



Biblische Ethik

Die Bibel,
der Christ und ...

... die Ernährung

Die Ernährung

Unser Essen kommt von Gott (vgl. 1Mo 1,29; 9,3-4). Er bezeugt sich dem Menschen dadurch, dass er die *Herzen mit Speise und Fröhlichkeit erfüllt* (vgl. Apg 14,16-17). Deshalb sollen wir unsere Nahrung nie als selbstverständlich erachten, sondern täglich darum bitten (Mt 6,11): *Unser tägliches Brot gib uns heute.*

Wer den Geber nicht mehr vor Augen hat, für den kann die Ernährung zum Abgott werden (vgl. Lk 12,19-20). Paulus warnt vor Menschen (Phil 3,19), *deren Gott der Bauch* ist. Da ist auf der einen Seite das übermässige Essen, die „Völlerei“ oder das „Fressen“, wie Luther übersetzt. Es wird (Gal 5,21) zu den „Werken des Fleisches“ gezählt. Paulus mahnt (Röm 13,13a; vgl. Jak 5,5; 1Petr 4,1-4): *Lasst uns anständig wandeln wie am Tag; nicht in Schwelgereien und Trinkgelagen.* Ebenso Spr 23,20-21a (vgl. Spr 28,7): *Sei nicht unter Weinsäufern, noch unter denen, die Fleisch verprassen! Denn ein Säufer und Schlemmer verarmt.* In einer Zeit des Überflusses und der Bürosthühle, in der immer weniger Menschen „im Schweisse ihres Angesichts“ arbeiten, wird ein Christ das Wissen rund um Ernährung und Bewegung dankbar entgegennehmen. Doch auch die andere Seite – der Verzicht, die Askese – kann uns, wie uns unsere Zeit der überhöhten Speisegebote und des Gesundheitswahns zeigt, zum Abgott werden. Paulus warnt vor der (1Tim 4,2-3) *Heuchelei von Lügenrednern, [...] die gebieten, sich von Speisen zu enthalten, die Gott geschaffen hat zur Annahme mit Danksagung für die, welche glauben und die Wahr-*

heit erkennen. Kol 2,16: *So lasst euch von niemandem ein schlechtes Gewissen machen wegen Speise und Trank.* So wie es auch Jesus nicht zulies (Lk 7,34): *Der Menschensohn ist gekommen, isst und trinkt: und ihr sagt: Siehe, dieser Mensch ist ein Fresser und Weinsäufer.* Christen sind keine Kostverächter, denn (Pred 3,13): *Auch dass jeder Mensch isst und trinkt und Gutes sieht bei all seinem Mühen, das ist eine Gabe Gottes.* Es braucht ein gesundes Mittelmass, das wie Paulus sagen kann (Phil 4,12): *Mir ist alles und jedes vertraut: beides, satt sein und hungern, beides, Überfluss haben und Mangel leiden.*

Was uns die Schrift ans Herz legt, sind Genügsamkeit und Dankbarkeit (1Tim 6,8): *Wenn wir aber Nahrung und Kleidung haben, so wollen wir uns daran genügen lassen.* Spr 30,8: *Armut und Reichtum gib mir nicht, lass mich das Brot, das ich brauche, geniessen.* Und Spr 15,16-17 (vgl. Spr 17,1): *Besser wenig in der Furcht des Herrn als ein grosser Schatz und Unruhe dabei. Besser ein Gericht Gemüse, und Liebe ist da, als ein gemästeter Ochse und Hass dabei.* Ihren Ausdruck findet unsere Dankbarkeit – nach dem Vorbild Jesu (Mt 14,19) – im Tischgebet. Oder auch im Weitergeben (Spr 11,25; vgl. Neh 8,10): *Wer reichlich gibt, wird gelobt, und wer reichlich trinkt, der wird auch getränkt werden.* Die Ernährung darf uns nicht zur Hauptsorge werden. Es gibt wichtigere Dinge, die Vorrang haben (Röm 14,17): *Denn das Reich Gottes ist nicht Essen und Trinken, sondern Gerechtigkeit und Friede und Freude im Heiligen Geist.* Jesus sagt (Joh 6,27a; vgl. Mt 4,4; 6,25.33; Lk 12,22-23; 1Kor 10,31): *Müht euch nicht um Speise, die vergänglich ist, sondern um Speise, die da bleibt zum ewigen Leben.*