

**Sonntag im Kirchenjahr:**

**Datum:**

**Predigttext:**

**Thema:**

**Autor:**

**4. So nach Trinitatis**

**28.06.2026**

**Röm 12,17-21**

**To-Do-Liste Deeskalation**

**Wilfried Röcker**

---

*Herzlich willkommen zu diesem kleinen Gottesdienst von radio m durch den Euch heute Wilfried Röcker und Anja Kieser begleiten.*

*Heute: Alles erstmal vergessen, was du über Paulus weißt. Ganz unvoreingenommen reingehen in diesen kleinen Gottesdienst, den wir feiern im Vertrauen auf Gott: den Vater, den Sohn und den Heiligen Geist.  
Amen*

Wochenspruch

<https://www.die-bibel.de/bibel/LU17/GAL.6>

Gal 6,2

*Einer trage des andern Last, so werdet ihr das Gesetz Christi erfüllen.*

Lutherbibel, revidiert 2017, © 2016 Deutsche Bibelgesellschaft, Stuttgart

---

*Das spricht uns der Wochenspruch zu und wir beten mit Worten aus Psalm 42:*

Psalmgebet

<https://www.die-bibel.de/bibel/LU17/PSA.42>

Ps 42,2-6

*2Wie der Hirsch schreit nach frischem Wasser,  
so schreit meine Seele, Gott, zu dir.  
3Meine Seele dürstet nach Gott,  
nach dem lebendigen Gott.  
Wann werde ich dahin kommen,  
dass ich Gottes Angesicht schaue?  
4Meine Tränen sind meine Speise Tag und Nacht,  
weil man täglich zu mir sagt: Wo ist nun dein Gott?  
5Daran will ich denken  
und ausschütten mein Herz bei mir selbst:*

*wie ich einherzog in großer Schar,  
mit ihnen zu wallen zum Hause Gottes  
mit Frohlocken und Danken  
in der Schar derer, die da feiern.  
«Was betrübst du dich, meine Seele,  
und bist so unruhig in mir?  
Harre auf Gott; denn ich werde ihm noch danken,  
dass er mir hilft mit seinem Angesicht.*

Lutherbibel, revidiert 2017, © 2016 Deutsche Bibelgesellschaft, Stuttgart

---

*Klare Anweisungen sind ja grundsätzlich nicht schlecht. Doch was ist, wenn die Anweisungen zu schwierig sind? Mal schauen, wie du die folgenden Anweisungen von Paulus hörst...:*

#### Predigttext

<https://www.die-bibel.de/bibel/BB/ROM.12>

Röm 12,17–21

*17Vergeltet Böses nicht mit Bösem.  
Habt anderen Menschen gegenüber nur Gutes im Sinn.  
18Lebt mit allen Menschen in Frieden –  
soweit das möglich ist und es an euch liegt.  
19Nehmt nicht selbst Rache, meine Lieben.  
Überlasst das vielmehr dem gerechten Zorn Gottes.  
In der Heiligen Schrift steht ja:  
»Die Rache ist meine Sache,  
ich werde Vergeltung üben«, spricht der Herr.«  
20Im Gegenteil:  
»Wenn dein Feind Hunger hat, gib ihm zu essen.  
Wenn er Durst hat, gib ihm zu trinken.  
Wenn du das tust,  
häufst du glühende Kohlen auf seinen Kopf.«  
21Lass dich nicht vom Bösen besiegen,  
sondern besiege das Böse durch das Gute!*

BasisBibel, © 2021 Deutsche Bibelgesellschaft, Stuttgart

---

*Hört nun hierzu einen Impuls von Wilfried Röcker:*

## Impuls

Kurze Sätze. Ganz konkret. Mitten aus dem Alltag der Menschen gegriffen. Sehr direkt und fordernd. So klingt der Bibeltext für heute, der diesen Gedanken zu Grunde liegt und er stammt von: Paulus. Ja, wirklich. Nicht laaaaaange Sätze, abstrakt, wenig konkret, kompliziert, zu theoretisch. Vor allem in seinem Brief an die Römer, wo er seine Sicht auf die Dinge so ausführlich theologisch darstellt. So kennt man ihn doch! Und jetzt das! Kurz und klar.

Paulus, der als konservativer Anhänger der Pharisäer dann doch beim liberalen Gamaliel studierte, anschließend Karriere als Inquisitor machte und als eifriger Verfolger von Irrlehre den jüdischen Glauben schützen wollte und nach seinem Damaskuserlebnis mit demselben Eifer weiter macht, dann aber für die Nachricht, die er vorher versucht hatte auszumerzen, weil er plötzlich glaubt, dass in dieser Nachricht über Jesus die Kraft Gottes steckt, die alles verändert und Menschen vollkommen frei macht. Ja, dieser Paulus kann sehr theoretisch und abstrakt schreiben – auch in diesem Römerbrief, aber was er hier in diesem zwölften Kapitel an die Römer schreibt, das klingt anders:

Da begegnet uns ein ganz anderer Paulus. Was er hier schreibt, in griechischer Sprache, das kann man eigentlich kaum ins Deutsche übersetzen. Es sind für uns in der deutschen Sprache eigentlich keine Sätze. Es gibt keine aktiven oder passiven Verben. Es stehen fast überall nur Partizipien, die bei einer Übersetzung in diese fordernde Sprache übersetzt wurde, denn genau darum geht es.

Es ist wie eine To-Do-Liste, die uns in Kapitel 12 begegnet.

- Überschätzt euch nicht.  
Strebt nach nüchterner Selbsteinschätzung.
- Eure Liebe soll aufrichtig sein.
- Verabscheut das Böse.
- Übertrefft euch gegenseitig an Wertschätzung.
- Lasst nicht nach in eurem Eifer.
- Dient dem Herrn.
- Freut euch, bleibt standhaft, hört nicht auf zu beten.
- Helft den Heiligen.
- Seid jederzeit gastfreundlich.
- Segnet, die euch verfolgen und verflucht sie nicht.
- Freut euch mit den Fröhlichen, weint mit den Weinenden,  
seid alle miteinander auf Einigkeit aus.
- Werdet nicht überheblich, baut nicht auf eure eigene Klugheit.
- Vergeltet nicht Böses mit Bösem.
- Habt anderen Menschen gegenüber Gutes im Sinn.

- Lebt mit allen Menschen in Frieden.
- Nehmt nicht selbst Rache.
- Wenn Dein Feind Hunger hat, gib ihm zu essen. Wenn er Durst hat, gib ihm zu trinken.
- Lass Dich nicht vom Bösen besiegen, sondern besiege das Böse mit Gutem.

Stooopp, stopp, stopp, stopp!

Bevor Paulus weiter macht, denn es kommen ja noch das dreizehnte, vierzehnte und fünfzehnte Kapitel, bis Paulus mit seiner To-Do-Liste fertig ist, drücken wir auf die Pause-Taste und holen einmal tief Luft.

So also leben Menschen, die sich geliebt wissen, die selbst Vergebung erfahren haben. Menschen, die völlig frei von allem Rechtfertigungsdruck sind. Sie müssen nicht mehr zeigen, was sie für tolle Typen sind, weil sie darauf vertrauen, dass Gott sie liebt.

Es reicht völlig, dass Paulus die Punkte nur ganz kurz skizziert, weil das ganz automatisch kommt, weil sie als „Knechte Christi“ schon wissen, was Paulus meint, worum es geht, wenn Paulus das Stichwort auch nur anspricht.

Ja genau: „Knechte Christi“. So hat er sie bezeichnet: Knechte. Was soll daran bitte frei sein?

Da wehrt sich eine Stimme in mir, weil mich das alles eher niederdrückt, als dass es mich befreit. Ich fühl mich überfordert und bleibe nach dem Lesen des ganzen zwölften Kapitels entmutigt an meinem Schreibtisch zurück und das nicht nur wegen der Hitze, die gerade das Leben lähmt. Von wegen „Kraft Gottes, die alles verändert“: Ich schaff das nie, was da gefordert wird. Vor allem nicht die letzte Passage mit dem Umgang gegenüber jenen Menschen, die mir feindlich gesinnt sind.

Ich soll das Böse mit Gutem überwinden. Ich soll Gutes im Sinn haben. Meinen Feind mit Essen und Trinken versorgen, nicht selbst Rache nehmen und, soviel an mir liegt, mit allen Menschen in Frieden leben. Sprich: Ich soll der erste sein, der nicht mit einem „na warte“ die Faust ballt, sondern Angebote für ein gutes Miteinander machen. Ernsthaft? Klar, ernsthaft. Ja, das ist das ganze große Ziel. Aber schon beim Hören weiß ich, das kann ich doch gar nicht schaffen.

Paulus, kann es vielleicht sein, dass Du das dann doch zu idealistisch siehst? Also mir scheint das weltfremd. Mir scheint, dass der Prediger im Alten Testament die Sache eher trifft, der sagt: Alles hat seine Zeit. Lieben hat seine Zeit und Hassen hat seine Zeit. Die To-Do-Liste des Paulus ist nicht für den Krieg gemacht. Wie soll sie jenen helfen, die Opfer von Bosheit und Gewalt geworden sind? Es stimmt: Diese Liste ist kein Gewaltschutzkonzept. Gerade auch die Verse über den Umgang mit Feinden. Niemand muss sich weiter Bosheit und Gewalt aussetzen, wenn sie erlitten wurde. Und ich bin froh, dass es in unserer Kirche ein Gewaltschutzkonzept gibt, das regelt, wie Menschen, die Unrecht erfahren haben, vor weiterem Unrecht geschützt werden. Wer sich dafür interessiert, wir haben hier auf dieser Seite einen Link zum Schutzkonzept in der Evangelisch-methodistischen Kirche mit allen Infos dazu.

Was Paulus hier auflistet ist etwas anderes. Ich verstehe seine Liste als eine Anleitung, die mich davor schützt, selbst zum Täter zu werden. Die mich davor bewahren will, dass ich in einer Auseinandersetzung einen weiteren Eskalationsschritt gehe. Die mir Ideen gibt, wie man eine Situation deeskalieren kann. Es ist so etwas wie eine Deeskalations-To-Do-Liste.

Mit diesem Blick auf die Liste: da wird sie plötzlich lebbar, greifbar, real, alltagstauglich. Vergeltet Böses mit nicht Bösem.

Statt: „Schlag halt zurück, am besten ein bisschen mehr, dass sich der Andere den nächsten Schritt nicht traut“. Schreibt Paulus: „Überwinde das Böse mit Gutem.“ Das ist die Art zu siegen. Anders besiegt Dich das Böse. Anders macht der Hass in Dir Dich hart, unbeweglich und blind für andere Möglichkeiten, wie man noch reagieren könnte.

Was könnte das Gute sein?

Paulus schreibt: Achte die Grundbedürfnisse eines jeden Menschen: auch Dein Feind hat Hunger und Durst. Gewähre es ihm. Nun muss ich meinen Nachbarn, der mir mein Leben schwer macht oder meinen Kollegen, der mich mobbt, nicht mit Essen und Trinken versorgen, weil er sich darum selbst kümmern kann. Aber es gibt andere, ebenso wichtige Grundbedürfnisse. Gesehen und gehört zu werden. Aussprechen zu dürfen. Ernst genommen zu werden. Nicht auf seine Fehler reduziert zu werden, sondern den ganzen Menschen zu achten. Grenzen zu achten.

Vor einigen Jahren war ich für eine Woche in Belfast. Ganz Nordirland blickt auf eine lange Zeit von Hass, Gewalt und Gegengewalt zurück. Nachts haben sich Straßenkämpfe zwischen katholischen und protestantischen Stadtteilen entzündet. Viele Menschen sind zu Tode gekommen. Irgendwann wurden in der Stadt sogenannte Peacelines hochgezogen. Trennwände des Friedens. Viele Meter hoch. Nachts wurden die wenigen Straßen, die in die anderen Stadtteile führten, geschlossen. Ohne Angst vor Gewalt abends nachhause gehen zu können. Nachts in Ruhe schlafen können. Das war ein erster wichtiger Schritt auf dem Weg zu einem friedlichen Miteinander.

Als ich an einer solchen Peaceline entlang ging, sah ich, wie ein paar Meter vor mir ein Taxi hielt. Menschen sind ausgestiegen. Der Taxifahrer hielt ihnen einen Eddingstift entgegen und bat sie, mit ihrem Namen zu unterzeichnen. Sie seien Zeugen des Friedens. Sie sollten mit ihrer Unterschrift den Menschen Mut machen, dass sie die Schutzbedürfnisse der anderen, die sie vor allem als ihre Feinde sahen, achten – so wie auch sie Grundbedürfnisse fürs Leben haben.

Die Menschen in Nordirland haben sich miteinander auf einen Weg des Friedens gemacht. Das ist ein weiter Weg. Er scheint immer wieder brüchig zu werden. Er braucht den nächsten Schritt. Ein erster ist getan, wo Menschen einander respektieren. Ein zweiter beginnt dort, wo das Gute getan wird und nicht auch wieder das Böse.

Nehmen wir diese To-Do-Liste von Paulus und schauen: Wo kann sie mir zur Peaceline werden? Wo hilft sie mir mich abzugrenzen und wo ermutigt sie mich Grenzen zu überschreiten, um dem Frieden näher zu kommen? In meinem Alltag. Heute. In meinem Zusammenleben mit den Menschen, die meinen Weg kreuzen, mit denen ich unterwegs bin. Paulus mit seiner Lebensgeschichte, kann ich abnehmen, dass

es ihm eine Herzensangelegenheit ist, mit anderen friedlich zusammen zu leben. Er weiß aus eigener Erfahrung, wie es ist, wenn man als Täter, als Christenverfolger von den anderen Christen in Damaskus aufgenommen und versorgt wurde. Und er weiß, wie es ist, wenn man selbst zu Unrecht inhaftiert wird. Er kennt die Täter und die Opferseite. Darum ist ihm diese Liste für den Frieden so wichtig. An so vielen Orten und Plätzen in dieser Welt, scheint das Böse alles zu bestimmen. Und ich spüre meine Ohnmacht und auch meine Trauer darüber, dass es so ist. Beten wir miteinander für die, die Ideen für das Gute haben und das Gute wagen. Beten wir dafür, dass dem Hass die Energie ausgeht.

---

## **Gebet**

Wir beten mit den Worten, die Jesus seine Jüngerinnen und Jünger zu beten gelehrt hat:

Vater unser im Himmel, geheiligt werde Dein Name. Dein Reich komme, Dein Wille geschehe wie im Himmel, so auf Erden. Unser tägliches Brot gib uns heute und vergib uns unsere Schuld, wie auch wir vergeben unseren Schuldigern, und führe uns nicht in Versuchung, sondern erlöse uns von dem Bösen. Denn Dein ist das Reich und die Kraft und die Herrlichkeit in Ewigkeit.

Amen.

---

## **Segen**

Wir wollen uns den Segen Gottes zusprechen lassen:

Gott segne dich und behüte dich.

Gott lasse das Angesicht leuchten über dir und sei dir gnädig.

Gott hebe das Angesicht über dich und schenke dir Frieden.

Amen

---