

Predigtthesen

„7 Todsünden – 7 Lebensenergien: Die Völlerei“ (von Kai S. Scheunemann, 05.10.2014)

„Alles ist mir erlaubt, aber nicht alles dient zum Guten. Alles ist erlaubt, aber es soll mich nichts gefangen nehmen.“ (1. Kor 10,23)

Ich wurde immer wieder gefragt, warum wir eine Predigtserie über diese Todsünden machen? Ist das nicht wieder typisch Kirche, dass sie ihren Mitgliedern ein schlechtes Gewissen machen will, um sie lammfromm und gefügig zu machen? Zugegeben, die Aussicht auf brave, lammfromme Schafe hat was Reizvolles ... ☺ aber darum geht es uns nicht. Es geht uns um viel, viel mehr! Es geht darum, die Lebensenergie, die hinter den Todsünden brodelt zum Guten einzusetzen – und nicht zum Fluch.

Schon im 4. Jahrhundert hat Evagrius von Pontus diese Todsündenliste aufgestellt, wobei er das Bild vor Augen hatte, dass die Todsünden so etwas wie die sieben Äste eines Baumes sind, auf denen dann die vielen anderen Sünden wie Früchte hängen. Neudeutsch würde man sagen, Evagrius hat die vielen Sünden mal übersichtlich geclustert. Und da man sich heutzutage alles Mögliche unter Sünde vorstellt – von der Sahnetorte bis zur 0190-Nummer – hilft es vielleicht, Sünde noch mal zu definieren. **Sünde ist der Sund, der Graben, der uns von Gott, voneinander und von uns selbst trennt. Sünde ist alles, was Beziehungen zerstört:** meine Beziehung zu Gott, meine Beziehung zu meinen Mitmenschen und – genauso wichtig – auch meine Beziehung zu mir selbst. Sünden sind also keine „Peanuts“, die uns kaum tangieren. Ganz im Gegenteil: Sünde hat die Macht unser Leben zu zerstören, bis zum Tod.

- Wusstet Ihr z.B. dass heute – zum ersten Mal in der Menschheitsgeschichte – genau so viele Menschen unter Überernährung leiden, wie unter Mangelernährung? Während Millionen Menschen darunter leiden, nicht genug zu essen zu haben, kämpfen genau so viele Millionen mit den Auswirkungen von Übergewicht.
- Wusstet Ihr, dass in Deutschland über 70% der Männer und 50% der Frauen übergewichtig sind?
- Und dass Diabetes, Herzkrankheiten und andere Erkrankungen, die auf einen ungesunden Lebensstil zurückzuführen sind, heutzutage weltweit mehr Menschen töten als alle ansteckenden Krankheiten zusammen?

Völlerei ist kein Problem der Menschen des 4. Jahrhunderts. Es ist heute genau so aktuell. Ja, es war noch nie aktueller.

Die spannende Entdeckung, die sowohl in der Psychologie als auch in der Theologie in den letzten Jahren gemacht wurde ist, dass hinter jede dieser „Todsünden“ eine riesige Energie brodelt, die man entweder zum Schlechten (Todsünden) oder zum Guten (Lebensenergie) einsetzen kann.

So brodelt hinter der **Todsünde Wollust**, die Sehnsucht nach Intimität, nach Verschmelzung und sich im anderen zu verlieren – eine lebenswichtige, wunderschöne Energie. Daher stammt das Wort Wollust etymologisch aus dem Wort „Wohl-Lust“ – eine gute, intensive lebensbeglückende Energie. Aber aus Wohl-Lust wird Wollust, wenn wir diese Energie egoistisch nur für unser eigenes Vergnügen missbrauchen. Setzen wir die Energie der „Intimität“ dagegen für andere ein, blüht eine Gemeinschaft auf, weil Menschen mit dieser Energie eine Gemeinschaft inspirieren und Intimität schenken kann. (mehr davon in meinen Predigtthesen vor zwei Wochen)

Letzten Sonntag ging es um die **Todsünde Wut**. Wut ist eine Energie, die sich aufbäumt gegen die Ungerechtigkeit in dieser Welt. Menschen wie Mose, Martin Luther King, Mandela, u.a. haben in der Wut die Energie bekommen, gegen die himmelschreiende Ungerechtigkeit ihrer Zeit vorzugehen. Aber Wut wird zerstörerisch und führt zum Tod, setzt man sie nur für sein eigenes Wohl ein. Antonia fasste ihre Predigt letzte Woche in dem Satz zusammen: „Wir brauchen Wut als Triebkraft die Ungerechtigkeit anklagt. Und wir brauchen Erbarmen/Barmherzigkeit als der Lenker, der unsere Wut in gute Bahnen lenkt die der Gemeinschaft dient“.

Welche Energie liegt hinter Völlerei und wie kann man sie nutzen, um Gemeinschaft zu bauen?

Ein Rabi hat mal folgendes gesagt: „Eines Tages werden wir vor Gott stehen, und dann wird er uns für all die möglichen Vergnügen richten, die er uns zum Genießen gab, die wir aber nicht genossen haben.“ Was eine spannende Vorstellung, oder? Dass Gott uns für unsere Untaten zur Rechenschaft ziehen wird – geschenkt. Aber dass er uns für die Vergnügen richten wird, die wir nicht genossen haben...

Gott will, dass wir leben und das Leben genießen. Jesus sagt „ich bin gekommen, damit Ihr Leben habt, Leben in Fülle“. Er will nichts lieber, als das unser Leben gelingt – und wir alles Schöne genießen, was er geschaffen hat: das zerplatzen der Lindt-Kugel in unserem Mund, der gepflegte Tinta Baroca, der unsere Geschmacksnerven schmeichelt. Der Single Malt Whisky von Slyrs, der warm die Kehle herunter rinnt... Essen ist eine gute Gabe Gottes, und auch die Verbindung zu Genuss hat Gott erfunden. Es war niemals seine Absicht, dass Essen ein rein technischer Vorgang wird – dass man sich mit Nährstoffen füllt, wie man ein Auto mit Benzin betankt. Wer das, was Gott uns gegeben hat, um uns zu erfreuen, nicht genießt, kritisiert damit den Schöpfer und seine gute Schöpfung.

Wann aber wird aus Genuss Völlerei?

1) Wenn wir vom Essen/Genuss abhängig werden und Essen zum Mittelpunkt unseres Universums wird – egal ob als Fastfood-Junky, als Gourmet oder als Gesundheitsfanatiker. Habt Ihr schon mal darüber nachgedacht, was es eigentlich ist, das dem Essen in unserem Leben einen so hohen

Stellenwert gibt? Könnte es sein, das Essen für uns zu einem Ersatz für etwas anderes geworden ist, an dem es uns fehlt? Könnte es sein, das wir ein geistliches Vakuum mit etwas Materiellem zu stopfen versuchen?

2) Genuss wird zur Völlerei, wenn wir ausschließlich auf die Befriedigung unserer eigenen Bedürfnisse fixiert sind, und blind werden gegenüber den Anderen (z.B. den Armen in dieser Welt) und den Auswirkungen unseres Konsums auf die Schöpfung (Massentierhaltung, Urwaldzerstörung für Sojaplantagen).

3) Wenn wir Dankbarkeit aus den Augen verlieren.

Die Völlerei ist zu Recht eine von sieben Todsünden, weil sie uns isoliert, unsere Beziehungen zerstört und uns letztlich in den Tod führt. Uns selbst tötet durch Wohlstands-Krankheiten, die Armen dieser Welt durch die ungerechte Verteilung der Ressourcen, die Schöpfung, durch unsere Konsumentenhaltung.

Was also tun? Es gibt zwei klassische Reaktionen auf Todsünden:

1) Weg der Verdrängung. Wir verwechseln die gute Lebensenergie Genuss mit der Sünde Völlerei und bekämpfen sie mit allen möglichen Diäten. Enthalte Dich! Kämpfe gegen diese Energie in dir! Unterdrücke Deine Lust! Die Sünde besteht darin, zu viel zu essen; die Buße darin, einer strikten Diät zu folgen. Und die Waage wird zeigen, ob die bisherigen Bußübungen ausreichend gewesen sind, oder man noch mehr Buße tun muss. Wer seine 10. Diät hinter sich hat, weiß, dass das nicht funktioniert.

2) Weil man merkt, dass man diese Energie nicht unterdrücken kann gibt man ihr nach, und geht den **Weg des Kompromisses**. Wir leben halt in einer Welt die vom Konsum beherrscht wird. „Ich konsumiere, also bin ich“. Wir wollen essen, was wir wollen, wann wir wollen, wie wir wollen – nur kosten darf es nix. Geiz ist geil. Und so schließen wir unsere Augen vor den verheerenden ökologischen und gesellschaftlichen Konsequenzen und machen Kompromisse über Kompromisse.

Es gibt einen dritten Weg, wie wir mit dieser Todsünde umgehen können.

Hier unterscheiden wir zwischen der guten Lebensenergie, die hinter der Todsünde brodelt – also der Fähigkeit zu genießen, die uns Gott geschenkt hat. Und der Todsünde Völlerei, wo wir den Genuss ausschließlich für uns einsetzen. Wenn wir lernen die Energie des Genießens zu kanalisieren, kann diese Energie zum Segen für uns und für andere werden und tiefe Gemeinschaft schaffen. Es gibt drei Wege, wie wir diese Energie zum Guten kanalisieren können: Balance finden. Fröhlich teilen. Danke sagen.

1) Balance finden zwischen Feiern und Fasten

Beim Genuss geht es darum einen gesunden Rhythmus zwischen Fasten und Feiern zu sorgen. Ein Rhythmus zwischen Fasten und Feiern bedeutet, dass das Pendel zwischen beiden Polen hin und her schwingen darf – manchmal mehr in die eine, dann in die andere Richtung. Es bedeutet keineswegs eine statisch definierte Mittelposition – weder wirkliches Fasten noch wirkliches Feiern. Ausgelassen feiern hilft uns, das Leben in seiner Fülle zu genießen. Fasten hilft uns dabei, dass wir uns von unserem Verlangen nach Genuss nicht beherrschen lassen. Es hilft uns dabei, die Dinge kontrollieren zu lernen, die das Potenzial haben, uns zu kontrollieren.

2) Fröhlich Teilen: geteilter Genuss ist doppelter Genuss!

Feiern ist die ultimative Ausdrucksweise für unsere Energie des Genusses. Die ganze Bibel ist voll von Feiern und Feste. Gott besiegelte seinen Bund mit Israel auf den ersten Seiten der Bibel mit einem gemeinsamen Festmahl. Und am Ende der Zeit wartet ein Festmahl auf uns. Menschen, die die Energie des Genießens haben können diese Energie investieren, um fantastische Feste – und fruchtbare Fastenzeiten – zu organisieren, und so zum Segen werden für eine Gemeinschaft.

Daher noch einmal meine Empfehlung: finde heraus, was Deine Lebensenergie ist! Lies dieses Buch. Mach den Online-Test. Und dann setze Deine Energie zum Wohl der Gemeinschaft ein. Das Buch bekommt Ihr an unserem Büchertisch.

3) Danke sagen: Dankbarkeit als Lebensstil!

Dankbarkeit ist der Schlüssel auf unseren Umgang mit Ernährung. Der Psychologe Martin Seligmann hat herausgefunden, dass Personen, die jeden Tag drei Dinge aufschreiben, für die sie dankbar sind, sich bereits nach drei Wochen deutlich besser fühlen. So einfach ist das.

- Dreimal am Tag DANKE sagen – zum Beispiel durch ein Dankgebet vor jedem Essen.
- Täglich drei Dinge aufschreiben, für die wir dankbar sind.
- Heute, am Erntedankfest Gott noch einmal DANKE zu sagen für alles, was er uns zum Genießen geschenkt hat.

Erkenntnisse der modernen, medizinischen Forschung beweisen, wie gut Dankbarkeit ist. Manchmal ist glücklich werden gar nicht so kompliziert. Probiert es doch einfach mal aus.

Und damit es praktisch wird, möchte ich Euch einladen beim nächsten Lied genau das zu tun: danke sagen für drei Dinge, die Gott uns geschenkt hat, um das Leben zu genießen.

Und die Lebensenergie Gottes, die höher ist als alle menschliche Vernunft, bewahre unsere Herzen und Sinne in Christus Jesus. Amen.