

# Predigtskript

24.7.2022

## Kultur der Freude

Dies wird heute Morgen eine sehr ernste predigt über Freude. Wir können Freude gar nicht ernst genug nehmen. Gott befiehlt uns in Psalm 37,4, dass wir uns Freuen sollen und nach Hebräer 12,2, nahm Jesus den Tod am Kreuz auf sich, weil er wusste welche Freude auf ihn wartete. Freude ist der Grund dafür, dass wir tun, was wir tun. Jede Motivation hat ihren Ursprung im Wunsch Freude zu empfinden. Blaise Pascal hat dies einmal so formuliert.

*Alle Menschen suchen das Glück. Dies gilt ohne Ausnahmen. Welche unterschiedlichen Mittel sie auch immer einsetzen, [...] Der Wille macht nie den geringsten Schritt anders als zu diesem Ziel. Dies ist das Motiv jeder Handlung eines jeden Menschen.*

Selbst die Dinge, die uns im Moment keine Freude bereiten, tun wir, weil wir uns erhoffen, dass aus dem Resultat Freude entsteht. Manche haben jetzt vielleicht den Eindruck, dass dies etwas schlimmes sei, dass wir uns als Christen nicht von solchen Instinkten mitreißen lassen sollten und das Freude etwas ist, dass es zu bändigen gilt. Diesem Gedanken muss ich widersprechen und dies tut zum Beispiel auch C.S. Lewis.

*Wenn wir die unverblühten Verheissungen der Belohnung und die überwältigende Natur der im Evangelium versprochenen Belohnungen betrachten, scheint es in der Tat, dass unser Herr unsere Wünsche nicht zu gross, sondern zu klein findet. Wir sind halberzige Geschöpfe, die mit Alkohol und Sex und Ehrgeiz herumalbern, wenn uns unendliche Freude angeboten wird, wie ein unwissendes Kind, das weiterhin Schlammkuchen in einem Slum backen will, weil es sich nicht vorstellen kann, was das Angebot eines Urlaubs am Meer bedeutet. Wir sind viel zu leicht zufrieden zu stellen.*

Das Problem ist nicht die Freude, sondern, dass wir uns nicht ernst genug um die Freude bemühen, und uns stattdessen mit den billigen Imitaten von Freude, die uns die diese Welt zu bieten hat, zufriedengeben. Gott sagt in 5. Mose 28,47&48 folgendes dazu.

*Dafür, dass du dem HERRN, deinem Gott, **nicht mit Freude und mit fröhlichem Herzen** gedienst hast wegen des Überflusses an allem, wirst du deinen*

*Feinden, die der HERR gegen dich senden wird, dienen in Hunger und Durst, in Blöße und in Mangel an allem. Und er wird ein eisernes Joch auf deinen Hals legen, bis er dich vernichtet hat.*

Was Mose hier schreibt, fasst die heutige Predigt, in zwei Versen zusammen, anstatt uns am Herrn zu Freuen und im Herzen Fröhlich zu sein, lassen wir uns vom Überfluss, der diese Welt bietet, vereinnahmen und gefangen nehmen. Darum schreibt Paulus den Philippern 4,4

**Freut euch im Herrn zu jeder Zeit! Noch einmal sage ich: Freut euch!**

Die Freude ist es, die aus Glauben, Nachfolge macht. Die Freude macht aus blossen Geboten, etwas Lebendiges, dass unser Wesen verändert.

Gott fordert uns auf nicht nur: ...

- das Richtige zu tun, sondern, dass Gute zu lieben. Micha 6,8
- mit Gnade zu handeln, sondern dies Freudig zu tun. Römer 12,8
- Verlust hinzunehmen, sondern mit Freude zu leiden. Hebräer 10,34
- an unserer eigenen Freude zu freuen, sondern an der Freude der anderen. 2 Korinther 2,3
- einfach zu geben, sondern dies mit Freude zu tun. 2. Korinther 9,7
- zu gehorchen, sondern dies mit Freude zu tun. Hebräer 13,17

All diese Stellen, und es war jetzt nur eine kleine Auswahl, zeigen, dass Freude zentral für unseren Glaube ist. Freude ist bewusst oder unbewusst die Motivation für unser Handeln, und Freude bestimmt, wie wir mit der Bibel und Gottes Geboten umgehen. Wer sich nicht an Gottes Wort freuen kann wird es nicht verinnerlichen und danach handeln. Wer sich nicht daran freut ein Kind Gottes zu sein, wird dies nicht mit anderen Teilen. Wer sich nicht an Gott freuen kann wird seine Freude irgendwo anderes suchen. Freude ist wie gesagt etwas sehr Ernstes und wir können unsere Freude gar nicht wichtig genug nehmen. Wenn wir unsere Freude am Herrn nicht pflegen und kultivieren, dann laufen wir Gefahr, dass wir unsere erste Liebe verlassen. Die Psalmisten haben dies erlebt und wie Folgt formuliert.

*Psalm 36,8 Sie dürfen den Reichtum deines Hauses genießen, und aus einem Strom der Freude gibst du ihnen zu trinken.*

*Psalm 34,8 Schmeckt und seht, dass der HERR gütig ist! **Glücklich** der Mann, der sich bei ihm birgt!*

*Psalm 119,103 Deine Zusagen sind für mich wie Gaumenfreuden, ja, sie sind süßer noch als Honig!*

*Psalm 16,11 Du zeigst mir den Weg zum Leben. Dort, wo du bist, gibt es **Freude** in Fülle; **unge-trübtes Glück** hält deine Hand ewig bereit.*

Es ist diese Art der Freude, die unser Leben verändert, und die unser Leben für andere Attraktiv werden lässt. Diese Art der Freude kann nicht verborgen bleiben, sondern breitet sich aus.

Diese Art der Freude ist der Schlüssel dazu, dass wir dem Herrn dienen können, und Freude ist der Schlüssel dazu, dass wir als Geschwister in gesunden Beziehungen miteinander einen Leib bilden können. Wir können keine gesunden Beziehungen aufbauen, wenn wir uns nicht an Gott freuen können und dadurch auch an unseren Geschwistern. Nehemia 8,10 schreibt dazu.

*»Und nun geht nach Hause, esst und trinkt! Bereitet euch ein Festmahl zu und feiert! Gebt auch denen etwas, die sich ein solches Mahl nicht leisten können! Dieser Tag gehört unserem Gott. Lasst den Mut nicht sinken, denn die Freude am HERRN gibt euch Kraft!«*

Freude am Herrn schliesst andere mit ein, sie lässt Menschen, die einen Mangel haben an dem Überfluss, den man selbst hat, teilhaben. Überfluss und Segen, den man nicht teilt, führt irgendwann dazu, dass man nur noch das Materielle sieht, und aus dem Segen wird ein Fluch. Aber vor allem ist Überfluss, den man nicht teilt, der beste Weg dazu sich die Freude zu nehmen. Überfluss und Segen den man Teilt, für zu Freude.

Wie ich anfangs gesagt habe, ist dies eine ernste Predigt über die Freude.

Jetzt da wir wissen, wie wichtig und zentral Freude ist, und wie sehr es unsere Beziehung zu Gott uns selbst und zu anderen beeinflusst. Stellt sich die Frage, warum wir diese Freude nicht überall sehen und erleben. Ganz einfach, weil es genau diese Freude ist, die der Feind angreift, denn der Feind

weiss ganz genau, ein freudloser Christ ist ein harmloser und besiegt Christ.

Eines meiner ersten christlichen Bücher die ich als Jugendlicher las war C.S.Lewis Buch «Dienst-anweisung für einen Unterteufel», darin gibt ein Oberteufel Anweisungen an einen Unterteufel wie dieser mit Christen umzugehen hat. Einer der zentralen Anweisungen ist dabei: «Den Menschen von wirklicher innerer tiefer Freude abhalten, wie er sie bei Gott erfährt.» Wir müssen uns bewusst machen, dass es jemanden gibt, der aktiv damit beschäftigt ist uns unsere Freude zu berauben und uns freudlos und damit wirkungslos zu machen. Dem Feind, ist jedes Mittel und jede Methode recht, um uns unsere Freude zu stehlen. Deshalb geht es im zweiten Teil dieser Predigt darum, dass wir erkennen, was uns unsere Freude stiehlt und wie wir dem entgegenwirken können.

Wie der Feind vorgeht, können wir an einem Beispiel aus der Bibel erkennen, hierfür betrachten wir einmal Alkohol und was die Bibel dazu zu sagen hat. Die Bibel macht klar, dass alkoholische Getränke wie Wein oder Bier ein Zeichen des Segens sind und dazu da sind, um genossen zu werden und fröhlich zu sein.

*5.Mose 14,24-26 Wenn aber der Weg dorthin deine Kräfte übersteigt, weil die Stätte, die der HERR erwählen wird, indem er dort seinen Namen anbringt, so weit entfernt liegt und der HERR, dein Gott, dich so gesegnet hat, dass du den Zehnten nicht dorthin tragen kannst, dann sollst du alles für Silber verkaufen, das Silber als deinen Besitz zusammenbinden, zu der Stätte ziehen, die der HERR, dein Gott, erwählen wird, dort für das Silber alles kaufen, worauf du Appetit hast - Rinder, Schafe, Ziegen, Wein und Bier, alles, wonach es deinen Gaumen verlangt -, und dann sollst du vor dem HERRN, deinem Gott, Mahl halten und fröhlich sein, du und deine Familie.*

*5.Mose 7,13 Er wird dich lieben, dich segnen und dich zahlreich machen. Er wird die Frucht deines Leibes und die Frucht deines Ackers segnen, dein Korn, deinen Wein und dein Öl, den Wurf deiner Rinder und den Zuwachs an Lämmern und Zicklein, in dem Land, von dem du weißt: Er hat deinen Vätern geschworen, es dir zu geben.*

*Psalm 104,14-15 Du lässt Gras wachsen für das Vieh und Pflanzen für den Ackerbau des Menschen, damit er Brot gewinnt von der Erde und Wein, der das Herz des Menschen erfreut, damit er das Angesicht erglänzen lässt mit Öl und Brot das Herz des Menschen stärkt.*

Und diese Stellen machen klar, dass es nicht nur der Alkohol sondern auch dessen Wirkung ist die für uns ein Segen sein können. Aber die Bibel ist auch sehr klar darin, dass es ein zu viel gibt. Das man es übertreiben kann, und das nichts Gutes daraus kommt.

*Sprüche 20,1 Ein Zuchtloser ist der Wein, ein Lärmer das Bier; / wer sich hierin verfehlt, wird nie weise.*

*Sprüche 21,17 Der Not verfällt, wer Vergnügen liebt, / wer Wein und Salböl liebt, wird nicht reich.*

*Jesaja 5,11 Wehe denen, die früh am Morgen / dem Bier nachjagen und in der Dämmerung lange aushalten, / wenn der Wein sie erhitzt.*

Ich habe dieses Beispiel ausgewählt, weil es in der Bibel sehr breit behandelt wird, und es gibt noch viel mehr Stellen zu dem Thema. Wir können daraus erkennen, dass etwas das Gott als Segen gedacht hat, von uns Menschen missbraucht werden kann. Etwas, das uns gut tun soll wird zu einem Schaden. Dies gilt nicht nur für Alkohol, sondern auch für Sport, Unterhaltung, Essen, Musik, Sex, Geld, Verantwortung, Lobpreis, Beziehungen oder sogar der Dienst in einer Gemeinde und vieles mehr. Dies ist genau der Punkt, an dem der Feind wirkt. Er benutzt Dinge, die für den Segen gedacht sind, und verführt uns dazu, dass wir diesen Dingen nachjagen anstatt, dass wir eben diese in angemessenen Mass vor Gott genießen. Wir vertauschen die Lust an Dingen, mit der Freude am Herrn.

Dies ist eine geistliche Wahrheit, die sich auch in unserer Biologie widerspiegelt. Ich persönlich bin davon überzeugt, dass wir als Menschen unser geistliches Leben nicht vom physischen Leben trennen können. Solange wir hier auf der Erde Leben sind Geist und Körper eine Einheit. Deshalb haben biologische Mechanismen Einfluss auf unseren Geist und umgekehrt. Denn wenn wir nach Gottes Wort Leben hat dies nicht nur Auswirkungen auf den Geist, sondern genauso auf den Körper. Deshalb ist das der

nächste Punkt nicht nur ein biologischer, sondern auch ein geistlicher.

„Die systematische Verwechslung und Vermischung von Vergnügen und Glück“

Dieses Bild stammt aus einem Vortrag den ein Professor der Universität Kalifornien zum Thema Depression, Sucht, Stress und Ernährung hielt. Ich möchte gar nicht näher auf den Vortrag eingehen. Einzig diesen Punkt hier fand ich sehr bemerkenswert. Kurzgefasst, lösen Vergnügen, Genuss und Lust (Englisch «pleasure»), ganz andere neurologische und hormonelle Reaktionen in unserem Hirn aus als dies Freude (Englisch «happiness») tut. Vergnügen, Genuss und Lust, stimulieren unser Belohnungszentrum, das gleiche Zentrum, dass auch durch von Drogen oder andere Substanzen stimuliert wird, dabei wird nur ein kleiner Teil des Gehirns benötigt, aber vor allem umgeht es den Teil des Hirns, welches für unser Bewusstsein und Denken verantwortlich ist. Freude hingegen ist ein wesentlich komplexerer neurologischer Vorgang, und fordert nicht nur aber vor allem den Teil unseres Hirns, welches für Bewusstsein und Denken verantwortlich ist. Das Problem entsteht nun, wenn das Belohnungszentrum überbeansprucht wird, dann beginnt es die Prozesse, die es für Freude braucht zu behindern. Oder ganz vereinfacht, zu viel Vergnügen, Genuss und Lust, behindert die Freude, und macht sie im Extremfall sogar unmöglich. Es sind biochemische und neurologische Prozesse im Hirn die sich nachhaltig verändern, und dazu führen, dass keine Freude mehr empfunden werden kann. Im Extremfall führt dies dann zu Süchten oder Depressionen.

Hier muss ich darauf hinweisen, dass nicht alle Süchte oder Depressionen auf diesen Mechanismus zurückzuführen sind. Süchte und Depressionen können auch andere Ursachen haben, die nicht auf dem Verhalten beruhen, deshalb dürfen wir nicht den Fehler machen vom Symptom Rückschlüsse auf die Ursache zu ziehen.

Aber zurück zum Thema, es ist also ein Exzess von Vergnügen, Genuss und Lust welches bewirkt, dass wir Schwierigkeiten bekommen uns zu Freuen. Hier kommt die Analogie zum Alkohol zu tragen. Vergnügen, Genuss und Lust, ist nichts Schlechtes, aber ein Zuviel beraubt uns der Freude, weil wir

nicht mehr Gott geniessen, sondern Dinge und Aktivitäten.

Im Vortrag wird aber noch ein weiter Punkt angesprochen, der uns die Freude raubt, etwas das bereits Jeremia angesprochen hat.

*Jesaja 30,15 So spricht der HERR, der heilige Gott Israels: »Kehrt doch um zu mir und **werdet ruhig**, dann werdet ihr gerettet! Vertraut mir und habt Geduld, dann seid ihr stark! Doch das wollt ihr nicht.*

Oder in Modern; Stress raubt uns die Freude. Wer gestresst ist kann sich nicht freuen. Ist irgendjemand schon mal richtig gestresst und freudig zur Arbeit gekommen? Oder habt ihr schon einmal jemand voller Freude gestresst gesehen?

Und auch hier gibt uns die Biologie eine Antwort, ähnliche Mechanismen wie bei Überstimulierung des Belohnungszentrums die dafür sorgen, dass wir uns nicht freuen können, wirken auch beim Stress und haben die gleichen Folgen. Ständiger und langanhaltender Stress bewirkt eine biochemische und neurologische Veränderung im Hirn, die es zunehmend schwierig macht, dass wir uns freuen können. Wenn hier von Stress die Rede ist, dann ist damit nicht nur der Stress gemeint, den man allgemein damit verbindet. Sondern auch den Stress durch eine ständige Beschallung durch Musik, oder der Stress, den die Sozialen Medien auslösen oder Stress der durch ein zu viel an Substanzen wie Kaffee, Alkohol, oder Zucker ausgelöst wird.

Wenn ich mich hier mit der Biologie beschäftigte, bin ich einfach davon überwältigt welche Weisheit die Bibel enthält den Paulus schreibt bereits.

*Römer 13,13 Lasst uns ein einwandfreies Leben führen, mit dem wir im Licht des Tages bestehen können, ein Leben **ohne Schlemmen und Saufen**, ohne **sexuelle Ausschweifung** und ohne **Streit und Rechthaberei**.*

Auch hier wieder die zwei Punkte Lust und Stress. Oder was Jeremia schreibt, mir gefällt hier die Lutherübersetzung

*Jesaja 30,15 Denn so spricht Gott der HERR, der Heilige Israels: **Wenn ihr umkehrtet und stille bliebet, so würde euch geholfen; durch Stillesein und Vertrauen würdet ihr stark sein. Aber ihr habt nicht gewollt***

Die moderne Forschung kann nun aufzeigen, warum wir die Fähigkeit verlieren uns zu freuen. Die

Lösung zu dem Problem, die die Moderne anbietet, Verringerung der Stimulierung und des Stresses sind genau die gleichen, die die Bibel bereits vor Tausenden von Jahren aufgezeigt hat. Ein massvolles und dankbares Geniessen dessen was Gott uns gegeben hat und als Segen für uns vorgesehen hat, und damit Hand in Hand geht ein Teilen des Überflusses mit dem Gott uns segnet. Darüber hinaus ein Stille werden und vertrauen. Eine Stille, die es schafft in Ruhe ohne Gebet oder Lesen vor Gott zu sein und auf seine Gegenwart hofft und wartet, ein Thema, welches für sich bereits wieder eine Predigt wäre. Alles kann man üben, massvoll zu sein, zu teilen und still zu werden. Für mache kann dieses Üben aber auch bedeuten, auf gewisse Dinge ganz zu verzichten, weil ein massvoller Umgang nicht mehr möglich ist.

Es ist in diesen Bemühungen jedoch wichtig, dass dies kein asketischer Selbstzweck ist. Sondern, dass wir Vertrauen üben und lernen uns am Geber und nicht an den Gaben zu freuen. Denn eins ist klar Gott meint es gut mit uns und er will, dass wir uns an ihm und an dem was er gibt freuen können. Gott will uns vor dem Missbrauch bewahren und damit ermöglichen, dass wir uns an ihm freuen können. Um dies zu verdeutlichen, möchte ich nochmals Mose zitieren.

*5.Mose 14,24-26.*

Gott lässt also einen Springen, einmal im Jahr fordert dich Gott auf, dass du dich zusammen mit deiner Familie auf seine Kosten alles Genehmigen sollst was du willst. Party mit Gott auf kosten Gottes.

***Freut euch im Herrn zu jeder Zeit! Noch einmal sage ich: Freut euch!***

.....  
Kirche im Rebgarten  
*Gott und Menschen begegnen*  
Hueber Rebgarten 16  
8590 Romanshorn

© Chrischona Romanshorn, 2022  
Predigt: Lars Altherr, 24.7.2022  
www.rebgarten.ch