

# Süchtig?

Bin ich gefährdet?  
Wie werde ich frei?

Wenn ich nur an Klaus oder Lena denke!

Die hat es böse erwischt.

Was haben sie wohl falsch gemacht?

Aber ich – suchtgefährdet?

Das darf doch nicht wahr sein!

Ich bin doch stark.

Ich passe gut auf mich auf. Oder könnte  
am Ende doch etwas dran sein ...?

# Süchtig?

Bin ich gefährdet?  
Wie werde ich frei?



Beröa

Markus Furrer

## **Süchtig?**

Bin ich gefährdet?  
Wie werde ich frei?

**Markus Furrer**

Beröa-Verlag  
Postfach  
CH-8038 Zürich  
**[www.beroea.ch](http://www.beroea.ch)**

Die Bibel-Zitate sind der überarbeiteten Elberfelder-Übersetzung (Edition CSV, Hückeswagen) entnommen.

3. Auflage 2019

© Beröa-Verlag Zürich

Umschlag: Formid' graphic design, Ollon

Umschlagbild: © iStockphoto.com – fpm

Druck: BasseDruck, Hagen

## Inhalt

Vorwort	5
Suchtgefährdet – doch nicht ich?	7
Wie können wir vor einer Sucht bewahrt werden?	9
Gottes Wort beachten	9
Einen Entschluss fassen	11
Unterscheiden	14
Wann stehen wir in Gefahr?	17
Wie kann es zur Sucht kommen?	23
Gefahrenquelle Internet – ein Beispiel	28
Drei Schritte in die falsche Richtung	31
Aktuelle Gefahren	33
Unser Körper ist gefährdet	34
Geist und Seele sind gefährdet	38
Wie umkehren und frei werden?	41
Grundlegende Umkehr	41
Bei Fehltritt und Sünde	43
Bei einer Gewöhnung	44
Bei einer Sucht	45
Schlussfolgerung	47

## Vorwort

Mit süchtigem Verhalten wurde ich in meinem Leben ganz unvermittelt konfrontiert: Als junger Soldat musste ich mit ansehen, wie sich junge Männer sinnlos betranken. Das hat mich zutiefst erschüttert.

Gleichzeitig durfte ich einen Kameraden kennen lernen, der eben aus seiner Drogensucht befreit worden war. Dieses Miterleben der Befreiung und Bewährung, die er durch den Glauben an Jesus Christus erfahren hatte, freute mich und stärkte meinen Glauben.

Im Lauf meines Lebens haben viele Menschen meinen Weg gekreuzt, bei denen süchtiges Verhalten nicht zu übersehen war. Leider auch Personen, die aufgrund ihrer fachlichen Ausbildung und ihres Alters ein weiseres Verhalten hätten haben müssen. Die Problematik und das Elend, die mit einer Sucht verbunden sind, haben mich zum Nachdenken gebracht. Besonders zu schaffen machte mir, solches in der Familie erleben zu müssen, und nicht zuletzt die ernüchternde Tatsache,

dass ich diese Wurzeln auch bei mir feststellen musste. Das hat bei mir Fragen aufgeworfen! Aber wer kann solche Fragen kompetent beantworten?

Ich danke meinem Herrn und Erlöser, dass Er uns in der Bibel, seinem ewigen Wort, Antworten gibt. Wer wüsste besser, wie es um uns Menschen bestellt ist, als der Schöpfer selbst? Seine Worte sind Worte eines Hirten, der sein eigenes Leben für alle in den Tod gegeben hat, die ihr Versagen zugeben und an Ihn glauben. Er kann Sünden vergeben und uns von unseren Bindungen und Süchten frei machen.

Auf dieses Wort und den Erlöser selbst möchte ich nun hinweisen. Als praktische Hilfe zeigt uns das Wort Gottes Personen auf, die ihr Leben im Glauben geführt haben. Wir werden aufgefordert, auf den Ausgang ihres Lebens zu schauen und ihren Glauben nachzuahmen.

## Suchtgefährdet – doch nicht ich?

Sucht ist nicht nur eine Erscheinung des 21. Jahrhunderts. Gottes Wort redet schon davon und nennt sie Sklaverei (Titus 2,3). Die Pharisäer sagten einmal zum Herrn: «Wir sind nie jemandes Knechte gewesen.» Darauf erwiderte Er ihnen: «Jeder, der die Sünde tut, ist der Sünde Knecht.»

Vielleicht fragst du: Was habe ich damit zu tun? Nun, es macht uns ebenso betroffen wie die Jünger, dass der Herr ihnen beim letzten Abendessen sagen musste: «Einer von euch wird mich überliefern.» Da riefen alle entsetzt – selbst Judas, der im Begriff stand, es zu tun –: «Ich bin es doch nicht, Herr?» (Matthäus 26,21.22).

Der Herr als Herzenskenner macht *uns* in seinem Wort darauf aufmerksam, wie wir durch Gottes Gnade von Gebundenheiten und Süchten bewahrt werden können. Er zeigt uns auch, wann wir besonders gefährdet sind und wie es bei uns so weit kommen kann, dass wir in eine Abhängigkeit geraten.

In seiner Barmherzigkeit hat Er aber auch einen Weg, auf dem wir wiederhergestellt und geheilt werden können.

Wie Er das tut, möchten wir in den folgenden Abschnitten näher erklären.

Jesus spricht:

**Wahrlich, wahrlich, ich sage euch:  
Jeder, der die Sünde tut,  
ist der Sünde Knecht.**

Johannes 8,34

## Wie können wir vor einer Sucht bewahrt werden?

### Gottes Wort beachten

Der einfachste und weiseste Weg ist die Bewahrung (Prävention). Das ist der erste Punkt. Wir gehen durch eine Welt, die für jeden von uns voller Gefahren ist. Da kann uns nur das Wort Gottes bewahren (Psalm 119,9). Wir brauchen den richtigen Maßstab für Gut und Böse. Denn wenn wir anfangen – bewusst oder unbewusst –, uns der Welt anzupassen, weil wir ihr gleichen wollen, sind wir schon abgeglitten.

Paulus fordert uns auf, nicht gleichförmig dieser Welt zu leben, sondern zu prüfen, was der gute, wohlgefällige und vollkommene Wille Gottes ist (Römer 12,2).

**Gebt nun acht, wie ihr sorgfältig wandelt,  
nicht als Unweise, sondern als Weise.**

Epheser 5,15

Wenn wir die Unterweisungen des Wortes Gottes beherzigen, werden wir geistlich wachsen. In praktischer Erfahrung üben wir zu unterscheiden, was gut und was böse ist (Hebräer 5,14).

**Wodurch wird ein Jüngling seinen Pfad  
in Reinheit wandeln?  
Indem er sich bewahrt nach deinem Wort.**

Psalm 119,9

## Einen Entschluss fassen

Der zweite Punkt ist, dass wir eine Entscheidung in unserem Herzen treffen. Daniel nahm sich im babylonischen Exil zuerst in seinem Herzen vor, sich nicht zu verunreinigen. Barnabas ermahnte die Gläubigen, mit Herzentschluss bei dem Herrn zu verharren (Apostelgeschichte 11,23).

**Daniel nahm sich in seinem Herzen vor,  
sich nicht ... zu verunreinigen.**

Daniel 1,8

Wie kann der Herr dein und mein Herz erreichen, damit wir einen solchen Entschluss fassen? Eine Antwort gibt uns Petrus, ein Hirte unter dem Volk Gottes. Er stellt uns dreierlei Arten von Leiden vor, bevor er uns ermahnt:

- Die Leiden des Christus *für* die Sünde: «Es hat ja Christus *einmal* für Sünden gelitten, der Gerechte für die Ungerechten, damit er uns zu Gott führe» (1. Petrus 3,18). Christus wurde geboren, um für unsere Sünden zu sterben: «Er hat unsere Sünden

an seinem Leib auf dem Holz getragen» (1. Petrus 2,24). Gott hat Christus für uns zur Sünde gemacht. Das waren seine sühnenden Leiden. Berührt es dein Herz, dass Er für jede einzelne Tat und für das, was du von Geburt aus bist – ein Sünder –, so schwer hat leiden müssen?

- Christus hat auch *als Mensch* gelitten (1. Petrus 4,1). Als Mensch musste Er den Widerspruch der Sünder ertragen. Zudem wurde Er mit all den schrecklichen Folgen der Sünde konfrontiert. Als der Heilige hatte Er allein das rechte Empfinden dafür, wie schlimm die Sünde in den Augen Gottes ist. Das waren seine Leiden als Mensch. Berührt das dein Herz? Oder hast du kein Empfinden mehr für Sünden und ihre Folgen?
- Petrus erinnert die Gläubigen an ihr früheres Leben. Sie hatten unter den Folgen der Sünde gelitten. Wie viel Leid fügen sich die Menschen durch ihr sündiges Verhalten zu! Wie viele Unglücke sind geschehen, weil jemand – vielleicht nur leicht – angetrunken war! Wie viel Lieblosigkeit, Streit und Zerrüttung entstehen in unnüchternem Zustand! Aber als Glaubende habt ihr damit abgeschlossen, ihr ruht von der Sünde, sagt Petrus.

Wenn wir bewahrt aufgewachsen sind, genügen uns die Beispiele des Wortes und die, die wir täglich um uns sehen, als Warnung. Es ist nicht nötig, diese Erfahrungen an uns selbst zu machen!

**Behüte dein Herz mehr als alles,  
was zu bewahren ist;  
denn von ihm aus sind  
die Ausgänge des Lebens.**

**Sprüche 4,23**

## Unterscheiden

Der dritte Punkt ist, dass wir unterscheiden lernen, in welcher Sache wir *sorgfältig* sein müssen oder was wir *fliehen* müssen.

**Sorgfalt** ist in unserer Lebensführung nötig. Auch in kleinen Dingen wie z. B. Essen und Trinken, Gewohnheiten und Neigungen gilt es, den Herrn Jesus nachzuziehen.

**Flucht** ist in folgenden vier Fällen nicht feige, sondern das einzig Richtige, weil wir sonst fallen. Paulus schreibt:

- **Flieht den Götzendienst** (1. Korinther 10,14). Götzendienst ist alles, was dein und mein Herz mehr beansprucht als den Herrn, sowie unser Eigenwille, den wir über Gottes Willen stellen (1. Samuel 15,23). Auch Habsucht (Gier) ist Götzendienst (Kolosser 3,5).
- **Flieht die Hurerei** (1. Korinther 6,18). Hurerei ist Geschlechtsverkehr vor und neben der Ehe, verharmlosend auch Seitensprung genannt. Aber in Gottes

Augen ist es eine Sünde. Joseph ist ein Beispiel, wie wir uns vor dieser Sünde bewahren können, nämlich durch Flucht (1. Mose 39,7-12).

- **Flieht die Geldliebe** (1. Timotheus 6,10.11). Geldliebe hängt nicht davon ab, ob jemand viel oder wenig Geld hat, sondern ob er darauf vertraut und sein Herz daran bindet (Markus 10,24).
- **Flieht die jugendlichen Begierden** (2. Timotheus 2,22). Damit meint die Bibel das Begehren unseres Herzens nach dem, was uns der Herr nicht geschenkt hat. Sie werden «jugendlich» genannt, weil sie vor allem die Jugend kennzeichnen. Aber – zu unserer Beschämung müssen wir es sagen – sie machen auch uns, «die der Zeit nach Lehrer sein sollten», zu schaffen.

Wenn wir bewahrt werden, haben wir das nicht einem starken Charakter zu verdanken. Paulus schreibt: «Die Gnade Gottes ist erschienen, Heil bringend für alle Menschen, und unterweist uns, damit wir, die Gottlosigkeit und die weltlichen Begierden verleugnend, besonnen und gerecht und gottselig leben in dem jetzigen Zeitlauf» (Titus 2,11.12).

Zum einen haben wir eine Verantwortung, sorgfältig zu wandeln und zum Bösen Nein zu sagen. Zum anderen schenkt uns der Herr seine Gnade. Durch sie haben wir Vergebung unserer Sünden. Sie vermag auch Wunden zu heilen. Zudem unterweist sie uns und schenkt uns Kraft, in unserem täglichen Leben zu bestehen.

**Die Gnade Gottes ist erschienen,  
Heil bringend für alle Menschen,  
und unterweist uns,  
damit wir, die Gottlosigkeit und  
die weltlichen Begierden verleugnend,  
besonnen und gerecht und gottselig leben  
in dem jetzigen Zeitlauf.**

Titus 2,11.12

## Wann stehen wir in Gefahr?

Wir müssen lernen, in welchen Lebenssituationen wir in Gefahr stehen, zu sündigen und mit der Zeit in eine Sucht zu geraten:

- **Wenn uns alles sinnlos scheint**  
Es gibt Momente, in denen wir keinen Sinn im Leben mehr sehen. Dann wählen wir leicht den Weg des geringsten Widerstands. Besser ist es jedoch, uns der Sinnfrage des Lebens zu stellen. Fragen wir unseren Schöpfer! Er will uns ein erfülltes Leben geben.
- **Wenn wir uns ohnmächtig oder als Versager fühlen**  
Anstatt unser Talent zu vergraben und uns einfach gehen zu lassen, sollen wir unsere Fähigkeiten dem Herrn zur Verfügung stellen.
- **Wenn wir zu stehen meinen**  
In 1. Korinther 10 zeichnet Paulus die Geschichte der Israeliten während der Wüstenreise nach. Ihre

Erfahrungen in fünf negativen Beispielen sind für uns eine Warnung zu unserer Ermahnung. Wenn nun jemand denkt, dass diese Versuchungen für ihn kein Problem darstellen, fügt Paulus hinzu: «Daher, wer zu stehen meint, sehe zu, dass er nicht falle» (1. Korinther 10,12).

- **Bei Müßiggang (Herumhängen)**

David, ein sonst treuer Gläubiger, erlag der Versuchung. Er ließ sich gehen, lag bis zum Abend herum, beging Ehebruch und einen Mord. Wie war das möglich? Es fing damit an, dass er seine Regierungsaufgaben vernachlässigte und in den Tag hinein lebte.

- **Auf einem Weg hinab**

Das Verhalten von Juda dient uns als Warnung. Sein Weg ging buchstäblich und sinnbildlich *hinab*. Es war ein Weg vom Herrn weg (1. Mose 38,1). So auch bei Simson, Jona und dem Mann, der von Jerusalem (Stadt des Friedens) nach Jericho (Stadt des Fluches) hinabging. Er fiel unter die Räuber und blieb halbtot liegen. «Da ist ein Weg, der einem Menschen gerade erscheint, aber sein Ende sind Wege des Todes» (Sprüche 14,12). Wir

müssen lernen, einen Weg von Gottes Wort aus zu beurteilen und nicht nach unseren Gedanken oder Gefühlen. Bedenken wir das Ende eines Weges, der hinabführt!

- **Wenn wir Erfolg haben**

Juda ging hinauf zum Schafscheren (1. Mose 38,12). Dies ist bildlich ein Hinaufgehen zum Erfolg. Schafscheren war für ihn, was für uns der Zahntag ist. Da wurde ein Fest gefeiert. Das birgt Gefahren in sich. Denken wir an das Ende Nabals! Er feierte seinen Erfolg, bis er so betrunken war, dass er zehn Tage später an einem Schlaganfall starb (1. Samuel 25).

**Wer zu stehen meint, sehe zu,  
dass er nicht falle.**

1. Korinther 10,12

- **Wenn uns Traurigkeit befällt**

Es heißt, dass Juda nach dem Tod seiner Frau getröstet war (1. Mose 38,12). Der Tod hinterlässt eine gewisse Leere. Das kann uns in Versuchung bringen, die Leere durch Sünde auszufüllen. Wenn wir enttäuscht oder niedergeschlagen sind, hat das dieselbe Wirkung, wie wir sie bei den Jüngern von Emmaus sehen (Lukas 24,17).

- **Bei Abwesenheit von zu Hause**

Juda war nicht zu Hause, als sein Sohn Schela geboren wurde (1. Mose 38,5). Waren ihm seine Geschäfte wichtiger als die Geburt eines Sohnes? Wenn junge Leute vom Elternhaus ausziehen, wird dies eine Erprobung für sie. Bei Verheirateten ist das Alleinsein sowohl für den abwesenden Mann als auch für die Frau, die allein zu Hause ist, eine Versuchung (Sprüche 7,19; 27,8).

- **Freundschaft mit der Welt**

Juda hatte einen Freund, Hira, einen Adullamiter (1. Mose 38,1.12). Was waren das für Gemeinsamkeiten, die ihn mit diesem Mann der Welt verbanden? Lasst uns bedenken: «Die Freundschaft der Welt ist Feindschaft gegen Gott» (Jakobus 4,4).

- **Durch die Lust der Augen**

Juda sah eine Frau, die er für eine Hure hielt (1. Mose 38,15). Schon von Eva wird gesagt: Sie sah, dass die verbotene Frucht begehrenswert wäre. Lot sah die fruchtbaren Ebenen gegen Sodom hin. Simson sah eine Frau und nahm sie entgegen dem Rat seiner Eltern. Eine sündige Tat beginnt oft mit dem Sehen. Aber der Ursprung findet sich in uns selbst, wie uns der nächste Punkt zeigt.

- **Wenn wir durch die eigenen Begierden fortgezogen und gelockt werden**

Die Begierde in uns möchte uns zur Sünde verführen (Jakobus 1,14). Die Bosheit des menschlichen Herzens meint: «Gestohlene Wasser sind süß, und heimliches Brot ist lieblich» (Sprüche 9,17).

**Wenn die Begierde empfangen hat,  
gebiert sie die Sünde;  
die Sünde aber, wenn sie vollendet ist,  
gebiert den Tod.**

Jakobus 1,15

- **Wenn verwegene Menschen uns eine Lüge von Freiheit auftischen**

Das geschieht z. B. wenn sie uns in Songs moderner Musik erzählen, welchen Genuss sie an der Sünde haben. Aus dem 2. Petrus-Brief lernen wir, dass dies stolze und nichtige Reden sind. Sie versprechen anderen Freiheit, selbst aber sind sie Sklaven des Verderbens (2. Petrus 2,18.19).

**Lasst euch nicht verführen:  
Böser Verkehr verdirbt gute Sitten.**

1. Korinther 15,33

## Wie kann es zur Sucht kommen?

Vielleicht denkst du jetzt: Eine Sünde, eine Übertretung ist doch noch keine Sucht. Das ist wahr. Aber es kann sein, dass es der erste Schritt dazu ist.

Petrus zeigt uns in seinem Brief zuerst positive Schritte der Nachfolge in den Fußstapfen von Christus (1. Petrus 2,21-24). Dann aber muss er auch sechs Schritte auf einem falschen Weg aufzeigen:

**Da nun Christus für uns im Fleisch gelitten hat, so wappnet auch ihr euch mit demselben Sinn; denn wer im Fleisch gelitten hat, ruht von der Sünde, um die im Fleisch noch übrige Zeit nicht mehr den Begierden der Menschen, sondern dem Willen Gottes zu leben.**

**Denn die vergangene Zeit ist genug, den Willen der Nationen vollbracht zu haben, indem ihr wandeltet in**

- Ausschweifungen,
- Begierden,

- **Trunkenheit,**
- **Schwelgereien,**
- **Trinkgelagen und**
- **frevelhaften Götzendienereien;**

wobei es sie befremdet,  
dass ihr nicht mehr mitlauft  
zu demselben Treiben der Ausschweifung.

1. Petrus 4,1-4

Der falsche Weg ist der Weg der gottlosen Welt. Als wir ihn gingen, folgten wir unseren eigenen Begierden. Petrus nimmt nicht an, dass diese Dinge bei Gläubigen noch gefunden werden, zeigt uns aber doch die einzelnen Schritte als Warnung auf.

- **Ausschweifung oder Zügellosigkeit**

Die Geschichte des verlorenen Sohnes zeigt uns ein Leben der Ausschweifung. Als er weit weg von zu Hause war, konnte er das ausleben, was er sich zu Hause nicht getraut hätte. Er lebte nach seinem eigenen Willen, ohne den Vater. Das trifft übrigens auch auf den Sohn zu, der zu Hause geblieben war. Auch er wäre gern mit seinen Freunden «fröhlich» gewesen, aber ohne den Vater (Lukas 15).

- **Begierden**

Damit ist sündiges Verlangen, Lust oder Leidenschaft gemeint. Das menschliche Herz begehrt nach etwas, was es nicht hat oder was Gott ihm nicht zugedacht hat. Paulus schreibt von betrügerischen Begierden (Römer 1,24; Epheser 4,22). Wer sich diesen Begierden hingibt, wird betrogen, weil sie nicht das geben, was sie versprechen. Ihr Genuss mag süß sein, der Nachgeschmack aber ist bitter! Die Begierden sind die Ursache des Verderbens in der Welt (2. Petrus 1,4). Zudem sind sie auch schädlich. Sie versenken die Menschen in Verderben und Untergang (1. Timotheus 6,9).

- **Trunkenheit**

Gottes Wort unterscheidet sehr vorsichtig zwischen dem Gebrauch von *ein wenig* Wein und *dem Missbrauch* (1. Timotheus 5,23). Wir werden aufgefordert, uns nicht mit Wein zu berauschen, sondern mit dem Geist erfüllt zu werden. Wie beschämend und schwerwiegend sind schon die Folgen *eines* Fehltritts. Noah, ein geachteter Mann Gottes, hat darin versagt. Das, was geschehen war, konnte er nicht mehr rückgängig machen (1. Mose 9,20.21). Denken wir an das Ende Lots: Er wurde von seinen beiden Töchtern durch übermäßigen Alkohol-

genuss zum Inzest verführt (1. Mose 19,30-38)! Wie beschämend für einen Gläubigen, wenn er als Sklave von vielem Wein bekannt wird!

- **Schwelgereien**

Beim Essen gilt es, das rechte Maß zu halten: Nicht zu viel (Esssucht) und nicht zu wenig (Magersucht). Grundsätzlich gehören Speisen zu den Gaben Gottes, die wir dankbar mit Gottes Wort und Gebet aus seiner Hand annehmen dürfen (1. Timotheus 4,3-5). Sie sind zu unserem Wohl gegeben, aber wir müssen lernen, sie vernünftig zu gebrauchen. Wir möchten doch nicht denen gleichen, deren Ende Verderben, deren Gott der Bauch und deren Ehre in ihrer Schande ist (Philipper 3,19)!

- **Trinkgelagen**

Petrus spricht zweimal von Trunksucht, weil sie wohl sehr verbreitet war. Aber bei Trinkgelagen geht es noch einen Schritt weiter. Da sündigt jemand nicht allein, sondern in Gesellschaft mit anderen. Menschen sündigen eben nicht nur, sondern sie finden auch Gefallen daran, wenn andere das Gleiche tun. Heute sind Massenbesäufnisse in! Das gleiche Prinzip zeigt Paulus in Bezug auf die sexuelle Ausschweifung (Römer 1,32).

- **Frevelhafte Götzendienereien**

Gibt es noch eine Steigerung im Bösestun? Leider ja. Frevelhaft bedeutet, etwas Unerlaubtes bewusst zu tun. Es ist die Verwegenheit, sich über staatliche Gesetze hinwegzusetzen. Götzendienereien sind Dinge, von denen das Herz so gefangen ist, dass man sich nicht mehr scheut, Verbotenes zu tun. Wie konnte Petrus vor fast 2000 Jahren von den heutigen Problemen wissen und davor warnen, obwohl es viele davon noch gar nicht gab?

**Ihr habt, was den früheren Lebenswandel betrifft, den alten Menschen abgelegt, der nach den betrügerischen Begierden verdorben wird, aber ihr werdet erneuert in dem Geist eurer Gesinnung und habt den neuen Menschen angezogen, der nach Gott geschaffen ist in wahrhaftiger Gerechtigkeit und Heiligkeit.**

Epheser 4,22-24

## Gefahrenquelle Internet – ein Beispiel

Am Beispiel des Internets wird sehr deutlich, wie schnell wir uns Götzendienereien hingeben.

Zuerst ist eine sorgfältige Unterscheidung zwischen Gebrauch und Missbrauch nötig. Das Internet ist ein Instrument, das viele brauchen oder bei der Arbeit sogar brauchen müssen. Aber der Missbrauch liegt ganz nahe, allein schon im Verschwenden unserer Zeit (Epheser 5,16). Zudem ist alles, was der Herr nicht mitsehen würde, Sünde.

Die Parallelen zur Trunksucht sind offensichtlich: Missbrauch, Gewöhnung, das Suchen anonymer Gesellschaft, Sucht, Konflikt mit dem Gesetz. Besonders gefährlich ist die Möglichkeit, etwas anonym tun zu können, weil man meint, unerkant zu bleiben.

Dazu nur ein Beispiel: Die kluge Frau von Tekoa, die sich im Auftrag von General Joab verkleidet und verstellt hatte, um den König David zu überlisten, täuschte sich. Sie wurde von David entlarvt (2. Samuel 14,1-20).

Obige Punkte machen deutlich, dass es von einer einmaligen Sünde immer mehrere Schritte sind, die zur Sucht führen. Wir versuchen, diesen Weg in drei Phasen einzuteilen. Dies geschieht nicht, um zu verharmlosen, sondern um zu warnen. Je früher man von einem verkehrten Weg umkehrt, desto besser.

**Das Reich Gottes ist nicht Essen und Trinken, sondern Gerechtigkeit und Friede und Freude im Heiligen Geist.**

Römer 14,17

## Drei Schritte in die falsche Richtung

- **Fehltritt**

Der erste falsche Schritt ist ein Fehltritt. Das ist Sünde. Wenn wir einen Fehltritt verharmlosen und nicht im Selbstgericht verurteilen, gewöhnen wir uns daran. Weitere Fehlritte werden folgen, die uns schließlich zu einem Leben in der Sünde führen. Es gilt, die leicht umstrickende Sünde abzulegen, damit wir uns nicht an die Sünde gewöhnen und von ihr gefesselt werden (Hebräer 12,1).

- **Gewöhnung**

An Alkohol zum Beispiel gewöhnt man sich schneller als man sich das eingesteht. Sobald man mehr nehmen muss, um die Wirkung aufrechtzuerhalten, ist das ein Alarmzeichen.

- **Sucht oder Versklavung**

Dieser Schritt erfolgt nicht bewusst, sondern durch inneren Zwang. Man kann nicht mehr ohne dieses

oder jenes Leben. Man ist körperlich (physisch), seelisch (psychisch) und geistig (mental) abhängig. Ein Süchtiger tut Dinge, die er eigentlich nicht tun möchte, aber tun muss. Zerrüttung, Verfall, Verderben, sogar der Tod können die Folgen sein (2. Petrus 1,4; Jakobus 1,15).

**Da ist ein Weg,  
der einem Menschen gerade erscheint,  
aber sein Ende sind Wege des Todes.**

Sprüche 14,12

## Aktuelle Gefahren

Bevor wir zum letzten Punkt, zur Umkehr und zur Befreiung, kommen, scheint es uns nötig, eine Auflistung von aktuellen Gefahren zu geben.

Eine Liste ist zwar nie vollständig, aber sie soll uns vor Augen führen, dass *jeder* betroffen sein kann. Zudem überlesen wir oft die Begriffe, die das Wort uns gibt, weil wir sie *unserem* Leben nicht zuordnen.

Die Gefahren betreffen sowohl unseren Körper als auch Geist und Seele. Wenn wir zuzuordnen versuchen, ist uns klar, dass Körper, Geist und Seele eng zusammenhängen und die Probleme oft übergreifend sind.

## Unser Körper ist gefährdet

- **Alkohol**

Unterscheidung zwischen Gebrauch und Missbrauch (1. Timotheus 5,23; Titus 2,3; Sprüche 20,1; Habakuk 2,5).

- **Arzneimittel**

Medikamente werden für die Gesundheit gebraucht, können aber auch missbraucht werden. Wer z. B. oft Kopfschmerzen hat und entsprechende Mittel einnimmt, sollte mit seinem Hausarzt darüber sprechen. Wer es nicht tut, läuft Gefahr, abhängig zu werden, bevor er es selbst gemerkt hat.

- **Genussmittel**

Zum Beispiel Nikotin, Haschisch oder andere Drogen sind zur Erhaltung unseres Lebens nicht notwendig, wohl aber höchst suchtgefährdend.

- **Sexualität**

Sie ist eine Gabe Gottes, denn Er hat Mann und Frau geschaffen und sie in der Ehe zu ihrem Wohl miteinander verbunden (Matthäus 19,4.5).

Leider ist unser Fehlverhalten vielfältig. Menschen haben den natürlichen Gebrauch vom Einssein von Mann und Frau verlassen, was Gott nur für die Ehe bereitet hat. Gott hat die Sexualität weder für den Selbst- noch für den Fremdgebrauch gegeben (z. B. Römer 1,26.27).

**Dies ist Gottes Wille: eure Heiligkeit, dass ihr euch der Hurerei enthaltet, dass jeder von euch sein eigenes Gefäß in Heiligkeit und Ehrbarkeit zu besitzen wisse, nicht in Leidenschaft der Lust.**

1. Thessalonicher 4,3-5

- **Nahrungsmittel**

Wir sollen beim Essen, das uns als Gabe Gottes zur Erhaltung unseres Lebens geschenkt ist, das vernünftige Maß finden – nicht zu viel und nicht zu wenig.

**Jedes Geschöpf Gottes ist gut und nichts verwerflich, wenn es mit Danksagung genommen wird; denn es wird geheiligt durch Gottes Wort und durch Gebet.**

1. Timotheus 4,4.5

- **Sich-Ritzen, wenn die Seele schmerzt**

Diese Mode-Erscheinungen sind nicht neu, wurden sie doch schon in der Zeit von Mose und Elia praktiziert. Bei Trauerfällen oder beim Götter-Kult ritzten oder ätzten sich die Menschen (5. Mose 14,1; 1. Könige 18,28).

Was immer Menschen zu diesem Tun treiben mag, Gott nennt es einen Gräuel und warnt uns: «Einschnitte wegen eines Toten sollt ihr an eurem Fleisch nicht machen; und Ätzschrift sollt ihr an euch nicht machen» (3. Mose 19,28).

Weiter bekräftigte Mose diese Warnungen damit: «Ich bin der HERR.» Da stellt sich uns die Frage: Wem will ich gehören? Welchem Herrn will ich folgen?

Weil wir auch durch Neugier in etwas hineingeraten können, sollten wir die Lebensweise der Nationen gar nicht erst kennen lernen! «Hüte dich, dass du dich nicht verstricken lässt, ihnen nachzutun» (5. Mose 12,30).

So spricht der HERR:

**Lernt nicht den Weg der Nationen.**

Jeremia 10,2

**Oder wisst ihr nicht, dass euer Leib der Tempel des Heiligen Geistes ist, der in euch wohnt, den ihr von Gott habt, und dass ihr nicht euer selbst seid? Denn ihr seid um einen Preis erkaufte worden; verherrlicht nun Gott in eurem Leib.**

1. Korinther 6,19.20

Da süchtige Abhängigkeit oft auch mit einer psychischen Erkrankung einhergeht, raten wir, beim Erkennen von Symptomen unbedingt fachliche Hilfe aufzusuchen.

## Geist und Seele sind gefährdet

- **Medien**

Schon unser Herr hat gesagt: «Gebt acht, was ihr hört» (Markus 4,24). Hinzu kommt, was wir alles sehen. Passt auf, was ihr seht und hört! Damit kann man seiner Seele Schaden zufügen (2. Petrus 2,8).

- **Philosophie**

Das bedeutet Weisheitsliebe, was sie für viele harmlos erscheinen lässt. Doch es handelt sich nicht um göttliche Weisheit, sondern um menschliche Denkgäude, die sich über die Erkenntnis Gottes erheben. Es sind Gedanken sündiger Menschen, von denen Gottes Wort sagt, dass ihr Verstand verfälscht ist (2. Korinther 10,4.5; Epheser 4,18).

Was hat ein Christ damit zu tun? – Gar nichts! Freude an Philosophie wird Not und Verderben für die Seele bringen. Wer sich damit einlässt, indem er meint, über der Sache zu stehen, riskiert tatsächlich, als Beute *weggeführt zu werden* (Kolosser 2,8).

- **Geldliebe, Habsucht, Kaufsucht**

Paulus warnt uns davor, weil man sich damit mit vielen Schmerzen durchbohren kann (1. Timotheus 6,6-10). Das Beispiel Bileams zeigt uns einen Menschen, der das Geld mehr liebte als den Willen Gottes. Trotz mehrmaliger Warnung und Verhinderung durch einen Engel Gottes folgte er dem Ruf Balaks, weil er den Wahrsagerlohn unbedingt haben wollte (2. Petrus 2,15). In seinem Brief nennt Judas dies den Irrtum oder Irrwahn Bileams (Judas 11). Kurze Zeit später kam er mit den Gottlosen um.

**Niemand betrüge sich selbst.  
Wenn jemand unter euch meint,  
weise zu sein in diesem Zeitlauf,  
so werde er töricht,  
um weise zu werden.**

1. Korinther 3,18

## Wie umkehren und frei werden?

Wir haben auf die Gefahren des Abweichens hingewiesen. Nun stellt sich die wichtige Frage: Was müssen wir tun, um frei werden zu können?

### Grundlegende Umkehr

So spricht der HERR:

**Kehrt doch um von euren bösen Wegen  
und von euren bösen Handlungen!**

Sacharja 1,4

Leider ist der Mensch nicht so frei, wie er es vorgibt! Jeder ist von Geburt an auf einem Weg, der von Gott wegführt. Wer seinem eigenen Willen folgt, sündigt gegen Gott und macht sich selbst zu einem «Sklassen der Sünde». Das Ende dieses Weges ist für jeden der Tod (Römer 6,14-23). Es braucht manchmal viel, bis ein Mensch dies zugeben will.

Aber wie wird man nun frei? Jesus Christus hat es so erklärt: «Wenn jemand nicht von neuem geboren wird, so kann er das Reich Gottes nicht sehen.» Aber wie wird man von neuem geboren? Durch das Bekenntnis seiner Sünden und den Glauben an Jesus Christus, der für verlorene Menschen gestorben ist (Johannes 3,3.14-16).

**So hat Gott die Welt geliebt,  
dass er seinen eingeborenen Sohn gab,  
damit jeder, der an ihn glaubt,  
nicht verloren gehe,  
sondern ewiges Leben habe.**

Johannes 3,16

**Glaube an den Herrn Jesus,  
und du wirst errettet werden.**

Apostelgeschichte 16,31

## Bei Fehltritt und Sünde

Leider straucheln wir alle oft. Es ist eine Sache, einen Fehltritt zu begehen, aber eine andere, dass wir die Sünde als Sünde erkennen, sie zugeben, sie bekennen und dann auch lassen.

Jakobus schreibt uns: «Säubert die Hände, ihr Sünder, und reinigt die Herzen, ihr Wankelmütigen (oder Doppelherzigen)» (Jakobus 4,8). Paulus fordert uns auf, uns selbst zu prüfen, d. h. Selbstgericht zu üben, bevor wir am Abendmahl des Herrn teilnehmen (1. Korinther 11,27.28).

**Wenn wir unsere Sünden bekennen,  
so ist er treu und gerecht,  
dass er uns die Sünden vergibt  
und uns reinigt von aller Ungerechtigkeit.**

1. Johannes 1,9

## Bei einer Gewöhnung

Wenn wir uns an eine Sache gewöhnt haben, sind wir schon einige Schritte in eine falsche Richtung gegangen. Dann gilt es, einen Weg zurückzugehen.

Das Beispiel vom verlorenen Sohn ist nicht nur lehrreich für jemand, der zum Glauben kommt, sondern auch für einen Gläubigen, der in eine Abhängigkeit geraten ist. Die Reihenfolge ist: zu sich selbst kommen, umkehren, bekennen (Lukas 15,17-21).

Dazu gehört auch, die Sünde zu lassen:

**Wer seine Übertretungen verbirgt,  
wird kein Gelingen haben;  
wer sie aber bekennt und lässt,  
wird Barmherzigkeit erlangen.**

Sprüche 28,13

Wenn wir von einer Sache nicht selbst loskommen, sollten wir Hilfe in Anspruch nehmen. In Galater 6,1 werden geistlich gesinnte Gläubige aufgefordert, einem Menschen, der gefallen ist, beizustehen, damit er wieder zurechtkommt.

## Bei einer Sucht

Wer nach einem Fehltritt nicht Selbstgericht geübt und sich deshalb nach und nach an die Sünde gewöhnt hat, wird nicht so leicht von einem falschen Weg umkehren. Es kann die Gemeindegerechtigkeit (1. Korinther 5,9-13) oder manchmal sogar das Eingreifen des Staats nötig werden (Römer 13,3.4), um einen Menschen zur Einsicht zu bringen.

Wir wiederholen: Einsehen, umkehren, bekennen und lassen sind einzelne Schritte zur Wiederherstellung, wobei unbedingt Hilfe erforderlich ist.

Das Gleichnis vom barmherzigen Samariter ist zu diesem Thema lehrreich: Der Samariter kümmerte sich um den, der unter die Räuber gefallen war, versorgte seine Wunden und brachte ihn zur Herberge, wo für ihn Sorge getragen wurde. Der Überfallene hätte das nicht selbst geschafft (Lukas 10,33-35).

Wer von einer Sucht befreit wird, wird als ein Schwacher durchs Leben gehen müssen. An einem Beispiel erklärt: Ein Alkoholiker wird keinen Gebrauch mehr

von Wein machen können, ohne zu fallen. Etwas, was andere in christlicher Freiheit tun können, ist ihm nicht mehr möglich. Diese anderen sind aber aufgerufen, auf den Schwachen Rücksicht zu nehmen, um ihm nicht einen Anstoß zum Fall zu geben (Römer 15,1).

**Als er ihn sah, wurde er innerlich bewegt;  
und er trat hinzu und verband die Wunden  
und goss Öl und Wein darauf;  
und er setzte ihn auf sein eigenes Tier  
und führte ihn in eine Herberge  
und trug Sorge für ihn.**

Lukas 10,33.34

## Schlussfolgerung

Wenn wir alle diese Gedanken noch einmal bedenken, halten wir fest:

- Gebt acht, wie ihr sorgfältig wandelt!
- Wenn du gesündigt hast, sieh zu, dass du unverzüglich umkehrst, bevor eine Gewöhnung eintritt. Betrüge nicht dich selbst, indem du zwar einen Fehler zugibst, aber keine Konsequenzen ziehst.
- Auf dem Weg zur Sucht sind es viele Schritte. Aber von der Gewöhnung bis zur Sucht ist es oft nur ein Schritt. Deshalb kehre um, bevor du als Beute *überwältigt* und *mit fortgerissen* wirst (2. Petrus 3,17).

Wir legen wohl alle Wert auf die tägliche Pflege unseres Körpers. Das ist gut so, denn er ist der Tempel des Heiligen Geistes. Doch denken wir auch daran, unsere Seele zu pflegen?

Auf unserem Lebensweg, der ein Glaubenslauf ist, werden wir von der Sünde umgeben. Das kann unsere

Seele matt machen (Hebräer 12,3). Wenn wir, anstatt auf den Herrn Jesus zu schauen, etwas begehren, was Er uns nicht zugedacht hat, wird unsere Seele unbefriedigt und leer (Psalm 106,15). Durch die unnötige Beschäftigung mit dem bösen Treiben in der Welt quälen wir unsere gerechten Seelen (2. Petrus 2,8). Deshalb lasst uns unseren Seelendurst bei Gott stillen (Psalm 42,2.3).

Jeder darf sich die Frage stellen:

- Habe ich heute aus der lebendigen Quelle des Wortes Gottes getrunken?
- Habe ich heute in meinem Herzen ein Loblied gesungen (Epheser 5,19)?
- War ich schon im vertrauten Gebet mit dem lebendigen Gott (Psalm 42,9)?

Jesus Christus verspricht jedem, der es für sich beanspruchen will:

**Wenn nun der Sohn euch frei macht,  
werdet ihr wirklich frei sein.**

Johannes 8,36