

Selbstbeherrschung

Schriftlesung: 1 Kor 9, 24-27

Wisst ihr nicht, dass die Läufer im Stadion zwar alle laufen, aber dass nur einer den Siegespreis gewinnt? Lauft so, dass ihr ihn gewinnt.

Jeder Wettkämpfer lebt aber völlig enthaltsam; jene tun dies, um einen vergänglichen, wir aber, um einen unvergänglichen Siegeskranz zu gewinnen. Darum laufe ich nicht wie einer, der ziellos läuft, und kämpfe mit der Faust nicht wie einer, der in die Luft schlägt; vielmehr züchtige und unterwerfe ich meinen Leib, damit ich nicht anderen predige und selbst verworfen werde.

Meditation

Scheinbar war es zur Zeit des Apostel Paulus ähnlich wie heute: Spitzensportler müssen anders leben als andere Menschen: Sie verzichten auf Alkohol und genussvolles Essen. Sie quälen sich im Training jeden Tag mehrere Stunden. Alles ordnen sie ihrem Ziel unter: Sie wollen beim nächsten Wettbewerb gewinnen.

Paulus empfiehlt diese Lebensweise auch uns Christen. Wir sollen alles dem großen Ziel des Lebens unterordnen, um so einen „unvergänglichen Siegeskranz“ zu erwerben.

Um zum „Leben in Fülle“(vgl. Joh 10,10) zu kommen, ist es hilfreich, innerlich frei zu werden, von den Dingen, an denen unser Herz hängt. Diese Sachen versperren uns den Blick auf das Ziel unseres Lebens. Manchmal kreist das ganze Denken nur um die materiellen Wünsche: Für die Schulkinder sind es vielleicht die Markenturnschuhe, die man tragen muss, um „in“ zu sein. Für Jugendliche ist es vielleicht das neueste Handy, für Erwachsene zählt nur das schnelle Auto.

Aber ist dies wirklich wichtig? Woran hängt mein Herz wirklich?

Für Paulus ist das klar: Er setzt sich mit ganzer Kraft für die gute Sache, für die Sache Jesu ein. Daher kann er auf Reichtum und Macht getrost verzichten.

Bewusster Verzicht verändert mich. Wenn ich mir nicht immer jeden Wunsch sofort erfülle, dann lerne ich, zufrieden und dankbar zu sein mit dem, was ich habe.

Die Heiligen haben uns das vorgelebt: Denken wir nur an Franz von Assisi. Er hat ganz auf jeden Besitz verzichtet und dadurch wurde er frei und glücklich.

Selbstbeherrschung ist wirklich eine Frucht des Heiligen Geistes. Denn wie sagte Mahatma Gandhi: „Reich wird man erst durch Dinge, die man nicht begehrt.“