



EVANGELISCHE GEMEINDE ALBISRIEDEN

721

ALLES, WAS DU BRAUCHST. FÜR WENIGER, ALS DU DENKST

Philipper 4,1-9

8. Januar 2012

Happy New Year! Es liegt in der Natur des kalendarischen Wechsels, dass man an dieser Schnittstelle bestimmte Vorsätze fasst: Weniger essen, mehr laufen. Weniger arbeiten, mehr Freizeit. Weniger meckern, zufriedener sein.

Eine Tageszeitung schrieb am 1. Januar:

Wir leben in multioptionalen Zeiten, in denen scheinbar jeder wählen kann, was er will. Und wer wählen kann, soll wählen, was er will. Und wer wählen kann, soll wählen, was zufrieden macht. Seines Glückes Schmied sein halt. Die offiziellen Vermesser der Schweiz, vereinigt im Bundesamt für Statistik (Bfs), helfen jetzt dabei. Sie haben erhoben, was Zufriedenheit ausmacht, und zu diesem Zweck 17.000 zufällig ausgewählten Personen folgende Frage gestellt: „Ganz allgemein gefragt – wie zufrieden sind Sie mit Ihrem Leben?“ Die Befragten gaben darauf einen Wert zwischen 0 und 10 an; 0 stand für „nicht zufrieden“, 10 für „vollständig zufrieden“. Entstanden ist eine repräsentative Umfrage. Die Resultate für das Jahr 2010, die seit kurzem vorliegen, zeigen ein eindeutiges Bild: Am zufriedensten sind Menschen, die älter als 65 sind. In dieser Altersgruppe geben mehr als 80 Prozent einen Zufriedenheits-Wert zwischen 8 und 10 an. Das Bundesamt für Statistik wertet das als „sehr zufrieden“.¹

Als ich das las, dachte ich: „Mann, schätze dich glücklich, nur noch 4 Jahre und du wirst statistisch ‚sehr zufrieden‘ sein.“

Just kidding.

Wenn du dich so umhörst, gibt es in einem der reichsten Länder dieser Welt in der Tat genug unzufriedene Leute; Menschen auf Meckermision: Mein Mann ist zu dick, meine Frau ist zu dominant, unsere Teenager machen Stress, mein Boss ist eine Pfeife, mein Studium ist langweilig, Gott hat mich enttäuscht ... ad infinitum.²

¹ NZZ, 1. Januar 2012, S. 11.

² „Der Nörgler wird sogar im Paradies allerlei Fehler finden.“ Henry David Thoreau.

Wer sich stetig über irgendetwas beschwert, offenbart die Architektur seiner Seele. Der konstant Unzufriedene hat oft Entscheidungen getroffen, die ihn in diesen traurigen Zustand versetzen. Jemand hat gesagt: „Du bist nicht, was du denkst du bist, sondern was du denkst, das bist du.“

Da ist was dran.

Am Anfang eines neuen Jahres wollen wir ein Kapitel aus dem Neuen Testament beleuchten, das uns hilft eine gesunde Einstellung zu bewahren. Wenn du eher mit Bedenken an der 2012-Startlinie stehst, können die inspirierten Worte des Paulus an die Philipper eine Hilfe sein.

FEST IM GLAUBEN: Philipper 4,1

Darum, meine lieben Brüder, bleibt fest in eurem Glauben an den Herrn Jesus Christus! Ich habe grosse Sehnsucht nach euch, denn ihr seid meine ganze Freude, die Krönung meiner Arbeit. (Philipper 4,1 Hofa.)

Der Aufruf zur Standfestigkeit nimmt Bezug auf Soldaten, die auf ihrem Posten ausharren auch wenn Feindaktivität droht. Der Imperativ „bleibt fest“ ist ein Begriff den der Apostel Paulus oft verwendet:

- 1. Korinther 15,58: „Haltet unbeirrt am Glauben fest, lasst euch durch nichts abbringen“
- 1. Korinther 16,13: „Seid wachsam! Haltet unbeirrt am Glauben fest!“
- Galater 5,1: „Bleibt standhaft und lasst euch nicht wieder unter das Joch der Sklaverei bringen“
- Epheser 6,14: „Stellt euch entschlossen zum Kampf auf! Bindet den Gürtel der Wahrheit um eure Hüften“
- Philipper 1,27: „Steht einmütig zusammen“
- 2. Thessalonicher 2,12: „Bleibt standhaft und haltet an den Lehren fest, die wir an euch weitergegeben haben“

Wieso die wiederholte Betonung des Standhaftseins? Paulus hatte einen gesunden Respekt für die Strategie des Feindes. Das Ziel des Diabolos ist es, Gottes Herde durcheinander zu bringen und zu entmutigen. Standhaft zu bleiben mag zuweilen langweilig scheinen, aber bedenke, du wirst dich einmal nicht schämen müssen, einfach davon gelaufen zu sein.

FREI VON STREITIGKEITEN: Philipper 4,2-3

Als nächstes befasst sich Paulus mit einem heiklen Problem in der Philipper Gemeinde:

Ich ermahne Evodia, und ich ermahne Syntyche, ihre Unstimmigkeiten beizulegen und sich ganz auf das gemeinsame Ziel auszurichten; sie gehören ja beide dem Herrn. Und dich, meinen treuen Weggefährten, bitte ich, ihnen dabei zu helfen. Schliesslich haben diese beiden Frauen Seite an Seite mit mir für die Sache des Evangeliums gekämpft ... (Philipper 4,2-3a NGÜ.)

Margaret Thatcher, die eiserne Lady, hat einmal gesagt:

„Brauchen Sie jemanden, der Reden hält, nehmen Sie einen Mann. Soll ein Problem gelöst werden, fragen Sie lieber eine Frau.“

Nettes Zitat, einziges Problem: manchmal lösen Frauen keine Probleme, sondern sie schaffen eins.

Jedenfalls war das in Philippi so. Da gab es offenbar 2 führende Frauen, die aneinander geraten waren. Eine der Frauen hiess „Evodia“ was so viel bedeutet wie „Wohlgeruch“. Die andere hiess Syntyche, das bedeutet „glücklich“.

Wir wissen kaum etwas über die beiden und worüber sie sich gestritten haben. Vermutlich hatten sie vor dieser ernsthaften Auseinandersetzung eine leitende Funktion in der Gemeinde. Was immer der Grund war, „Wohlgeruch“ und „glücklich“ konnten sich weder riechen noch waren sie sehr glücklich miteinander.

Der Apostel sagt uns nicht wer von den beiden recht hatte und wer nicht. Er bezieht keine Stellung für die eine oder die andere der streitbaren Damen. Vielmehr ermahnt er sie ihre Differenzen zu bereinigen.

Das ist ein guter Grundsatz. Bei Streitigkeiten lässt sich oft nicht klären wer begonnen hat. Wenn sich beide Parteien festgebissen haben ist meist auf beiden Seiten Grund zur Klage.

Paulus schätzte diese Frauen, sie haben sich an seiner Seite für das Reich Gottes eingesetzt, und haben ihm bei der Gründung der Gemeinde geholfen. Sie hatten für die Sache des Evangeliums „gekämpft.“ Der Begriff „gekämpft“ zeigt, dass beides starke, hart arbeitende und vermutlich rechthaberische Persönlichkeiten waren. Sie hatten ihre eigene Vorstellung was zu tun sei. Es überrascht nicht, dass solche Charakteren miteinander in Konflikt geraten.

Statt über die Ursache des Streits zu debattieren, werden die beiden ermahnt „sich ganz auf das gemeinsame Ziel auszurichten“. Ein weiser Rat: die Frage ist nicht was trennt die beiden, sondern was verbindet sie. Judson Edwards schlägt 5 Regeln vor für gesunde Beziehungen:

1. Mehr Einverständnis zeigen – weniger argumentieren
2. Mehr zuhören – weniger reden
3. Mehr bekennen – weniger anklagen
4. Mehr lachen – weniger jammern
5. Mehr geben – weniger empfangen

Ich möchte dich ermutigen für das neue Jahr: überprüfe den Zustand deiner Beziehungen. Manche Spannungen lassen sich nicht vollständig ausräumen, aber du kannst mindestens den Versuch wagen.

FREUDE AM LEBEN: Philipper 4,4

Die dritte Ermahnung des Apostels scheint einfach und ist doch schwierig in der Umsetzung:

Freut euch, was auch immer geschieht; freut euch darüber, dass ihr mit dem Herrn verbunden seid! Und noch einmal sage ich: Freut euch! (Philipper 4,4 NGÜ.)

Beachte: es ist der einzige Ratschlag der wiederholt wird. Warum wohl? Vermutlich, weil wir das rasch vergessen in den Niederungen des Alltags, da wo wir mit mühsamen Menschen und belastenden Problemen konfrontiert sind.

Wenn Paulus sagt „freut euch“, meint er nicht eine flatterhafte oder leichtfertige Einstellung. Er meint nicht eine fortweg fröhliche Fassade. Er meint nicht ein gebügeltes Gesicht, an dem nichts echt ist. Die „Freude“, von der Paulus spricht, hat wenig zu tun mit äusserlichen Umständen. Das ist wichtig, denn oft sind unsere Umstände alles andere als lustig.

Wo war der Apostel als er diese Zeilen schrieb? Er befand sich in einem römischen Knast, rund um die Uhr angekettet an einen Soldaten. Er erwartete seinen Prozess und wusste nicht wie der ausgehen würde. Das waren kaum fröhliche Lebensumstände, und doch schreibt er an die Philipper „freut euch, was auch immer geschieht.“ Paulus begründet seine innere Freude mit diesen Worten:

„Freut euch darüber, dass ihr mit dem Herrn verbunden seid.“

Die Ursache seiner Freude ist verwurzelt in seiner tiefen Beziehung zu Christus. Hier ist eine ermutigende Hausaufgabe: Mache dir eine Liste mit dem Titel „Gründe zur Freude.“ Spontan ein paar Aspekte, die mir in den Sinn kommen:

1. Ich habe 2011 überstanden
2. Ich bin immer noch am Leben
3. Mir wurde vergeben
4. Meine Familie und die drei Göttibuben
5. Meine Freunde
6. Eine freundliche Gemeinde
7. Engagierte Älteste
8. Genug Geld um meine Rechnungen zu zahlen
9. 2 neue Hemden
10. 3 gute Bücher
11. Christen, die für mich beten
12. Wenn ich sterbe wird alles besser nicht schlechter

FREUNDLICH IM UMGANG: Philipper 4,5

Seid freundlich im Umgang mit allen Menschen; ihr wisst ja, dass das Kommen des Herrn nahe bevorsteht. (Philipper 4,5 NGÜ.)

Kenner der Sprache des Neuen Testaments sagen, dass der Begriff „freundlich“ schwierig zu übersetzen sei. Das Problem ergibt sich aus der Vielzahl der Übersetzungsmöglichkeiten: Geduld, Sanftmut, Nachsicht, Milde sind einige Beispiele dafür. In einer modernen Übertragung heisst es: „Lasst alle wissen, dass ihr den Menschen auf halbem Wege entgegenkommt.“

Eugene Peterson übersetzt so:

Mache es allen, denen du begegnest, so klar wie du nur kannst, dass du auf ihrer Seite stehst, mit ihnen arbeitest und nicht gegen sie. (Philipper 4,5 The Message)

Vor Jahren traf ich den Pastor einer Gemeinde in Dallas zum Lunch. Er war der Seniorhirte einer grossen Herde und ich wollte von ihm wissen, was ihm in all den Jahren seiner Erfahrung wichtig geworden war. Die Antwort ist unvergesslich.

Er sagte:

„Ich scheue mich immer mehr, andere Menschen zu verurteilen. Mir liegt immer mehr daran milde auf die Gefühle anderer zu reagieren.“³

Alles hätte ich erwartet, nur das nicht: „Be easy on the feelings of others.“

³ Don Geiger, Dallas, Tx.

Das trifft ziemlich genau die Ermahnung an die Philipper: Zeige Nachsicht und sei milde, wo immer du kannst.

Bei manchen Menschen ist es einfach sanftmütig zu sein, Paulus aber sagt: „Seid freundlich im Umgang mit *allen* Menschen.“ Und warum sollen wir uns so verhalten? Warum sollen wir Milde walten lassen, auch bei denen, die uns auf den Wecker gehen? Paulus sagt: „Weil das Kommen des Herrn nahe ist.“

Wenn wir an die Wiederkunft Christi denken, und wenn wir bedenken wie kurz das Leben ist, und wie rasch es „Game over“ heisst, dann kann nicht eine strenge Gesetzlichkeit gelten, die Menschen so oft entzweit; dann werden wir vielmehr Menschen milde behandeln, so wie wir hoffen, dass auch Gott liebevoll und gnädig mit uns umgehen wird.

FLEHEND IN ALLEM: Philipper 4,6-7

Macht euch um nichts Sorgen! Wendet euch vielmehr in jeder Lage mit Bitten und Flehen und voll Dankbarkeit an Gott und bringt eure Anliegen vor ihn. Dann wird der Frieden Gottes, der weit über alles Verstehen hinausreicht, über euren Gedanken wachen und euch in eurem Innersten bewahren – euch, die ihr mit Jesus Christus verbunden seid. (Philipper 4,6-7 NGÜ.)

Diese bekannte Bibelstelle beginnt dort, wo wir uns so oft befinden: im Reich unserer Ängste. Der Apostel sagt: „Macht euch um nichts Sorgen!“ Darauf möchte ich antworten: soll das ein Witz sein?

Aber eigentlich ist es guter Rat. Ein Grossteil unserer Besorgnisse ist vergeudete Energie. US-Forscher haben die Ängste näher angeschaut, die Leute umtreiben. Ihre Feststellung: 40% aller Kümernisse treffen nie ein, 30% haben zu tun mit der Vergangenheit, 12% sind unnötige gesundheitliche Befürchtungen, und 10% betreffen unwichtige Themen. Lediglich 8% sind berechtigte Bedenken. Das heisst 92% unserer „Kummerliste“ ist verschwendete emotionale Energie.

An der Schwelle dieses neuen Jahres haben wir alle unsere persönlichen Sorgen, die uns beschäftigen. Das mag finanzieller Druck sein, gesundheitliche Einschränkungen, oder eine wichtige Entscheidung, die zu fällen ist. Das können familiäre Probleme sein, ein Ehekonflikt, eventuell sind es Schwierigkeiten in der Schule oder am Arbeitsplatz.

Wissen wir, wie sich die jeweilige Situation entwickeln wird? Natürlich nicht. Wird unsere sorgenvolle Einstellung über die Zukunft die Ereignisse beeinflussen? Natürlich nicht.

Also, warum sich überhaupt grämen? Die Vergangenheit ist Geschichte, die Zukunft ist noch unbekannt, warum wollen wir die Gegenwart ruinieren, ist es nicht der einzige Moment, den wir haben?

Paulus hat drei Ratschläge für Sorgenspezialisten:

- Bete in jeder Lage
- Bete voll Dankbarkeit
- Bete erwartungsvoll

Da steckt alles drin, was du brauchst - und der Preis ist geringer als du denkst.

Wäre es nicht ein Versuch wert in diesem Jahr das zu einer Priorität zu machen: Bitte Gott in jeder Situation um seine Hilfe, tue es dankbar und tue es zuversichtlich.

FOKUSSIERT AUF POSITIVES: Philipper 4,8-9

Und noch etwas, Geschwister: Richtet eure Gedanken ganz auf Dinge, die wahr und achtenswert, gerecht, rein und unanständig sind und allgemeine Zustimmung verdienen; beschäftigt euch mit dem, was vorbildlich ist und zu Recht gelobt wird. Haltet euch bei allem, was ihr tut, an die Botschaft, die euch verkündet worden ist und die ihr angenommen habt; lebt so, wie ich es euch gesagt und vorgelebt habe. Dann wird der Gott des Friedens mit euch sein. (Philipper 4,8-9 NGÜ.)

Das Philipperkapitel endet mit der Ermahnung gesunde Gedanken zu denken. Hast du gewusst, dass ein durchschnittlicher Mensch an einem durchschnittlichen Tag rund 10.000 unterschiedliche Gedanken denkt? Das sind 3,6 Millionen Gedanken im Jahr. Wenn ein Mensch 75 Jahre alt wird hat er rund 27 Millionen verschiedene – Gedanken verheizt.

Die meisten von uns haben, seit wir heute Morgen aufgestanden sind, bereits mehr als 1000 Gedanken gedacht. Bis wir am Abend abtauchen sind es noch ein paar tausend mehr. Und morgen beginnt das Ganze von neuem.

Die Überlegung des Apostels: lasterhafte Gedanken beginnen immer im Kopf, liebevolle ebenfalls. Paulus sagt „richtet eure Gedanken ganz auf Dinge, die wahr und achtenswert sind“, der Imperativ steht in der Gegenwartsform, das heisst, tue das fortgesetzt, immer wieder. Was wahr, achtenswert, gerecht, rein und unanständig ist, darüber denke nach. Finde was vorbildlich und lobenswert ist, und fokussiere darauf. Mach das und du wirst sehen, der Gott des Friedens wird dich begleiten. Kleiner Aufwand grosse Wirkung.

Seinen Leuten schenkt Gott die Kraft seinen Geboten zu folgen.

Wie? Durch die Erinnerung daran, dass alles Gute in der Person von Jesus Christus verkörpert ist. Alle Tugend, alle Schönheit, alle Heiligkeit, alle Wahrheit, alle Gerechtigkeit finden wir in ihm.

Die Ermutigung ist daher einfach: halte fest an Christus! Denke an ihn! Ruhe in ihm! Lebe in ihm! Wenn er in deiner Seele mehr Raum gewinnt, dann wirst du:

- stabil im Glauben
- bereit zur Versöhnung
- froh für dein Leben
- barmherzig im Umgang
- willig zu beten
- bereit gute Gedanken zu denken

Das Gesetz des Herrn ist vollkommen, es macht glücklich und froh. Auf seine Gebote kann man sich verlassen. sie machen auch den klug, der bisher gedankenlos in den Tag hineinlebte. Die Ordnungen des Herrn sind zuverlässig, sie erfreuen das Herz. Die Befehle des Herrn sind klar; Einsicht gewinnt, wer auf sie achtet. (Psalm 19,8-9 Hofa.)

Fazit
Gott gibt dir alles, was du brauchst.
Halte fest an ihm bei allem, was du dieses Jahr erlebst.

NÄHER RAN

Fest werden im Glauben setzt voraus, dass man etwas weiss über diesen Glauben. Da sind kritische Fragen angebracht. Wir leben in einer Zeit gewaltiger Versuchungen und Verirrungen. Es ist bei weitem nicht alles wahr, was gesagt und gedruckt wird. Wenn du als Suchender unterwegs bist, ein Vorschlag: Wir werden dieses Jahr einen Grundkurs anbieten, der sich kritisch mit den Grundlagen des Glaubens auseinandersetzt. Wäre das etwas für dich? Wenn ja, melde dich bei Hanniel Strebel hanniel@highspeed.ch, er wird dich gerne näher informieren über das Angebot.

Für die Kleingruppe

Philipper 4 ist eine Tankstelle für das neue Jahr. Da steckt alles drin, was du brauchst, für weniger als du denkst. Lies die Verse 1-9 durch und lass sie wirken auf dich. Lies den Abschnitt ein zweites Mal und stell dir ein paar Fragen:

Stabil im Glauben: 4,1

Was beinhaltet das Festhalten an deiner Glaubensüberzeugung? Vgl. 1. Korinther 16,13-14; Kolosser 2,7.

Bereit zur Versöhnung: 4,2-3

Streit untergräbt Gemeinschaft und raubt Freude. Wem grollst du? Bitte Gott um Vergebung für deine gnadenlose Einstellung, und vergib. Vgl. Hebräer 12,14; Jakobus 3,17-18; 1. Petrus 3,8-11.

Freude am Leben: 4,4

Die saure Mine als helvetische Untugend. Take it easy - relax. Es gibt genug Grund zum lachen. Nicht zuletzt über dich selbst. Erstelle die erwähnte Liste mit dem Titel „Gründe zur Freude.“

Barmherzig im Umgang: 4,5

Der gesetzlich Verdrahtete wirkt meist verbissen. Christus jedoch war milde, das geknickte Rohr zerbrach

er nicht. Wie gelingt es nachsichtiger zu werden? Vgl. 2. Korinther 10,1; Epheser 4,2; Titus 3,2.

Willig zu beten: 4,6-7

Gebet entstresst die Seele. Kleiner Aufwand – grosse Wirkung. Mach das Instant-Gebet zur Priorität dieses Jahres. Vgl. Epheser 5,20; 1. Thessalonicher 5,18.

Konzentriert auf gute Gedanken: 4,8-9

Welche das sind, findest du in den Versen 8-9 aufgelistet. Die Beschäftigung mit diesen Themen ist mit einer Verheissung verbunden. Siehe Schlusssatz. ☺

Bleibe ermutigt.