

Inhaltsverzeichnis

Einführung	7
1. Neu geboren werden	9
1.1 Das Neue des Christentums	9
1.2 Das eigentliche Problem	11
1.3 Die Rettung annehmen	16
Einschub: Brauchen wir einen Erlöser?	17
1.4 Wirkungen der Wiedergeburt	23
2. Leben aus der Wiedergeburt	26
2.1 Biblische Anthropologie	26
2.2 Die Verletzung und Wiederherstellung des Geistes	30
2.3 Die innere Haltung	35
2.4 Die eigene Realität anschauen	37
2.5 Heilungswege	42
2.6 In der Wahrheit Gottes bleiben	48
3. Der Geist der Sohnschaft	50
3.1 Leben im Reich Gottes	50
3.2 Die neue Identität: Tochter und Sohn Gottes	54
3.3 Leben aus der Sohnschaft	56
3.4 Versöhnung – Heilung der Vaterwunde	58
4. Gottes Liebesgeschichte – mein Leben	64
4.1 Die Wahrnehmung meines Lebens	64
4.2 Made by God	66
4.3 Wachsen und reifen	70
4.4 Aus Gottes Ja mein Leben lieben	73
5. Wachsen im Geist	79
5.1 Unterscheiden	79
5.2 Folgen erkennen	81
Einschub: Geistlicher Kampf	82
5.3 Wachsen in der Liebe: Feindesliebe	86
5.4 Schritte des Geistes	90
5.5 Mit der Brille des Geistes sehen	93

Autor: Leo Tanner, Pfarrer

Copyright CH-9034 Eggersriet 2018

WeG
Verlag

Kontakt: sekretariat@weg-verlag.ch

Bibelzitate, soweit nicht anders vermerkt, sind aus der Einheitsübersetzung der Heiligen Schrift.

© 2016, Katholische Bibelanstalt GmbH, Stuttgart.

Coverfoto: © Katrina Brown/stock.adobe.com

Druck: Fuck, Druckerei und Verlag, D-56072 Koblenz

Gedruckt auf Recyclingpapier aus 100% Altpapier. (Label: Blauer Engel, EU-Ecolabel).

1. Auflage 2018

ISBN 978-3-906855-01-1

6. Der Sünde widerstehen	99
6.1 Fehler (Schwächen), Schuldgefühle und Sünde	100
6.2 Wie Sünde erkennen?	102
6.3 Mit der Sünde brechen	105
Einschub Pornografie: Sucht und Sünde	111
7. Heilung in der Kraft des Glaubens	115
7.1 Dimensionen von Krankheit und Heilung	115
7.2 Aspekte der Heilung	120
Einschub: Heilung von Beschämung	124
7.3 Um Heilung beten	129
8. Gottes Wort proklamieren	137
8.1 Maria – Vorbild im Glauben	137
8.2 Glaubend empfangen	140
8.3 Gottes Wort proklamieren	141
9. Wachsen in der Erkenntnis	149
9.1 Die Wirkung von Gotteserkenntnis	149
Einschub: Wie lernen Menschen Jesus kennen?	150
9.2 Wachsen in der Erkenntnis Jesu Christi	152
10. Das ganze Herz – Ganzhingabe	160
10.1 Schritte der Nachfolge	160
10.2 Der Weg zur Herzens-, zur Ganzhingabe	163
11. Siegreicher Glaube	167
11.1 Wachsen in der Bedrängnis	167
11.2 Aus dem Sieg heraus leben	172
11.3 Der Geist macht alles neu!	175
11.4 Komm, Herr Jesus!	177
Anhang	181
Verzeihung – notwendig zur Heilung	181
Impulse zu weiteren Lebenslügen	189
Gebete	201
Literaturverzeichnis	206



Einführung

Liebe Leserin, lieber Leser

Menschen die Festigkeit, Beständigkeit, Freude, Klarheit, Unerschütterlichkeit, Weite, Besonnenheit, Zuversicht, Liebe ... ausstrahlen, haben etwas Anziehendes. Sie können in uns eine Sehnsucht wecken: So möchte ich auch sein und leben können!

Wie können wir stark im Geist werden? Von Johannes dem Täufer lesen wir: „*Das Kind wuchs heran und wurde stark im Geist. Und es lebte in der Wüste bis zu dem Tag, an dem es seinen Auftrag für Israel erhielt*“ (Lk 1,80). Stark im Geist zu werden ist ein Wachstumsprozess, für den wir selbst verantwortlich sind.

Diese Schrift ist entstanden aus verschiedenen Vorträgen, die ich 2017 und 2018 bei den Bibelgruppen Immanuel gehalten habe. Wertvolle Impulse für diese Schrift habe ich auch aus verschiedenen Vorträgen, besonders der Vortragsreihe *Kopf-Herz-Bauch – Gott und die Gefühle* von Dr. Johannes Hartl, entnommen. Weitere literarische Impulse sind jeweils in den Fussnoten angegeben oder aus Schriften entnommen, welche im Literaturverzeichnis aufgeführt sind.

Stark im Geist will nicht in erster Linie Informationen und geistliche Einsichten vermitteln. Diese Schrift will vielmehr helfen, dass der Geist in uns, in mir stark wird. Damit dies geschieht, werden wir immer wieder eingeladen, bei  *Ins Leben bringen*, das Gelesene auf das eigene Leben zu beziehen. So kann diese Schrift längere Zeit auch im täglichen Gebet begleiten. Hilfreich kann dazu auch ein Tagebuch sein, wo Impulse und Anregungen notiert werden können. Mit diesem Symbol  werden wir jeweils eingeladen unsere Gedanken und Erfahrungen aufzuschreiben.

Wichtig ist solange bei den Themen zu verweilen, wie diese bewegen, herausfordern und geistlich nähren. Die einzelnen Themen ergänzen sich gegenseitig und bilden zusammen wie die Blütenblätter einer Blume eine Ganzheit. An mehreren Stellen finden sich Einschübe, die als Erklärung hilfreich sein können. Diese können aber auch übergangen werden. Im Anhang sind Gebete und Impulse angefügt die sich in der seelsorgerlichen Begleitung als hilfreich erwiesen haben.

Wer selbst Wachstumsschritte im Geist gegangen ist kann andere Mitmenschen für diese Schritte begeistern und sie darin unterstützen.

2. Leben aus der Wiedergeburt

Mit einem solchen oder ähnlichen Gebet ist in der Wiedergeburt beziehungsweise im Lebendig- und Wirksamwerden der Taufe in mir etwas Wunderbares geschehen. Paulus schreibt: *«Wenn also jemand in Christus ist, dann ist er eine neue Schöpfung: Das Alte ist vergangen, siehe, Neues ist geworden»* (2 Kor 5,17).¹⁹ In Christus bin ich *eine neue Schöpfung geworden*. Petrus spricht davon, dass wir *„Anteil an der göttlichen Natur“* erhalten haben (2 Petr 1,4). Durch die Wiedergeburt ist tief in mir etwas neu geworden. Was ist neu, von Gott her neu geschaffen und so *neue Schöpfung* geworden?

2.1 Biblische Anthropologie

Dazu hilft ein Blick auf die biblische Anthropologie (Lehre des Menschen): Der Mensch ist von Gott als Einheit von Leib (Körper) Seele (Psyche) und Geist geschaffen.²⁰ Leib (Körper), Seele (Psyche) und Geist sind die drei Dimensionen des Menschen, die Gott heilen will.²¹

Der Leib (Körper)

Der Leib (Körper) des Menschen entwickelt sich nach den Wachstumsgesetzen, die Gott in den Leib hineingelegt hat. Er meldet sich, wenn wir Hunger haben, müde sind, krank sind, ... Wir können unseren Leib (Körper) fit halten durch genügend Bewegung, Sport und durch gesunde Ernährung. Dennoch: Unser Leib (Körper) wird älter und gebrechlicher und wird schliesslich trotz aller Körperpflege und aller Medizin sterben. Der irdische Leib hat eine Funktion nur für diese irdische Welt. Wir lassen ihn hier zurück und werden in der Ewigkeit einen neuen Leib erhalten: *„Gesät wird ein irdischer Leib, auferweckt ein überirdischer Leib“* (1 Kor 15,44. vgl. Röm 8,11).

¹⁹ Während wir Menschen reparieren, verändern und produzieren können, kann im eigentlich Sinn nur Einer erschaffen, nämlich Gott. Er hat hier eingegriffen.

²⁰ Vgl. ausführlicher die Darlegungen über die biblische Anthropologie: Ursula und Manfred Schmidt: Hörendes Gebet. Grundlagen und Praxis. GGE-Verlag 2. Auflage 2015. S. 38-67.

²¹ Vgl. Paulus: *„Er selbst, der Gott des Friedens, heilige euch ganz und gar und bewahre euren Geist, eure Seele und euren Leib unversehrt, damit ihr ohne Tadel seid bei der Ankunft unseres Herrn Jesus Christus“* (1Thess 5,23).

Nach biblischem Verständnis hat der Mensch nicht einen Leib, er ist Leib. Wir leben in und mit unserem Leib. Durch den Leib des Menschen wird seine Person weitgehend sichtbar gemacht. Mit Hilfe unseres Leibes treten wir in Kontakt mit der Aussenwelt. Der Leib ist es, der uns Sprechen, Sehen, Hören, Tasten ... ermöglicht. Mit ihm drücken wir unser Inneres leibhaftig aus, beispielsweise in der Art, wie wir uns bewegen, mit unserem Blick oder in unseren Worten. Der Leib ist das Beziehungsorgan zur Welt. Er ermöglicht uns die Kommunikation.

Zugleich erfahren wir durch unseren Leib auch Begrenzungen. Wir sind manchmal unfähig, das, was wir im Inneren erleben, mit unserem Leib, mit Worten und Gesten für die Mitmenschen verständlich auszudrücken. Wenn wir krank sind und Schmerzen haben, wenn unser Körper alt und gebrechlich ist oder wenn wir niedergedrückt sind, dann empfinden wir den Körper zum Teil auch als Gefängnis. Zudem sind Menschen durch körperliche, geistige und psychische Blockaden, Verletzungen und Prägungen in vielem eingengt und blockiert.

Die Seele (Psyche)

Die Seele (Psyche) ist das *Ich* des Menschen, unsere unverwechselbare Persönlichkeit. Sie ist der Träger unseres Charakters, der Ort der Gefühle, der Sitz des Intellektes, des Willens, der Erinnerung und der Persönlichkeit. Aus der Seele kommen unsere Gefühle, unsere Gedanken und unser Wollen. Ich spüre, wie es mir (meiner Seele) geht, ob ich fit, voller Tatendrang oder ärgerlich, resigniert, ... bin, weil ich ständig mit der Seele in Verbindung bin. Sie umfasst Verstand, Wille, Gefühle und Empfindungen.

Der *Verstand*: bezeichnet die Fähigkeit unseres Ichs, Dinge und komplizierte Sachverhalte zu analysieren. Er kann Erfahrungen speichern, mit der Gegenwart vergleichen und so einen Lernprozess in Gang setzen.

Der *Wille* hat die Fähigkeit die eigenen Kräfte zu mobilisieren, um etwas Wichtiges und Gutes anzustreben. Er ist die innere Triebkraft zum Handeln. Er blickt auf das Ziel, das es zu erreichen gilt.

Das *Gefühl* (Emotionen und Einfühlungsvermögen) verknüpft unser Sein mit den Erfahrungen, die wir machen. Wenn etwas Schönes geschieht, reagieren wir mit Freude, wenn etwas Schlimmes passiert mit Angst und Trauer. Starke Gefühle sind wie ein Motor für unser Handeln (vgl. Verliebtheit). Emotionen können auch Reaktionen auf Erlebnisse in der Vergangenheit sein. Das Gefühl vermittelt der Seele die

Fähigkeit, sich in andere einzufühlen, sich in ihre Lage zu versetzen, sie zu verstehen.

Der Geist

Der Begriff *Geist* meint in der Bibel etwas anderes, als wir in unserem Sprachgebrauch darunter verstehen. Wir denken meist an den Verstand, an geistreiches, intelligentes Verhalten. Geist kann aber auch ein Gespenst meinen.

Geist meint in der Bibel die unverfügbare, von Gott ausgehende Kraft, die Leben schafft: „*Da formte Gott, der HERR, den Menschen, Staub vom Erdboden, und blies in seine Nase den Lebensatem. So wurde der Mensch zu einem lebendigen Wesen*“ (Gen 2,7). Diese Lebenskraft durchwirkt den Menschen und macht ihn lebendig. Wenn der Geist dem Menschen genommen wird, dann stirbt er.

Mit dem Geist steht der Mensch in Verbindung mit Gott Seinem Schöpfer und hat Anteil an der geistlichen, übernatürlichen Welt. Der Geist ist die massgebliche Leitinstanz des Menschen. Ihm kommt die Aufgabe zu, den Menschen zu bestimmen und zu prägen. Seele und Leib nehmen dazu eine ergänzende und ausführende Rolle ein. Ähnlich wie die Seele sich mit den drei Grundfunktionen Verstand, Wille und Gefühl beschreiben lässt, hat der Geist drei wesentliche Funktionen.

Intuitive Erkenntnis: Dieses Erkennen hat nichts mit dem praktischen Verstand zu tun, mit dem wir die Angelegenheiten des täglichen Lebens klären. Es handelt sich vielmehr um eine Art innere Schau, innere Wahrnehmung, die sich nicht auf der Ebene des Verstandes und auch nicht des Gefühls abspielt. Begleitet ist dieses Erkennen meist von einer inneren Gewissheit, welche durch intellektuelle Argumente nicht zu erschüttern ist, weil die Wurzeln viel tiefer reichen.²²

Gewissen kann Unterschiedliches bedeuten. Es gibt eine Art „oberflächliches“ Gewissen, das die Werte und Normen widerspiegelt, die uns durch Familie, Erziehung, Gesellschaft und Kultur beigebracht wurden. Wir reden in diesem Zusammenhang auch vom Über-Ich des Menschen. Dies sowie die Funktion des Unterbewusstseins (des Unbewussten) sind Aspekte, die zur Seele (Psyche), gehören.

Das Gewissen als Funktion des menschlichen Geistes (das geistliche Gewissen) bezeichnet ein tieferes Wissen, eine Art unmittelbares Wis-

²² Dazu ein Beispiel: Als ich 11 Jahre alt war erzählte der Pfarrer im Religionsunterricht, weshalb er Priester geworden sei. Seit dieser Stunde war damals die Wahrnehmung in mir da: „Du sollst Priester werden!“ Ich konnte später daran zweifeln, ob es Gott überhaupt gab, jedoch nicht an dieser tieferen Wahrnehmung.

sen um Gut und Böse, das in jedem Menschen verwurzelt ist. Es kann verkümmert, verschüttet oder verfälscht sein, dennoch aber ist es in jedem Menschen, zumindest teilweise vorhanden: „*Denn wenn Heiden, die das Gesetz nicht haben, von Natur aus das tun, was im Gesetz gefordert ist, so sind sie, die das Gesetz nicht haben, sich selbst Gesetz. Sie zeigen damit, dass ihnen die Forderung des Gesetzes ins Herz geschrieben ist; ihr Gewissen legt Zeugnis davon ab, ihre Gedanken klagen sich gegenseitig an und verteidigen sich*“ (Röm 2,14-15). Diese innere Fähigkeit des Menschen treibt ihn innerlich immer wieder an, das Rechte zu tun, ohne etwas persönlich davon zu profitieren.²³

Kommunikation: Es gibt einen wechselseitigen Austausch auf der Ebene des Geistes. Wir alle kennen Begegnungen, bei denen wir uns angeregt und interessiert unterhalten haben, jedoch danach irgendwie leer geblieben sind. Umgekehrt gibt es Begegnungen, bei denen unter Umständen nicht einmal viel gesprochen wurde, wir jedoch nachher innerlich tief erfüllt weggegangen sind. Da geschah eine Kommunikation auf der Ebene des Geistes.

Die tiefste Form der Kommunikation des Geistes ereignet sich in der Beziehung zu Gott und da vor allem in der Anbetung Gottes. Damit ist nicht ein gefühlsmässiges Empfinden durch ergreifende Lieder und Musik gemeint. Es geht um Tieferes: Wer sich in der Anbetung Gottes in Ihn und Sein Leben hinein verliert, erfährt im Geist eine tieferere Erfüllung. Denn hier tauchen wir in den Bereich ein, wozu wir geschaffen worden sind.

Der Geist des Menschen ist der Ort der uns mit Gott verbindet. Er ist der innerste Kern, das Herz des Herzens²⁴. Der Geist ist der Teil, der mit Gott kommuniziert und durch den alles Leben und alle Kraft Gottes in uns hereinkommen.

Den Körper können wir sehen und fühlen. Die Seele fühlen wir, können sie aber nicht sehen. Den Geist können wir weder sehen noch spüren. Er ist tiefer in uns, als dies unsere Gefühle wahrnehmen können. Das heisst, dass unsere Gefühle auch nicht wahrnehmen, was den Geist in uns angreift, ihn schwächt und verletzt.²⁵

²³ Von solchen Impulsen des Gewissens lebt das Engagement vieler, die sich (auch in humanitären Hilfsorganisationen) gegen Benachteiligung und Unrecht an vielen Orten einsetzen.

²⁴ Der Begriff Herz meint neben dem Körperorgan nicht wie bei uns den Sitz der Gefühle, sondern die Mitte der Person.

²⁵ Das zeigt sich z. B. oft in verschiedenen östlichen Praktiken wie Yoga. Yoga ist eine indische philosophische Lehre, die eine Reihe geistiger und körperlicher

2.2 Die Verletzung und Wiederherstellung des Geistes

Ursprünglich war der Geist des Menschen ganz mit Gott verbunden. Durch ihn strömte alles Leben und alle Liebe Gottes in den Menschen herein. Wie der Mond sein Licht von der Sonne erhält und weitergibt, so empfing der Mensch von Gott Leben, Orientierung und alle Liebe, um sie dann weiter zu geben.

Aus dieser Verbundenheit mit Gott heraus regierte der Geist im Menschen über seine Psyche und über den Leib (Körper). Er lenkte den Intellekt, den Willen, die Triebe und die Gefühle. Der Mensch erlebte in sich keinen Zwiespalt, keinen Kampf, keine Niederlagen, denn der Geist herrschte in ihm mit Kraft. Als Folge davon lebte der Mensch in einer tiefen Harmonie, in einem tiefen Frieden mit sich, mit Gott und allen Geschöpfen.

Diese ursprüngliche Harmonie und Ordnung ging im Sündenfall verloren. Der Mensch trennte sich von Gott und Seiner Führung. Dadurch wurde der Geist im Menschen in seiner Funktion gestört, verletzt und geschwächt. Er kann nicht mehr ungebrochen mit Gott kommunizieren.

Durch diese Funktionsstörung des Geistes ist im Menschen die Führung, die ordnende Kraft verloren gegangen. Im Menschen verselbständigten sich die Triebe, Sehnsüchte, Gefühle, ... Seither wird er von verschiedenen, manchmal sogar gegensätzlichen Trieben, Wünschen, Sehnsüchten hin- und hergerissen. Dazu kommt, dass durch diese Funktionsstörung des Geistes der Mensch nicht mehr richtig erkennt, was er ist, wozu er geschaffen ist und wie er richtig funktionieren sollte. Er hat die Orientierung verloren.

Übungen umfasst. Die Wurzeln der Yoga-Philosophie liegen im Hinduismus und in Teilen des Buddhismus. Zu Yoga gehören bestimmte Körperhaltungen und Atemübungen, die Körper und Seele entspannen und in eine spirituelle Harmonie bringen sollen. Doch diese Übungen können nicht vom religiösen Hintergrund losgelöst werden. Das zeigt sich auch darin, dass der geistige Hintergrund und damit auch der Glaube an die Reinkarnation wesentlich zur Ausbildung des Yogameisters gehört. Während Yoga der Seele und dem Körper des Menschen Entspannung bringen können, nimmt der Mensch nicht wahr, dass dadurch sein Geist angegriffen und geschwächt wird, weil der Yogageist mit den Übungen mitkommt. Da gilt es sich bewusst vom Yogageist zu trennen, Jesus Christus zu bitten, mich davon abzulösen und (wenn der Wunsch da ist) solche Körperübungen zur Entspannung zu praktizieren, die nicht vom Yoga herkommen. Vgl. auch das Gebet *Das Taufgelübde erneuern* im Anhang.

Ersatzkompensationen

Wenn ein Mensch an einer körperlichen Beeinträchtigung leidet, kompensiert er dies meist dadurch, dass andere Fähigkeiten stärker ausgebildet werden, als das bei Gesunden der Fall ist. So entwickeln z.B. Blinde ein viel feineres Gehör und einen ausgeprägt empfindsamen Tastsinn. Vergleichbares geschieht, wenn im Menschen der Geist seine Rolle als Steuerungsinstanz nicht mehr erfüllt. Dann übernehmen teilweise seelische Fähigkeiten dessen Leitungs- und Führungsfunktion.

Das aber führt zu einer tiefen Unordnung, da der Mensch nicht mehr aus den geistlichen Lebensquellen Gottes lebt, sondern aus unterschiedlichsten Erkenntnissen, Impulsen, ... Dadurch können trotz gutem Willen, Fehlformen des Christseins entstehen wie:

Intellektuelles Christsein: Da dominiert der Verstand. Er beurteilt und zensiert alles nach seinen engen, rationalen Denkmustern. Gottes Wirken muss sich nach den eigenen Denksystemen richten und wird eingesperrt. Das erlebte auch Jesus, der den Sadduzäern antwortete, die mit einer raffinierten Geschichte beweisen wollten, dass eine Auferstehung sinnlos sei: „*Ihr irrt euch; ihr kennt weder die Schrift noch die Macht Gottes*“ (Mt 22,29).

Willensstarkes Christsein: Rein willensgesteuerte Menschen leben ihr Christsein nicht aus der Kraft des Geistes Gottes, sondern aus der eigenen Anstrengung. Sie setzen alles daran, gut zu sein, ja keine Sünde zu begehen, jedoch aus eigener Kraft. Die Folge ist oft eine Art Gesetzmäßigkeit, in der mehr auf die Erfüllung der äusserlichen Gesetze, als auf den Geist der Liebe geachtet wird.

Willensbetontes Christsein kann sich auch darin zeigen, die geistliche Kraft durch menschliche Anstrengung erzeugen zu wollen. Der Glaube ist dann, meist unbewusst, ein Mittel zum Zweck so wie zum Beispiel: „Du musst nur fest und unerschütterlich daran glauben, dann kannst du alles erreichen!“ Da ist der Blick auf das eigene Tun und nicht auf Gott und auf Seinen Willen und Sein Wirken ausgerichtet.

Emotionales Christsein: Hier suchen und folgen Menschen den Gefühlen. Zwar haben Begegnungen mit Gott auch Auswirkungen auf die Gefühlswelt. Doch dies sind nur Reaktionen auf etwas viel Tieferes. Menschen, die ihr Christsein vor allem emotional erleben wollen sind in Gefahr, ihre eigenen Gefühle und nicht Gott zu suchen. Gottesdienste, zwischenmenschliche Beziehungen, die Glaubensinhalte sowie das ethische Handeln müssen schön, attraktiv und angenehm sein und dem eigenen Empfinden entsprechen.

Wiedererweckung des Geistes

Jesus sagt zu Nikodemus: „*Was aus dem Fleisch geboren ist, das ist Fleisch; was aber aus dem Geist geboren ist, das ist Geist*“ (Joh 3,6). Fleisch meint hier ein Leben unter der Herrschaft der Seele, des eigenen Ichs. Diese Herrschaft des Fleisches muss gebrochen und der Geist im Menschen erweckt und neu geschaffen werden. Dies geschieht in der Wiedergeburt, wodurch die Wiederherstellung (Reparatur) des Menschen beginnt.²⁶

Paulus schreibt: „*Gott aber, der reich ist an Erbarmen, hat uns, die wir infolge unserer Sünden tot waren, in seiner großen Liebe, mit der er uns geliebt hat, zusammen mit Christus lebendig gemacht*“ (Eph 2,4-5). In diesem *zusammen mit Christus* erweckt Gott den Geist in uns, der durch die *Sünden* tot war und belebt ihn neu. Wir können nun mit Gott kommunizieren, unser Gewissen und unsere geistliche Erkenntnisfähigkeit werden erneuert. Der Geist kann wieder die Leitung in uns übernehmen.

Der anhaltende Prozess der Erneuerung

Der wunderbare Beginn des Christseins ist geschehen. Die Veränderung hat im Geist stattgefunden. Und doch können wir am Tag nach der Wiedergeburt in der gleichen „Gefängniszelle“ wiedererwachen.²⁷ Dadurch kann der Eindruck entstehen, dass doch nichts geschehen sei.

Darum die Frage: Wie kann sich die Erlösung in uns entfalten? Wie kann unser Geist, der mit dem Geist Jesu eins geworden ist, uns mehr und mehr durchdringen und in unsere Seele (Psyche) und unseren Leib (Körper) hereinwirken? Wie kann unser Denken, Fühlen, Reden, Handeln und Entscheiden, ... so umgewandelt werden, dass der Geist in unseren Gedanken, Worten, Entscheidungen, Trieben, Gefühlen, ... regiert?

Alle folgenden Impulse werden diese Aspekte beleuchten und dazu Hilfen geben. Doch zuvor wollen wir die innere Haltung und das Ziel

²⁶ Wer eine defekte Maschine reparieren will, muss sich an der ursprünglichen Konstruktion der Maschine orientieren und sich an die Gebrauchsanweisung halten. Das heisst: Wir müssen zur ursprünglichen Konstruktion des Menschen vor dem Sündenfall zurückkehren und fragen, wie die Gebrauchsanweisung (Schöpfungsordnung), die der Schöpfer in den Menschen hineingelegt hat, aussieht und entsprechend vorgehen.

²⁷ Ich bin noch immer in den gleichen Zwängen, Drücken, Problemen, Unfreiheiten, ... behaftet.

abstecken: Wo fängt der Prozess der Erneuerung und Erlösung an? Was können wir hier auf der Erde an Erlösung bereits erfahren?

Das Ziel

Was wir an Erlösung hier auf Erden erfahren können, beschreibt Paulus in der Frucht des Geistes. Eine Frucht wächst und reift heran. Wenn sie reif ist, ist sie fest und nährt. Es geht also nicht um Stimmungen, die kommen und gehen. In der *Frucht des Geistes* wächst vielmehr, tiefer als die Gefühle dies wahrnehmen, das Sein Jesu in uns heran.²⁸ Wie sieht dies aus? „*Die Frucht des Geistes aber ist Liebe, Freude, Friede, Langmut, Freundlichkeit, Güte, Treue, Sanftmut und Enthaltbarkeit*“ (Gal 5,22-23a).

Was dann in uns wächst ist *Liebe* als authentische Zuneigung zum Gegenüber. Wir merken, dass ohne unsere willentliche Anstrengung, uns immer weniger Menschen unsympathisch erscheinen. Das Mitgefühl wächst und wir beginnen, andere immer besser zu verstehen.

Im Wachsen der Frucht der *Freude* erfahren wir eine innere Freude die nicht mehr von den Lebensereignissen und Umständen abhängig ist. Sie ist vergleichbar mit einer Quelle in uns, die durch schmerzliche Erfahrungen wohl getrübt wird, jedoch nicht zum Versiegen gebracht werden kann. Genährt vom Geist Gottes fließt sie in und durch uns und schenkt uns eine tiefe Freude am Sein.

Ähnliches gilt von der Frucht des *Friedens*. Sie schenkt eine innere Geborgenheit, ein tiefes Gehaltensein auch mitten in Konflikten und Lebensstürmen. Der innere Friede bleibt in uns, auch wenn Schweres auf uns zukommt und uns belastet.

Die Frucht des *Langmutes* zeigt sich darin, dass wir bei Schwierigkeiten mit Gelassenheit reagieren können. Wie das Wort Langmut schon sagt, verlieren wir nicht gleich den Mut. Wir können Schwieriges durchstehen, unter unabänderlichen Lasten standhaft bleiben und sie tragen.

Die Frucht der *Freundlichkeit* ist ein von Herzen kommendes Mitgefühl. Wir empfinden echtes Freundsein zu allen Menschen, allen Gruppen, allen Völkern und zur ganzen Schöpfung. Das Freund-Feind-Denken, das Ausgrenzen von Menschen und Gruppen, Konkurrenzempfinden und Schadenfreude, ... sind verblasst.

²⁸ „*Wir alle aber schauen mit enthültem Angesicht die Herrlichkeit des Herrn wie in einem Spiegel und werden so in sein eigenes Bild verwandelt, von Herrlichkeit zu Herrlichkeit, durch den Geist des Herrn*“ (2 Kor 3,18).

Stattdessen lassen wir uns von *Güte* und Wohlwollen allen Menschen gegenüber leiten. Das Herz sehnt sich danach, dass es allen gut geht. Es lässt sich nicht mehr (von eventuell aufkommendem) Neid und Missgunst leiten.

Die Frucht der *Treue* befreit uns aus der Abhängigkeit von Mitmenschen und deren Reaktionen gegenüber wie: Wie du mir – so ich dir! Wir sind auch dann treu und halten das Versprochene zuverlässig ein, wenn es der andere nicht tut. Die Treue hilft uns, beständig zu sein und den als richtig erkannten Weg weiterzugehen, auch wenn wir darin bedrängt werden. Die Frucht der Treue bewirkt Geradlinigkeit und Festigkeit.

Die Frucht des *Sanftmutes* zeigt sich darin, dass wir kein Bedürfnis mehr haben, etwas erzwingen zu wollen. Wir können loslassen und auf jede Form von Machtausübung verzichten, weil wir wissen und darauf vertrauen: Gottes Mühlen mahlen langsam, aber sicher. Er wird letztlich Seine Heilswege durchsetzen.

Die Frucht der *Enthaltbarkeit* zeigt sich in der Fähigkeit mit den Energien, den Trieben in uns, mit unseren Lebensressourcen gut umzugehen. Die *Enthaltbarkeit* ist eine Kraft, die all das Divergierende und in verschiedene Richtungen Drängende in uns eint. Die Gefühlskräfte werden nach und nach in unsere Persönlichkeit integriert und dienen unserer Entfaltung.

Der springende Punkt

All das und noch viel mehr möchte der Geist in mir bewirken. Doch dies geschieht nicht automatisch, denn das neue Leben des Geistes kann sich nach der Wiedergeburt unterschiedlich entwickeln. Es kann wachsen, mein ganzes Leben heiligen und durchstrahlen oder wirkungslos und in sich selbst eingekapselt bleiben.

Dies deshalb, weil Jesus mich ganz frei lässt, auch wenn ich Ihm mein Leben übergeben habe. Er handelt durch Seinen Geist nur mit meinem Willen und Mitwirken. So entscheidet jeder Mensch für sich persönlich, wie sein Weg nun weitergeht.

Ein Bild mag dies verdeutlichen: In der Wiedergeburt empfangen wir den Geist wie einen Samen. Ein Same kann Same bleiben. Er kann aber auch in die Erde gesenkt werden, keimen, spriessen, wachsen, ein Baum werden, welcher Jahr für Jahr Früchte trägt und Tausende neuer Samen entwickelt. Diese ganze Dynamik und Fruchtbarkeit ist im Samen enthalten.

2.3 Die innere Haltung

Meine innere Haltung ist entscheidend für den Wachstumsprozess des Geistes. Je nachdem, wie ich lebe, schreitet dieser Wachstumsprozess in mir voran oder nicht.

Die folgenden beiden Skizzen zeigen zwei mögliche Haltungen des bewussten Lebens mit Jesus auf. Mit den Punkten (Flecken) sind einzelne Lebensbereiche wie Familie, Beruf, Freizeit..., aber auch persönliche Wünsche, Sorgen und Pläne gemeint. In jeder Skizze ist eine Person: Das bin Ich. Und ebenso ist das Kreuz vorhanden. Das steht für Jesus Christus (Gott).

Das Ich entscheidet

Hier ist in der Mitte das Ich, das Ego des Menschen. Ich regiere und bestimme. Ich habe alles in der Hand. Ich mache alles selbst. Ich versuche alles nach meinen Vorstellungen zu gestalten, zu ordnen, eventuell aber auch nach den Erwartungen, die von aussen an mich herangetragen werden. Ich will alles so haben, dass es für mich stimmt.



Ich habe sehr gute Pläne für die Menschen, für die Kirche, für ... und bitte Gott, dass Er diese unterstützt und segnet. In dieser Haltung kann ich Grossartiges leisten für die Menschen (Gesellschaft, Kirche, ...). Doch letztlich dreht es sich im ganzen Engagement immer um das Ich (um das Fleisch). So entscheide ich, welchen Platz ich Gott gebe und wo und wie ich Ihm dienen möchte. Dieses Ich kann auch sehr fromm sein: Ich will viel fasten. Ich will diese Gnaden erwerben. Ich will ...

Doch solange es zuinnerst ums Ich geht, verbinde ich meist tief verborgen im Herzen mit allen grossartigen Diensten eine unausgesprochene Absicht und Erwartung: Ich will in irgendeiner Weise dafür etwas bekommen. Und wenn der Erfolg, das erhoffte Resultat ausbleibt, bin ich frustriert, ... So engagiert und christlich ein solches Leben auch aussieht, die eigentliche Bekehrung des Herzens ist hier noch nicht geschehen. Es ist im tiefsten Sinn keine Nach-Folge, sondern: Ich gehe voraus und sage Jesus, was ich tun will und was Er tun soll. Er soll mir nachfolgen.