

Predigt
für den 24. Sonntag i. J. A
IN St. Salvator / St. Anton, 13.09.2026

Sir 27,30-28,7 – Mt 18,21-35

... und grolle dem Nächsten nicht! (Sir 28,7)

- * Eigentlich bin ich ein entspannter Autofahrer. Ich versuche, vorausschauend und defensiv unterwegs zu sein, für die anderen Verkehrsteilnehmer mitzudenken und ihnen rücksichtsvoll zu begegnen. Selten geschieht es jedoch, dass ich hinterm Steuer grantig werde; ein Beispiel: Innerorts fährt vor mir ein Auto mit 40 Stundenkilometern, wo 50 erlaubt sind. „Was für ein Schnarchzapfen!“, schimpfe ich vor mich hin. Eine Ampel kommt in Sicht; sie zeigt grün. Das Auto vor mir bremst immer stärker ab, je näher es der Ampel kommt, und fährt in den letzten Sekunden vor dem Wechsel auf gelb über die Kreuzung. Für mich zeigt die Ampel bereits rot. Was ich dann von mir gebe, wiederhole ich hier lieber nicht; glücklicherweise höre nur ich es, da ich meist allein im Auto bin.
- * Im Blick auf diese gelegentlichen Wutausbrüche ist es ein Trost für mich, was der Weisheitslehrer Jesus Sirach ungefähr 200 Jahre vor

Christus aufgeschrieben hat; wir haben seine Worte als Lesung gehört, liebe Schwestern und Brüder: „Groll und Zorn, auch diese sind Gräuel, und ein sündiger Mann hält an ihnen fest.“

Groll und Zorn sind nicht schön, doch sie sind Teile des menschlichen Gemüts. Gefährlich werden sie erst dann, wenn der Mensch an ihnen festhält, also sich von ihnen bestimmen lässt und sie an seinen Mitmenschen auslebt.

Das passiert mir gottseidank kaum. Mein Ärger über den anderen Autofahrer, der mir mit seinem Dahinschleichen die grüne Ampel gestohlen hat, ist nach kurzer Zeit verflogen; weder wünsche noch tue ich ihm etwas Böses. Vielmehr versuche ich, Verständnis zu zeigen: „Vielleicht war es ein Fahranfänger, oder er hatte ein kleines Kind im Auto, das gerade geschrien hat, oder er kennt sich in der Gegend nicht aus.“ – Manchmal gelingt mir das auch.

- * Solche Kleinigkeiten in Sachen Groll und Zorn hatte Jesus Sirach vermutlich weniger im Blick, als er seine Gedanken dazu niedergeschrieben hat. Ihm ging es um das, was aus der Unfähigkeit zu vergeben entsteht. Wer nicht verzeiht, zerstört nicht nur das zwischenmenschliche Miteinander, sondern auch sich selbst. Dies uralte Erkenntnis belegen medizinische Studien der Gegenwart: Wer seinen Mitmenschen nicht verzeihen kann, wenn diese ihm Unrecht getan haben, leidet viel häufiger unter Schlaf- und Konzentrationsstörungen. Er hat ein höheres Risiko, Herz-, Kreis-

lauf- und Magen-Darm-Erkrankungen zu bekommen als jemand, der verzeiht. Zudem riskiert er, verbittert und gereizt zu sein und sich von anderen Menschen zurückzuziehen.

„Nicht zu verzeihen vergiftet das Leben“, stellt eine Studie fest:

Wer nicht vergibt, leidet unter dem Unrecht, das ihm angetan wurde, er bildet vielleicht sogar die gerade genannten Krankheitssymptome aus, er verliert Lebensfreude. Wenn ich also jemand anderem verzeihe, tue ich damit in erster Linie mir selbst etwas Gutes.

Dabei hat Verzeihen nichts mit Vergessen zu tun: Ich kann das Unrecht, das mir angetan wurde, nicht aus meinem Gedächtnis streichen – und ich soll es auch nicht, denn es ist Teil meines Lebens geworden. Erlittenes Unrecht kann mich lehren, wie ich mich auf keinen Fall verhalten sollte.

- * Vielleicht reift meine Persönlichkeit sogar daran, wenn ich Unrecht nicht vergesse, aber verzeihe. Denn: „Verzeihen ist eine Eigenschaft des Starken“, schreibt Mahatma Gandhi – und er hat recht: Wer verzeiht, braucht dafür viel Energie und seelische Stabilität. Verzeihen bedeutet nicht, das erlittene Unrecht zu vergessen oder gar gutzuheißen; Verzeihen heißt, auf Groll oder Zorn gegen den Verursacher des Unrechts zu verzichten. Wer verzeiht, erlaubt dem Unrecht nicht mehr, ihn zu belasten; es ist für ihn vergangen. So kann er auf den Wunsch verzichten, erlittenes Unrecht heimzuzahlen. Und dann haben Freude und Frieden wieder Platz im Leben.

Verzeihen muss dabei nicht notwendig zur Folge haben, dass Urheber und Adressat des Unrechts danach wieder Freunde sind, auch wenn dies der Idealfall wäre; vielleicht gehen sie sich künftig aus dem Weg, aber eben ohne Groll- oder Zorngedanken.

- * „Denk an die Gebote und grolle dem Nächsten nicht!“, empfiehlt in diesem Zusammenhang Jesus Sirach in der Lesung. Die Gebote Gottes wollen ja ein faires, ehrliches, wohlwollendes und wohltuendes Zusammenleben ermöglichen. Diese Gebote hat auch Jesus im Hinterkopf, als er dem Petrus auf dessen Frage antwortet, wie oft er einem Mitmenschen verzeihen soll, der ihm Unrecht tut: „Bis zu siebenzigmal siebenmal.“ Schon das siebenmalige Verzeihen, das Petrus vorschlägt, ist ein Bild dafür, dass jedes Mal, wenn Unrecht geschieht, darauf die Vergebung folgen soll. Mit der Zahl „siebenzigmal siebenmal“ potenziert Jesus diese Aussage und empfiehlt, vorbehaltlos zu verzeihen – und zwar immer.
- * Das kann sehr schwer sein, wie Jesus in seiner Geschichte erklärt: Ein Knecht schuldet dem anderen Knecht 100 Denare; heute würden diese die Kaufkraft von 10.000 Euro besitzen. Das ist eine Menge; doch der Knecht, der gegenüber seinem Kollegen als Gläubiger auftritt, steht bei seinem Herrn mit wesentlich mehr Geld in der Schuld: 10.000 Talente – das wären gegenwärtig sechs Milliarden Euro! Obwohl der Herr ihm die Schuld erlässt, die er niemals

abzahlen könnte, besteht er gegenüber seinem Kollegen darauf, dass dieser die vergleichsweise geringe Schuld begleicht.

Übertragen auf Gott und die Menschen bedeutet dies: Gott ist bereit, auch größte Fehler zu vergeben, sobald der Mensch ihn darum bittet. Diese Erfahrung will den Menschen dankbar dafür machen, dass Gott ihm wegen seiner Fehler nicht böse ist. Zugleich will die von Gott geschenkte Vergebung den Menschen befähigen, seinen Mitmenschen zu verzeihen. Gelingt ihm dies nicht, läuft er Gefahr, seine körperliche und seelische Gesundheit zu ruinieren; davon habe ich vorhin schon gesprochen.

Dies erklärt Jesus mit dem Bild der Peiniger, denen der Herr den unbarmherzigen Knecht übergibt. Und dieser Vergleich Jesu hinkt; denn in Wirklichkeit ist es nicht Gott, der den Menschen bestraft. Das tut der Mensch, der nicht verzeihen kann, schon selbst: Sein Groll und Zorn, an denen er festhält, machen ihn kaputt.

- * Verzeihen ist daher der einzige Weg, nach Erfahrungen von Unrecht zu neuer Lebensfreude und innerem Frieden zu gelangen. Eine Eigenschaft des Starken ist die Vergebung, denn dieser Weg ist schwer. Jesus Sirach ermutigt uns, ihn zu beschreiten, indem er schreibt: „Denk an die Gebote und grolle dem Nächsten nicht!“ Liebe Schwestern und Brüder, verzichten wir deshalb darauf, an Groll und Zorn festzuhalten. Wir selbst haben am meisten davon; denn, so notiert Jesus Sirach: Im Verzeihen finden wir Heilung.