

---

**Predigtreihe: -.-**

---

**Thema:** Geistliche Fitness

---

**Bibelstellen aus der Predigt**

- 1. Tim 4,7+8 -Predigttext-
  - 2. Tim 2,5 (Mutter und Großmutter von Timotheus)
  - 1. Kor 3,7ff (alle arbeiten „auf dasselbe Ziel hin“ – Gott schenkt das wachsen...)
- 

**Hauptpunkte / Kurzzusammenfassung / Anregungen zum Gespräch**

Anlässlich der Verabschiedung von Elli und Daniel Nguyen soll es um das Thema „Fitness“ gehen. Beide sind sportlich aktiv und das sieht man auch... ☺

Wenn man die beiden näher kennenlernt, dann wird deutlich, dass – mehr als das äußerliche – besonders ihr Charakter diese beiden Menschen auszeichnet: Sie sind geprägt (grie. „charaktér“ = Prägestempel) von Jesus Christus.

Da Daniel und Elli in unserer Gemeinde lange verwurzelt sind, sie gewissermaßen in der FCG aufgewachsen sind und sie jetzt einen neuen Lebensabschnitt in Bayern (EFG Augsburg) beginnen werden, habe ich einen Predigttext ausgewählt, der die Beziehung zwischen Paulus und seinem jungen Freunde Timotheus im Blick hat und das „trainieren“ des „inneren Menschen“ im Blick hat (und damit die „geistliche Fitness“). Vorweg ein Exkurs: Paulus betont im 2. Tim (2,5) den Glauben der Mutter und der Großmutter. Timotheus ist also bereits durch seine Vorfahren gesegnet und somit schon als junger Christ ein Vorbild und bereit mit Paulus auf Missionsreise zu gehen.

**1. Grenze dich ab!**

Paulus betont in V7, dass Timotheus sich von „Ammenmärchen“ und gottlosen Geschwätz fernhalten soll. Stattdessen solle er sich in der „Gottesfurch/Frömmigkeit“ üben. Damit macht er deutlich, was auch im Bereich der körperlichen Fitness von enormer Bedeutung ist: Man muss sich von gewissen Dingen fern halten: Wer fit sein will, kann nicht jeden Burger essen und jede Pizza in sich hineinschaufeln. Im Fall von Timotheus warnt Paulus ihn, dass er nicht sich mit dem „gottlosen Altweibergeschwätz“ (wörtl. Übersetzung) befassen soll. Es bringt nichts, sich damit zu beschäftigen. Daniel z.B. als Fitness-Sportler hat immer wieder seine „Eiweiß-Shakes“ zu sich genommen, die wenig appetitlich aussehen – aber hoch effektiv sind. Andere Nahrungsmittel dagegen hat er gemieden, damit er nicht zu viel Fett ansetzt. Im übertragenen Sinn muss sich der Christ auch von Dingen fernhalten, die seinem „inneren Menschen“ nicht gut tun.

**Fragen:** Was sind Dinge, die deinem Glauben schaden? Wovon musst Du Dich abgrenzen? Was musst Du meiden?

**2. Trainiere richtig!**

Paulus hält Timotheus an, sich in der „Gottesfurcht“ zu üben. Dabei ist es – anders als für die

Griechen der damaligen Zeit – für Paulus ein bewusstes Leben in der Gegenwart Gottes. Die Griechen haben in einer gewissen Distanz zu den Göttern gelebt, da sie oft nicht wirklich berechenbar waren und nur allzu menschliche Züge an sich trugen. Paulus hat den Gott des Alten Testaments vor Augen, der sich besonders in Jesus Christus offenbart hat: In SEINER Gegenwart darf und will er beständig leben und will sich prägen und verändern lassen. Es ist ähnlich wie im Bereich der körperlichen Fitness so, dass es hier um Beständigkeit geht: nicht eine Erfahrung in der Vergangenheit oder eine einmalige geistliche Übung verändern den Charakter, sondern das beständige TUN des Willens Gottes. Jesus ist in die Welt gekommen, damit wir mehr als Sündenvergebung bekommen können: wir bekommen eine neues Leben, d.h. wir können auch den Willen Gottes TUN. Die Veränderung unseres Charakters geschieht durch das TUN – nicht durch eine (einmalige) Handlung. Diese Momente mit Gott (z.B. Geistestaufe, Anbetung) sind wichtig, aber die „geistliche Formung“

**Fragen:** Wie praktizierst Du das Leben in der „Gottesfurcht/Frömmigkeit“? Wo ist dein Charakter derzeit eher von der Vergangenheit geprägt als von Christus? Wie könnt ihr euch im Hauskreis dabei unterstützen/begleiten/helfen, immer mehr in das Bild von Christus verwandelt (geprägt) zu werden?

---

### **Anregungen zur Diskussion/zum Gespräch**

- Das Youtube-Video „Wo ist dein Gott jetzt?“ ist geprägt durch die Frage „Wo bist Du?“ und am Ende wird deutlich, dass die Frage auch uns selbst betrifft: wo sind wir im Leid dieser Welt? Lassen wir uns senden?

---

### **Gebet für...**

- Lage in Nahen Osten – bes. Syrien, Irak
- Nepal
- Freunde, Familie und Bekannte die Jesus noch nicht kennen
- die Gemeinde, die Leitung (GL,BL,HK),
- Ausrichtung der Gemeinde... (Prozess)
- die Kleingruppenteilnehmer
- die Kranken der Gemeinde
- Akki und Alison in Südafrika