

Selbstbeherrschung - Mäßigkeit

Selbstbeherrschung -

... das ist kein Thema das Schlagzeilen macht, weder in der Presse noch in Schulen; ja nicht einmal in Kirchen spricht man davon. Vielleicht am Arbeitsplatz? Wohl kaum!

Also, über welches Thema würdest du dich vorbereiten, wenn du z. B. vom Bundeskanzler eingeladen wirst? Was würdest du für die wichtigste Botschaft halten, die du ihm übermitteln wolltest?

Würdest du dir vornehmen, über Selbstbeherrschung und Mäßigkeit zu reden? Nein?

Nun, wenn niemand darüber spricht, kann so ein Thema auch keine Schlagzeilen machen! Oder?

Zugegeben, es ist schon eine weile her, aber es war einmal ein Mann, ein Zeltmacher, in dieser Situation. Und er hat Schlagzeilen gemacht; die bis heute gelesen werden!!! Er wurde von der römischen Besatzungsmacht eingekerkert und dem mächtigen römischen Gouverneur Felix vorgestellt. Das war für den einfachen, aber intelligenten Zeltmacher, der übrigens Paulus hieß, die Gelegenheit, sich über seine falschen Beschuldigungen, Misshandlungen, Spott und Folter zu beklagen, da er in seiner Religionsfreiheit beschnitten worden war. Doch keine Spur davon! In Paulus' Kopf hingen ganz andere Gedanken - und das erregte die Neugier des römischen Machthabers, und er wollte mehr von diesen Gedanken erfahren: über den Jesus, den er überall bezeugte. Also legte der Apostel Paulus unerschrocken los. Er redete unter anderem auch von Mäßigkeit oder Enthaltensamkeit (je nach Übersetzung, Apostelg. 24, 25). Da das Felix hörte, fing er an zu zittern, und er schickte ihn fort; auf ein anders Mal.

Was war an der Botschaft so schneidend? Hat sie den Felix in seinem Innersten getroffen? Wusste er bereits, was diesbezüglich in seinem Leben verkehrt lief; wollte er lieber in Ruhe gelassen sein, um so weiter machen zu können wie bisher ohne daran erinnert zu werden? Litt er vielleicht an unbewusster Wahrnehmungsverweigerung?

Definieren wir Selbstbeherrschung oder Mäßigkeit einmal so: „Sich dessen enthalten, was schädlich ist und weisen Gebrauch machen von dem was gut ist.“

Die Begegnung des Felix mit Paulus wirft eine bedeutsame Frage auf. Sie lautet: „**Wer hat eigentlich die Kontrolle über unsere Gewohnheiten?**“

Übrigens, wie war das mit den Neujahrsvorsätzen?

Es wirkt wie ein Witz trotz aller Ernsthaftigkeit: Nahezu sämtliche guten Vorsätze der Selbstbeschränkung werden nach ein paar Tagen wieder aufgegeben. Der eine nimmt sich vor, im neuen Jahr nicht mehr zu Trinken, ein anderer versprach seiner Frau, künftig nicht mehr so lange im Büro zu bleiben um mehr Zeit für die Familie zu haben, und ein dritter gelobt, nicht mehr so viel Schokolade zu futtern.

Hier kannst du deinen letzten Vorsatz eintragen

.....

Wie lange hat er gehalten?Tage.

Mark Twain hat es auf seine eigene Art ‚gelöst‘. Er sagte: „Mit Rauchen aufzuhören ist das leichteste der Welt. Ich muss es ja wissen, ich habe es schon 1000 Mal gemacht.“

Die ganze Tragik dieses Dilemmas drückt folgender Satz aus:

„Der Weg ins Verderben ist gepflastert mit lauter guten Vorsätzen“.

Viele kommen zu dem niederschmetternden Schluss, alle Vorsätze der Disziplinierung (Mäßigkeit, Selbstbeherrschung) enden in Niederlage und Entmutigung.

Der einzige Vorsatz der dauerhaft gehalten wird scheint der zu sein: sich keine Vorsätze mehr vorzunehmen. Aber gerade der rettet auch niemand vor dem Abwärtssog der schlechten Gewohnheiten!

Gibt es denn kein Ausweg aus dieser verzweiferten Misere?

Hier die gute Botschaft: Es gibt einen! Gott sei Dank dafür.

Du kannst dich nicht wie ein Münchhausen mit eigener Kraft aus dem Sumpf deiner schlechten Gewohnheiten retten. Du brauchst die Kraft deines Retters; Jesus!

Paulus lässt uns in Galater 5, 22, die Wahrheit wissen, dass Selbstbeherrschung, bzw. Enthaltensamkeit oder Mäßigkeit (je nach Übersetzung) nicht eine Frucht ist, die aus uns herauskommt, sondern sie ist Teil einer Frucht des Geistes Gottes. Das ist die Antwort, warum alle guten Vorsätze fehlschlagen! Wenn du keinen Kressesamen zum Säen hast, kannst du dich anstrengen, wie du willst, du wirst keine Kresse zum Wachsen bringen. Wie kann ein Mensch Gutes hervorbringen, wenn nichts Gutes in ihm ist? Unmöglich! (vgl. 1. Mose 8,21: „Alles, was aus ihrem Herzen kommt, ihr ganzes Denken und Planen, ist nun einmal böse von Jugend auf; Matth. 15,19: „Denn aus dem Herzen kommen die bösen Gedanken“)

Du kannst dich nicht selbst kontrollieren. Willst du wirklich von deinen schlechten Gewohnheiten loskommen, dann musst du die Kontrolle über dich an Jesus abgeben. Nur Gott kann dir durch seinen Heiligen Geist wirkliche Mäßigkeit, bzw. Selbstbeherrschung schenken, weil es eine Frucht himmlischen Ursprungs ist! Das hat etwas damit zu tun, dass

Selbstbeherrschung nicht etwas ist, was du tust, sondern was du bist!

Du bist selbstbeherrscht - oder eben nicht! SEIN, und nicht TUN!

Du fragst, wie kann ich die Kontrolle über mich an Jesus abtreten.

Als erstes musst du die nötige Veränderung als nötig erkennen.

Zweitens musst du die nötige Veränderung wirklich wollen.

Und drittens musst du ganz offen und ehrlich beten:

„Jesus, übernimm du die Kontrolle über meine Gewohnheit der Unmäßigkeit, bitte nimm mir die Lust oder den Geschmack an der Unmäßigkeit...“

Sprüche 4,26 GN sagt klipp und klar:

„Überlege, was du tun willst, und dann tu es entschlossen!“

Nun gibt es aber doch Menschen, die mit eisernem Willen und fester Entschlossenheit aus eigener Kraft ihre Lebensgewohnheiten verändern. Sie beißen die Zähne zusammen, kneifen die Augen zu, ballen die Fäuste und streben ihr Ziel an: abzunehmen, sich nicht verführen zu lassen, nicht zu streiten usw.

Was macht den Unterschied? Nun, du musst nicht mit 180 Pfund Körpergewicht verloren gehen. Du kannst durch Askese 40 Pfund abspecken und wirst doch verloren gehen, weil man sich mit Abspecken den Himmel nicht verdienen kann.

Das meint: Du hast zwar dein Gewicht reduziert, aber du hast nicht die Frucht des Geistes: „Der Geist Gottes dagegen lässt als Frucht eine Fülle von Gutem in deinem Leben wachsen, nämlich: Liebe, Freude und Frieden, Geduld, Freundlichkeit und Güte, Treue, Bescheidenheit und Selbstbeherrschung.“

Trotz deines gewichtigen und lobenswerten Erfolgs hast du keine Beziehung

zu deinem Erretter! Du hast nicht die vielerlei Beeren der Frucht des Geistes: Liebe, Freude, Frieden, Geduld usw.

Mäßigkeit steht also nicht allein im Leben eines Menschen zum Selbstzweck, sie ist Teil eines göttlich geplanten Prinzips und umfasst nicht nur dein Körpergewicht, sondern dein ganzes Verhalten. Und nicht nur das, sie wird sogar Teil deines Charakters, Lebensstils, der durch das Wirken des Geistes Gottes in dir dem deines Herrn Jesus immer ähnlicher wird. Das ist die Frucht, von der Paulus gesprochen hat. Felix hat das erkannt, er hat auch erkannt, dass er zwar so zu Jesus kommen konnte, wie er war, aber ihm war auch klar, dass er in Gottes Gegenwart nicht bleiben konnte, wie er war; und das hat ihn gezwungen, eine Entscheidung zu treffen; eine bequeme, aber leider auch verhängnisvolle.