

06.11.2025 um 06:30 Uhr

hr2 ZUSPRUCH



Ein Beitrag von

Gabriele Heppe-Knoche,

Evangelische Pfarrerin, Kassel

Die Milch macht's

Der beste Kaffee schmeckt mir nicht ohne Milch. Erst die Milch macht den Geschmack so richtig rund und für mich perfekt.

Milch ist mehr als ein Lebensmittel

Milch ist ja nicht einfach ein Getränk. Milch ist ein Lebensmittel. Ich verbinde damit die allererste Zeit meines Lebens. Fläschchen mit warmer Milch morgens noch im Bett. Dieser weiche, milde Duft! Das Gefühl: hier bin ich geborgen und gut versorgt. Es ist alles da, was ich brauche. Und natürlich nicht zu vergessen: Ganz zu Anfang die Muttermilch. Mehr braucht ein Säugling nicht, um zu wachsen und zu gedeihen. Da ist alles drin.

Muttermilch und Körpernähe sind für Babys die Grundlage für gute Beziehungen

Dazu noch die Wärme der Mutter spüren, die einfach da ist und das Kind auf dem Schoß hält. So wird der Grund gelegt für alles, was später dazu kommt. Zuerst der Brei, dann die feste Nahrung. Aber auch Vertrauen und die Fähigkeit Beziehungen einzugehen werden mit der ersten Milch in Verbindung gebracht. Und mit dieser innigen, vertrauten Situation.

Das Land, in dem Milch und Honig fließt

In der Bibel wird erzählt, wie das Volk Israel 40 Jahre durch die Wüste zieht. Sie sind auf der Suche nach dem Land, das Gott ihnen verheißen hat. Das Land, in dem Milch und Honig fließt. Danach sehnen sie sich. Sie wünschen sich einen Ort, an dem sie geborgen und zuhause sind.

Ein Ort, an dem sie keinen Hunger leiden. Ein Ort, an dem sie ihre Kinder in Frieden aufwachsen. - Dafür stehen Milch und Honig - für Dinge, die das Leben erhalten und es lebenswert machen.

Apostel Paulus und die Milch

Auch der Apostel Paulus kennt die besondere Wirkung der Milch. In einem Brief an die Christen in Korinth schreibt er davon (1 Korinther 3,2). Immer wieder ermutigt er sie und erzählt ihnen von der Liebe Gottes, so wie Jesus sie gelebt hat. Aber ihr Glaube ist noch schwach und schwankend. Deshalb, so schreibt er, trüffelt er ihnen die gute Botschaft ein wie kleinen Kindern die Milch. Nicht zu viel, aber mit allem, was nötig ist.

Gottvertrauen schaffen

So stärkt er sie Schritt für Schritt, bis sie kräftig genug sind, um auch in schwierigen Lebensphasen Gott zu vertrauen und Zweifel auszuhalten. Wie die erste Muttermilch das Kind ernährt und Vertrauen schafft, so hat Paulus die Grundlage gelegt: Gottvertrauen, das wachsen kann und das durch ein ganzes Leben trägt. Durch dick und dünn.

Bei meiner morgendlichen Tasse Kaffee mit viel Milch denke ich daran: Gott baut auch mich auf mit seiner Kraft. Wie ich die Milch in meinen Kaffee gieße, so lässt Gott seine Kraft in meinen Alltag fließen. Der Kaffee wird heller durch die Milch. Und mein Alltag wird heller durch Gottes aufbauende Kraft.