



Diakonissen-
Schwesternschaft
Neumünster

Predigt aus der Kirche der Gesundheitswelt Zollikerberg vom 11. Januar 2026 Predigttext: Matthäus 4, 1–11 | Pfrin. Dr. Helke Döls

Liebe Gemeinde

Wir stehen noch ziemlich am Anfang eines neuen Jahres. Manche von uns haben sich vielleicht Vorsätze vorgenommen – mehr Bewegung, also eine Extrarunde im Park, öfter mal ans Salatbuffet gehen, auch wenn es Schnipo gibt, weniger Zeit vor dem Fernseher verbringen. Und wir wissen alle: Nach ein paar Tagen sind wir schon wieder «mittendrin», gefangen im Alltag. Die guten Vorsätze? Meistens bröckeln sie, wenn sie nicht bereits vergessen sind. Ich denke, wir dürfen an dieser Stelle gnädig mit uns sein. Solche Vorsätze sind oft nicht ganz so ernst gemeint.

Anders ist es, wenn es um wesentliche Veränderungen geht, die brauchen länger. Die Bibel kennt dafür eine besondere Zahl: 40. Vierzig Tage dauerte der Regen der Sintflut. Vierzig Tage war Mose auf dem Berg Sinai. Vierzig Jahre wanderte Israel durch die Wüste. Vierzig Tage brauchte Elia zum Berg Horeb.

Die Zahl 40 steht für den Übergang, für Verwandlung, für den Weg zu etwas Neuem. Sie sagt uns: Eine wirkliche Veränderung braucht Zeit, braucht Geduld.

Jesus war nach seiner Taufe vierzig Tage in der Wüste, danach beginnt sein öffentliches Auftreten. Es beginnt etwas Neues. In dieser Wüstenzeit passiert Entscheidendes. Wir lesen bei Matthäus 4, 1–11:

Nach seiner Taufe wurde Jesus vom Geist in die Wüste geführt, weil er dort vom Teufel versucht werden sollte.

Nachdem er vierzig Tage und Nächte gefastet hatte, war er sehr hungrig. Da trat der Versucher an ihn heran und sagte: «Wenn du Gottes Sohn bist, dann befiehl, dass diese Steine hier zu Brot werden!» Aber Jesus gab ihm zur Antwort: «Es heisst in der Schrift: Der Mensch lebt nicht nur von Brot, sondern von jedem Wort, das aus Gottes Mund kommt.»

Daraufhin ging der Teufel mit ihm in die Heilige Stadt, stellte ihn auf den Rand der Tempelmauer und sagte: »Wenn du Gottes Sohn bist, dann stürz dich



Diakonissen-
Schwesternschaft
Neumünster

hinunter! Denn es heisst in der Schrift: «Er wird dir seine Engel schicken; sie werden dich auf ihren Händen tragen, damit du mit deinem Fuß nicht an einen Stein stösst.» Jesus entgegnete: «In der Schrift heisst es aber auch: Du sollst den Herrn, deinen Gott, nicht herausfordern!»

Schliesslich ging der Teufel mit ihm auf einen sehr hohen Berg, zeigte ihm alle Reiche der Welt mit ihrer Herrlichkeit und sagte: «Das alles will ich dir geben, wenn du dich vor mir niederwirfst und mich anbetest.» Darauf sagte Jesus zu ihm: «Weg mit dir, Satan! Denn es heisst in der Schrift: Den Herrn, deinen Gott, sollst du anbeten; ihm allein sollst du dienen.»

Da liess der Teufel von ihm ab. Und Engel kamen zu ihm und sorgten für ihn.

Die Geschichte von Jesu Versuchung beginnt mit einem schlichten Satz: «Es hungerte ihn.» Jesus ist nicht völlig unangefochten und erhaben in der Wüste. Er ist Mensch. Er spürt den Hunger. Die Stimme der Versuchung spricht ihn an einem Schwachpunkt an. Er ist verwundbar.

Und genau da setzt der Versucher an. «Wenn du Gottes Sohn bist, dann mach doch aus diesen Steinen Brot.» Auf den ersten Blick mag man denken, «was für ein guter, pragmatischer Vorschlag.» Aber eigentlich geht es um etwas ganz anderes: Jesus soll sich über seine eigene Menschlichkeit erheben. «Beweise, dass du Gottes Sohn bist, und zwar mit einem Wunder. Und wenn du das nicht tust, bist du es dann vielleicht gar nicht?» Jesus antwortet mit einem Satz aus der Wüstenwanderung Israels: «Der Mensch lebt nicht vom Brot allein, sondern von jedem Wort, das aus Gottes Mund kommt.»

Als nächstes soll Jesus sich vom Rand der Tempelmauer stürzen, wenn er Gottes Sohn ist. Der Versucher liefert sich mit ihm ein regelrechtes Bibelgefecht: Es heisst doch in der Schrift, der Herr wird seine Engel zur Rettung schicken. Wir sehen, es gibt fast kein Argument, dass man nicht mit einer isolierten Bibelstelle untermauern kann, sogar ein falsches. Aber Jesus kontert.

Und dann bietet der Versucher ihm noch die Weltherrschaft an. Aber darum geht es eigentlich gar nicht, sondern um die Voraussetzung dafür. Jesus soll den Versucher anbeten. Seine Mission wäre am Ende, bevor sie richtig angefangen hat. Aber er kontert wieder mit der Schrift: «Den Herrn, deinen Gott, sollst du anbeten; ihm allein sollst du dienen.»



Diakonissen-
Schwesterschaft
Neumünster

Jesus widersteht den Versuchungen, weil er ein Ziel vor Augen hat, eine Bestimmung: Gott zu lieben, in der Gegenwart Gottes zu sein. Das ist sein Kompass. Das gibt ihm Orientierung, auch wenn der Hunger drückt, auch wenn es verlockend wäre, eine Abkürzung zu nehmen.

«Der Mensch lebt nicht vom Brot allein.» Das heisst nicht, dass Brot, dass unsere irdischen Bedürfnisse, unwichtig wären. Aber sie sind nicht das Letzte. Sie dürfen nicht zu einer Versuchung werden, die unser Leben bestimmt.

Versuchung verstanden als das, was mich von meinem Weg, meiner Bestimmung abbringt. Wie bleibe ich auf dem Weg, den ich gehen will und soll?

Die Geschichte Jesu gibt uns dazu Hinweise. Erkenne die Versuchung. Sie kommt selten als offensichtliches Böses daher. Sie tarnt sich als vernünftige Frage, als berechtigter Anspruch, als fromme Überlegung. «Du musst dich doch beweisen!» – «Du hast doch ein Recht darauf!» – «Gott will doch sicher, dass dein Anliegen erfolgreich ist!»

Finde Klarheit über deine Lebensziele. Jesus wusste, wohin sein Weg führt: in die Gegenwart Gottes. Was ist mein Ziel? Was ist das Wesentliche, dem ich Raum geben will in diesem Jahr? Ist es Gottes Nähe? Ist es Liebe, Wahrhaftigkeit, Frieden? Es ist gut, diesen Fragen für sich persönlich nachzugehen. Jesus begegnet dem Versucher ruhig und konzentriert, ohne Macht und Spektakel. Er begegnet ihm mit Klarheit über das, was wirklich für ihn zählt. Er ist vorbereitet.

Wesentliche Veränderungen brauchen Zeit. Die vierzig Tage in der Wüste sind kein Sprint, sondern ein Marathon. Wir müssen uns Raum geben für innere Prozesse. Nach knapp zwei Wochen im neuen Jahr sind wir nicht verwandelt. Aber wir können einen Weg beginnen.

Wir können uns weniger fragen: «Wie kann ich gut dastehen? Wie kann ich das Beste für mich rausholen?» und stattdessen innehalten und uns fragen: «Was will Gott für mich? Was führt mich in die Gegenwart Gottes?»

In diesem neuen Jahr wünsche ich uns allen die Geduld der vierzig Tage.