

# Kirche im hr

---

02.06.2018 um 18:22 Uhr

hr2 ZUSPRUCH



Ein Beitrag von  
Anne-Katrin Helms,  
Evangelische Pfarrerin, Erlösergemeinde Frankfurt-Oberrad

## Nacken – Geschichte vom Goldenen Kalb

Wenn ich mein Handy im Durchschnitt etwa vier Stunden pro Tag benutze, belaste ich meine Halswirbelsäule bis zu fünfmal mehr als mit erhobenem Kopf. Das bedeutet Schwerstarbeit für die Wirbelsäule. Sie muss bis zu 30 Kilogramm Extralast tragen. Verschleiß ist vorprogrammiert.

Das ist ein Grund für Nackenschmerzen. Es gibt noch viele andere. Es muss nicht immer das Handy sein. Meistens hat es damit zu tun, dass ich mich zu wenig oder falsch bewege. Dann verspannen die Muskeln.

Ein Freund von mir war deswegen neulich beim Physiotherapeuten. Er hatte starke Nackenschmerzen. Wenn er zur Seite schauen wollte, musste er den ganzen Oberkörper drehen. So steif war sein Nacken geworden. Der Physiotherapeut sagte zu ihm: „Sie müssen den Kopf mehr heben. Schauen Sie mal geradeaus.“ Mein Freund mit Nackenschmerzen hatte sich angewöhnt, den Kopf einzuziehen oder hängen zu lassen, statt neugierig die Welt anzuschauen oder die Gesichter von anderen Menschen oder den Horizont einer schönen Landschaft. Wenn ich den Kopf immer hängen lasse, wird der Radius eng. Weite fehlt.

Im Deutschen gibt es dafür mehrere Begriffe. „Hartnäckig“ zum Beispiel oder „halsstarrig“. Das beschreibt einen Menschen, der eigensinnig und unnachgiebig ist. Jemand, der nicht bereit ist, eine andere Perspektive einzunehmen und immer nur sein eigenes Ding durchsetzen will.

In der Bibel steht eine Geschichte, in der nennt Gott das biblische Volk Israel

„halsstarrig“. Gott sagt: „Ich habe das Volk gesehen. Und siehe, es ist ein halsstarriges Volk. Und nun lass mich, dass mein Zorn über sie entbrenne.“ (Ex 32,10) Warum ist Gott so wütend? Die Israeliten haben ein Kalb aus Gold gießen lassen, weil ihnen Gott zu weit weg war. Gott hatte sie zwar gerade aus der Sklaverei in Ägypten befreit. Er hatte Mose beauftragt, die Israeliten in die Freiheit zu führen. Aber das war schnell vergessen und Mose gerade weg. Darum sagten die Israeliten untereinander: „Kommt, wir machen unser eigenes Ding! Wir machen uns unsere eigenen Götter.“ Sie sammelten alles Gold, das sie hatten, und haben daraus ein goldenes Kalb gegossen. Das glänzt und ist wertvoll. Ein Kalb steht für Jugend und Stärke. Es ist ein Gott zum Anfassen, nicht so unbegreiflich wie der Gott, von denen Mose ihnen erzählt. (Ex 32,1b) Darüber wurde Gott wütend: „Es ist ein halsstarriges Volk. Und nun lass mich, dass mein Zorn über sie entbrenne.“ Sagt Gott zu Mose (Ex 32,10). Ein Volk, das den Nacken hart macht, sich auf seine eigenen Wege versteift und gegen die Führung Gottes stemmt, hat Gott mächtig verärgert. Mose muss sich ganz schön ins Zeug legen, um Gott umzustimmen und eine Strafe abzuwenden. Er fleht Gott an und bittet ihn inständig um Gnade. Es gelingt ihm tatsächlich. Gott lässt sein Volk nicht im Zorn fallen. Er lässt sich von Mose umstimmen und vergibt den Israeliten, dass sie halsstarrig und treulos waren. Gott segnet sie. Gottes Segen klingt dann später so: „Gott erhebe sein Angesicht auf dich und gebe dir Frieden.“ Gott schaut auf die, die zu ihm gehören. Und die schauen dadurch auch auf. Sie lassen sich von ihrem goldenen Kalb abbringen. Ihr halsstarrer Nacken löst sich. Sie heben den Kopf und schauen auf zu ihrem Gott. Das feiern die Israeliten mit einem großen Versöhnungsfest.

Ich weiß: Nicht jeder, der Nackenschmerzen hat, ist hartnäckig oder halsstarrig. Und der Segen ist kein Allheilmittel gegen Nackenschmerzen. Aber Nackenschmerzen sind ein Signal an mich: Aus irgendeinem Grund bin ich verspannt. Irgendetwas ist ungelöst und macht mir zu schaffen. Mir hilft dann, öfter am Tag daran zu denken: Heb den Kopf! Gott schaut dich freundlich an und segnet dich. Bei mir löst das was.