

Als Kind hast du unter deinem jähzornigen Vater gelitten. Und du hast dir vorgenommen, solltest du selber mal Kinder haben, du würdest nie dreinschlagen. Nie hättest du gedacht, dass auch dir die Hand ausrutschen kann.

---

Eigentlich hast du dir vorgenommen, mit Sex zu warten. Aber jetzt bist du verliebt. Dein Körper meldet drängende Bedürfnisse an. Und du bist versucht, die guten Ordnungen von Gott auf deine Bedürfnisse anzupassen.

---

Beide wart ihr überzeugt, dass ihr recht habt. Dass ihr Gott richtig verstanden habt. Und der andere nicht. Ein Wort gab das andere. Und irgendwann hat es dir den Deckel «glüpf». Und du hast Dinge gesagt, die dir jetzt leidtun. Und dann bist du davongelaufen und hast die Türe zugeknallt.

---

Die Einsamkeit im Homeoffice macht dich anfälliger und verführbarer. Es bräuchte nur einen Klick für den Kick. Obwohl du gebetet hast: *Jesus, ich möchte dir heute gehorsam sein*, - tobt ein regelrechter Kampf in dir.

---

Du glaubst, man könne sich als Christ problemlos in zwei Welten bewegen, und im Ausgang einen entscheidenden Unterschied machen. Aber mit jedem Bier mehr wird der Unterschied zwischen dir und deinen Kollegen, die Jesus nicht kennen, kleiner.

➤ **Lies Galater 5,22-23:** Die Frucht des Geistes ist (...) **enkrateia**.

Wird übersetzt mit **Selbstbeherrschung** (Zü, Hfa, GNB, NGÜ, NLB, BasisBibel und Schlachter) / **Keuschheit**. (Luther) / **Enthaltsamkeit** (Elberfelder, EÜ) / **Beständigkeit** (Menge)

Kommt von griech. *en* = **in**, und *kratos* = **Kraft oder Stärke**, und meint: stark sein, sich im Griff haben, in Bezug auf den Umgang mit den Ansprüchen des «Fleisches» (Mensch ohne Gott), bzw. den Ansprüchen unseres Egos, das seine Gelüste befriedigt haben will, immer Angst hat, zu kurz zu kommen, und sich selber am Nächsten ist. *Enkrateia* meint den **bewussten, beherrschten und den Ordnungen Gottes entsprechenden Umgang mit der Sexualität, mit Essen, mit Trinken, mit Geld, mit Vergnügen und mit den Emotionen**.

➤ **Lies Galater 5, 13-26:** Lies laut und in verschiedenen Übersetzungen! Was sagt der Text zu **Selbstbeherrschung**? Wo findest du dich? Was fällt dir auf?

**Zu Vers 13:** (Umkämpfte, gefährdete) **Freiheit ist das grosse Thema des Galaterbriefs**. In Gal. 5, 1-12 warnt Paulus vor dem Rückfall in eine falsch verstandene Gesetzlichkeit. Und ab Vers 13 geht es um die Versuchung, Freiheit mit Grenzenlosigkeit, willkürlicher Situationsethik und Egoismus zu verwechseln.

Was ist Freiheit? Bedeutet Freiheit wirklich, **frei zu sein von gesellschaftlichen Normen und Zwängen? So zu leben, wie es für mich stimmt, und wie es sich für mich richtig anfühlt?** Oder ist, wer seinen Gelüsten und Emotionen freien Lauf lässt, eigentlich gar nicht frei, sondern, im Gegenteil, in seiner **Selbst-Sucht** gefangen? Ist nicht vielmehr derjenige ein freier Mensch, der **verzichten und dienen kann? Der sich und seine Bedürfnisse zum Wohl des Nächsten und für Gottes Sache freiwillig zurücknehmen kann, weil er weiss, dass Gott ihn versorgt?** Wir müssen unbedingt den Unterschied zwischen dem Freiheitsverständnis der Welt und dem Freiheitsverständnis der Bibel verstehen, damit wir Gottes Ordnungen richtig einordnen können:

Gott ist nicht der Spielverderber, der uns nichts gönnen mag. Er ist der Befreier, der uns aus dem endlosen Drehen um uns selber herausnimmt, und uns so befähigt, mehr und mehr nach der Musik des Himmels zu tanzen.

#### Zum Weiterdenken:

- *Wie definiere ich Freiheit? Macht Glaube immer frei?*
- *Frei werden von mir selber, frei werden zum Verzichten → in welchem Lebensbereich brauche ich diesbezüglich besonders viel Befreiung?*

**Zu den Versen 16 + 25:** Paulus spricht hier über das «**Leben im Fleisch**» und das «**Leben im Geist**».

In unseren Worten ausgedrückt könnte man es so sagen: *Dass Jesus durch den Heiligen Geist in euch lebt, ist keine abstrakte innerseelische Angelegenheit, sondern eine neue Realität. Ihr seid jetzt «neue Schöpfung»! Ihr habt einen neuen Stand! Lebt gemäss eurem Stand! Tanzt nach der Musik des Himmels!* Siehe «Tanzschritte» in der Bergpredigt: Vergeben anstatt zurückzuzahlen, lieber Unrecht leiden, als Unrecht tun, auf Rehabilitation verzichten können oder im Umgang mit dem anderen Geschlecht das Kopfkino kontrollieren können, - all das hat mit Selbstbeherrschung zu tun! → Freiheit! Leben im Geist!

#### Zum Weiterdenken:

- *Was bedeutet es, dass wir «neue Schöpfung» (2.Kor.5,17) sind?*
- *In welchen Situationen ich mir meinen Stand zu wenig bewusst?*

**Zu Vers 17:** Über diese innere Zerrissenheit (siehe auch Rö.7, 14-24), hat Martin Luther in seiner kernigen Sprache mal folgendes gesagt: „*Der alte Adam in uns soll ersäuft werden. Nimm dich aber in Acht, das Aas kann schwimmen!*“

Kennst du das auch? Dass du dich längt nicht immer so im Griff hast, wie es gut wäre. Dass dir Worte herausrutschen, die verletzend sind. Dass du dich in ein liebloses Lästern über andere hineinziehen lässt. Dass du Dinge konsumierst, die dir nicht guttun. *Die alte, sündige Natur liebt es, Böses zu tun - genau das Gegenteil von dem, was der Heilige Geist will.* → Das ist unser Übungsfeld im Alltag, wie auch in der Gemeinde.

Dazu vier Hinweise

**Erstens:** Wir sind in einem Kampf, der in unseren Herzen stattfindet. Jesus nimmt uns diesen Kampf nicht einfach ab. Die Vorstellung eines Christseins ohne Kämpfe ist nicht biblisch, sondern das Produkt unserer Wohlfühlgesellschaft.

**Zweitens:** In der Zerrissenheit zwischen «Fleisch» und «Geist» ist unser Hauptproblem meist nicht, dass wir nicht wüssten, was richtig ist. Aber manchmal wollen wir es lieber gar nicht wissen ...

**Drittens:** Wir sind nicht hilflos ausgeliefert! Siehe Vers 24! Dass Jesus für uns gestorben ist, bedeutet laut dem Neuen Testament, dass er unser selbstsüchtiges Ego mit ins Grab genommen hat. Unser alter Mensch «wurde mit Christus gekreuzigt». Die Macht der Sünde hat ihrem Herrschaftsanspruch an uns verloren. Deshalb haben wir eine Wahl und können, in der Kraft des Heiligen Geistes das Richtige tun.

**Viertens:** Bezüglich Selbstbeherrschung ist die gegenseitige Ermutigung und ein Ort, wo wir Rechenschaft ablegen eine grosse Hilfe.

### Zum Weiterdenken:

- *Wo erlebe ich innere Zerrissenheit? Wo fällt es mir besonders schwer, zu tun, was richtig ist?*
- *Kämpfe den guten Kampf des Glaubens (1.Tim.6,12) → Was heisst das?*
- *Gibt es Situationen, wo ich mich meinen Bedürfnissen/ Emotionen/ Trieben ausgeliefert fühle?*
- *Gibt es in meinem Leben ein Verhalten, mit dem ich der Sünde Macht gebe über mich?*
- *Mit wem spreche ich über meine Versuchungen, Kämpfe und mein Versagen?*
- *Wer darf in mein Leben hineinreden?*
- *Wo ist der Ort, wo ich Busse tue und Vergebung zugesprochen bekomme?*

Zu den Versen 19-21: Wir haben hier einen sogenannten «Lasterkatalog». Oder paulinisch formuliert: die Folgen eines Lebens «im Fleisch». Die grosse **Tragik** an diesem Abschnitt: Was Paulus hier ganz klar negativ bewertet, ist **zu einem grossen Teil gesellschaftlich hoch akzeptiert bis erstrebenswert!**

Was ist das für einer verkehrte Welt, wenn Gutes böse und Böses gut wird. Allerdings ist es nicht unsere Aufgabe, über die böse Welt zu klagen, sondern **wach zu bleiben!** Wir leben als Christen nicht unter einer Glasglocke. Auch wir werden von den Werten dieser Welt geprägt. Oft sehr subtil und manchmal auch fromm getarnt.

### Zum Weiterdenken:

- *Was lösen die Begriffe im «paulinischen Lasterkatalog» in mir aus? Wo möchte ich Paulus widersprechen? Weshalb?*
- *Was sind meine Gefährdungen?*
- *Wie bleibe ich wach?*

### **Zu den Versen 22-23 + 25:**

Wachsen in der Frucht des Geistes – seit Mitte Juli hat uns dieses Thema begleitet. Und hoffentlich ganz neu die Sehnsucht geweckt, dass durch unsere Leben und in unserem Miteinander zeichenhaft etwas von Gottes Neue Welt sichtbar wird. Gleichzeitig ist uns bewusst: Wir können zwar Werke tun, aber keine Frucht machen! («Werke des Fleisches» - «Frucht des Geistes»!) Das Entscheidende müssen wir an uns geschehen lassen! Deshalb: Bleib nahe bei Jesus. Lass dich von ihm lieben. Höre auf ihn und sei bereit, zu tun! Lass ich dir vorausgehen und folge nach. Übe dich im Vertrauen, dass du nicht zu kurz kommst, wenn du gehorsam bist, auch wenn dir dein Ego etwas anderes sagt. Und dann überlassen IHM, was er daraus macht.

### Zum Weiterdenken:

- *«Wachsen in der Frucht des Geistes»- Was nehme ich aus der Predigtreihe über Gal. 5,22-23 mit?*
- *Bei welchen «Schnitzen» darf ich besonders nachreifen!*
- *Jesus sagt: ein guter Baum bringt gute Frucht! Was bedeutet das für meinen Umgang mit der gegenwärtigen Situation (Pandemie/ Massnahmen /unterschiedliche Meinungen usw.?)*
- *Welche «Frucht» bewirken mein Reden, Handeln, Diskutieren oder meine Posts im Internet? Siehe auch Livenet Talk vom 30.November mit Johannes Wirth GVC Winterthur:  
[https://www.livenet.ch/video/inspiration/livestream/399409-30112021\\_livenettalk\\_zwischenruf\\_in\\_zeiten\\_der\\_verwirrung.html](https://www.livenet.ch/video/inspiration/livestream/399409-30112021_livenettalk_zwischenruf_in_zeiten_der_verwirrung.html)*