

## Standardtänze – Römer 12,9-16

Lass dich nicht vom Bösen überwinden,  
sondern überwinde das Böse mit Gutem.

Dieses Bibelwort hatten wir letzte Woche am Wickel. Die Jahreslosung – als einen Schlüssel, der im kommenden Jahr womöglich Türen öffnen wird, die sonst zu bleiben würden.

Festgestellt – ist ziemlich allgemein. Wie wird so ein allgemeiner Satz konkret, wie wird das *praktisch* mit dem Guten?

Wir könnten das in konkrete Einzelsituationen durchspielen – so ein Vorgehen passt richtig gut in der Seelsorge – da wird ja im Gespräch klar, wie das Schloss aussieht ...

Aber hier vor so vielen unterschiedlichen Menschen? mit hunderten unterschiedlichen Situationen? Welche davon soll man nehmen? Und die anderen?

Ein ähnliches Problem hatte Paulus, als er an diesem Brief nach Rom geschrieben hat. Der kannte die dort nicht. War noch nie dort, wusste nicht, was sind da grade die konkreten Probleme, mit denen die Christen in dieser Gemeinde zu tun haben.

Bei den Korinthern, da war das anders, die kannte er, da hatte er sogar eine Reihe konkrete Fragen bekommen, die er dann im Brief beantwortet hat. Aber hier?

Wie kann er den Römern rüberbringen, wie das Gute konkret wird – *ohne* dass er sie kennt, *ohne*, dass es so speziell wird,

dass dann viele sagen: schön für die, denen's grad so geht, aber *mich* betrifft das nicht, is nich meine Situation.

Paulus *findet* eine Lösung zwischen zu allgemein und zu speziell – die Methode, ich nenne sie mal die Methode »Standardtänze«.

Ein Tanzlehrer steht ja vor dem selben Problem: hinterher sollen die, die er unterrichtet in Situationen tanzen können, die speziell sind – ein bestimmtes Lied, ein wenig Platz in der Ecke, in der noch ein Stehtisch steht, andere Leute und dazwischen passend zur Musik – wie soll er ihnen das beibringen?

Der könnte über Eleganz von Bewegungen sprechen, wie alles zusammenpassen soll – das gilt immer, schön über das Tanzen philosophieren - aber wenn man das nur anhört, kann man noch lange nicht tanzen – zu allgemein.

Könnte eine bestimmten Situation bei einem bestimmten Lied aufbauen und üben? – zu speziell, weiß man jetzt noch nicht und wird am Ende doch ganz anders.

Was macht der Tanzlehrer? Keins von beiden ⇒ etwas drittes: er vermittelt ein Repertoire an Bausteinen: Grundschriffe, dazu Variationen, zusammengesetzt zu Figuren ⇒ Standardtänze. Und die werden geübt für sich, bis sie flüssig gehen, und dass man ein Gefühl dafür bekommt, was wann passt.

Damit ausgerüstet können Tanzende dann in ganz unterschiedlichen Situationen etwas passendes tanzen, weil sie einen Vorrat an Schritten und Figuren haben, weil sie die Standardtänze gelernt haben.

Wenn man ein Instrument lernt, ist das zumindest am Anfang

ähnlich, Autofahrenlernen auch. Lesen haben wir so gelernt, auch wenn's schon ein Stück her ist und können es heute immer noch.

Das ist ein bewährter Weg, eine Fertigkeit zu lernen, eine Kunst, ein Handwerk. Und genau so macht Paulus das mit der Anwendung der Jahreslosung, mit der Anwendung des Guten. Ein Repertoire von Grundschritten, von Grundfiguren: Standardtänze.

Die kann man einzeln lernen, bis sie flüssig gehen; und dann ein Gefühl dafür entwickelt, was wann bei wem passt.

Zuerst ein Grundkurs – den heute. Dann ein Aufbaukurs: Gutes anwenden unter schwierigen Bedingungen: nächste Woche – und als Abschluss dann diesen Schlüssel-Satz:

21 Lass dich nicht vom Bösen überwinden,  
sondern überwinde das Böse mit Gutem.

Hören wir jetzt den Grundkurs – der geht ganz ähnlich los;  
Römer 12,9-16:

9 Eure Liebe sei ohne Heuchelei. Verabscheut das Böse, haltet fest am Guten.

10 Die geschwisterliche Liebe untereinander sei herzlich. Mit Wertschätzung komme einer dem andern zuvor.

11 Seid nicht lustlos in dem, was ihr tun sollt. Seid leidenschaftlich, brennend im Geist. Schließlich geht es um die Sache Gottes.

12 Seid fröhlich in Hoffnung, unter Druck geduldig, bleibt mit Gott im Gespräch.

13 An den Bedürfnissen der Heiligen nehmt Anteil. Strebt nach der Gastfreundschaft.

14 Segnet, die euch verfolgen; segnet und flucht nicht.

15 Freut euch mit denen, die sich freuen und weint mit denen, die weinen

16 Ihr untereinander – richtet euren Sinn in die gleiche Richtung. Nicht auf die hohen Dinge, sondern haltet euch zu den unscheinbaren. ...

Das also die ausführlichere Bedienungsanleitung zur Jahreslosung – die einfacheren Standardtänze.

## Haltung (9a)

Das heißt – zuerst mal worum es insgesamt geht, das, was immer gilt.

9 Eure Liebe sei ohne Heuchelei. Verabscheut das Böse, haltet fest am Guten.

Klingt fast wie der Schlusssatz, die Jahreslosung, damit fängt er an, damit hört er auf. Und dazwischen sagt er uns, *wie's* geht.

Gleich zuerst gibt er dem Guten einen andern Namen:

9 *Eure Liebe* sei ohne Heuchelei. Verabscheut das Böse, haltet fest am Guten.

Liebe – das ist das Gute im Kern: Liebe. »Eins vorweg«, sagt er, »was jetzt kommt, da geht es nicht drum, dass es so *aus-sieht*, sondern das es das *ist*«. Dass es echt ist. Unverstellt.

Ist ja so eine Sache mit der Liebe in der Gemeinde: einerseits ein hoher Wert, ganz wichtig, würde keiner bestreiten. Andererseits gibt es da nicht nur die Leute, bei denen uns das ausgesprochen leicht fällt, wo die Chemie gleich stimmt – jeder hat auch andere, bei denen das schwerer fällt. Und dann dieser *Wert*: Liebe üben. Und da sitzt dann die Gefahr – nämlich, dass wir eine Liebe *spielen*, die wir gar nicht haben, dass wir nur so tun als ob, weil das hier so erwartet wird.

9 Die Liebe sei ohne Heuchelei

»Was ich euch hier beibringen will«, »ist nicht, so auszusehen als ob, sondern das ist echt«.

Bitte an der Stelle keine Schauspielkünste. Wenn keine echte Liebe da ist, dann ist eben keine da. Dann nicht so tun als ob, sondern lieber offen nachsehen, woran das liegt und daran arbeiten. Bzw. was immer geht: höflich sein, freundlich sein auf eine wohlwollende Art umgehen – das geht mit allen und das ist keine Heuchelei, sondern zivilisierter Umgang und das ist schon mal nicht wenig. Mehr muss dann aber auch nicht ins Schaufenster.

Unverstellt leben, unverstellt lieben – das heißt am Guten festhalten und Paulus sagt: Grade in der Gemeinde ist der richtige Platz dafür. Ehrlich werden, offen werden, das gibt dem, was jetzt kommt die Kraft.

## Grundschnitte:

### Liebe ausdrücken und zeigen (10)

10 Die geschwisterliche Liebe untereinander sei herzlich. ...

Die geschwisterliche Liebe, also zu den anderen in der Gemeinde, Kinder des selben Vaters im Himmel, deshalb: *Geschwister*.

10 Die geschwisterliche Liebe untereinander sei herzlich. Mit Wertschätzung komme einer dem andern zuvor.

Allgemein gesagt: Zuneigung *ausdrücken*, Liebe *zeigen*. Die geschwisterliche Liebe untereinander sei *herzlich*. Diese Übersetzung ist schon etwas entschärft, wörtlich steht da: Die geschwisterliche Liebe zueinander sei *zärtlich*. Das Wort gibt es im NT nur hier, es bedeutet die Zärtlichkeit, die auf Verwandtschaft beruht, nicht von Liebenden, sondern wie unter Verwandten, z.B. unter Geschwistern.

Zärtlich. Wow. Zuneigung ausdrücken heißt also z.B. konkret: keine Scheu vor Berührungen. Familiäre Zärtlichkeit: das nicht nur übertragen und geistig gemeint – im letzten Kapitel des Briefes (16,16) schreibt Paulus:

Grüßt einander mit dem heiligen Kuss.

Könnten jetzt Zweiergruppen ... Die haben sich allen Ernstes geküsst in der Gemeinde. Das wäre vermutlich für viele von uns dann doch eine Überforderung; vielleicht auch missverständlich – aber es gibt viele Arten, Zuneigung auszudrücken

auch durch freundliche und herzliche Berührungen – damit tun wir Deutschen uns ja eher schwer – durch Berührungen Wärme zu zeigen und auszudrücken – manchmal auch unter Verwandten, da haben wir in unseren Familien ganz unterschiedliches mitbekommen oder *nicht* mitbekommen – gut, wenn wir es in der Gemeinde sehen und nötigenfalls auch lernen können.

Viele Menschen leben alleine, oder auch in Gesellschaft alleine – kann sein, fast der einzige körperliche Kontakt, den sie haben, ist hier: Händeschütteln, Schulterklopfen, eine Umarmung ⇒ keine Scheu vor Berührungen, bzw. am Anfang halt erst mal *mit* Scheu – die gibt sich dann bald.

Und viele weitere Möglichkeiten: ein Lächeln, eine freundlicher Satz: der auch mitteilt: *Ich sehe dich*, wie du grade jetzt drauf bist, Ansprechen mit Namen – alles Dinge, die gut tun. Echte Zuneigung, die unbefangen ausgedrückt wird, erzeugt eine Atmosphäre und ein Klima, in dem sich's einfach gut leben lässt!

Alles Dinge, die man relativ leicht lernen kann, wenn man sie nicht schon mit der Muttermilch aufgenommen hat.

## 10b Achtung zeigen

Nun, manchen wird bei solchen Vorstellungen ganz warm ums Herz, anderen wird's ungemütlich, die fangen an zu schwitzen und gucken unwillkürlich nach der Tür – weil sie eine gewisse *Distanz* brauchen und auf jeden Fall Wert darauf legen, dass ihre Grenzen nicht einfach überfahren werden, dass sie die selbst bestimmen können. Und deshalb geht der Vers noch

weiter:

10 Die geschwisterliche Liebe untereinander sei herzlich. Mit Wertschätzung komme einer dem andern zuvor.

Herzliche Liebe zeigen und ausdrücken – dazu gehört das andere: Wertschätzung, Achtung vor dem andern haben, zeigen und ausdrücken. Beim Tanzen würde das heißen: den andern nicht einfach immer auf die Füße treten – die andern Tanzpaare nicht anrempeeln.

Achtung vor seinen Grenzen, Achtung davor, dass der andere anders ist und empfindet. Und von einer Berührung, bei der mir das Herz aufgeht, fühlt der sich vielleicht erst mal nur bedrängt und empfindet das als plumpe Vertraulichkeit. Dazu gehört also Sensibilität, das zu spüren, den andern bestimmen zu lassen, wie viel Distanz er braucht, wie offen er oder sie sein will, ihm sein Tempo zu lassen.

Achtung haben und zeigen, das gehört zur Liebe dazu, ist selbst ein Grundschrift der Liebe. Jeder Mensch braucht das – Achtung seiner Würde, als Mensch ernstgenommen zu werden. Und *Liebe*, die schafft es, einen Menschen ernster zu nehmen, als er das nach allgemeiner Meinung verdient oder als er das nach seiner *eigenen* Meinung verdient – so eine Erfahrung hat eine ungeheure Kraft; gerade *das* hat schon manchen im tiefsten verwandelt.

Dieser Grundschrift ist also ein doppeltes Programm: Zuneigung konkret ausdrücken auf der einen Seite – und die nötige Achtung und Sensibilität dabei auf der andern Seite.

### 13a Bedürfnisse erkennen und die Folgen

Der nächste Grundschrift:

13 An den Bedürfnissen der Heiligen nehmt Anteil. ...

Bedürfnisse – Nöte: Gemeinde ist nicht der Ort, wo die Menschen zusammenkommen, denen nichts fehlt, die keine Hilfe brauchen, immer alles im Griff haben. Im Gegenteil: hier kann man zeigen, wo es hapert, denn da gibt es viele, die das eingeübt haben: Anteil nehmen. Wenn jemand fragt: »Wie geht's dir«, dann ist die Antwort nicht mehr immer: »danke, gut«. Und wer so eine andere Antwort kriegt, fällt nicht aus allen Wolken, sondern kann sich umstellen vom Grußmodus auf eine tiefere Begegnung.

Anteilnehmen an den Bedürfnissen, der andern, an dem, was ihnen fehlt: zuerst mal mitkriegen, mitempfinden, wo jemand was hat – manche kriegen das einfach mit. Ansonsten gibt es genügend so kleine Andeutungen. Wer die bemerkt und zeigt: das interessiert mich, erzähl mal mehr davon, der hat auch ohne spezielles Empfangsorgan genug Gelegenheit zum Anteilnehmen.

Anteilnehmen, das heißt also erst mal Mitkriegen, dann das auch zeigen und sagen und das heißt ganz praktische Hilfeleistung, wo jemand Hilfe braucht – das nächste mal ist es andersrum: Anteilgeben und Anteilnehmen, ein Netzwerk von Verstehen und Helfen.

Davon gibt es eine ganze Menge bei uns – ich bin oft davon beeindruckt, wenn ich davon etwas mitbekomme, vieles im Stillen; dass andere kaum etwas davon mitbekommen.

Natürlich klappt das nicht immer, nicht in jeder Notlage so von selbst. In diesem Monat startet ein Dienst, der helfen soll, wo es nicht von selber läuft; oder wo jemand etwas mitbekommt, aber selber nicht die Möglichkeiten hat, zu helfen – unter dem Namen »Aktion Hilfenetz« eine Gruppe, an die man sich wenden kann, die Hilfe leistet oder vermittelt.

Manchmal ist das schwierige grade das: jemanden *reingucken* lassen, wo es grade fehlt. Oft sind das ja auch heikle Dinge. Wenn es mit den Kindern Schwierigkeiten gibt, wenn die Ehe kriselt, jemand mit dem Alleinsein nicht zurechtkommt, wenn einer etwas getan hat, wofür er sich hinterher schämt usw. Oder vor sich selbst den Anspruch hat, keine Hilfe zu brauchen. Nicht leicht, das mit jemandem zu teilen - und dann die gute Erfahrung, wenn man sich doch getraut hat.

Das kann etwas ganz natürliches sein – das sehen wir daran, wie dieser Grundschrift weitergeht:

### 13b Gastfreundschaft: Zeit miteinander verbringen

13 An den Bedürfnissen der Heiligen nehmt Anteil.  
*Strebt nach der Gastfreundschaft.*

Gastfreundschaft. Hatte damals die Gastfreundschaft noch eine ganz besondere Bedeutung für die Ausbreitung der Gemeinden durch reisende Christen. Aber auch sonst ist das etwas besonderes: zusammen essen. Liebe geht durch den Magen, das gilt auch hier.

Es gibt ja Leute, denen muss man so was nicht sagen, die haben da eine besondere Gabe. Die brauchen so eine Aufforde-

rung nicht, die lieben das. Für uns andere sagt Paulus: überlasst das nicht den Naturtalenten, seid da alle hinterher, »verfolgen« steht da wörtlich: also: wenn das gemeinsame Essen euch entwischen will, wenn euch die gemeinsame Zeit fortrennt – lasst sie nicht entkommen.

Miteinander essen: Gastfreundschaft – das kostet: Zeit! – Und es lohnt sich, dafür Zeit zu nehmen. Zeit miteinander verbringen, in entspannter Atmosphäre, darauf kommt es an, nicht auf eine Drei Sterne und Vier Gänge Menü. Lasst euch das auch nicht durch überhöhte Ansprüche vermiesen.

Ein wichtiger Grundschrift - Zeit miteinander verbringen. In ganz normalen menschlichen Beschäftigungen: spielen, arbeiten, Hobby oder eben essen. Da weicht die Spannung und ihr könnt euch öffnen – und das Anteilnehmen kommt ganz natürlich in Gang.

### **15 Resonanz in beiden Richtungen**

Der nächste Grundschrift – bei dem geht es darum, dem Tanzpartner genau zu folgen:

15 Freut euch mit denen, die sich freuen und weint mit denen, die weinen

Das Gute, Wertschätzung stellt eine Verbindung her zwischen mir und dem anderen. Wer liebt, geht heraus aus dem Gehäuse des eigenen Erlebens und versetzt sich in den anderen. Fühlt sich ein. Resonanz, Mitschwingen, Mitfühlen. Wahrnehmen wie der andere grade fühlt – und mitschwingen.

*Mitgefühl*, da denken wir unwillkürlich an Schicksalsschläge –

aber bei Paulus steht das Freudige voran.

15 Freut euch mit den Fröhlichen

Ich freu mich mit, wo anderen das Leben glückt. Der Kirchenvater Johannes Chrysostomus meint, Paulus sagt das zuerst, weil *Mitfreuen* das Schwierigere ist: Wenn jemand Erfolg hat, etwas gut gelungen ist: sag es ihm. Wenn sich jemand freut, lass dich anstecken – und *zeig ihm das*. Wenn du dich freust: *zeig es*, dass andere sich mitfreuen können. Freude wächst durch Resonanz.

Freut euch mit den Fröhlichen und die Weinenden muntert auf? Nein:

15 Freut euch mit den Fröhlichen und weint mit den Weinenden.

weint mit den Weinenden. Haltet das aus, auch die negativen Gefühle. Beim Anteilnehmen war auch die praktische Hilfe mit drin – hier ist das anders. Das fällt vielen von uns schwer: etwas trauriges auszuhalten und nicht gleich zu helfen – Helfen oder fliehen. Deshalb fühlen sich Leute, denen man erst mal nicht helfen kann, oft besonders einsam. Trauernde, unheilbar Kranke. Weil wir andern manchmal denken, das macht es für sie noch schlimmer, wenn jemand da mitschwingt – und dabei ist das oft eine enorme Entlastung, tut das so gut.

Das ist nicht leicht, dann bei jemanden zu bleiben und nicht gleich eine Aufmunterung zu zünden, die heimlich auch verkündet: »*ich* halt das nicht aus.« Sondern mit aushalten, mitgehen in diesen Bereich der größten Einsamkeit; dem Traurigen die Chance zu geben, das mit jemandem zu teilen, ohne

dass der jemand gleich abhaut. Aus dem Zimmer abhaut oder in die Suche nach einer Lösung. Grade uns Männern fällt das oft schwer, das auszuhalten, keine Lösung parat zu haben. Paulus sagt uns: brauchst du gar nicht: lass die Traurigen nicht allein in ihrem Gefühl, bleib einfach da. Und wenn du eine Lösung hast, oder meinst, eine zu haben, dann tu sie erst mal in ein Glas, mach einen luftdichten Deckel drauf und stell sie gut weg. Jetzt würde sie nur stören – vielleicht kommst du später drauf zurück.

Eine Wohltat, wenn ein anderer die eigenen Gefühle teilt. Wenn ich diese Wohltat erleben möchte, ist allerdings Voraussetzung, dass ich den andern eine Chance gebe und etwas davon zeige, versuche mich mitzuteilen. Freude, Trauer, Ärger, Enttäuschung, Glück – was es auch sei.

Und auch andersrum: Zeig dein Mitgefühl, deine Mitfreude, das Mittrauern – sag, was bei dir angekommen ist, wie soll sich jemand über deine Mitfreude freuen, wenn er nichts davon weiß.

Mitfühlen in Freude und Leid und allem, was dazwischen ist. Mütter machen das mit kleinen Kindern – und das gehört zum wichtigsten, was sie für sie tun können – vielleicht ist deshalb die Kindheit für viele so ein verlorenes Paradies.

## **Ermutigungen 11-12**

Grundschrirte – waren noch nicht alle. Ist ja alles schön; aber wie schaff ich das? Wie bleib ich dran. Was, wenn's schwierig wird.

Dafür hat Paulus ein paar Ermutigungen:

11 Seid nicht lustlos in dem, was ihr tun sollt. Seid leidenschaftlich, brennend im Geist.

Schließlich geht es um die Sache Gottes.

12 Seid fröhlich in Hoffnung, unter Druck geduldig, bleibt mit Gott im Gespräch.

Auch wenn etwas neues üben anstrengen kann – man kann das mit Lust und Leidenschaft tun – dann geht es besser, dann fließt uns eine positive Energie zu, die nicht aus den eigenen Vorräten kommt: »brennend im Geist« - » Schließlich geht es um die Sache Gottes«, wörtlich: »Dient dem Herrn.« - Das kann auch helfen, sich das vor Augen stellen: damit bin ich auf dem Weg, den Gott will; wenn ich Grundschrirte der Liebe übe, damit lern ich seine Sache. Das macht auch unabhängig von schnellen Erfolgen und Reaktionen.

Auch wenn es noch nicht soweit ist, wenn das, was du erreichen willst noch Zukunftsmusik ist: sei *fröhlich* in dieser Hoffnung.

Gib nicht auf, wenn du unter Druck gerätst – und bring dich immer wieder in Verbindung mit der Kraft, die kein Ende kennt, weil es *Gottes* Kraft ist:

12 Seid fröhlich in Hoffnung, unter Druck geduldig, bleibt mit Gott im Gespräch.

## **Kleine Brötchen (16b)**

Und überfordert euch dabei nicht:

16 Ihr untereinander – richtet euren Sinn in die gleiche Richtung. Nicht auf die hohen Dinge, sondern hal-

tet euch zu den unscheinbaren. ...

Anfangen mit dem, was möglich ist.

Klar ist beeindruckend, wenn einer in kurzer Zeit viel erreichen will. Aber oft auch ein sicheres Mittel, sich zu entmutigen: wenn schon, nur ganz groß: und das geht leider nicht, also lass ich's ganz ...

Wenn ich schon nicht Kanzler werden kann, dann mach ich eben gar nichts. Wenn ich nicht die totale Lösung bringen kann, lass ich's lieber.

»Wär' schade«, sagt Paulus – ist nicht so, dass nur das Herausragende gilt, was allen auffällt. Der Großteil des Lebens und Liebens spielt sich auf ganz normalen Ebenen ab, auf der Ebene. Der meiste Hunger wird mit kleinen Brötchen gestillt. Seid euch dafür nicht zu schade.

Gott war es auch nicht, er hat sich auch nach unten begeben, in diese Welt voller Widersprüche.

## Schluss Üben!

Wie anfangen? Einen Schritt nach dem anderen. Also: einen Schritt.

Vielleicht hast du jetzt paar Mal innerlich genickt, viele gute alte Bekannte gehört; Dinge, die du tust, worin du dich übst, in denen du wächst – dann freu dich einfach: du bist auf einem guten Weg, dann ist das eine Bestätigung von Gott.

Ansonsten: pick dir eines raus, dass du lernen willst: neu lernen, wieder; sicherer werden – vielleicht nur eine neue Variation. Und dann überlegen: wie könnte ich das nächste Woche

einsetzen: eine freundliche Berührung; Gastfreundschaft; Mitgefühl ausdrücken? Eins davon in verschiedenen Varianten bei verschiedenen Menschen ausprobieren, Ehepartner, Familie, Gemeinde, Fremde - und sehen, wie sich das auswirkt.

ein paar Sekunden Pause ...

Vielleicht jemanden beobachten, der das besonders gut kann.

Grundkurs Liebe – dafür wünsche ich uns das nötige Feuer und schließe mit Vers 11:

11 Seid nicht lustlos in dem, was ihr tun sollt. Seid leidenschaftlich, brennend im Geist.

...

12 Seid fröhlich in Hoffnung, unter Druck geduldig, bleibt mit Gott im Gespräch.

## Segen

Er aber, unser Herr Jesus Christus,

und Gott, unser Vater,

der uns seine Liebe zugewandt

und uns eine ewige Ermutigung gegeben hat

und eine gute Hoffnung durch Gnade,

17 der ermutige eure Herzen

und gebe euch Kraft zu jedem guten Werk und Wort.

2Thess 2,16f