

F1 Einführung – Bild Glück

Glückselig – also glücklich wie die Götter ist... wer den Mut hat sanft zu sein. Gott möchte, dass wir Menschen glücklich werden und andere glücklich machen. Darum predigt Jesus mit den Seligpreisungen seine Predigt vom Himmelreich. Dem Reich, dass, wie wir sehen werden, auch durch uns auf der Erde immer mehr Gestalt annehmen kann. Heute geht es um Sanftmut... und das ist nichts für Weicheier!

F2 (Bild von der Sanftmut)



Bei diesem Bild, das von Jean Marcellin 1861 als Statue verewigt wurde und heute im Louvre steht, geht es nicht um die Person, sondern um die Sanftmut an sich. Das Lamm ist in der Geschichte, das stärkste Symbol für Sanftmut. Dies wegen der biblischen Symbolik vom fehlerlosen Lamm Gottes, das für alle Menschen zur Vergebung der Sünde geopfert worden ist. Achte bei der Statue auf den Ausdruck von Körperhaltung, die Milde der Gesichtszüge, die Haltung des Herzens, die nach aussen dringt...

F3 Sanftmut ist laut Definition: «eine ausgeglichene, ruhige, geduldige und wohlwollende Gesinnung, die einen Menschen selbst bei Kränkungen nicht in Zorn geraten lässt, sondern ein besonnenes Verhalten hervorbringt, das die Mitmenschen positiv beeinflusst.»¹

Jesus geht es also um unsere tiefe innere Gesinnung, wenn er sagt:

F4 Elberfelder Übersetzung: Matthäus 5,5: *Glückselig die Sanftmütigen, denn sie werden das Land erben.*

Luther übersetzt die Worte Jesu etwas anders: ***Selig sind die Sanftmütigen; denn sie werden das Erdreich besitzen.***

Das Wort Sanftmut ist ein aus dem Adjektiv sanft und dem Substantiv Mut zusammengesetztes Wort. Darum habe ich, um den Vers auszulegen, drei Punkte gesetzt, die ich hilfreich finde. 1. Sanft, 2. Mut und 3. das Land erben, bzw. das Erdreich besitzen.

F5 Sanft ...

Der Philosoph Otto Friedrich Bollnow hat Sanftmut und im Speziellen vor allem die Sanftheit folgendermassen umschrieben:

„Die Sanftmut steht im Gegensatz zur Gewaltsamkeit. ... Sanft ist er (der Mensch), wenn er sich nicht vom Zorn hinreißen lässt, ohne vermeidbare Härte im Affekt, **weich und behutsam**. Sanftmut bezeichnet dabei nicht nur eine Weise des Verhaltens, sondern mehr noch **eine Beschaffenheit der Gesinnung**. ... Die Sanftmut des Verhaltens verbindet sich sodann mit der **Behutsamkeit im Umgang**. Diese Behutsamkeit ist **eine Art von Vorsicht, die keinen Schaden an den andern Menschen ... herankommen lassen will.**“²

¹ Wiktionary <https://de.wiktionary.org/wiki/Sanftmut>

² O. F. Bollnow, Die Tugend der Geduld, S. 299 f. https://de.wikipedia.org/wiki/Sanftmut#cite_note-4

Das kleine Wörtchen sanft ist nichts für Schwächlinge oder Weicheier. Sanft kommt vom Wort Sänfte – eine Sänfte war in früherer Zeit das Transportmittel für Hohe und wichtige Persönlichkeiten, weil sie sanft, also äusserst behutsam und ohne Schaden zu nehmen von A nach B kommen wollten. Sanft hat mit Tragen, mit ertragen und gleichzeitig mit dienen zu tun, setzt also sowohl äussere, wie auch innere Stärke, demnach Charakterstärke voraus.

F6 Ich habe letzte Woche meiner Tochter Zoe zugeschaut, wie sie mit ihrem geliebten Häsi gespielt hat. Sie hat ihn geküsst, ihn sanft in die Stellung der Geborgenheit, in ihre Arme genommen und gewiegt.

Zoe hat die Kraft den Häsi von einer Ecke des Kinderzimmers in die andere Ecke zu schmeissen. Sie hätte die Kraft ihm den Kopf abzureissen. Sie besitzt die Stärke ihren Häsi aus den Fängen von Simon zu befreien. Aber sie wählte in diesem Moment die liebevolle, behutsame Sanftheit, weil sie nicht wollte, dass ihrem Häsi irgendwelcher Schaden geschieht.

Ich weiss, dass in mir beides schlummert. Sanftheit und Gewaltsamkeit. Ich weiss nicht, wie es dir geht, aber mir fällt der Weg sanft zu sein oft schwerer als der, bei dem ich mit gewaltsam nachhelfe. – Sanftheit, zu ertragen, vor allem wen man angefeindet wird, braucht Charakterstärke, die weit mehr ist, als körperliche Kraft. Sie braucht das innere Selbstbewusstsein von Stärke durch Verzicht auf Gewalt, weil Gewalt nur wieder zu Gewalt führt. Darum spricht Jesus auch von der Sanftmut – denn Sanftheit braucht ...

F7 Mut ...

Vor zwei Wochen haben wir wieder einmal als Familie den Film plötzlich Prinzessin geschaut. Darin zitiert Prinzessin Mia einen Satz ihres Vaters über Mut, den der wiederum vereinfacht von einem amerikanischen Hippie und Musikmanager mit dem Künstlernamen Ambrose Hollingworth Redmoon (1933-1996), abgeschrieben hat:

«Mut ist nicht die Abwesenheit von Angst, sondern vielmehr die Einschätzung, dass es wichtigere Dinge gibt als die eigene Angst. Die Furchtsamen nehmen an, dass es die fehlende Angst ist, die es den Mutigen erlaubt, zu handeln, während die Ängstlichen nichts tun. Aber Handeln ist leicht, wenn man keine Angst hat. Etwas nicht tun, wenn man Angst hat, ist ebenfalls leicht. Etwas trotz seiner Angst zu tun, ist mutig.»³

Diese Zeilen haben heutige Generationen von Führungspersönlichkeiten bewegt mutig für Dinge einzustehen. Doch lange bevor Redmoon gelebt hat, wies Jesus mit seiner Seligpreisung der Sanftmütigen auf dieselbe Tatsache hin. Er selbst handelte danach und machte seinen Jüngern Mut, wie er die Angst der Welt zu überwinden.

F8 Johannes 16,33 Solches habe ich mit euch geredet, dass ihr in mir Frieden habt. In der Welt habt ihr Angst; aber seid getrost, ich habe die Welt überwunden.

Diese von Jesus zum Glück der Menschheit geforderte Sanftmut, also den Mut, die durch die Angst bewirkte Gewalt zu überwinden, bewegte Menschen in allen Zeiten.

³ Ambrose Hollingworth Redmoon (1933-1996), eigentlich James Neil Hollingworth, Zitateheft 2011

Vor allem Menschen, die ihr eigenes Land, auf dem sie geboren wurden, selbst besitzen wollten... Jesus verspricht ja, dass Sanftmütige

F9 Das Land erben – das Erdreich besitzen

Wie kann sich Sanftmut derart auswirken, dass sogar Land geerbt, das Erdreich in Besitz genommen wird. Hier ein Beispiel aus der Geschichte. Mahatma Gandhi (2. Oktober 1869 bis 30. Januar 1948) hat aufgrund u.a. der Aussagen Jesu zum gewaltlosen Sturz des von Grossbritannien kolonialisierten Indiens aufgerufen. Das indische Volk wurde gewaltsam unterdrückt und Gandhi forderte zu gewaltlosem Protest auf, auch wenn von Grossbritannien weiterhin Gewalt angewendet wurde.

Gandhi zog Kraft aus seinem Glauben, also seiner inneren Haltung, die er immer wieder überdachte und neu definierte. Überzeugungen verschiedener Religionen flossen in seine Haltung ein, die Grundlage für seinen gewaltlosen Widerstand gegen ungerechte Gesetze und die Unterdrückung war. Sein konsequenter, aber stets friedlicher Kampf leitete schliesslich die am 15. August 1947 erlangte Unabhängigkeit seines Landes ein und inspirierten Politiker in aller Welt.

F10 Gandhi wusste um die gleiche Wahrheit, die **Thomas von Aquin**, ein gläubiger Gelehrter und Kirche prägender Mönch geschrieben hat, der zwischen den verwandten Tugenden Nachsicht und Sanftmut differenzierte, die er beide als Tugenden gegen die Laster des Zorns, also dem Drang nach übermässiger Vergeltung verstanden hat: **«Während Nachsicht die Folgen des Zorns abmildert, indem sie die Rachsucht mässigt, richtet sich Sanftmut unmittelbar gegen die zornige Gemütsaufwallung selbst und bekämpft den Zorn bereits im Entstehen.»⁴**

Gewalt wird ein Land nur auf Zeit befreien. Denn die Spirale der Gewalt und der Rache wird erneut Gewalt und Rache produzieren. Sanftmut ist die Art von Mut, die diese Spirale von Gewalt und Rache durchbricht, die erträgt, die verzeiht, die hofft, die liebt und damit der Gewalt, dem aufflammenden Zorn entgegentritt.

Sanftmut ist wie das von Gott geschenkte Wasser, ohne das kein Leben, entsteht. Wasser ist weich und hart zugleich. Ich kann darin schwimmen und zerschelle daran, wenn ich von zu hoch oben hineinspringe. Wasser durchschneidet sanft Felsen und fällt sanft auf Pflanzen die dadurch getränkt werden. Sanftmut ist ein Aspekt der Liebe Gottes, die wir anderen Menschen weitergeben, sie verschenken können. Ein Geschenk kann man sich nicht verdienen und kann auch dem gemacht werden, der es eigentlich nicht verdient! - Der Mut sanft zu sein, bringt Ruhe ins Leben und heilt Beziehungen.

Dieser Mut sanft zu sein, diese Liebe Gottes hat sich in Jesus Christus uns Menschen gezeigt. Jesus sagte von sich selbst und seine Jünger erlebten ihn und bestätigten es:

⁴ Vgl. Thomas von Aquin: Über Milde und Sanftmut, in Summa Theologiae, Quaestio 157 (englische Übertragung).

https://de.wikipedia.org/wiki/Sanftmut#cite_note-6

F11 Matthäus 11,29: Nehmet auf euch mein Joch und lernet von mir; denn ich bin sanftmütig und von Herzen demütig; so werdet ihr Ruhe finden für eure Seelen.

F12 Zusammenfassung – Sanftmut ist die Art Ruhe zu finden für meine Seele

Als Zusammenfassung zitiere ich aus der Bibel **Jakobus 1,19-21: Ihr sollt wissen, meine lieben Brüder: ein jeder Mensch sei schnell zum Hören, langsam zum Reden, langsam zum Zorn. 20 Denn des Menschen Zorn tut nicht, was vor Gott recht ist. 21 Darum legt ab alle Unsauberkeit und alle Bosheit und nehmt das Wort an mit Sanftmut, das in euch gepflanzt ist und Kraft hat, eure Seelen selig zu machen.**

Vielleicht lassen dich solche Aussagen verzweifeln... Mach mal, sei schnell zum hören, langsam zum Reden und langsam zum Zorn... - sei Sanftmütig... mach mal...

Gott hat dir in der Bibel nicht nur das Beispiel vom sanftmütigen Jesus gegeben, der für dich vielleicht, obwohl er ganz Mensch war, manchmal übermenschlich erscheint. Gott will dich mit seinem ganzen Liebesbrief ermutigen mehr und mehr so sanftmütig zu werden, wie er Menschsein, ebenso wie es Jesus gelebt hat, gemeint hat. Die Beispiele von Mose, von Joseph und all den Apostel wollen uns durch ihr Leben Mut zusprechen dran zu bleiben, diese innere Haltung der aus Liebe geborenen Sanftmut mit aller Kraft, mit all dem was uns an Mitteln zur Verfügung steht, in unserem Leben zu installieren.

F13 Mose war ein gewalttätiger wahrscheinlich hochnäsiger Ägyptischer Prinzensohn und Mörder – er musste zuerst 40 Jahre in Midian beim Schafe hüten lernen, was es heisst wie ein Schaf sanftmütig zu sein, damit er später in aller Sanftmut als der demütigste, sanftmütigste aller Leiter das Volk Israel 40 Jahre durch die Wüste ertragen und ins gelobte Land leiten konnte.

Der zuerst hochmütige Joseph ertrug sanftmütig die Schmach seiner Brüder und auch Gefängnis und erbte Ägypten.

Der Apostel Paulus verfolgte die Nachfolger von Jesus. Er war dabei als und befürwortete, dass man sie mit roher Gewalt steinigte. Nachdem er von Jesus das Geschenk des ewigen Lebens empfangen hatte, schrieb und predigte er über Jesus und dessen Sanftmut, die ihn (Paulus) zum wirklich starken, liebevollen eben sanftmütigen Leben und zum apostolischen Leiten motiviert haben.

Damit will ich sagen, dass es ein Prozess ist, seine innere Haltung zur Sanftmut hin zu verändern. Dieser Prozess geschieht während dem ganzen restlichen Leben und braucht darum Geduld. Er braucht meinen Willen und gleichzeitig immer wieder Gottes Geschenk der Liebe und Vergebung, wenn ich an mir selbst scheitere.

Das dümmste was ich tun könnte, wäre, mich, aus Angst zu versagen, nicht auf diesen glücklich machenden Prozess einzulassen. Der Mut zur Sanftheit macht aktiv und lässt mich, mit Gottes Hilfe, meine Angst überwinden. Amen.