

## Freiheit leben

Hallo zusammen, schön dass du heute wieder mit dabei bist.

*Wie frei bist du?*

In den letzten Wochen und Monaten waren viele Dinge nur eingeschränkt möglich. Aber nun kommen immer mehr dazu.

Wenn wir also in bestimmten Bereichen frei sind: *Wie leben wir diese Freiheit?*

Prinzipiell gibt es zwei Richtungen von Freiheit:

1. Ich bin frei etwas bestimmtes zu lassen.
2. Ich bin frei etwas bestimmtes zu tun.

Dazu gibt es noch jede beliebige Kombination dieser beiden Richtungen, also vom einen weg zu etwas anderem hin.

*Aber wer sagt mir von was ich mich abgrenzen soll und was ich anstreben darf?*

## Die Orientierungshilfe

In der Zeit von Paulus gab es viele Extreme so z.B.:

1. Die einen erklärten jegliche Körperlichkeit zu etwas Schlechtem
2. Andere wollten jede irdische Freude ausleben, egal was es kostet

In einer Diskussion um Eigenwillen und Gesetzlichkeit bringt Paulus dann einen ganz anderen Weg:

Sucht die Orientierung in diesen Fragen nicht in Menschen oder euch selbst.

In Galater 5, 16-23 liest sich das so:

16 Ich will damit nur sagen: **Lasst den Geist Gottes euer Leben bestimmen, dann könnt ihr den Begierden in euch widerstehen.**

17 **Denn die menschliche Natur widerstrebt dem Geist Gottes und der Geist Gottes ebenso der menschlichen Natur. Beide stehen gegeneinander, damit ihr nicht einfach macht, was ihr wollt.**

18 Wenn ihr aber vom Geist geführt werdet, steht ihr nicht mehr unter Gesetz.

19 Was die menschliche Natur erzeugt, ist offensichtlich: sexuelle Unmoral, Unsittlichkeit und Ausschweifung,

20 Götzendienst und Zauberei, Feindseligkeit, Streit und Eifersucht, Zornausbrüche, Intrigen, Zwistigkeiten und Spaltungen,

21 Neidereien, Sauforgien, Fressgelage und ähnliche Dinge. Ich warne euch, wie ich das schon früher getan habe: Wer so lebt, wird in Gottes Reich keinen Platz haben.

22 **Doch die Frucht, die der Geist wachsen lässt, ist: Liebe, Freude, Frieden, Geduld, Freundlichkeit, Güte, Treue,**

23 **Sanftmut und Selbstbeherrschung.** Dagegen hat das Gesetz nichts einzuwenden.

Im ganzen Kapitel geht es um die Freiheit vom Sklavenmarkt der Sünde und des Gesetzes.

Paulus geht davon aus, dass wir Orientierung von aussen brauchen.

Vielleicht wollen wir wegen dem Gesetz oder weil es uns guttut, Begierden und Süchte überwinden. Aber innerhalb einer Gesellschaft, die diese Begierden für erstrebenswert hält, können wir sie schwer lassen.

Wir haben nicht die Freiheit uns von ihnen abzugrenzen.

Ebenso ist es schwer auf etwas Gutes oder Hilfreiches zuzustreben, wenn unser Umfeld scheinbar oder real dieses Gute oder Hilfreiche mit Füßen tritt.

Paulus sagt deshalb: «Lass dich von Gottes Geist leiten!»  
«Suche eine Quelle ausserhalb deiner Wirklichkeit, einen Umweg!»

## Die Umsetzung

In der Suchtbekämpfung kennt man ein Phänomen, das geht ungefähr so:  
Gib einem Süchtigen einen Wert und ein positives Ziel zu dem hin er oder sie ermutigt wird und er oder sie wird schrittweise die Leere füllen, die er oder sie mit der Sucht füllen möchte.

Dieses Vorgehen zeigt, dass wir immer einen Ersatz für ein altes Muster brauchen. Die Frage ist nur wer uns diesen Ersatz gibt und uns ermutigt oder unterstützt dran zu bleiben.

Für Paulus ist klar, dass wir ohne Hilfe von aussen immer wieder in selbstsüchtige Muster fallen. Deshalb braucht es eine Orientierung von aussen in einem neuen Geist, dem Geist Gottes.

Die Leere oder Sehnsucht in uns wird ausgefüllt mit dem, was der Heilige Geist will. So werden wir frei mit alten negativen und selbstzerstörerischen Mustern zu brechen. Je mehr Raum der Heilige Geist einnimmt, desto mehr werden wir frei neue gute, liebevolle und aufbauende Muster zu leben:

**Die Frucht, die der Geist wachsen lässt, ist: Liebe, Freude, Frieden, Geduld, Freundlichkeit, Güte, Treue, Sanftmut und Selbstbeherrschung.**

Frei sein bedeutet also nicht auf sich allein gestellt sein, sondern frei zu sein sich die passende Hilfe zu holen und entsprechend seiner Überzeugungen zu handeln.

Lade den Heiligen Geist ein in deinem Leben mehr Raum einzunehmen, negative Dinge weg zu nehmen und dich auf deinem Weg zu einem Ja zum Guten und zur Liebe zu begleiten.

Bete z.B. so: ***Vater im Himmel, du weisst, dass ich eine bestimmte Gewohnheit habe, von der ich frei werden möchte. Hilf mir durch deinen Heiligen Geist die Freiheit zu finden diese durch eine gute und liebevolle Gewohnheit zu ersetzen. Amen***

Sei konkret und fange an nun die gute Gewohnheit mit dem Geist zu leben und erlebe wie durch diese Freiheit - weg vom Schlechten, hin zum Guten - etwas Neues in dir wächst, nämlich die Frucht des Heiligen Geistes.

In diesem Sinn: Sei gesegnet mit der Freiheit Dinge zu lassen, die dir nicht guttun. Lebe die Freiheit mit der Hilfe des Heiligen Geistes Liebe, Freude, Frieden, Geduld, Freundlichkeit, Güte, Treue, Sanftmut und Selbstbeherrschung wachsen zu lassen.

Bis zum nächsten Mal