

Liebe Schwestern, liebe Brüder,

Sie kennen sicher das dreifache biblische Liebesgebot im 5. Buch Mose, genannt auch Deuteronomium (Dt 6,4-5) :

4 Höre, Israel! Der HERR, unser Gott, der HERR ist einzig.

5 Darum sollst du den HERRN, deinen Gott, lieben mit ganzem Herzen, mit ganzer Seele und mit ganzer Kraft.

Und in 3. Buch Mose (Levitikus) 19,18:

Du sollst deinen Nächsten lieben wie dich selbst.

Zusammengefasst ergibt das ein dreifaches Liebesgebot:

- Gott
- den Nächsten
- sich selbst

Für Jesus ist dieses dreifache Gebot ein Einziges. Denn würde eines dieser Elemente fehlen oder vernachlässigt werden, dann stimmt es mit den anderen beiden auch nicht mehr. Denn es geht immer um das „Wie“. Wie sollen wir lieben...

Gott mit allen Kräften des Herzens und der Seele lieben. Dieser Gott lässt mich auch verstehen, wie ich den **Nächsten** lieben kann, nämlich so, wie dieser Gott meinen Nächsten liebt. Er liebt ihn nämlich genau so wie mich, und zwar unendlich.

Und das Maß, wie ich den Nächsten lieben soll, besteht in der gesunden Selbstliebe: **„...den Nächsten lieben, wie dich selbst...“**, sagt Jesus.

Eines bedingt das andere. Wir machen uns krank, wenn wir Gott nicht lieben. Der Nächste wird für mich zur Gefahr, wenn ich ihn nicht liebe, usw.

„wer seinen Bruder nicht liebt, den er sieht, kann Gott nicht lieben, den er nicht sieht“, so steht es im 1. Johannesbrief (4,20).

Eigentlich sind das vertraute Worte für uns, die wir schon sehr oft gehört haben. Aber warum ist das so schwer für uns? Es geht uns doch am besten, wenn das Gleichgewicht der Liebe stimmt und wir zu keinem der drei Elemente eine Schlagseite bekommen.

Ich meine, was die Liebe am meisten stört, ist die Angst. Es gibt eine Angst, die wir vor Gott haben können, dass er uns seine Liebe entzieht, uns nicht verzeiht, uns bestraft oder dass wir womöglich in die Hölle kommen. Diese Angst haben Menschen

seit je her, die dann versuchen, durch Opfer ihren Gott gnädig zu stimmen.

Dann gibt es eine **Angst vor unseren Nächsten**, die uns unterdrücken oder benachteiligen können, die uns in der Verfolgung unserer eigenen Interessen stören können. Es gibt eine Urangst, dass uns die Mitmenschen unsere Lebensgrundlage entziehen, dass die knappen Ressourcen zu unserem Nachteil verteilt werden.

Und dann gibt es auch noch eine Angst vor uns selbst, dass uns das Leben entgleitet, dass wir krank werden, dass wir mit uns selbst unzufrieden sind, dass wir die alltäglichen Belastungen nicht mehr aushalten usw.

Immer ist es die Angst, die uns darin beeinträchtigt, das Gleichgewicht im Liebesgebot zu finden.

Wie kommen wir also zu einem Gleichgewicht im dreifachen Liebesgebot? Wo fangen wir am besten an?

Liebe braucht immer eine Antwort, damit sie Bestand haben und wachsen kann. Fangen wir bei der Liebe Gottes an.

Aber wir können nur auf die Liebe Gottes antworten, wenn wir

sie wahrnehmen und sie ganz tief im Herzen spüren.

Seit je her wissen die Menschen, wie das geht: In der **Stille**, im **Gebet**, in der **Betrachtung**. Gebet ist also nicht eine bloße Wiederholung von Versen, die kaum aus dem Herzen, sondern nur über die Lippen kommen. Gebet ist zu 80% ein **Hinhören**, ein In-sich-gehen. Denn Gottes Tempel ist nicht aus Stein, irgendwo in weiter Ferne. Unser Herz ist der bevorzugte Ort von Gottes Gegenwart.

Wenn wir uns also öffnen für die innere Stimme Gottes in uns, dann drängt es uns zu **antworten**. Dann ist unsere Liebe eine Antwort auf seine Liebe, die uns anspricht, die uns zuerst liebt. Die Antwort auf die Liebe Gottes drängt uns dann, uns für unsere Nächsten zu öffnen, die uns brauchen, mit denen wir Gemeinschaft erfahren können und sollen.

Wenn wir also auf die Liebe Gottes antworten und unsere Nächsten auf unsere Liebe antworten (und umgekehrt wir auf ihre Liebe), dann geht es uns gut, dann haben wir Frieden, dann ist alles schön, dann ist das Leben erfüllt und wir fühlen uns gut und gesund. Das wünschen wir uns und allen, die mit uns verbunden sind.