



**Muss ich lernen,
mich selbst zu lieben?**

Tanja Bittner

21.



**Muss ich lernen,
mich selbst zu lieben?**

Tanja Bittner

21

Impressum

© Copyright Tanja Bittner 2025

ISBN: 978-3-948222-17-8

Lektorat: Sarah-Lena Glaum

Umschlag und Satz: Eduard Friesen

Inhalt

Einleitung

Seite 7

I.

Begriffsbestimmung

Seite 9

II.

Selbstliebe in der Bibel

Seite 10

III.

Die moderne Karriere der Selbstliebe

Seite 17

IV.

Die Christianisierung der Selbstliebe

Seite 25

V.

Realitätstest

Seite 32

Endnoten

Seite 40

Muss ich lernen, mich selbst zu lieben?

Einleitung

In jeder Kultur gibt es Grundannahmen, die kaum mehr hinterfragt werden. Man geht einfach davon aus, dass es sich um eine Tatsache handelt. Wenn alle so denken, muss es doch richtig sein, oder? Ein solches – bei uns weithin vorausgesetztes – Gedankengebäude betrifft die Dynamik unserer Beziehung zu uns selbst. Sie lässt sich mit folgendem Szenario skizzieren:

7

Unser Selbstwert ist von großer Bedeutung für unser Leben, er kann aber leicht beeinträchtigt werden. Negativ-Botschaften aus der Kindheit können zum Beispiel einen langen Schatten auf unser Leben werfen. Oder wir vergleichen uns mit anderen und merken: Wir können einfach nicht mithalten. Manchmal reicht schon ein einziger Satz, und wir fühlen uns als Versager. Möglich ist auch, dass wir einfach hinter unseren Erwartungen an uns selbst zurückbleiben.

Minderwertigkeitsgefühle machen sich breit und wir versuchen, sie auf irgendeine Weise zu kompensieren. Vielleicht werden wir zu Angebern, vielleicht versuchen wir krampfhaft, es allen recht zu machen. Wie auch immer, unser Leben wird von innen heraus vergiftet – sowohl unser eigenes als auch das unserer Mitmenschen. Und kaum jemand scheint davon

ausgenommen zu sein. Selbst bei Menschen, die es vermeintlich geschafft haben, bei den VIPs dieser Welt, wird das deutlich: Wenn sie ihre Angestellten nieder-machen, sich mit Statussymbolen umgeben oder in Alkohol und Affären fliehen – zeigt das nicht, dass sie sich in Wirklichkeit (ebenfalls) ziemlich klein fühlen?

Um das Elend zu beenden, müssen wir irgendwie diese Negativ-Spirale durchbrechen. Wir müssen einen positiven Blick auf uns selbst gewinnen und lernen, uns selbst anzunehmen und zu lieben. Auf diese Weise werden wir nicht nur selbst zu glücklicheren, ausgeglicheneren und sogar erfolgreicheren Menschen, sondern wir strahlen diese positive Einstellung auch auf unsere Mitmenschen aus.

Soweit diese Grundannahme, die alles in allem doch ziemlich plausibel klingt. Deckt sich das nicht auch mit unserer persönlichen Erfahrung? Warum sollten wir das infrage stellen?

8

Für Christen ergibt sich jedoch die Schwierigkeit, dass diese Sicht nicht so ganz zum Grundton der Bibel, zu Gottes offenbarter Wahrheit, zu passen scheint. Natürlich enthält die Bibel auch viele ermutigende Bibelverse, aber es ist nicht zu übersehen, dass sie der Selbstlosigkeit und Selbstverleugnung einen großen Wert beimisst. Menschen, die eine hohe Meinung von sich selbst haben (die stolz sind), kommen in ihr dagegen nicht gut weg. Die Bibel nimmt generell kein Blatt vor den Mund, wenn es darum geht, uns auf Schwächen und Fehltritte anzusprechen und unser Gewissen für unsere Sünde zu sensibilisieren. Warum tut sie das, wenn wir doch eigentlich jede Menge Ermutigung nötig hätten? Wie passt das zusammen?

Um derartige Zweifel auszuräumen, wurde immer wieder darauf hingewiesen, dass das Lernen der Selbstliebe

bereits im Doppelgebot der Liebe mit angelegt sei. Wir müssten zuerst lernen, uns selbst zu lieben, ehe wir unsere Mitmenschen lieben könnten. Aber kann ich die Nächstenliebe wirklich getrost vertagen, vielleicht jahrelang, bis ich mich selbst genug lieben gelernt habe? Machen wir es uns damit nicht doch zu einfach?

Um kompakt über die Sache sprechen zu können, möchte ich die obige Grundannahme im Folgenden als „Selbstliebe-Hoffnung“ bezeichnen: Man setzt seine Hoffnung darauf, dass sich viele Lebensprobleme lösen werden, wenn es gelingt, sich selbst lieben zu lernen.

Sollte das zutreffen, dann handelt es sich zweifellos um ein sehr wichtiges Lernziel, auch für Christen. Es ist daher nicht verwunderlich, dass dieses Lernziel mancherorts in der Seelsorge und in der gemeindlichen Lehre längst angekommen ist (obwohl der Begriff „Selbstliebe“ dabei eher selten fällt). Besonders in der Arbeit unter Frauen und Jugendlichen ist es immer wieder anzutreffen. Auch bekannte christliche Erbauungs- und Lebenshilfeleratur folgt häufig diesem Ansatz.

9

Bestätigt die Bibel aber wirklich, dass Selbstliebe ein solch fundamentales Lernziel ist? Oder, um einen Schritt weiter vorn zu beginnen: Trifft es aus biblischer Sicht tatsächlich zu, dass der Mensch sich selbst zu wenig liebt? Muss ich also lernen, mich selbst zu lieben?

I. Begriffsbestimmung

Im Rahmen dieser Thematik findet man unterschiedliche Begriffe. Es ist nicht nur von *Selbstliebe* die Rede, sondern auch von *Selbstannahme*, *Selbstwertschätzung*, *Selbstachtung*, *Selbstwertgefühl*, *Selbstbewusstsein*. Diese Begriffe liegen inhaltlich nah beieinander, auch wenn sie unterschiedliche

Bedeutungsnuancen aufweisen. Jeder Autor hat in dieser Hinsicht seine Vorlieben, was er für das passendste Wort hält, und teilweise wird ein Wort von unterschiedlichen Autoren mit je eigenen Akzenten gebraucht.

Im Rahmen dieser Untersuchung geht es mehr um die Sache als um den Begriff. Es wird daher relativ allgemein nach der biblischen Einordnung der *Selbstliebe* gefragt. Die anderen *Selbst*-Wörter sind gewissermaßen die kleinen Geschwister der *Selbstliebe*, die etwas weniger Euphorie im Gepäck haben. *Selbstannahme* oder *Selbstwertschätzung* klingen zwar bescheidener, die Zielrichtung ist aber letztlich die gleiche.¹ Welchen *Selbst*-Begriff man auch wählt, man möchte immer zu einer positiveren Sicht auf sich selbst gelangen.

Was ist also mit Selbstliebe gemeint? Wie das Wort schon sagt, handelt es sich um Liebe, die auf die eigene Person gerichtet ist. Liebe hat eine sehr positive Sicht auf ihren Gegenstand (also hier: mich selbst) und sucht das (jedenfalls aus ihrer Sicht) Beste für ihn.² Nach allgemeiner Auffassung ist Liebe durch starke Gefühle der Zuneigung charakterisiert.

10

II. Selbstliebe in der Bibel

2.1 Selbstliebe als grundlegende Triebfeder des Menschen

Wer nun vermutet hat, die Bibel lehne etwas so Egoistisches wie Selbstliebe pauschal ab, der liegt falsch. Die Schrift kennt sehr wohl ein Eigeninteresse des Menschen, das nicht

als sündig angesehen wird. Es ist etwas Normales und Richtiges, wenn Menschen sich in angemessener Weise um ihr eigenes Wohlergehen kümmern.

- Gott verheißt seinem Volk Israel kurz vor dem Einzug ins gelobte Land reichen materiellen Segen, wenn es ihm die Treue hält (vgl. 5 Mose 28,1–14). Das ist ein Anreiz für das Volk, Gott gehorsam zu sein, und zwar im eigenen Interesse. Diese Segensankündigung ist offensichtlich *keine* Versuchung, mit der Gott die Selbstlosigkeit des Volkes prüft und der es widerstehen soll!
- Im Buch der Sprüche findet man weise Leitlinien, um klug zu leben. Es will seine Leser lehren, keine törichten Entscheidungen zu treffen, die das Leben zerstören. „Wer Verstand erwirbt, liebt seine Seele; wer Einsicht bewahrt, findet Gutes“ (Spr 19,8): Wer diese Weisheit annimmt, nützt und *liebt* sich selbst – und das ist vollkommen positiv!
- Der Prediger legt es seinem Leser mehrfach ans Herz, bei aller Mühe des Lebens auch Gottes gute Gaben zu genießen (vgl. Pred 9,7–9).
- In Matthäus 5,29–30 ruft Jesus dazu auf, sich angesichts von Versuchung (im übertragenen Sinne) lieber von einem Auge oder einer Hand zu trennen – um deutlich zu machen, wie wichtig unser geistliches Wohl ist.
- Ein Kapitel später fordert er seine Hörer auf, sich Schätze zu sammeln – auch wenn er damit keine irdischen Güter meint (vgl. Mt 6,19–21).
- Überhaupt stellt das Neue Testament wiederholt in Aussicht, dass unser Einsatz für das Reich Gottes belohnt werden wird (vgl. Mk 9,41; Lk 6,35; 1 Kor 3,8.14).
- Selbst die Umkehr zu Gott geschieht, wenn Menschen ihre Verlorenheit erkennen und – natürlich im eigenen Interesse – fragen: „Was muss ich tun, dass ich gerettet werde?“ (Apg 16,30).

In all diesen Beispielen drückt sich eine Selbstfürsorge aus, die nicht Sünde ist. Der Mensch darf und soll nach dem streben, was wirklich gut für ihn ist. Und das tut er auch. An dieses Eigeninteresse kann nur deshalb immer wieder appelliert werden, weil man es voraussetzen kann. Wenn in der Bibel allerdings zu eigennützigem Verhalten aufgefordert wird, geht es immer darum, nicht den vordergründigen, sondern den wahren Nutzen zu erkennen und zu suchen.³

An diese Selbstliebe knüpft auch das zweite der beiden höchsten Gebote an: „Du sollst deinen Nächsten lieben wie dich selbst“ (3 Mose 19,18b; zitiert in Mt 19,19; 22,39; Mk 12,31; Lk 10,27; Röm 13,9; Gal 5,14; Jak 2,8). Auch die Verse in 3. Mose 19,34 und Epheser 5,33 beziehen sich auf dieses Gebot. Die Liebe zu sich selbst dient jeweils als Orientierung, wie die Liebe zu einer anderen Person umgesetzt werden soll. Der Nächste, der Fremde, die Ehefrau soll so geliebt werden, *wie* man sich selbst liebt. Die Frage, was wohl geschehen wird, wenn jemand sich selbst nicht liebt, liegt diesen Texten völlig fern. Die Selbstliebe wird als selbstverständlich vorausgesetzt.⁴ Paulus stellt in Epheser 5,29 fest: „Denn niemand hat je sein eigenes Fleisch gehasst, sondern er nährt und pflegt es“.

12

2.2 Selbstliebe als Grundproblem des Menschen

Die einzige biblische Erwähnung des Wortes φιλαυτος (*phil-autos*: zusammengesetzt aus φιλέω / *phileo* = „lieben“ und αὐτός / *autos* = „selbst“) in 2. Timotheus 3,2 weist dagegen in eine völlig andere Richtung. Deutsche Bibeln übersetzen diesen Begriff mit „selbstsüchtig“, „viel von sich halten“ oder einfach mit „sich selbst lieben“. Diese Selbstliebe ist eindeutig negativ. Auch die weiteren Begriffe, mit denen Paulus hier diese Menschen charakterisiert, zeigen ihre

ich-zentrierte Haltung. Sie sind „prahlerisch“, „überheblich“, „aufgeblasen“ und „lieben das Vergnügen mehr als Gott“ (2 Tim 3,2–4).

Die Bibel lässt keinen Zweifel daran, dass derart selbst-zentriertes Denken und Handeln Sünde ist.

- Paulus ermahnt seine Leser (einschließlich sich selbst) im Römerbrief, „nicht Gefallen an uns selbst zu haben“ (Röm 15,1).
- In ähnlicher Weise kritisiert Jesus im Gleichnis vom Pharisäer und Zöllner eine selbstgefällige Einstellung (vgl. Lk 18,9–14).
- Immer wieder überführt Jesus Menschen, die auf ihre eigene Ehre und Bedeutung aus sind (die Pharisäer in Matthäus 23,5–7; die Gäste, die sich in Lukas 14,7–11 die Ehrenplätze sichern wollen; die Obersten in Johannes 12,42–43, die sich aus Sorge um ihren guten Ruf nicht öffentlich zu Jesus bekennen). Er muss selbst seine Jünger korrigieren, die bis in die letzten Stunden vor der Kreuzigung darum streiten, wer von ihnen wohl der Größte ist (vgl. Lk 22,24–27).
- Auch die Irrlehrer, die die jungen Gemeinden in Galatien verwirren, suchen mit ihrem Tun nur ihren eigenen Ruhm (vgl. Gal 6,13).
- Jakobus macht deutlich, dass Christen durch ihre eigenen Lüste und Begierden zu einem sündhaften Leben verführt werden (vgl. Jak 4,1–3). Entsprechend ruft Paulus dazu auf, den Begierden keinen Raum zu lassen (vgl. Röm 13,14; Eph 4,22).
- Paulus stellt selbst im Hinblick auf seine eigenen Mitarbeiter frustriert fest: „denn sie suchen alle das Ihre, nicht das, was Christi Jesu ist!“ (Phil 2,21).

2.3 Fehlende Aufforderung zur Selbstliebe

Die Bibel fordert immer wieder dazu auf, den Nächsten zu lieben. Es handelt sich dabei um ein sehr grundlegendes Gebot (siehe das Doppelgebot der Liebe in Mt 22,37–40). Die Briefschreiber des Neuen Testaments wiederholen unermüdlich die Aufforderung zur Liebe, zum Beispiel in Epheser 5,1–2 oder 1. Petrus 4,8a. Die Nächstenliebe soll sogar unsere Feinde miteinschließen (vgl. Mt 5,43–45). Immer wieder wird die allgemeine Aufforderung zur Nächstenliebe auch in einzelnen Anweisungen konkret (vgl. Gal 6,1–10; Hebr 13,1–3).

Diese Fülle an Aufforderungen macht klar: Bei der Liebe zum Mitmenschen handelt es sich a) um einen Grundwert des christlichen Glaubens (vgl. 1 Joh 2,9–11; 4,8), zu dem wir b) aufgefordert werden müssen (diese Liebe „passiert“ leider nicht von allein).

14

Im Gegensatz dazu fällt auf, dass in der Bibel nirgends eine Aufforderung zur Selbstliebe zu finden ist. Wenn es für uns tatsächlich so grundlegend ist, uns selbst lieben zu lernen, ist das erstaunlich.⁵ Dieses Fehlen deutet darauf hin, dass es sich bei der Selbstliebe entweder a) nicht um einen Grundwert handelt (sie also nicht so wichtig ist) oder b) die Aufforderung dazu nicht nötig ist – oder beides zugleich.

2.4 Aufforderung zur Selbstverleugnung

Jesus spricht aber durchaus darüber, wie seine Nachfolger mit sich selbst umgehen sollen. Er ruft sie auf, eine dienende Gesinnung zu haben, die seinem eigenen Vorbild entspricht (vgl. Mt 20,25–28; Joh 13,1–17). Auch Paulus fordert

ausdrücklich dazu auf, Jesu demütigem Vorbild zu folgen (vgl. Phil 2,3–11).

Mehr noch, Nachfolge ist ohne Selbstverleugnung nicht möglich (vgl. Mt 16,24–26). Jesus ist gestorben, „damit die, welche leben, nicht mehr für sich selbst leben, sondern für den, der für sie gestorben und auferstanden ist“ (2 Kor 5,15). Wer nicht bereit ist, um Jesu willen alles aufzugeben, einschließlich eines friedlichen Familienlebens und sogar seines eigenen Lebens, „der ist meiner [Jesu] nicht wert“ (Mt 10,34–39; vgl. Lk 14,33). Für diesen Sachverhalt verwendet Jesus sogar die drastische Formulierung, dass jemand sein eigenes Leben „hasst“, statt es zu lieben (Lk 14,26; Joh 12,25). Auf den Punkt gebracht: „Wer ihm [Jesus] nachfolgt, der muß die Selbstliebe aufgeben, sich selbst verleugnen.“⁶

Paulus wendet sich als Jünger Jesu entschieden von allem ab, wofür er sich selbst auf die Schulter klopfen könnte (vgl. Phil 3,7; 2 Kor 3,5–6a). Er nimmt um Christi willen sogar Verachtung, Spott und Todesgefahr in Kauf (vgl. 1 Kor 4,9–13).

15

Dieser vermeintliche Verlust birgt jedoch den wahren Schatz in sich. Wer verliert, ist nicht der Verlierer, sondern der Gewinner. Er findet das Leben (vgl. Mt 10,39; 16,25). Im Himmelreich wird er „der Größte“ sein (Mt 18,4), er wird erhöht werden (vgl. Mt 23,12).

Jesus gibt zwar nicht, „wie die Welt gibt“ (Joh 14,27), aber wer Gottes Sache den ersten Platz einräumt, für dessen wirkliche Bedürfnisse wird Gott sorgen (vgl. Mt 6,31–33). Der Heilige Geist schenkt ihm „Liebe, Freude, Friede, Langmut, Freundlichkeit, Güte“ (Gal 5,22), und damit letztlich die tiefe, innere Ausgeglichenheit, die der Mensch so sehr sucht – und die gerade dem verwehrt bleibt, der sich krampfhaft bemüht, diese Frucht von einem egoistischen Lebensstil zu ernten.⁷

2.5 Zusammenfassung

In der Schrift finden wir also keinen Hinweis auf ein etwaiges Problem der fehlenden Selbstliebe bzw. des zu negativen Selbstbildes als eine Wurzel von vielen Übeln.⁸ Dagegen warnt sie häufig und deutlich vor der Überhöhung des eigenen Ich.

Es gibt grundsätzlich einen normalen Grad der Selbstfürsorge, der aus dem menschlichen Leben kaum wegzudenken ist und der als gegeben vorausgesetzt wird. Diese Selbstliebe ist nicht sündhaft. Die Bibel erweckt allerdings nicht den Eindruck, als müsste der Mensch dazu angehalten werden, sich auf diese Weise um sich selbst zu kümmern. Wir neigen wohl eher dazu, auf der anderen Seite vom Pferd zu fallen: Die Selbstfürsorge darf uns nicht in die Abhängigkeit von unseren Begierden führen.

Dagegen ist immer wieder Ermahnung nötig, damit der Mensch seinen Blick von sich selbst weg auf Gott und seinen Nächsten richtet. Die sündhafte Natur des Menschen führt dazu, dass er zuerst und zumeist um sich selbst kreist und seinen eigenen Vorteil sucht. Selbstverleugnung ist für uns kontraintuitiv. Letztlich ergibt sie nur für einen Nachfolger Jesu Sinn, der erkennt, dass er durch die Abkehr von sich selbst und durch die Hinwendung zu Christus einen viel größeren Schatz gewinnt.

Der biblische Befund beantwortet die gestellte Frage also klar: Nein, wir müssen nicht lernen, uns selbst zu lieben. Unser Lernfeld liegt auf der anderen Seite, in der Selbstverleugnung. Die Selbstliebe ist bereits vorhanden, ist zwar nicht grundsätzlich Sünde, neigt aber dazu, sündhaft überhandzunehmen.

III. Die moderne Karriere der Selbstliebe

Wie kam dann aber die oben skizzierte Selbstliebe-Hoffnung auf? Weshalb erwarten wir uns so viel von ihr? Bedeutsam sind hier die Überlegungen der Psychotherapeuten Alfred Adler und Carl Rogers, die auch in der christlichen Seelsorge teils sehr geschätzt werden. Ergänzend werfen wir einen Blick auf die Gedanken des Sozialpsychoanalytikers und Humanisten Erich Fromm.

3.1 Alfred Adler (1870–1937)

Nach Adler macht im Grunde genommen jeder Mensch schon in früher Kindheit die Erfahrung der Minderwertigkeit. Das geschieht, wenn ein Kind feststellt, dass es den Erwachsenen unterlegen ist. Es fühlt sich „minderwertig“, weiß aber zugleich, wie abhängig es von ihnen ist.⁹ Auf diesen inneren Zwiespalt reagiert das Kind, indem es bereits sehr früh beginnt, nach Anerkennung und Macht zu streben, um so seine Unsicherheit zu überwinden.¹⁰ Es entwickelt dazu seine persönliche, kindliche Strategie. Diese verfestigt sich im Laufe der Jahre zu einer unbewussten Lebensschablone und ist die Ursache für alle seelischen Erkrankungen.¹¹

Als Gegenspieler dieses Geltungsstrebens sieht Adler das Gemeinschaftsgefühl des Menschen. Je besser es gelingt, dies bereits in der Kindheit auszubilden, desto weniger kann das (gemeinschaftsfeindliche) Geltungsstreben aufkommen.¹² Aber auch einem Erwachsenen, der bereits in seiner Lebensschablone gefangen ist, wird geholfen, indem er seinen falschen Zielsetzungen auf die Spur kommt und lernt, vom Geltungsstreben zum Gemeinschaftsgefühl zu gelangen.¹³

Adler erwartet zuversichtlich, dass dies durch Selbsterkenntnis und positive zwischenmenschliche Erfahrungen erreicht werden kann, denn er geht davon aus, dass der Mensch grundsätzlich gut ist.¹⁴ Wenn Menschen böse werden, liege das nur an verderblichen gesellschaftlichen Einflüssen.¹⁵

Für Adler ist zwar das Minderwertigkeitsgefühl die Ursache des unsozialen Geltungsstrebens und seiner Probleme verursachenden Strategien, weshalb er bemüht ist, „Selbstachtung und Selbstvertrauen“¹⁶ aufzubauen. Den Weg dorthin sieht er aber nicht direkt im Erlernen der Selbstliebe, sondern im Aufbau von Gemeinschaftsgefühl. Es ist für ihn kein Zeichen der Gesundheit, sondern eines schlecht entwickelten Gemeinschaftsgefühls, wenn Menschen „mehr an sich denken als an die andern“.¹⁷ Die Selbstliebe steht daher zwar in gewisser Weise am Ziel des Weges, wird aber nicht dadurch gewonnen, dass man sich um sie bemüht. Adler will den Blick des Menschen von sich selbst weg auf die Gemeinschaft richten.

18

Es ist un schwer zu erkennen, dass unsere Ansichten über Minderwertigkeitsgefühle und ihre Folgen in Adlers Gedanken wurzeln. Seine Strategie zur Überwindung des Problems haben wir aber nicht im gleichen Maß übernommen.

3.2 Erich Fromm (1900–1980)

Fromm meint: „Die wichtigste Lebensaufgabe des Menschen besteht darin, sich selbst zur Geburt zu verhelfen und das zu werden, was er potentiell ist.“¹⁸ Daran wird er aber durch Autoritäten gehindert (sowohl menschliche als auch Gott), die den Menschen zwingen, seine Fähigkeiten in ihren Dienst zu stellen und sein eigenes Wissen um das, was für ihn gut und böse ist, zu verleugnen.¹⁹ Er gibt sich daraufhin mit billigem Ersatz zufrieden (wie Pflichterfüllung, Geld,

Prestige, Erfolg).²⁰ Da dies aber seinem eigentlichen Wesen widerspricht, bleibt er im Tiefsten unglücklich.²¹

Dagegen stellt sich wahres Glück ein, wenn der Mensch zur „Produktivität“ findet: „Produktivität ist die Fähigkeit des Menschen, seine Kräfte zu gebrauchen und die in ihm liegenden Möglichkeiten zu verwirklichen.“²² Dafür muss er sich selbst kennenlernen und auch das, was für ihn wahrhaft gut ist:

*„Das Versagen unserer Kultur liegt nicht ... darin, daß sich die Menschen **zu sehr mit ihren Selbstinteressen beschäftigen, sondern daß sie sich nicht genug mit den Interessen ihres wahren Ichs beschäftigen; nicht darin daß sie zu selbstsüchtig sind, sondern daß sie sich selbst nicht genug lieben.**“²³*

Es sei nötig, dass Menschen lernen, auf ihr „Gewissen“ zu hören, ihre eigene innere Stimme:

19

*„Handlungen, Gedanken und Gefühle, die ein richtiges Funktionieren und die Entfaltung unserer Gesamtpersönlichkeit fördern, rufen ein Gefühl der inneren Zustimmung, der Richtigkeit hervor. ... Es ist die Stimme unseres wahren Selbst, die uns auf uns selbst zurückruft, produktiv zu leben, uns ganz und harmonisch zu entwickeln – das heißt **zu dem zu werden, was wir unserer Möglichkeit nach sind.**“²⁴*

Das Ergebnis ist der tugendhafte Mensch.²⁵ Wo Menschen aber daran gehindert werden, sich selbst zu entfalten, entwickeln sie destruktive, lebenszerstörende Energie: „Destruktivität ist die Folge ungelebten Lebens.“²⁶ Die universale Problemlösung heißt daher: zur Produktivität finden.

Fromm fordert klar zur Selbstliebe auf, um dem Menschen zur Selbstentfaltung zu verhelfen. Dementsprechend soll sich der Mensch direkt (ohne primäre Ausrichtung auf die Gemeinschaft) auf das eigene Ich fokussieren. Das wahre Ich muss freigelegt werden, indem es alle fremden Stimmen abschüttelt, die es verbiegen.

3.3 Carl Rogers (1902–1987)

Der Psychotherapeut Rogers ist ebenfalls darum bemüht, dem Menschen zur Selbstentfaltung zu verhelfen. Gemäß seiner Theorie werden Probleme durch verdrängte, dem Bewusstsein nicht zugängliche Gefühle verursacht, die zu unangemessenen Verhaltensweisen führen. Folglich ist es notwendig, dem Menschen Zugang zu seiner kompletten Gefühlswelt zu verschaffen.²⁷

Dies geschieht in Beziehungen, die von Kongruenz, Akzeptanz und Empathie geprägt sind.²⁸ In diesem Klima kann ein Mensch sich erlauben, auch negativ eingestufte Gefühle zuzulassen und sie als Teil seiner selbst zu akzeptieren. Wenn ihm seine Gefühlswelt schließlich uneingeschränkt zugänglich ist, kann er sein Leben wirklich selbstbestimmt führen, ohne durch unbewusste Anteile heimlich gesteuert zu werden.²⁹

Das eigentliche Problem ist auch für Rogers ein gesellschaftliches: Verdrängt werden die Gefühle, die der Mensch aufgrund fremder Erwartungen nicht haben sollte.³⁰ Der Mensch muss also lernen, sich von Fremdbewertungen zu distanzieren und seine „Bewertungsinstanz“ in sich selbst zu finden.³¹ Dies führe unweigerlich zu einem Verhalten, das „harmonisch, integriert und konstruktiv“³² ist, da der Mensch „von Natur aus positiv“ ist, „von Grund auf sozial, vorwärtsgerichtet, rational und realistisch“³³.

Je mehr der Mensch „dazu kommt, das ‚so-bin-ich‘ seines Selbst zu akzeptieren, desto mehr akzeptiert er andere auf die gleiche zuhörende, verstehende Art und Weise“.³⁴

Rogers spricht sich also dafür aus, dass wir Selbstliebe lernen müssen, wobei er den Begriff der „Akzeptanz“ bevorzugt. Wenn auch sein Fokus mehr auf dem wachsenden Vertrauen zu sich selbst liegt, steht am Ende seiner Therapie doch „eine positive Zuneigung zu sich“³⁵. Letztlich ist auch kaum etwas anderes zu erwarten, wenn es tatsächlich so sein sollte, dass der Mensch nach dem Ablegen aller Verdrängung nur noch Positives und Konstruktives in sich entdeckt.

3.4 Eine Zwischenbilanz

Zusammengenommen lässt sich in diesen Ansätzen (denen weitere an die Seite gestellt werden könnten) die eingangs genannte Selbstliebe-Hoffnung in Umrissen erkennen: Der Mensch fühlt sich klein, minderwertig, er wird durch äußere Einflüsse verbogen. Daraufhin entwickelt er Überlebensstrategien, reitet sich so aber immer tiefer ins Unglück. Er muss zu sich selbst finden, auf sein wahres Ich hören und es lieben lernen, um ein positives, ausgeglichenes Leben führen zu können.

Die skizzierten Modelle enthalten sicherlich einzelne Aspekte, die auch für Christen nützlich sein können. Zum Beispiel kann man von Rogers gut das Anliegen aufgreifen, in der Seelsorge auf eine vertrauensfördernde Gesprächsatmosphäre zu achten, in der auch Negatives und Sündhaftes ans Licht kommen darf. Trotzdem lassen sich diese Modelle aus christlicher Sicht nicht als Ganze übernehmen.

Ist der Mensch gut oder verdorben?

Problematisch ist insbesondere, dass die Sündhaftigkeit des Menschen ausgeblendet bzw. geleugnet wird. Die Bibel gibt uns keinen Grund zu der Annahme, dass aus dem menschlichen Herzen ausschließlich Gutes kommen wird, wenn man es nur von jeglicher Einengung befreit (vgl. 1 Mose 8,21; Mt 15,19). Aus der Perspektive eines biblischen Menschenbildes ist die Aufforderung sogar geradezu unverantwortlich, Menschen auf ihr Herz hören zu lassen.

Allerdings wird die Unterscheidung zwischen Gut und Böse hier ohnehin ins Subjektive verschoben: Der Mensch muss selbst herausfinden, was *für ihn* richtig oder falsch ist.

Auf mich selbst vertrauen oder auf Gott?

Damit einher geht das Problem, dass Autoritäten – auch Gott und sein Wort – abgelehnt werden.

Ein Christ ist jemand, der die Rebellion gegen Gott aufgegeben hat und sich ihm als seinem Herrn unterordnet. Wir hören auf sein Wort und vertrauen seinem Urteil über Richtig und Falsch mehr als unserem eigenen, das von Sünde getrübt ist. Das steht in krassem Gegensatz zu der Vorgabe, alle Autoritäten abzuschütteln und sich von niemandem mehr ins Leben hineinreden zu lassen. Aus christlicher Sicht ist Letzteres nichts anderes als die Haltung des Gottlosen, der trotzig gegen Gott rebelliert.

22

Die böse Gesellschaft oder auch mein eigenes Versagen?

Das wird dadurch unterstrichen, dass offenbar immer „die anderen“ schuld sind. Der Mensch sei das Opfer seiner Erziehung, seiner Umwelt, der Gesellschaft. Selbst wenn er sich hässlich verhält, liege es letztlich doch daran, dass

er, der doch eigentlich gut ist, durch verderbliche Einflüsse von außen verbogen wurde. Die Bibel konfrontiert uns dagegen immer wieder mit unserer eigenen Verantwortung und Schuld.

Wem glaube ich?

Letztlich haben wir es mit unterschiedlichen „Heils“-Wegen zu tun: Wo finde ich ein gutes, ein heil gewordenes Leben – die Befreiung aus dem Elend, in dem ich als Mensch feststecke? Natürlich ist das „Heil“ der Selbstliebe-Hoffnung rein innerweltlich gedacht, weil der Glaube an ein Jenseits fehlt. Aber bei der christlichen Erlösung geht es ja auch nicht nur darum, eines Tages in den Himmel zu kommen, sondern sie führt konkret hier und heute in eine Existenz, in der unser größtes Lebensproblem bereits gelöst ist.

Anders gesagt: Die entscheidende Frage ist, wo man die Wurzel für die Probleme des Menschen sieht. Wo liegt unser Lebensproblem? Ist es mein Minderwertigkeitsgefühl bzw. habe ich unter dem Druck äußerer Autoritäten verlernt, mein wahres Ich zu hören? Oder besteht es in meiner Trennung von Gott? Daran entscheidet sich, welchen (Heils-)Weg wir einschlagen müssen.

Aus biblischer Perspektive ist klar, wo das Ur-Problem hinter allen menschlichen Problemen liegt: Der Mensch ist Sünder, getrennt von Gott, und er lebt als solcher gemeinsam mit weiteren sündigen Menschen in einer gefallenen Welt.³⁶ Der christliche Weg zum Heil (und Heilwerden) liegt daher in der *Versöhnung mit Gott durch Jesus Christus* (vgl. 2 Kor 5,18–20) und der *Veränderung durch seinen Heiligen Geist* (vgl. Gal 5,16–26). Dabei verspricht uns die Bibel aber keineswegs für den Rest unseres irdischen Lebens Glückseligkeit und Freiheit von Problemen – so etwas gibt es in dieser gefallenen Welt nicht.

Das primäre Ziel christlicher Seelsorge ist die Umkehr zu Gott und Wachstum im Glauben.³⁷ Ein vordergründig „besseres“ (weniger problembehaftetes) Leben ist also *nicht* das vorrangige Ziel (vgl. 2 Kor 12,7–10). Andererseits kann man ein Leben, das von Gottes Geist regiert wird und das von seiner Frucht geprägt ist („Liebe, Freude, Friede, Langmut, Freundlichkeit, Güte, Treue, Sanftmut, Selbstbeherrschung“; Gal 5,22), wohl kaum als unglücklich bezeichnen.

Die skizzierten Gedankengebäude beantworten also die Frage nach dem grundlegenden Problem des Menschen anders als die Bibel, und sie verweisen folgerichtig auf andere Wege zum „Heil“. Man könnte nun also folgern, dass sich diese unterschiedlichen Ansichten einfach nicht unter einen Hut bringen lassen.

Trotzdem wurde der Versuch unternommen. Mittlerweile ist diese Synthese vielfach anzutreffen, im deutschsprachigen Raum war sie jedoch zunächst mit Walter Trobisch als ihrem wohl prägendsten Vertreter verbunden. Er musste damals seinen Ansatz noch erklären und verteidigen, während heute oft einfach davon ausgegangen wird, dass die Bibel diese Dinge lehrt. Daher wenden wir uns nun Trobischs Büchlein *Liebe dich selbst* zu. Es erschien 1975, wurde knapp zwanzig Jahre lang immer wieder neu aufgelegt und in mehrere Sprachen übersetzt.

IV. Die Christianisierung der Selbstliebe

4.1 Das Modell

Der Pastor und Missionar Walter Trobisch (1923–1979) wollte also den Blick der Christen auf die Selbstliebe³⁸ völlig verändern. Das wahre Problem sei nicht zu große, sondern mangelnde Selbstliebe, denn: „Nur wer sich selbst annimmt, kann den anderen annehmen. Nur wer sich selbst liebt, kann den anderen lieben.“³⁹

Er sieht es als eine „bewiesene Tatsache“ an, dass der Mensch keine angeborene Selbstliebe besitzt und stützt sich dabei auf „Erkenntnisse der modernen Tiefenpsychologie“.⁴⁰

In Jesu Auftrag „Du sollst deinen Nächsten lieben wie dich selbst“ (Mt 22,39) erkennt Trobisch den biblischen Beleg für die Notwendigkeit der Selbstliebe. Er stellt zwar fest, dass die Selbstliebe hier nicht geboten, sondern „selbstverständlich vorausgesetzt“⁴¹ wird, erklärt das aber mit dem Unterschied zwischen damals und heute. Offenbar waren die Bedingungen zur Zeit Jesu wesentlich günstiger, um zu einer gesunden Selbstannahme zu gelangen, sodass man diese damals praktisch voraussetzen konnte. In unserer Zeit und in unserer westlichen Kultur sei das aber nicht mehr der Fall.⁴²

So sieht Trobisch im Liebesgebot Jesu nicht nur einen Befehl (*Liebe deinen Nächsten*) neben einer „feststellenden Aussage“ (*wie dich selbst*), „sondern auch einen zweiten Befehl: ‚Liebe ... dich selbst!‘“.⁴³

Diese hier geforderte positive Selbstliebe sei nun – was eigentlich paradox scheint – notwendig, um von dem in der Bibel verurteilten „Narzissmus“ freizuwerden: „Nur wenn ich mein Selbst angenommen habe, kann ich es auch loslassen, kann selbst-los werden.“⁴⁴ Mangelnde Selbstliebe führe

dagegen zu Selbstsucht, weil der Mensch noch auf der Suche nach sich selbst ist.⁴⁵ Selbstliebe sei somit Christenpflicht: „Der Gehorsam der Selbstverleugnung setzt den Gehorsam der Selbstannahme voraus.“⁴⁶ Auch in Jesus sieht Trobisch zuerst diese vollkommene Selbstannahme verwirklicht, durch die dann seine Selbsthingabe möglich wurde (er verweist hier auf Joh 8,58; 10,30; 13,3–5 und Phil 2,6–7).⁴⁷

Nach Trobisch sind sehr viele menschliche Probleme auf mangelnde Selbstannahme zurückzuführen. Er nennt ausdrücklich Süchte, Masturbation, „auto-erotische Berufs- und Partnerwahl“, Leibfeindlichkeit, Kinderfeindlichkeit, Abtreibung, Fresssucht, Magersucht, Angst und Schermut.⁴⁸ Damit scheint die Selbstliebe ein fast universales Heilmittel für die Probleme des Menschen zu sein.

Selbstannahme werde dann erlernt, wenn ein Mensch sich von einem anderen bedingungslos angenommen fühlt – doch leider ist diese Erfahrung zwischenmenschlich selten.⁴⁹ Jesus Christus durchbreche aber den Teufelskreis. Er sei derjenige, „der uns annimmt wie wir sind ... und der es uns dadurch ermöglicht, uns selbst anzunehmen und auch einander anzunehmen“.⁵⁰ Bei Jesus müsse man begrifflich zwischen Annahme und Liebe unterscheiden: Er nimmt uns an, wie wir sind, aber seine Liebe verändert uns, sodass wir nicht bleiben, wie wir sind.⁵¹

26

4.2 Einige Beobachtungen

Trobisch plädiert also mit großem Nachdruck dafür, dass Menschen Selbstliebe erlernen müssen, und er beruft sich dabei (unter anderem) auf die Bibel. Tatsächlich nimmt er aber eine gravierende Umdeutung biblischer Aussagen vor.

Heilsgeschehen

Auf dem Boden einiger weniger Schriftzitate wächst hier – ähnlich wie bei den vorherigen Ansätzen – ein neues, verändertes Heilsgeschehen: Das Problem des Menschen ist bei diesem Ansatz nicht sein Verkauftsein unter die Sünde (vgl. Röm 7,14), sondern seine Unfähigkeit, sich selbst zu lieben. Jesus kam, um vollkommene Selbstannahme auszuüben, welche ihn zu der Selbstlosigkeit befähigte, sein Leben für uns zu geben. Die Erlösung besteht darin, seine Liebe anzunehmen und sich von ihm lieben zu lassen, um dadurch zu lernen, sich selbst immer mehr zu lieben. Das wird uns befähigen, andere gleichermaßen zu lieben.

Das ist jedoch nicht die biblische Lehre von der Erlösung. Greg Gilbert nennt es „verwerflich unbiblich“, zu behaupten, „dass Jesus Christus gestorben ist, um uns von negativen Gedanken über uns selbst zu retten“.⁵²

Heute wird dies im Rahmen der christianisierten Selbstliebe-Hoffnung oft etwas verwischt, indem eine Art zweistufige Rettung propagiert wird, so zum Beispiel bei John und Stacy Eldredge: Dass Jesus für unsere Übertretungen starb und wir daher Vergebung haben, sei „nicht die *ganze* Wahrheit“. Jesus sei „gekommen, um Sie zu erlösen *und* Ihr verletztes, blutendes Herz zu heilen“.⁵³ Das Kreuz und die Vergebung stehen so zwar am Anfang des Lebens mit Gott, scheinen aber nach der Bekehrung keine große Rolle mehr zu spielen. Nun geht es an das deutlich langwierigere (und möglicherweise als gravierender empfundene) Projekt des inneren Heilwerdens. Sünde und Vergebung werden so an den Rand gedrängt. Tatsächlich ist Gottes Gnade aber die Luft, die wir als Christen ein Leben lang atmen müssen (vgl. 1 Petr 1,13; Hebr 4,16).

Auslegung

Jesus spricht im Zusammenhang mit dem Doppelgebot der Liebe ausdrücklich von „zwei Geboten“ (vgl. Mt 22,40: Liebe zu Gott, Liebe zum Nächsten). Trobisch nimmt sich jedoch die Freiheit, für seine Zwecke ein drittes hineinzulesen, das nicht nur gleichgeordnet, sondern effektiv sogar vorrangig ist.⁵⁴ Dabei scheint ihm bewusst zu sein, dass er den Boden sachgemäßer Bibelauslegung verlassen hat, da er „nur ganz persönlich“ sagen kann, dass „für ihn“ im Gebot der Nächstenliebe zwei anstatt eines Befehls enthalten sind.⁵⁵

Diese Zurückhaltung ist mittlerweile eher selten. Fünfundzwanzig Jahre nach Trobischs Vorstoß spricht beispielsweise Ulla Schaible mit großer Selbstverständlichkeit vom „dreifachen Liebesgebot“ Jesu.⁵⁶

Gute alte Zeit

Zutiefst überzeugt von seiner Theorie stellt Trobisch die Frage, „wieso Jesus hier etwas als selbstverständlich voraussetzen konnte, was uns doch nach der Aussage von Dr. Groeger nicht angeboren ist, sondern im Laufe des Lebens erst mühsam erworben werden muß“⁵⁷, nämlich die Selbstliebe. Er kommt zu dem Schluss: Die Zeiten müssen sich geändert haben. Es scheint, dass die Menschen damals „im Vergleich zu uns viel mehr in sich selbst ruhten, viel weniger neurotisch waren, und daß ihnen deshalb das Erwerben eines positiven Verhältnisses zu sich selbst, einer gesunden Selbstannahme, in ungleich höherem Maße gelang als uns“⁵⁸. Dies sei offensichtlich verloren gegangen.

Mit Paul Brownback lässt sich aber festhalten:⁵⁹ Eine so allgemeine und gravierende Veränderung in der Natur des Menschen ist kaum anzunehmen. Wen sollte Paulus dann auch in dieser guten alten Zeit mit einer Stelle wie Epheser 4,19 meinen – Menschen, „die, nachdem sie alles

Empfinden verloren haben, sich der Zügellosigkeit ergeben haben, um jede Art von Unreinheit zu verüben mit unersättlicher Gier“? Die Bibel erweckt nicht den Anschein, als wären die Menschen damals von Haus aus positiver und zufriedener gewesen als heute. Im Gegenteil, in der Schrift werden fortwährend problematische Verhaltensweisen angeprangert, die damals aufgrund der (laut Trobisch) allgemein vorhandenen Selbstliebe höchstens ausnahmsweise vorgekommen sein dürften. Es deutet also auch für die neutestamentliche Zeit wenig auf eine weite Verbreitung einer solchen „gesunden Selbstannahme“ hin.

Klarheit der Bibel

Wenn Trobischs Theorie zutrifft, müsste man bei sämtlichen biblischen Aufforderungen zur Nächstenliebe (wie Eph 5,1–2 oder Mt 5,44–48) folgenden gedanklichen Einschub hinzufügen: *Und das erreichst du, indem du dich zunächst um dich selbst kümmerst und dich selbst völlig annehmen und lieben lernst.* Für sich genommen wären diese Aufforderungen dann geradezu irreführend, denn der normale Bibelleser kann an dieser Stelle nicht erkennen, dass er ein „Liebt eure Feinde“ (Mt 5,44) vorerst als „Liebe dich selbst“ lesen muss, bis seine Selbstannahme ein ausreichendes Maß erreicht hat. In seiner Naivität würde er sich wahrscheinlich einfach bemühen, seine Feinde zu lieben ...

Die Anweisungen, die Jesus und Paulus geben, wären aus dieser Perspektive aber nicht nur irreführend, sondern auch sinnlos: Wer sich noch nicht genügend liebt, muss zunächst Selbstannahme lernen und wird durch die Aufforderung zur Nächstenliebe höchstens zu der traurigen Figur des „pflichtgemäß Liebenden“.⁶⁰ Wer dagegen die gesunde Selbstliebe erreicht hat, ist dadurch auch ein selbstloser Mensch geworden – muss man ihn also noch zur

Nächstenliebe auffordern? Es scheint daher niemanden zu geben, an den sich diese Gebote sinnvollerweise richten.

Wilhelm Lütgert widerspricht der Idee, es gebe ein Geheimrezept, das uns praktisch von selbst zu Liebenden macht. Er schreibt sogar über die Aufforderungen zur Bruderliebe (die uns eigentlich noch mehr im Blut liegt als die generelle Nächsten- oder gar Feindesliebe):

„Die Liebe zu den Brüdern entsteht nicht von selbst aus der Liebe Gottes und Christi. Es handelt sich vielmehr um einen Willensakt, der frei ist und also auch unterbleiben kann. Die Liebe zu den Brüdern wird nicht als eine Art von unfreiem Trieb gedacht, sondern sie bleibt Wille, der gefaßt und also gefordert werden muß.“⁶¹

Effektiv werden bei Trobisch die vorhandenen biblischen Imperative durch die stereotype, nirgends in der Bibel bezeugte Aufforderung: „Lerne dich erst selbst lieben!“ als Allheilmittel ersetzt. Die tatsächliche Aufforderung im Bibeltext wird so bis auf Weiteres außer Kraft gesetzt und in ihr Gegenteil verkehrt. Der Mensch ist dann weder verantwortlich noch verpflichtet, seine Mitmenschen zu lieben, solange er sich selbst noch nicht genügend liebt – schließlich könne er das einfach nicht.⁶²

In der Bibel fehlt jedoch jeglicher Hinweis auf mildernde Umstände, die diese Aufforderungen einschränken würden, weil jemand noch nicht so weit ist.⁶³ Im Gegenteil, wir lesen immer wieder drastische Feststellungen, um die Aufforderung zur Liebe zu untermauern. So schreibt zum Beispiel Johannes: „Daran sind die Kinder Gottes und die Kinder des Teufels offenbar: Jeder, der nicht Gerechtigkeit übt, ist nicht aus Gott, ebenso wer seinen Bruder nicht liebt. ... Wer den Bruder nicht liebt, bleibt im Tod“ (1 Joh 3,10.14).

Eine solche Umdeutung der Schrift ist keine Kleinigkeit. Auf dem einmal eingeschlagenen Weg entfernt man

sich weit von der Bibel und stellt letztlich ihre Aussagen auf den Kopf. Das zeigt auch die Schlussfolgerung, dass es geradezu egoistisch sei, sich nicht um genügend Selbstliebe zu bemühen, da man ja dadurch den Mitmenschen Liebe vorenthalte.⁶⁴

Gottesbild

Für Gott bleibt in dieser Lehre kaum mehr als die Position eines Therapeuten, der uns zu einem erfüllten und gelingenden Leben führt. Wie es bei einem Fokus auf die Selbstliebe kaum anders zu erwarten ist, steht der Mensch im Zentrum. Crabb bringt die Situation anschaulich auf den Punkt:

*„Wir haben es gelernt, Gott so zu loben, wie wir etwa einem besonders aufmerksamen Kellner ein Trinkgeld geben. ... Er hat sich ja große Mühe gegeben, um unser Herz zu befriedigen und unsere Selbstachtung aufzupolieren. Darum geben wir ihm auch ein großzügiges Trinkgeld und fühlen uns dabei edel und großmütig, während er seinerseits in dankbarer und demütiger Freude strahlt, wenn er uns sagen hört: ‚Recht so, du tüchtiger und treuer Knecht.‘ Merken wir überhaupt noch, wie wir die ganze Sache ins Gegenteil verkehrt haben? Plötzlich ist Gott der Ehre würdig, weil er uns geehrt hat. ‚Würdig ist das Lamm‘, rufen wir, aber nicht als Antwort auf seine große Gnade, sondern weil er wiederhergestellt hat, was uns am wichtigsten ist – die Fähigkeit, uns selbst zu lieben. **Wir sind wichtiger als Gott.**“⁶⁵*

4.3 Zusammenfassung

Die Theorie der Selbstliebe-Hoffnung kann nur unter weitreichender Umdeutung biblischer Aussagen in die Schrift hineingelesen werden. Sie wird von außen an die Bibel herangetragen. Wie ein Kuckucksküken die rechtmäßigen Bewohner aus ihrem Nest wirft, um sich selbst dort breit zu machen, beseitigt die Selbstliebe-Hoffnung klare biblische Aufforderungen (bzw. verschiebt sie auf den St.-Nimmerleins-Tag), um selbst zum Alleinherrscher zu werden.

Folgendes bestätigt sich also: Die beiden Gedankengebäude – die Selbstliebe-Hoffnung und das biblische Heil – lassen sich nicht unter einen Hut bringen. An der Überlegung, wo denn das grundlegende Problem hinter den Lebensproblemen der Menschen liegt, entscheidet sich alles Weitere. Wer sich entscheidet, seine Hoffnung auf die Selbstliebe zu setzen, wird und muss die biblische Botschaft massiv anpassen. Ein selektiver Umgang mit der Bibel bedeutet aber immer, dass ich mich über Gottes Wort stelle und mir meine eigene Version des Glaubens zusammenbastele. Die Selbstliebe-Hoffnung lässt sich nicht christianisieren.

32

V. Realitätstest

Damit stehen wir aber noch vor der Schwierigkeit, dass wir das anfangs skizzierte Szenario im Großen und Ganzen in unserer Erfahrung bestätigt sehen. Wir *wollen* ja den Aussagen der Bibel glauben. Wie können wir das aber mit unserer Erfahrung zusammenbringen, für die die Selbstliebe-Hoffnung trotzdem ziemlich plausibel erscheint?

5.1 Eine trügerische Hoffnung

Um mit dem Ergebnis zu beginnen, das uns die Selbstliebe-Hoffnung in Aussicht stellt: Eigentlich liefert unsere Erfahrung keine besonders überzeugenden Belege, dass die Selbstliebe ihre Verheißung jemals einlöst. Tatsächlich sucht man im Alltag doch vergeblich nach den Menschen, die es auf dem Weg der Selbstliebe so weit gebracht haben, dass sie von ihrem egoistischen Streben frei geworden sind.⁶⁶ Irgendwie scheinen alle noch unterwegs zu sein. Davon geht zum Beispiel auch Josh McDowell aus: „Sie sind nicht der einzige Christ auf der Welt, der ein angemesseneres Selbstbild braucht. Wir alle stecken mehr oder weniger tief in diesem Lernprozess, wir alle sind auf dem Weg dahin.“⁶⁷ Wenn allerdings niemand das versprochene Ziel wirklich erreicht, könnte man daraus auch schließen, dass die Methode einfach nicht funktioniert.

Natürlich gibt uns Ermutigung kurzfristig ein gutes Gefühl (und vielleicht ist das der Grund, weshalb wir so beharrlich an dieser Hoffnung festhalten). Dass ein solches Hoch jedoch schnell wieder verblasst und wir dann den nächsten Ermutigungskick brauchen, wissen wir aus Erfahrung.

33

5.2 Ein reales Phänomen

Das Problem der Minderwertigkeitsgefühle kennt unsere Erfahrung dagegen sehr wohl. Schon die Tatsache, dass uns an jeder Ecke Tipps und Hilfe angeboten werden, um diese Gefühle in den Griff zu bekommen, beweist, dass sie allgegenwärtig sind. Wir fühlen uns oft klein und unzulänglich. Wir scheitern an der Umsetzung unserer eigenen Ziele und Ideale. Wir werden den Erwartungen unserer Mitmenschen nicht gerecht. Wir sind nicht so schlau, nicht so gut, nicht

so schön, nicht so erfolgreich, nicht so beliebt und nicht so bedeutend, wie wir gerne wären. Diese Erfahrung kennen wir nur zu gut.

Wie lässt sich das im Rahmen der Bibel deuten? Und vor allem: Wie gehen wir richtig damit um?

Selbstliebe – was sonst?

Zunächst bestätigt diese Erfahrung letztlich die Aussage der Bibel, dass wir uns selbst lieben. Weshalb sollte es uns sonst stören, wenn wir unsere ehrgeizigen Ziele nicht erreichen oder im Vergleich mit anderen das Nachsehen haben? Warum leiden wir darunter, uns wertlos zu fühlen? Wenn wir uns selbst egal wären, wären uns auch diese Dinge egal.

Selbst Michael Dieterich (Gründer der Deutschen Gesellschaft für Biblisch-Therapeutische Seelsorge, dessen *Handbuch Psychologie und Seelsorge* sich u. a. auf die Ansätze von Alfred Adler und Carl Rogers stützt) kommt zu dem recht pauschalen Schluss, dass man zusammen „mit dem Minderwertigkeitskomplex immer auch einen mehr oder weniger versteckten Überlegenheitskomplex entdecken“ kann.⁶⁸

Hier sei aber daran erinnert, dass Selbstliebe nicht generell sündhaft ist. In gewissem Maße ist es einfach normal menschlich, auf unser eigenes Wohl bedacht zu sein.

34

Welche Maßstäbe?

Allerdings müssen wir im Einzelfall stets genau hinsehen. Die Gründe, warum wir uns klein und unzulänglich fühlen, sind vielschichtig.

Scheitern wir vielleicht einfach an den Erwartungen, die unsere Mitmenschen oder unsere Gesellschaft an uns stellen, und die wir zu unseren eigenen gemacht haben? Wir sind als Christen immer noch Kinder unserer Zeit, daher

können diese Erwartungen durchaus auch im christlichen Gewand daherkommen.⁶⁹ Wir müssen genau prüfen und unterscheiden. Manche Schuhe sollten oder dürfen wir uns als Christen nicht anziehen (vgl. Röm 12,2). Es gibt keinen Grund, sich wegen solcher Dinge als Versager zu fühlen.

Oder sind wir doch (auch) an Gottes Maßstäben gescheitert? Vielleicht vergleichen wir uns mit anderen und ärgern uns, weil wir nicht mithalten können. In einem finsternen Winkel unseres Herzens sind wir neidisch und hätten gern das Beste für uns selbst. Oder unsere Eitelkeit verleitet uns dazu, besonders hohe Ansprüche an uns selbst zu stellen: Für die anderen mag der Durchschnitt genügen, aber von mir selbst erwarte ich schon etwas anderes ...

Als Christen haben wir das Privileg, dass wir mit unserer Sünde vor Gott ehrlich sein dürfen. Wir dürfen ihn um Veränderung unseres Herzens bitten, und das – wenn es sein muss – auch hundertmal am Tag. Diese Momente der Ehrlichkeit sind es, in denen uns der Herr der gesamten Schöpfung besonders nahekommt und uns erquickt (vgl. die beeindruckende Zusage in Jes 57,15).

35

Wir sind nicht, wie wir sein sollten

In unseren Minderwertigkeitsgefühlen zeigt sich unsere tiefe Ahnung, dass wir nicht so sind, wie wir sein sollten. Edward Welch schlägt vor, unser heutiger Begriff „Minderwertigkeitsgefühl“ sei einfach die säkulare Variante des biblischen Begriffs „Scham“.⁷⁰ Wir leben mit einem Bewusstsein dafür, dass wir so, wie wir sind, nicht in Ordnung sind, – was vor Gott ja tatsächlich die Wahrheit ist.

Unsere Scham darf uns aber zu Gott treiben. Der heilige Richter ist unser Retter geworden. Sein Sohn hat mit seinem Blut dafür bezahlt, dass wir als Makellose vor Gottes Thron stehen können, obwohl unser reales Leben alles andere als makellos ist. Unser altes Ich ist mit Jesus gestorben, wir

sind als neue Menschen mit ihm auferstanden. Gott hat eine Herztransplantation durchgeführt und unser altes, steinerne Herz durch ein neues, lebendiges ersetzt. Sein Geist lebt in uns.

Als Christen werden wir unser ganzes Leben lang damit beschäftigt sein, in diese neuen Kleider hineinzuwachsen. Wir werden immer wieder an uns selbst verzweifeln und müssen lernen, diese Verzweiflung als einen Ruf Gottes zu hören, uns in seine Arme zu flüchten. Gott hat uns bereits ein für alle Mal die Makellosigkeit seines Sohnes zugesprochen. Er selbst verändert uns Stück für Stück, damit wir diesem makellosen Sohn immer ähnlicher werden. Es ist nichts Falsches daran, wenn wir darunter leiden, dass wir oft noch so weit entfernt davon sind.

Übrigens liegt hier auch der Grund, weshalb die reinen Ermutigungsbotschaften bestenfalls ein kurzes Gefühlshoch bewirken. Sie versuchen, uns auf das Wunderbare zu fokussieren, das Gott (vermeintlich) in uns sieht, und das wir (vermeintlich) selbst noch nicht genug würdigen. Aber die Wirklichkeit holt uns schnell wieder ein. Wir sind nicht wunderbar, und wir *wissen* es (und falls Gott wirklich so blind oder naiv sein sollte, das nicht zu merken, kann man auf sein Urteil nicht viel geben, oder?). Diese Botschaften bestehen den Realitätstest nicht.

36

Vertrauenssache

Wir wissen und bekennen als Christen, dass Gott allmächtig ist – und wir nicht. Er ist der Schöpfer, wir sind das Geschöpf. Er ist groß, wir sind klein. Das ist in Ordnung so. Das Gefühl, klein zu sein, muss nicht unser Feind sein. Wir sind dafür geschaffen, in der Abhängigkeit von unserem guten Gott zu leben. Dennoch tun wir uns oft schwer, das zu akzeptieren. Wir reiben uns an unseren Begrenzungen. Ganz so klein und unbedeutend wollten wir dann doch nicht sein ...

Auch wenn wir Gott bei unserer Bekehrung unser Vertrauen ausgesprochen haben, müssen wir lernen, dieses Vertrauen im Alltag zu buchstabieren. Vertraue ich ihm, dass er es wirklich gut mit mir meint – auch wenn ich nicht alles erreiche, was ich für wichtig halte? Vertraue ich ihm, dass er alles weise geordnet hat, einschließlich jeder Einzelheit in meinem Leben? Vertraue ich ihm, dass er für meine (wahren) Bedürfnisse sorgt und alles zu meinem Besten lenkt (vgl. Mt 6,33; Röm 8,28)?

Ein Ruf zum Evangelium

Letztlich erinnern uns unsere Minderwertigkeitsgefühle daran, wie nötig wir das Evangelium haben. Zum ersten Mal wird uns das am Anfang unseres Lebens als Christ bewusst, wenn wir Jesu Erlösungswerk dankbar annehmen, weil wir erkennen, dass wir für Gott (also den Einzigen, dessen Meinung wirklich zählt) vollkommen inakzeptabel sind.

37

Wenn wir Gottes Kinder geworden sind, ist unsere Stellung vor Gott ein für alle Mal geklärt. Er hat uns unwiderruflich adoptiert. Daran ändert auch unser Versagen nichts, denn diese Stellung beruht auf Jesu Werk, nicht auf unserem eigenen.

Wir werden aber auch als Christen noch viele Male an uns selbst verzweifeln, und darin sollten wir immer wieder neu den Ruf zum Evangelium hören. *Wir* sind nicht gut genug, aber *Jesus* ist es. Beides gilt unser Leben lang.

In Jesu Namen dürfen wir immer wieder „hinzutreten zum Thron der Gnade, damit wir Barmherzigkeit erlangen“ (Hebr 4,16). Wir tauchen so tiefer und tiefer in seine Gnade ein und staunen darüber, wie gut er zu uns ist. Unsere Liebe zu ihm wächst.

Dane Ortlund schreibt:

„Die Bibel zeigt uns ..., dass jede Erfahrung der eigenen Verzweiflung dazu dient, uns neu und tiefer in die Gemeinschaft mit Jesus hineinzuschmelzen. Es ist wie beim Trampolinspringen – zuerst geht es nach unten in die neu empfundene Leere, um dann nach oben katapultiert zu werden in neue Höhen mit Jesus.“⁷¹

Jesus wird uns groß und immer größer. Wir staunen über ihn, nicht über uns. Trotzdem ziehen wir dabei nicht selbst den Kürzeren, sondern wir werden unermesslich reich beschenkt und geadelt.

Wirkt die Selbstliebe-Hoffnung daneben nicht geradezu armselig?

Endnoten

- 1 Vgl. auch Walter Trobisch, *Liebe dich selbst: Selbstannahme und Schwermut*, Wuppertal: R. Brockhaus, 21. Aufl., 1993, S. 10–11, der es als „hilfreich“ bezeichnet, dass der Begriff *Selbstliebe* heute oft durch *Selbstannahme* ersetzt wird, weil so missverständliche Beiklänge vermieden werden können.
- 2 In Anlehnung an Aristoteles' βολησις ἀγαθοῦ als ein Kennzeichen der φιλία, vgl. Peter Schulz, *Freundschaft und Selbstliebe bei Platon und Aristoteles: Semantische Studien zu Subjektivität und Intersubjektivität*, Alber-Reihe Praktische Philosophie Bd. 64, Freiburg/München: Karl Alber, 2000, S. 174.
- 3 Vgl. Thomas Schirrmacher, *Ethik*, Bd. 1, Nürnberg: VTR, 2. stark überarbeitete Aufl., 2001, S. 230–231.
- 4 So auch Jay Adams, *Ich liebe mich: Selbstverwirklichung aus biblischer Sicht*, Asslar: Schulte + Gerth, 1987, S. 74.
- 5 Vgl. Brownback, *Selbstliebe: Eine biblische Stellungnahme*, Asslar: Herold-Schriftenmission, 1988, S. 20.
- 6 Wilhelm Lütgert, *Die Liebe im Neuen Testament: Ein Beitrag zur Geschichte des Urchristentums*, Giessen: Brunnen, 1986, S. 93.
- 7 Vgl. Adams, *Ich liebe mich*, S. 131.
- 8 Vgl. Adams, *Ich liebe mich*, S. 122.
- 9 Vgl. Alfred Adler, *Menschenkenntnis*, Frankfurt am Main: Fischer Taschenbuch, 1984, S. 71.
- 10 Vgl. Adler, *Menschenkenntnis*, S. 73–75. In einer ähnlichen Situation befindet sich auch das verwöhnte Kind, das nach Strategien sucht, um sich die Annehmlichkeiten der Bevorzugung zu erhalten (vgl. S. 47–48).
- 11 Vgl. Adler, *Menschenkenntnis*, S. 82 und Joseph Rattner, *Alfred Adler in Selbstzeugnissen und Bilddokumenten*, Reinbek bei Hamburg: Rowohlt Taschenbuch, 1976, S. 41.
- 12 Vgl. Rattner, *Alfred Adler*, S. 97.
- 13 Vgl. Rattner, *Alfred Adler*, S. 56. Tatsächlich interessiert Adler das Wohlergehen des Klienten aber nur als Mittel zum Zweck, in Wirklichkeit verfolgt er eine gesellschaftliche Utopie, nämlich die „ideale Gemeinschaft der ganzen Menschheit“, die „letzte Erfüllung der Evolution“ (S. 127). Dies ist nur zu erreichen, wenn das gemeinsame Potential der Menschheit ausgeschöpft wird, d. h. durch maximale Gemeinschaftsfähigkeit aller. Deshalb muss sie im Einzelnen erreicht werden. Die, die nicht ihren Anteil „zum Wohle der Allgemeinheit“ einbringen, werden eben im Fortschritt der Evolution „ausgelöscht“, wie Adler mitleidslos feststellt (S. 128). Für eine Wertschätzung des Menschen als Person, unabhängig von seinem geleisteten Beitrag, scheint es hier an der Basis von Adlers Lehre keine Grundlage mehr zu geben.

- 14 Vgl. Rattner, *Alfred Adler*, S. 67: Adler ist klar, dass er sich so gegen das „autoritär-christliche Menschenbild“ wendet, „das von einem tiefen Mißtrauen gegen die menschliche Natur erfüllt ist“.
- 15 Vgl. Rattner, *Alfred Adler*, S. 144.
- 16 Rattner, *Alfred Adler*, S. 66.
- 17 Adler, *Menschenkenntnis*, S. 50.
- 18 Erich Fromm, *Den Menschen verstehen: Psychoanalyse und Ethik*, München: Deutscher Taschenbuch-Verlag, 6. Aufl., 2004, S. 182.
- 19 Vgl. Fromm, *Den Menschen verstehen*, S. 18–19.
- 20 Vgl. Fromm, *Den Menschen verstehen*, S. 25 und 151.
- 21 Vgl. Fromm, *Den Menschen verstehen*, S. 141–142.
- 22 Fromm, *Den Menschen verstehen*, S. 73.
- 23 Fromm, *Den Menschen verstehen*, S. 111.
- 24 Fromm, *Den Menschen verstehen*, S. 125.
- 25 Vgl. Fromm, *Den Menschen verstehen*, S. 177.
- 26 Fromm, *Den Menschen verstehen*, S. 168.
- 27 Vgl. Carl R. Rogers, *Entwicklung der Persönlichkeit: Psychotherapie aus der Sicht eines Therapeuten*, Stuttgart: Klett-Cotta, 3. Aufl., 1979, S. 342.
- 28 Es handelt sich hier um die drei Grundwerte der klientenzentrierten Therapie in der Beziehung zwischen Therapeuten und Klient: a) Kongruenz: Der Therapeut ist sich seiner eigenen Gefühle völlig bewusst und äußert sie authentisch. b) Akzeptanz: Er nimmt den Klienten bedingungslos an, völlig unabhängig davon, welcher Art die Gefühle sind, die dieser zeigt. c) Empathie: Der Therapeut fühlt sich verständnisvoll in die Welt des Klienten ein (siehe Rogers, *Entwicklung der Persönlichkeit*, S. 276–278).
- 29 Vgl. Rogers, *Entwicklung der Persönlichkeit*, S. 157.
- 30 Vgl. Rogers, *Entwicklung der Persönlichkeit*, S. 110.
- 31 Vgl. Rogers, *Entwicklung der Persönlichkeit*, S. 125.
- 32 Rogers, *Entwicklung der Persönlichkeit*, S. 342–343.
- 33 Rogers, *Entwicklung der Persönlichkeit*, S. 99–100.
- 34 Rogers, *Entwicklung der Persönlichkeit*, S. 181.
- 35 Rogers, *Entwicklung der Persönlichkeit*, S. 99.

- 36 Nicht jedes Problem ist daher auf persönliche Sünde zurückzuführen. Der Mensch sündigt selbst, es werden aber auch andere Menschen an ihm schuldig. Manche Schwierigkeiten sind auch „nur“ auf das Gefallensein der Schöpfung zurückzuführen, z. B. der Verlust eines Menschen durch Krankheit. Am häufigsten wird sich wohl eine Kombination von mehreren dieser Möglichkeiten finden.
- 37 Vgl. Roland Antholzer, „Zur Integration psychotherapeutischer Methoden in die Seelsorge“, in: Carsten Evers (Hrsg.), *Die Psychologisierung der Gemeinde*, Reformatorische Paperbacks Bd. 21, Hamburg: Reformatorischer Verlag, o. J. [2003?], S. 307–308.
- 38 Trobisch verwendet die Begriffe „*Selbstliebe*“ und „*Selbstannahme*“ meistens austauschbar, vgl. Trobisch, *Liebe dich selbst*, S. 35.
- 39 Trobisch, *Liebe dich selbst*, S. 14.
- 40 Trobisch, *Liebe dich selbst*, S. 8 (als Quelle nennt er lediglich die Auskunft eines Psychotherapeuten namens Dr. Guido Groeger, die dieser ihm 1967 in einem unveröffentlichten Brief mitgeteilt hat).
- 41 Trobisch, *Liebe dich selbst*, S. 12.
- 42 Vgl. Trobisch, *Liebe dich selbst*, S. 12–14.
- 43 Trobisch, *Liebe dich selbst*, S. 14.
- 44 Trobisch, *Liebe dich selbst*, S. 18.
- 45 Vgl. Trobisch, *Liebe dich selbst*, S. 18, wo er erfreut feststellt, unsere Sprache sei hier „sehr genau“. Das trifft nicht zu: Das deutsche Wort „Sucht“ ist nicht mit dem Verb „suchen“ verwandt, sondern leitet sich vom Substantiv „suht“ – „siechen“, heute: „krank sein“, ab (vgl. Günther Drosdowski et al., *Duden Etymologie: Herkunftswörterbuch der deutschen Sprache*, Bd. 7, Mannheim: Bibliographisches Institut, 1963, S. 694).
- 46 Trobisch, *Liebe dich selbst*, S. 25.
- 47 Vgl. Trobisch, *Liebe dich selbst*, S. 23–25.
- 48 Siehe Trobisch, *Liebe dich selbst*, S. 18, 21, 38–49.
- 49 Vgl. Trobisch, *Liebe dich selbst*, S. 30–31.
- 50 Trobisch, *Liebe dich selbst*, S. 31–32.
- 51 Vgl. Trobisch, *Liebe dich selbst*, S. 35.
- 52 Greg Gilbert, *Was ist das Evangelium?*, Waldems: 3L Verlag, 2. Aufl., 2015, S. 63.
- 53 Stacy Eldredge, John Eldredge, *Weißt du nicht, wie schön du bist? Was passiert, wenn Frauen das Geheimnis ihres Herzens entdecken*, Gießen: Brunnen, 4. Aufl., 2007, S. 131 und 133.

- 54 Vgl. Adams, *Ich liebe mich*, S. 72.
- 55 Trobisch, *Liebe dich selbst*, S. 14. Trobischs stark interpretierender Umgang mit der Bibel wird auch in seiner Umschreibung von Joh 1,12 („Allen aber, die ihn aufnahmen, denen gab er das Anrecht, Kinder Gottes zu werden, denen, die an seinen Namen glauben“) sehr deutlich: „Wer Christus aufnimmt, wer langsam lernt, ihm immer mehr sein Leben zu überlassen, sich von ihm lieben zu lassen, der erhält Macht, geschenkte Kraft, an sich zu arbeiten, um ein Kind Gottes zu werden, um in das Bild hineinzuwachsen, das Gott mit ihm gemeint hat“ (S. 35).
- 56 Ulla Schaible, *Ehrlich, echt und endlich ich! Leben im Einklang mit mir selbst*, Gies- sen: Brunnen, 2. Aufl., 2002, S. 122.
- 57 Trobisch, *Liebe dich selbst*, S. 13.
- 58 Trobisch, *Liebe dich selbst*, S. 13.
- 59 Siehe Brownback, *Selbstliebe*, S. 52–53.
- 60 Trobisch, *Liebe dich selbst*, S. 9, wo er Guido Groeger zitiert.
- 61 Lütgert, *Die Liebe im Neuen Testament*, S. 197.
- 62 Siehe Adams, *Ich liebe mich*, S. 77. Vgl. auch Lawrence J. Crabb, *Glück suchen oder Gott finden? Unterscheidungshilfen in der Welt des Kuschelchristentums*, Basel: Brunnen, 1996, S. 166.
- 63 Vgl. Adams, *Ich liebe mich*, S. 59.
- 64 Vgl. Trobisch, *Liebe dich selbst*, S. 18: „*Wer sich selbst nicht liebt, ist ein Egoist.*“
- 65 Crabb, *Glück suchen oder Gott finden*, S. 16 (vgl. Mt 25,21).
- 66 Vgl. Brownback, *Selbstliebe*, S. 143.
- 67 Josh McDowell, *Gottes Prädikat: Unendlich wertvoll*, Holzgerlingen: Hänssler, 2004, S. 201.
- 68 Michael Dieterich, *Handbuch Psychologie und Seelsorge*, Wuppertal: R. Brock- haus, 4. Aufl., 1995, S. 291.
- 69 McDowell erklärt beispielsweise: „Wenn es keinem Elternteil gelingt, das Bedürfnis des Kindes nach Aufmerksamkeit, Annahme, Wertschätzung, Unterstützung, Ermutigung, Zuneigung, Achtung, Sicherheit, Trost und Anerkennung zu befriedigen, kann das Kind sich nicht so sehen, wie es von Gott, der es liebt, gesehen wird.“ (McDowell, *Gottes Prädikat*, S. 93–94). Welche normalsterblichen Eltern können derart überhöhten Forderun- gen gerecht werden? Sie entspringen offensichtlich nicht der Bibel (natür- lich sollen Eltern gute Abbilder von Gottes Vaterschaft sein, vgl. Eph 3,15, aber einem Menschen die Augen für Gottes Realität zu öffnen, ist das Werk des Heiligen Geistes, nicht unseres), sondern dem psychologisierten Main- streamdenken unserer westlichen Gesellschaft.

- 70 Vgl. Edward T. Welch, *Befreit leben: Von Menschenfurcht zu Gottesfurcht*, Waldems: 3L, 6. Aufl., 2016, S. 24.
- 71 Dane C. Ortlund, *Tiefer: Wie Christen echte Veränderung erleben*, Bad Oeynhhausen: Verbum Medien, 2022, S. 48.

Zu Evangelium21 gehören Christen aus verschiedenen Kirchen und Gemeinden, die ihren Glauben fest auf Jesus Christus gründen. Ausgerichtet auf die von den Reformatoren wiederentdeckten Wahrheiten

Gnade allein,
Glaube allein,
die Schrift allein,
Christus allein und
zu Gottes Ehre allein

wollen wir Impulse setzen, durch die Gemeinden neu belebt und gestärkt werden.

Als Anlaufstelle für Gleichgesinnte und Interessierte empfehlen wir Kontakte und Ressourcen. Die von uns angebotenen Materialien und Veranstaltungen heben die Zentralität des Evangeliums für den Gemeindealltag und das gesamte Leben hervor.

45

Mehr Informationen finden sie auf unserer Internetseite:

www.evangelium21.net

Evangelium21 braucht Unterstützung

Die Arbeit von Evangelium21 wird ausschließlich durch Spenden finanziert. Auch Booklets wie „Muss ich lernen, mich selbst zu lieben?“ von Tanja Bittner können wir nur veröffentlichen, da ehrenamtliche Mitarbeiter und Spender uns unterstützen. Falls Sie oder Ihre Gemeinde die Arbeit von Evangelium21 fördern möchten, freuen wir uns sehr über eine Spende.

Unsere Bankverbindung

Evangelium21 e. V.
Evangelische Bank
IBAN DE41 5206 0410 0004 0060 46
BIC GENODEF1EK1
Verwendungszweck: Spende



