

Es ist kurz vor dem Mittag, und du realisierst, dass es keine gute Idee war, mit leerem Magen einkaufen zu gehen. Beim Duft nach frischem Brot läuft dir das Wasser im Mund zusammen.. Und die gluschtigen Vermicelletörtchen, die gerade Aktion sind, lachen dich verführerisch an. Oder ein Becher Vanille- Milchreis wäre auch wieder mal etwas. Einkaufen mit knurrendem Magen braucht Disziplin.

Szenenwechsel

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.

Szenenwechsel

Eigentlich hast du dir vorgenommen, mit Sex zu warten. Nicht, weil man dir ein negatives Bild von Sexualität vermittelt hätte, sondern im Gegenteil; weil du überzeugt bist, dass sich Gott, etwas Gutes gedacht hat, als er uns einen Rahmen gab. Aber jetzt bist du verliebt. Die Hormone machen etwas mit dir. Der Körper meldet drängende Bedürfnisse an. Es ist alles so neu und aufregend. Und du bist versucht, die guten Ordnungen von Gott auf deine Bedürfnisse anzupassen.

Szenenwechsel

Der seelische Schmerz ist so übermächtig, dass du kaum noch atmen kannst. Schlafen können ist es Geschenk. Und ein Glas Rotwein hilft, sich zu entspannen. Erstmals in deinem Leben spielst du mit dem Gedanken, dich zu betrinken.

Szenenwechsel

Ihr wart nicht der gleichen Meinung. Und ihr habt argumentiert. Zuerst einfach engagiert. Aber mit der Zeit wurde die Atmosphäre angespannter und der Ton gehässiger. Beide wart ihr überzeugt, dass ihr recht habt. Dass ihr Gott richtig verstanden habt. Und der andere nicht. Und irgendwann hat es dir den Deckel «glüpf». Und du hast Dinge gesagt, die dir jetzt leidtun. Du bist davongelaufen und hast die Türe zugeknallt. Und jetzt?

Szenenwechsel

Seit längerem arbeitest du im Home Office. Alleine. Zu Hause. Die Bürokollegen fehlen dir. Die gemeinsame Kaffeepause. Der Austausch. Und die Einsamkeit macht dich anfälliger und verführbarer. Es bräuchte nur einen Klick für den Kick. Am Morgen hast du gebetet: Jesus, ich möchte dir heute gehorsam sein. Und doch tobt ein regelrechter Kampf in deinem Innern.

Szenenwechsel

Du redest dir ein, der Ausgang und das Feiern mit deinen Kollegen aus dem Sportverein sei doch kein Problem. 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.

Wir kommen heute zum neunten und letzten Teil unserer Predigtreihe «Wachsen in der Frucht des Geistes». Nochmals ist uns die Orange mit ihren verschiedenen «Schnitzen» ein Gleichnis für die Jesusähnlichen Charaktereigenschaften, die Gottes Geist in uns zur Reife bringen möchte → Gal. 5,22-23.

Acht Schnitze haben wir bereits angeschaut. Heute, beim neunten und letzten Schnitz, geht es um die Charaktereigenschaft der **Selbstbeherrschung**.

*Die Frucht des Geistes ist **enkrateia**.* Die meisten deutschen Bibeln übersetzen hier mit **Selbstbeherrschung**; nämlich Zü, Hfa, GNB, NGÜ, NLB, BasisBibel und Schlachter.

In der Lutherbibel steht **Keuschheit**. Die Elberfelder- Bibel und die Einheitsübersetzung verwenden den Begriff der **Enthaltbarkeit**, und in der Menge-Bibel steht **Beständigkeit**.

Gerade die älteren Leute unter uns, die mit der Lutherbibel aufgewachsen sind, verbinden *enkrateia* deshalb vermutlich mit sexueller Reinheit, bzw. sexueller Enthaltbarkeit. Das ist aber eine Verkürzung, bzw. Engführung von dem, was Paulus hier sagt.

Das griechische Wort *enkrateia* ist zusammengesetzt aus *en* und *kratos*. *En* bedeutet **in**, und *kratos* bedeutet **Kraft oder Stärke**. Man könnte also sagen, *enkrateia* heisst: **stark sein, sich im Griff haben**, und zwar in Bezug auf den Umgang mit den Ansprüchen vom «Fleisch». Und wenn Paulus vom «Fleisch» spricht, dann meint er damit unser Ego, das seine Gelüste befriedigt haben will, das immer Angst hat, zu kurz zu kommen, und sich selber am Nächsten ist. Mit diesem Zusammenhängen im Hinterkopf sehen wir: *Enkrateia* hat **nicht nur** mit der Sexualität zu tun, sondern meint einem bewussten, beherrschten und den Ordnungen Gottes entsprechenden Umgang mit der Sexualität, aber auch mit Essen, mit Trinken, mit Geld, mit Vergnügen und mit den Emotionen.

Den Titel, den ich über die heutige Predigt gestellt habe, habe ich bei Thomas Härry abgeschrieben:

Von der Kunst, sich selbst zu führen. So heisst eins seiner Bücher. Aber keine Angst, ich werde nicht über ein Buch predigen, sondern wir hören miteinander auf den Predigttext, und auf das, was Paulus uns hier zu Selbstführung, konkret - **zu geistgeleiteter Selbstführung**, beziehungsweise **geistgeleiteter Selbstbeherrschung**, zu sagen hat.

Es ist sehr eindrücklich, dass im 5. Kapitel des Galaterbriefes, vor und nach den beiden Versen über die Frucht des Geistes, auffallend viel steht, das mit der Charaktereigenschaft der Selbstbeherrschung zu tun hat. Aber hört selber. Mit dem Fokus: *Die Frucht des Geistes ist Selbstbeherrschung*. Und mit den Szenen im Hinterkopf, in die ich euch am Anfang hineingenommen habe.

→ **Lies Galater 5, 13-26**

Zu Beginn dieser Predigtreihe haben wir uns die grossen Linien und die zentralen Themen des Galaterbriefes angeschaut. Dabei sind wir auf drei **einprägsame Gegensatzpaare** gestossen:

«Knechtschaft» - «Freiheit», «Leben im Fleisch» - «Leben im Geist» und «Werke des Fleisches» - «Frucht des Geistes». Heute, in der letzten Predigt, begegnen wir diesen Gegensatzpaaren nochmals.

In Vers 13 geht es um **«Knechtschaft» und «Freiheit»**: *Ihr seid berufen, liebe Freunde, in Freiheit zu leben - nicht in der Freiheit, euren sündigen Neigungen nachzugeben, sondern in Freiheit ist das grosse Thema des Galaterbriefes. Aber diese Freiheit bleibt umkämpft. In den Versen 1-12 des 5. Kapitels warnt Paulus vor einem 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 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?**

Es ist wichtig, dass wir den Unterschied zwischen dem Freiheitsverständnis der Welt und dem Freiheitsverständnis der Bibel verstehen. 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. Davon sprechen die Verse 16 + 25. Paulus spricht hier über das «Leben im Fleisch» und das «Leben im Geist» (zweite Gegensatzpaar):

Gal. 5,16: Deshalb: Lebt so, wie es eurem neuen Leben im Heiligen Geist entspricht. Dann werdet ihr auch nicht tun, wozu eure sündigen Neigungen (oder «Begehren des Fleisches») euch drängen.

Und weiter hinten im Kapitel (Gal. 5,25): *Wenn wir jetzt durch den Heiligen Geist leben, dann sollten wir auch alle Bereiche unseres Lebens von ihm bestimmen lassen.*

In unseren Worten ausgedrückt könnte man es so sagen: **Dass Jesus durch den Heiligen Geist in euch lebt, ist nicht nur eine abstrakte innerseelische Angelegenheit, sondern eine neue Realität. Ihr seid jetzt «neue Schöpfung»! Ihr habt einen neuen Stand! Nun lebt auch gemäss eurem Stand! Tanzt nach der Musik des Himmels!**

Deshalb: Lebt so, wie es eurem neuen Leben im Heiligen Geist entspricht. – Tanzt nach der Musik des Himmels!

Bei den Tanzschritten, die Jesus uns in der Bergpredigt lehrt, ist Selbstbeherrschung ein grosses Thema: Vergeben anstatt zurückzuzahlen. Lieber Unrecht leiden, als Unrecht tun. Auf Rehabilitation verzichten können. Im Umgang mit dem anderen Geschlecht das Kopfkino kontrollieren können. Da ist Freiheit! Das ist Leben im Geist!

Wenn wir jetzt durch den Heiligen Geist leben, dann sollten wir auch alle Bereiche unseres Lebens von ihm bestimmen lassen.

Wir gehen weiter zu Vers 17:

Die alte, sündige Natur liebt es, Böses zu tun - genau das Gegenteil von dem, was der Heilige Geist will. Der Geist weckt in uns Wünsche, die den Neigungen unserer sündigen Natur widersprechen. Diese beiden Kräfte liegen in ständigem Streit miteinander, sodass ihr nicht das tun könnt, was ihr wollt.

Diese **innere Zerrissenheit**, die Paulus übrigens ganz ähnlich im Römerbrief (Rö.7, 14-24) beschreibt, kenne ich gut. Ich habe mich längst nicht immer so im Griff, wie es gut wäre. Es rutschen mir Bemerkungen heraus, die nicht hilfreich sind. Ich lasse mich zu einem Frusteinkauf verführen, obwohl ich weiss, dass eine neue Bluse das Loch nicht stopft. Ich lasse mich hineinziehen in ein liebloses Lästern über andere. *Die alte, sündige Natur liebt es, Böses zu tun - genau das Gegenteil von dem, was der Heilige Geist will.* Ja, das erlebe ich. Das ist **unser Übungsfeld**, wenn wir nach dem Gottesdienst hier wieder hinausgehen (und vielleicht schon vorher).

Vier Dinge möchte ich dazu sagen.

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

Zweitens: Wenn wir in diesem «hin- und her gerissen sein» wirklich ehrlich wissen wollen, was richtig ist, wird der Heilige Geist uns das in den allermeisten Fällen zeigen. Das Problem ist, dass wir es manchmal lieber gar nicht wissen möchten...

Drittens: Wir sind **nicht ausgeliefert!** Paulus sagt es in Vers 24 so: *Diejenigen, die zu Christus Jesus gehören, haben die Leidenschaften und Begierden ihrer sündigen Natur an sein Kreuz geschlagen.*

Dass Jesus für uns gestorben ist, bedeutet laut dem Neuen Testament, dass er unser selbstsüchtiges Ego mit ins Grab genommen hat. Unser alte Mensch- so sagt es Paulus- wurde mit Christus gekreuzigt. Die Macht der Sünde hat ihrem Herrschaftsanspruch an uns verloren. Weil Gottes Geist in uns lebt, haben wir eine Wahl und können, in seiner Kraft das Richtige tun.

Viertens: Gerade wenn es um die Frucht der Selbstbeherrschung geht, ist gegenseitige Ermutigung und einander Rechenschaft ablegen eine grosse Hilfe. Deshalb an dieser Stelle die Frage: Mit wem sprichst du über deine Versuchungen, deine Kämpfe und dein Versagen? An wem orientierst du dich in ethischen Fragen? Gibt es in deinem Leben jemanden, der dir reinreden darf in deine Freizeitgestaltung oder in dein Konsumverhalten? Wo ist der Ort, wo du ehrlich sein kannst?

Wo du auch Busse tun kannst? Wer spricht dir Vergebung zu? Wer hilft dir aufzustehen, und weiterzugehen? Um in der Freiheit der Selbstbeherrschung zu wachsen, brauchen wir einander!

Wir gehen zurück zum Text und kommen zu den Versen 19-21, zum sogenannten «Lasterkatalog». Oder paulinisch formuliert, zu den Folgen eines Lebens «im Fleisch»: *Wenn ihr den Neigungen eurer sündigen Natur folgt, wird euer Leben die entsprechenden Folgen zeigen: Unzucht, unreine Gedanken, Vergnügungssucht, Götzendienst, Zauberei, Feindschaften, Streit, Eifersucht, Zorn, selbstsüchtigen Ehrgeiz, Spaltungen, selbstgerechte Abgrenzung gegen andere Gruppen, Neid, Trunkenheit, ausschweifenden Lebenswandel (od. Fressgier) und dergleichen mehr. Ich wiederhole, was ich bereits gesagt habe, dass niemand, der ein solches Leben führt, das Reich Gottes erben wird.*

Wisst ihr, was mich an diesem Abschnitt sehr betroffen macht? Was Paulus hier eindeutig extrem negativ bewertet, ist zu einem grossen Teil gesellschaftlich hoch akzeptiert bis erstrebenswert!

Wer heute seine Bedürfnisse nicht einfach auslebt, wird schräg angeschaut. 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. Die Vorstellung eines Christsein ohne Kampf und ohne Verzicht, oder die Erwartung, Jesus sei in erster Linie dazu da, uns glücklich zu machen, zeigen, wie sehr unser Glaube von den Werten dieser Welt beeinflusst ist.

Wach bleiben und einen Unterschied machen! Von diesem Unterschied spricht Paulus in den nächsten Versen 22-23 + 25: *Wenn dagegen der Heilige Geist unser Leben beherrscht, wird er ganz andere Frucht in uns wachsen lassen: Liebe, Freude, Frieden, Geduld, Freundlichkeit, Güte, Treue, Sanftmut und Selbstbeherrschung. (...)*

Wenn wir jetzt durch den Heiligen Geist leben, dann sollten wir auch alle Bereiche unseres Lebens von ihm bestimmen lassen.

Wachsen in der Frucht des Geistes – seit Mitte Juli hat uns dieses Thema begleitet, und hoffentlich ganz neu Sehnsucht geweckt. Die Sehnsucht nach geistlichem Wachstum und geistlicher Reife. Die Sehnsucht, 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 IHN 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. Vertraue, und du wirst erleben, wie Gott dich braucht, zu seiner Ehre.

Amen