

# Gesundes Selbstwertgefühl

Predigt zum 30. Sonntag im JK C 2022

---

22.10.2022

Die Felder, Wiesen, Äcker, Gärten und Bäume sind **abgeerntet**, die **Tennen** und Keller sind voll. Wir **waren bereits hier, um Gott dafür zu danken** (Erntedank). Es wäre aber sicher **zu wenig, nur einmal im Jahr „Danke“ zu sagen** für all das, was Gott uns schenkt und was unser Leben so reich und schön macht.

Eigentlich ist **jede Messe eine „Eu-charistiefeier“**, eine **Dank sagungsfeier**. Jeden **Abend** und v.a. bei jeder Messe soll ich **danken für das, was mir gut gelungen ist**, was mir **Freude** bereitet hat, was mein Leben **bereichert** hat und ganz grundlegend dafür, dass ich diese Woche wieder so **viel Gutes bekommen** habe, dass ich gut damit leben konnte.

**Falsch** wäre es, wenn ich so wie der Pharisäer im Evangelium dem Herrgott nur dafür danken würde, dass ich so ein **toller Kerl** geworden bin und dass ich wieder **fehlerfrei durch die Woche** gekommen bin.

Und wenn ich dann gar noch **auf die vermeintlich bösen und schlechten Menschen zeige**, dann wird mein Dankgebet mit Sicherheit ins **Leere** gehen.

Eines muss man dem Pharisäer allerdings **hoch anrechnen**: er geht in den Tempel hinauf, um zu **danken**. Er ist auch grundsätzlich **kein schlechter Mensch**: er **betet** viel, er **spendet** viel; er versucht, so wenig wie möglich Fehler zu machen; er liest die **Bibel** und versucht, streng nach der Bibel zu leben.

Doch auch der Pharisäer hat Fehler, sehr große sogar:

- Sein größter Fehler ist die sogenannte **„Selbstgerechtigkeit“**. Er meint, er sei absolut fehlerfrei, und das ist zweitens
- eine fatale **Fehleinschätzung**. Nobody is perfekt, auch ich nicht!
- Sein dritter großer Fehler ist, dass er auf seine Mitmenschen **herabschaut**, dass er **schlecht über sie denkt** und sie **vor Gott sogar verklagt**. Damit nimmt er die **Rolle von Satan** ein, denn Satan ist laut Definition **„der, der die Menschen Tag und Nacht vor Gott verklagt und Gott auf ihre Fehler hinweist“**.

Manchmal tut es schon **gut zu wissen, dass andere noch schlechter sind** als ich, wenn ich z.B. einen **3er** geschrieben habe und mit Genugtuung auf jene zeige, die einen 4er oder gar eine 5 geschrieben haben.

Wenn ich meine, mein **Selbstwertgefühl damit aufbessern** zu können, indem ich andere schlecht mache, dann habe ich mich allerdings **getäuscht**. Der Pharisäer kommt mir nicht so vor, als würde er vor Selbstwertgefühl strotzen.

**Das wahre Selbstwertgefühl beginnt mit der Wertschätzung des anderen.** Das ist meines Erachtens der **Schlüssel** zu einem gesunden Selbstwertgefühl:

- **Sich selbst** zu lieben und wertzuschätzen ist das **Fundament**
- **Von anderen geliebt und wertgeschätzt zu werden** tut meinem **Ego** gut, steigert aber nicht unbedingt mein Selbstwertgefühl.
- Wenn ich es schaffe, **anderen das Gefühl zu geben, wertvoll zu sein**; wenn ich das, was sie tun oder auch ihr **Anders-Sein als Bereicherung** wahrnehmen kann, dann bin ich auf gutem Weg, ein gesundes Selbstwertgefühl aufzubauen.

**Lass mich also „Danke“ sagen** für das, was mir in dieser Woche **gut gelungen** ist; danken wir für das, was uns in dieser Woche **geschenkt** wurde; und danken wir Gott **für die vielen wertvollen Menschen**, die uns in dieser Woche begegnet sind und für die vielen netten Menschen hier in dieser Kirche.