

Da berühren sich Himmel und Erde, so war es an jenem Sommermorgen. Schön ruhig ist es. Eine leichte Brise weht. Hirten sind auf die Weiden gezogen, um Schafe zu scheren. Und wir? Wir schauen zu! Das ist unsere Sommerstrategie. Die funktioniert immer! Bis auf das eine Mal, von dem ich euch heute erzählen möchte: Von dieser besonderen Frau und vom Sommer-Picknick, das einen Krieg verhindert hat.

Oh, entschuldigt, ich habe mich noch gar nicht vorgestellt. Ich heiße Simeon. Ich lebte vor 3000 Jahren in Israel. Saul war damals König. Es waren schlechte Zeiten in unserem Land: Von außen bedrohten uns Feinde. Im Innern herrschte Armut. Viele wünschten einen neuen König. Viele hofften auf David. Der würde es schaffen, so wie im Kampf gegen Goliath. Ich gehörte zu Davids Leuten, einer starken Söldnertruppe. Die Armen liebten uns, die Reichen fürchteten uns. David sagte dann: *„Wir sorgen doch nur für etwas mehr Gerechtigkeit!“* Aber nun zu der besonderen Frau und dem Friedens-Picknick.

Es beginnt an diesem schön-sonnigen Sommermorgen. David hatte wieder den Riecher, wo es etwas zu holen gibt - diesmal beim reichen Nabal mit seinen tausenden Schafen. David wandte seine alte Taktik an: Nach einer Woche schickte er mich zu Nabal, wo ich die vereinbarten Worte sprach: *„Friede sei mit dir, Nabal, und mit deinem Haus. David grüßt dich. Wir haben deine Herden und Knechte beschützt. Nun, zum Fest der Schafschur zeige deine Großzügigkeit und gib reichlich - deinem Diener David und seinen 400 Mann!“* Spätestens bei den Worten „400 Mann“ bekamen die Reichen weiche Knie und schenkten uns Essen, Trinken und Schätze - nur froh, wenn wir so schnell wie möglich weiterzogen.

Ganz anders aber diesmal. Mit hochrotem Kopf brüllte Nabal:
*„David? Nie gehört! Dieser Tagedieb will meine Reichtümer -
Niemals! Schutzgelderpressung nenne ich das! Verschwindet
mit eurem David und lasst euch hier nie mehr blicken!“*

So etwas war uns noch nie passiert! Dieser Nabal wusste wohl
nicht, wie gefährlich es für ihn werden konnte. Und tatsächlich,
David kochte vor Wut: *„Männer, zu den Waffen! Ich schwöre
bei Gott, morgen werden Nabal und alle seine Männer tot sein.“*

Doch diesmal, dieses eine Mal kam alles ganz anders.

Als wir nicht mehr weit von Nabals Anwesen entfernt waren,
kam uns eine kleine Gruppe mit gepackten Eseln entgegen.

Wir waren angespannt und nervös, alle Hände kampfbereit an
den Schwertern und Speeren, die Bogen gespannt.

Doch welche Überraschung! An der Spitze ritt eine Frau - und
was für eine! Eine so schöne Frau hatte ich noch nie gesehen!
Als die Gruppe bei uns ankam, glitt die Frau elegant vom Esel,
ließ sich vor David auf die Knie fallen und beugte den Kopf.

Dann sprach sie ruhig und mit fester Stimme:

*„Edler David, es ist alles meine Schuld. Verzeih, dass ich
nicht früher kam. Ich war beim Besuch deiner Boten nicht da.
Ich bin Abigajil, Nabals Frau. Bitte besänftige deinen Zorn.*

*Mein Mann ist strohduhm. Höre nicht auf ihn, höre auf mich.
Siehe, ich habe dir und deinen Männern Geschenke gebracht:*

*200 Brote, 5 gebratene Schafe, 100 Rosinenkuchen und 200
Feigenkuchen und Wein, genug für alle. Nehmt es an als
Dank für eure Hilfe und als Bitte, uns zu verschonen.*

*Wie gut, dass ich dich noch getroffen habe: So konntest du
davor bewahrt werden, dich zu rächen und Unglück über uns
alle zu bringen. Denn unschuldiges Blut hättest du vergossen.
Halte ein, besinne dich: Willst du deinen glorreichen Weg zu
Beginn mit Blut tränken?*

Bestrafe nicht die Dummheit Nabals mit ähnlicher Dummheit. Überlass es Gott, zu urteilen. Und ich bin mir sicher, Gott wird dir deinen Großmut und deine Weisheit belohnen. Gott wird dir deinen Traum erfüllen: Du wirst König werden. Und gewiss wird es eine Herrschaft des Friedens und der Gerechtigkeit sein. Möge dich der Gott des Lebens segnen auf deinem Lebensweg. Er bewahre dich vor Schuld und schenke dir ein langes Leben. Und wenn dir Gott dies alles schenken wird, vergiss mich nicht, die Frau, die dir Frieden anbot in kriegerischen Zeiten.“

Abigajils Worte hatten ins Schwarze getroffen. Auch unserem sonst so schlagfertigen David hatte es die Sprache verschlagen. Spannung lag in der Luft! Dann beugte sich David zu Abigajil hinab, richtete sie auf und sprach zu ihr:

„Gelobt sei Gott, dass er dich mir heute geschickt hat. Gelobt seien deine Klugheit und dein Mut, dass du mich davor bewahrt hast, unschuldiges Blut zu vergießen. Geh in Frieden hinauf in dein Haus. Siehe ich habe auf deine Stimme gehört. In wenigen Tagen werde ich weiterziehen. Bis dahin stehen du und dein Haus unter meinem Schutz.“

Jetzt hatte es mir die Sprache verschlagen. Es war das erste Mal, dass David einen Racheschwur nicht in die Tat umsetzte. Der Rest der Geschichte ist schnell erzählt: Als Abigajil zu ihrem Mann zurückkehrte und ihm erzählte, was sie getan und vor allem wie reich sie uns beschenkt hatte, da traf den alten Geizkraken der Schlag. Wenige Tage später starb er. Abigajil aber wurde die Frau Davids. Es war Liebe auf den ersten Blick gewesen. Das hatte ich gleich beim ersten Treffen gesehen. Und ich kann euch sagen, wie gerne wäre ich damals an der Stelle Davids gewesen!

Soweit, liebe Gemeinde, die Erzählung von Simeon. Wenn Sie die Geschichte von Abigajil und David nachlesen wollen, sie steht in der Bibel im 1. Samuelbuch, Kapitel 25.

Es ist eine meiner Lieblings-Bibelgeschichten und es ist das größte Picknick der Bibel. - Größtes Picknick? Und was ist mit der Speisung der 5000, von der wir in der Schriftlesung hörten? Richtig, da waren mehr Menschen dabei, aber da gab es deutlich weniger zu essen, nur 5 Brote und 2 Fische.

Anders das Picknick Abigajils: Wenn man es für Davids 400 Mann umrechnet, gab es als Vorspeise für jeden ein halbes Brot, zum Hauptgang fette Schafbratenfilets und als Dessert pro Mann fast einen ganzen Kuchen, je nach Geschmack Feige oder Rosine. Und zu trinken Wein ohne Ende.

Stellt euch das mal vor! Das stellt jedes Monrepos-Open-Air-Picknick in den Schatten. Jedes Mal, wenn ich die Geschichte lese, frage ich mich: Wie konnte Abigajil all die Speisen in einer Nacht zubereiten!?

Aber nicht nur die Menge leckerer Speisen ist das Besondere. Zugleich ist es ein Festmahl, das einen Krieg und hunderte Tote verhindert. Abigajil, diese mutige Frau erkennt die Gefahr, die für alle in der Luft liegt, und wagt den Weg des Friedens.

Und dafür wählt sie neben Mehl, Öl, Schafen, Rosinen, Feigen noch 5 weitere Zutaten - für ein Friedensrezept, das wir uns heute noch in unsere Lebenskochbücher schreiben könnten.

Zu dem Friedenspicknick gehört auch Abigajils Rede. Ihre Worte an David sind soweit ich weiß die längste Rede einer Frau in der Bibel. Sie ist Teil des Friedensrezepts.

Hier nun die 5 Zutaten des Friedenspicknicks von Abigajil:

1. Die erste Zutat:

** Abigajil sieht vor sich Menschen mit Bedürfnissen.*

Abigajil begegnet 400 kampfbereiten Männern. Sie selbst hat keine Waffen. Denn sie erkennt: Hier sind Menschen, wie du und ich; die leben, fröhlich sein und feiern wollen.

Deshalb hat Abigajil Essen und Trinken mitgebracht.

Das nimmt David von Anfang an den Wind aus den Segeln.

Beim Duft der Speisen spürte wohl keiner der Männer Davids mehr Kampfeslust, sondern eher den knurrenden Magen.

In einem Seminar habe ich vor einigen Jahren „Gebote der Gewaltfreiheit“ kennen gelernt. Eines von ihnen hieß:

Entdecke vor dir den Menschen mit Bedürfnissen, Wünschen und Interessen und wecke das Gefühl für Menschlichkeit.

Das ist die erste Zutat Abigajils für ihr Friedenspicknick, in unserem Gegenüber Menschen mit Bedürfnissen zu sehen.

Es ist der erste Rezeptschritt auf dem Weg zum Frieden.

2. Die zweite Zutat:

** Abigajil begegnet David ruhig, souverän und mit Respekt.*

Als Abigajil David gegenübertritt, kniet sie vor ihm nieder, als wäre David ein König. Für uns sieht das vielleicht unterwürfig aus, aber es ist ein Hinweis, welche Rolle Körpersprache spielt. Trete ich drohend auf jemanden zu und spiele ich mich auf?

Oder begegne ich ihm auf Augenhöhe?! Vielleicht mache ich mich sogar klein in den Augen anderer, aber aus dieser Haltung kann ich möglicherweise stark handeln. Mein Gegenüber fühlt sich nicht angegriffen, sondern sicher.

In den Geboten der Gewaltfreiheit heißt es so:

Begegne deinem Gegenüber ruhig, souverän und mit Respekt, in deinem Handeln, Reden und Denken.

Das ist der zweite Rezeptschritt auf dem Weg zum Frieden.

3. Die dritte Zutat:

** Abigajil durchbricht den Kreislauf der Gewalt.*

Die ersten Worte der Rede Abigajils sind überraschend: „*Es ist alles meine Schuld!*“ Ein geschickter Schachzug von ihr. Von Anfang an nimmt sie ihren Mann aus der Schusslinie. Ich denke David war ähnlich irritiert wie wir heute: Warum soll sie schuld sein? Und Abigajil setzt gleich noch eins drauf: Sie redet von Davids Racheplänen in der Vergangenheit: „*Wie gut, dass ich dich getroffen habe: So konntest du bewahrt werden, dich zu rächen und Unglück über uns alle zu bringen.*“ Auf diese Worte Abigajils, was hätte David da sagen sollen? „Nein, nein, ich will mich aber noch rächen!“ Auf keinen Fall, da hätte er sein Gesicht verloren - vor all seinen Männern. Abigajils Rede ist so klug, dass sie die Situation entschärft. In den Geboten der Gewaltfreiheit ist es so formuliert: *Suche das Gespräch. Sei kreativ und nutze die Überraschung.* Das ist der dritte Rezeptschritt auf dem Weg zum Frieden.

4. Die vierte Zutat:

** Abigajil weckt im Gegenüber Bereitschaft zu Versöhnung.*

Abigajil geht in ihrer Rede noch weiter. Sie sagt David Gutes voraus, wenn er nun gnädig und großzügig handeln wird: „*Du wirst König werden, und gewiss wird es eine Herrschaft des Friedens und der Gerechtigkeit sein.*“ Abigajil erinnert David, woran im frühen Israel der König gemessen wurde: Ein guter König war von Gott beauftragt, sich für Frieden und Gerechtigkeit einzusetzen, und den Schutz der Hilflosen. Abigajil spricht Davids Königswunsch aus und schafft es so, dass er bereit wird, sich zu versöhnen. Auch dazu gibt es heute ein Gebot der Gewaltfreiheit: *Wecke in deinem Gegenüber die Bereitschaft zu Versöhnung.* Dies ist der 4. Rezeptschritt auf dem Weg zum Frieden.

5. Die letzte Zutat:

** Abigajil beruft sich auf den Gott des Lebens.*

Abigajils Rede endet mit einem Segen für David:

„Der Gott des Lebens segne dich auf deinem Lebensweg.“

Abigajil bringt David dazu, statt auf Gewalt zu setzen, auf Gottes Segen und das Geschenk des Lebens zu vertrauen.

Abigajil erinnert David und uns: Gott will kein Blutvergießen.

Gott hat uns allen das Leben geschenkt, das allein zählt.

Davon handelt das 5. Gebot der Gewaltfreiheit: *Erinnere dich an den Gott des Lebens, der uns Frieden zugesagt hat.*

Es ist der 5. Rezeptschritt auf dem Weg zum Frieden.

5 Zutaten hat das Friedensrezept von Abigajil, damals an dem sonnigen Sommertag, als eine Frau einen Krieg verhindert hat.

Ob wir heute als einzelne Kriege abwehren können - wohl kaum.

Aber es ist Sommer, Sehnsuchtszeit nach Ruhe und Frieden.

So lasst uns mit Abigajil Picknickkörbe packen, in Familien und Kirchen, unserer Stadt und in der Welt, mit Abigajils 5 Zutaten:

Menschlichkeit, Respekt, Kreativität, Versöhnungsbereitschaft, Gottvertrauen. Versucht es! Traut euch! Jesus traut es uns zu.

In einer Seligpreisung, meinem Taufspruch, sagt er:

Selig sind die Frieden schaffen, denn sie werden Gottes Kinder heißen.

Versuchen wir es, Frieden zu schaffen und zu schmecken.

Damit fangen wir jetzt an - mit dem Frieden-Schmecken.

Eine Speise Abigajils waren Rosinenkuchen. Und auch heute, besonders im Schwäbischen, werden Rosinenkuchen gebacken

und zu Friedensessen serviert, zum Sonntagsfrühstück oder

Geburtstagskaffeetrinken, zu Beerdigungen oder Kirchcafés.

Schwäbische Rosinenkuchen: klar, der einzigartige Hefezopf!

Davon bekommt ihr nun alle ein Stück: vom Friedenshefzopf.

Lasst es euch schmecken. Mahlzeit! und Amen

Stephan Seiler-Thies, Ev. Hochschulpfarrer Ludwigsburg, Sommer 2025

„Gebote“ der Gewaltfreiheit

1. Handle menschlich: Entdecke in deinem Gegenüber einen Menschen mit Bedürfnissen, Wünschen und Interessen und wecke in ihm das Gefühl für Menschlichkeit.
2. Begegne deinem Gegenüber ruhig, souverän und mit Respekt; in deinem Handeln, Sprechen und Denken.
3. Durchbrich den Kreislauf der Gewalt: kreativ, fantasievoll und überraschend.
4. Wecke in deinem Gegenüber die Sehnsucht nach Frieden und die Bereitschaft zu Versöhnung.
5. Erinnerung dich und andere an den Gott des Lebens, der uns Frieden zugesagt und die Kraft zur Versöhnung geschenkt hat.