich vielleicht auch existentiell betreffen. Eine der Facetten in dieser Erzählung ist der Neid!

Die meisten Menschen schämen sich für ihre Neidgefühle. Doch sie zu verleugnen ist keine gute Lösung. Das ist die bittere Erfahrung des einen Bruders mit tödlichem Ausgang für den anderen.

Was also dann? Ein erster Schritt wäre, ein Gefühl überhaupt als solches wahrzunehmen, ein zweiter, es anzunehmen und dann nach dem Grund zu fragen.

*Mein lieber Bruder, Abel. Man erzählt sich, dass unser Vater damals von Gott gefragt wurde „Wo bist Du?“ Als ich Dich erschlagen hatte, da fragte Gott mich „Kain, wo ist Dein Bruder Abel?“ Kannst Du Dir vorstellen, dass diese Frage für mich fürchterlich war? Fürchterlich nicht wegen meiner Tat, sondern weil sie mich genau darin noch einmal bestärkte, was ich damals empfand: Warum fragt Gott nicht nach mir? Warum sieht er mich nicht? Immer nur Dich!*

*Abel, heute weiß ich, dass es meine Sehnsucht nach Anerkennung war, die zum Neid wurde. Abel, mein geliebter Bruder, auch ich bin ein Mensch, der geliebt werden will. Ein starker Mann gibt das natürlich niemals zu. Ich war ein starker Mann. Das war mein Bild von mir. Deshalb bekam mein Neid erst die Gewalt über mich. Soviel zum starken Mann.*

*Abel, mit Dir erschlug ich einen Teil von mir selbst. Daran erinnert das Zeichen, das Gott danach auf mich legte. Kainsmal wird es heute genannt. Es ist kein Schandmal, sondern Zeichen dafür, dass Gott mich sieht. Jeden Tag erinnert es mich daran, dass es keine Schande ist, bedürftig zu sein, Anerkennung zu brauchen, den Wunsch zu haben, großartig zu sein. Nein, das ist keine Schande. Darum ist auch Neid keine Schande. Meine Schande war, dass ich meinen Neid verleugnete. Erst dadurch konnte ich Dir die Schuld für mein Unglück geben.*

*Abel, mein Bruder, das Mal auf meiner Stirn erinnert mich jeden Tag an meine Schuld; nicht, dass ich neidisch war, sondern dass ich Dich erschlug. Und*

*jeden Tag erinnert es mich daran, dass Gott mich dennoch weiter ansieht.  
Heute weiß ich: „Kain, wo ist dein Bruder?“ heißt ja zuerst „Kain!“ „Kain,  
ich sehe dich.“*

*Manchmal bin ich heute noch neidisch auf Dich: Denn ich bin heute in den  
Augen der Menschen der Böse. Der erste Mörder der Menschheitsgeschichte. Und  
Du bist der Arme. Das Opfer. Du hast es gut. – Verrückt! Verrückt, solche  
Gedanken, oder? „Du hast es gut“ – Wie bescheuert ist das denn? Du bist tot!  
Was würde ich darum geben, wenn wir jetzt gemeinsam darüber lachen könnten,  
wenn wir über uns lachen könnten, so, wie früher.*

*Hätte ich mir damals schon eingestanden, dass meine Seele auch dunkle Seiten  
hat, dann ...*

*Dann . . .*