

046e Die Macht der Gewohnheiten

Bibeltext Revidierte **Elberfelder Bibel** (Rev. 26) © 1985/1991/2008 SCM R.Brockhaus im SCM-Verlag GmbH & Co. KG, Witten | Bibeltext der **Neuen Genfer Übersetzung** – Neues Testament und Psalmen Copyright © 2011 Genfer Bibelgesellschaft | **Schlachter 2000** Copyright © 2000 Genfer Bibelgesellschaft

Thema der Woche

Die Macht der Gewohnheiten – ein paar Gedanken

Vorstellung

Theologie, die dich im Glauben wachsen lässt. Nachfolge praktisch. Dein geistlicher Impuls für den Tag. Mein Name ist Jürgen Fischer und heute geht es um gute Gewohnheiten.

Thema heute

Heute nun die letzten Gedanken zum Thema *Gewohnheiten*.

Wenn ich wissen will, was meine tiefsten Sehnsüchte sind, dann lohnt es sich die Gewohnheiten meines Lebens zu betrachten. Wenn es stimmt, dass meine Gewohnheiten mein Herz ausrichten, dann ist die Behauptung „Ich liebe Jesus“ nur dann wahr, wenn sich meine Bekehrung in einer Änderung meiner Gewohnheiten widerspiegelt.

Oder lasst es mich so formulieren: Wenn Paulus formuliert *Seid miteinander meine Nachahmer, Brüder, und seht auf die, welche so wandeln, wie ihr uns zum Vorbild habt!* (Philipper 3,17) dann ist das Nachahmen des Lebenswandels, in letzter Konsequenz ein Imitieren der guten Gewohnheiten. Ein Vorbild wird für mich erst dann zum Vorbild, wenn ich seine Gewohnheiten nachahme. Solange ich reife Christen nur bewundere, mir ihre Predigten anhöre, mir ihre Bücher kaufe oder ihren theologischen Standpunkt verteidige, solange sind sie noch nicht im eigentlichen Sinn meine Vorbilder.

Lasst es mich praktisch machen: Wer mich zum Vorbild hat, der teilt nicht meine Theologie, sondern meinen Lebensstil. Ich bin nicht dein Vorbild, wenn du mein Denken zum Thema Scheidung und Wiederheirat teilst... das kannst du gerne tun, aber Vorbild bin ich dir erst, wenn du meine Gewohnheiten übernimmst. Wer sagt, Jürgen ist mein Vorbild, der wird Bibelverse auswendig lernen, lange Gebetsspaziergänge machen, wöchentlich einen Eheabend planen, einen Ruhetag einhalten usw. Das sind meine Gewohnheiten. Das bedeutet: *seid meine Nachahmer*.

Und was für reife Christen gilt, das gilt noch mehr für den Herrn Jesus. Bekehrung ist eben nicht nur eine Entscheidung „für“ Jesus, sondern eine

bewusste Ausrichtung meines Lebens an seinen Gewohnheiten. Ich bin mit der Bekehrung nicht fertig, wenn nur mein Kopf Ja zu Jesus sagt. Mehr sein wie Jesus, das heißt eben: Es finden sich mehr von den Gewohnheiten Jesu in meinem Leben.

Hatte Jesus „Gewohnheiten“. Ja natürlich. Wir lesen z.B.

Lukas 4,16: Und er kam nach Nazareth, wo er erzogen worden war; und er ging nach seiner Gewohnheit am Sabbat in die Synagoge und stand auf, um vorzulesen.

Gemeinschaft mit Gläubigen in einem Gottesdienst, das war eine seiner Gewohnheiten. Und wir könnten sicherlich auch eine regelmäßige, lange Gebetszeit dazu zählen. Und wenn ich mir anschau, wie souverän Jesus auf Bibelfragen antwortet, dann hat er sich auch intensiv mit der Bibel beschäftigt¹. Interessant auch, was Jesus nicht tut. Wir lesen nie davon, dass er ins Theater oder auf die Rennbahn geht².

Und um das deutlich zu sagen. Ich bin nicht der Prediger, der neue Menschengebote aufstellen will im Sinn von: Du darfst nicht ins Kino oder ins Fußballstadion gehen. Ich will Folgendes: Ich will werben für einen Lebensstil, der das eigene Herz durch gute Gewohnheiten auf Gott ausrichtet. Und ich selbst als Kreativer merke, wie genau im Bereich der Gewohnheiten in meinem Leben ein Kampf tobt. Die Punkte, die ich in dieser Podcast-Reihe bringe, das sind doch auch meine Punkte. Selbstverwirklichung contra seine Berufung leben. Wo ist das die Grenze? Schnell beim Essen noch ein theologisches Video laufen lassen. Ist das schon eine schlechte Gewohnheit oder kaufe ich nur die Zeit aus? Ein Liebesfilm zum Eheabend. Feiere ich da noch meine Ehe oder lasse ich mich von Hollywood konditionieren? Merkt ihr die Spannung (vgl. 1Korinther 7,31). Wir sollen uns nicht an den Weg der Heiden gewöhnen (Hesekiel 10,2), aber müssen doch irgendwie in der Welt leben, ohne sie lieb zu gewinnen.

Ich bin davon überzeugt, dass ein gesunder Lebensstil aus guten Gewohnheiten besteht, die Körper, Seele und Geist im Blick haben, die auf Gottes Reich und seine Gerechtigkeit ausgerichtet sind und die dabei weder auf der Seite der Pharisäer noch auf der Seite der Sadduzäer vom Pferd fallen... weder Übergerechtigkeit noch Liberalität.

Vielleicht verstehen wir jetzt, warum Jakobus uns rät:

Jakobus 1,5: Wenn aber jemand von euch Weisheit mangelt, so bitte er Gott, der

¹ Bei den ersten Christen finden wir ähnliche „Gewohnheiten“, die sich auch um die Themen Bibel, Gebet und Gemeinschaft drehen (vgl. Apostelgeschichte 2,42).

² Ein Theater gab es in Sepphoris, einer Stadt ca. 10 km nördlich von Nazareth. In Tiberias gab es eine Rennbahn und ein Theater.

allen willig gibt und keine Vorwürfe macht, und sie wird ihm gegeben werden.

Gott hat definitiv kein Problem damit, dass wir ihn um Weisheit bitten. Und wir sollten diese Ressource unbedingt nutzen.

Für mich selbst habe ich drei Punkte definiert, die eine gute Gewohnheit ausmachen.

Erstens: Sinnhaftigkeit. Die gute Gewohnheit zahlt auf ein konkretes Ziel in meinem Leben ein. Ich weiß, wofür ich sie tue. Ja, dieser Punkt bedeutet, dass ich mir irgendwann mal die Frage beantworte, welche Ziele bzw. Verantwortungsbereiche ich im Leben habe. Aber auch wenn ich das hier nur anreißen kann. Erst wenn ich mal alle Bedürfnisse und Zwänge, mit denen mich mein Leben konfrontiert³, aufgeschrieben habe, kann ich überlegen, welches davon wie viel Zeit bekommt und wie eine gute Gewohnheit dabei hilfreich sein könnte.

Zweitens: Einfachheit. Komplexe Gewohnheiten überleben in meinem Leben nicht. Stichwort: 8 Minuten Bauchmuskeltraining. Eine Gewohnheit funktioniert idealer Weise auch im Urlaub oder auf Dienstreise.

Drittens: Planung. Ich denke nach, bevor ich mit einer neuen, guten Gewohnheit anfangen. Ich mache nicht einfach irgendwas, das ich irgendwo aufgeschnappt habe. Und ich suche mir Verbündete bzw. überlege mir Belohnungen.

Sinnhaftigkeit, Einfachheit, Planung. Das macht für mich eine gute Gewohnheit aus.

Kommen wir wirklich zum Schluss. Mir geht gerade noch die Frage durch den Kopf, ob wir beim Thema Jüngerschaft vielleicht viel zu sehr den Kopf von jungen Christen im Blick haben, sie mit Wissen fluten, aber ihre Gewohnheiten kaum prägen. Das ist ein Punkt, an dem ich selbst in nächster Zeit noch weiterdenken will.

Allerletzter Punkt: Fang mit einer Sache an. Weil das Thema Gewohnheiten unser ganzes Leben betrifft und uns ein Leben lang beschäftigen wird, dürfen wir einen einzigen Fehler nicht machen: Vor dem Start aufgeben.

Anwendung

Was könntest du jetzt tun?

Du könntest dir unter Gebet eine neue Gewohnheit überlegen, dir Mitstreiter suchen und sie bis Ende des Jahres einüben.

³ Hier ein paar Beispiele: körperliche Bedürfnisse (Gewicht, Beweglichkeit, Ausdauer, Cardio...), Freundschaften, Familie, Evangelisation, Beruf und Weiterbildung, geistliche Reife, Gemeindemitarbeit, Ruhezeit und Erholung... Es ist erstaunlich, dass ich selten auf Menschen treffe, die sich mal in Ruhe überlegt haben, aus welchen Verantwortungsbereichen ihr Leben besteht und wie sie diesen unterschiedlichen Bedürfnisse zeitlich begegnen wollen.

Das war es für heute.

Nimm dir heute noch Zeit für die Leitung deiner Gemeinde zu beten.

Der Herr segne dich. Erfahre seine Gnade und lebe in seinem Frieden.

AMEN