

*Römer 13,14 (NKJV):*

*„...sondern zieht den Herrn Jesus Christus an und sorgt nicht für das Fleisch, so dass ihr seinen Begierden nachgebt.“*

Shalom! Der Name unseres Herrn Jesus Christus, des Allmächtigen, sei für immer gepriesen. Ich heiße dich erneut willkommen, gemeinsam über die lebensspendenden Worte unseres Herrn nachzudenken.

Wie die obenstehende Schrift uns lehrt, sollen wir uns nicht auf den Körper konzentrieren. Sich auf den Körper zu fokussieren bedeutet, ihm übermäßige Priorität zu geben, was seine Begierden entfacht. Und wenn die Begierden des Fleisches entzündet sind, werden wir zu ihren Sklaven. Der Körper beginnt, Befriedigung zu verlangen, und ohne diese geraten wir in Schwierigkeiten und Kämpfe.

---

1) SCHLAF (Ein Verlangen des Fleisches)

Der Körper verlangt nach Ruhe, und deshalb kommt es vor, dass

du plötzlich müde wirst – selbst wenn du nicht geplant hast zu schlafen. Schlaf ist ein natürliches Verlangen, das Gott in uns gelegt hat. Doch wir wissen, dass nicht jeder Moment für Schlaf bestimmt ist. Würden wir ständig schlafen, würden wir viele wichtige Aufgaben und Gelegenheiten verpassen.

*Sprüche 20,13 (NKJV):*

*„Liebe nicht den Schlaf, damit du nicht arm wirst; öffne deine Augen, so wirst du genug Brot haben.“*

Dieser Vers betont die Bedeutung des Gleichgewichts. Schlaf ist nötig zur körperlichen Erholung, aber Faulheit oder übermäßiger Schlaf führt zu Armut – sowohl materiell als auch geistlich. Wir werden daran erinnert, gute Verwalter unserer Zeit und Energie zu sein und unsere Pflichten und Verantwortlichkeiten ernst zu nehmen.

In Epheser 5,16 (NKJV) werden wir ermahnt, die Zeit „auszukaufen, denn die Tage sind böse.“

Theologische Einsicht:

Schlaf ist ein Geschenk Gottes, doch wie jedes Geschenk soll es weise genutzt werden. Das Verlangen nach Schlaf ist nicht an sich sündhaft. Wird es jedoch so stark, dass wir unsere Aufgaben und geistlichen Verpflichtungen vernachlässigen, wird es zu einer Form von Götzendienst. Wir sind berufen, zu „wachen und zu beten“ (Matthäus 26,41) – körperlich und geistlich –, damit unser Wunsch nach Komfort uns nicht in geistliche Trägheit führt.

---

2) NAHRUNG (Ein Verlangen des Fleisches)

Ein weiteres starkes Verlangen des Körpers ist der Hunger. Jeder verspürt Hunger und Durst. Essen und Trinken bereitet Freude, doch ohne Selbstbeherrschung kann es zu Übermaß führen – Überessen, Gewichtszunahme oder gesundheitliche Probleme.

*Sprüche 23,20-21 (NKJV):*

*„Geselle dich nicht zu Weinsäufern noch zu solchen, die Fleisch in sich hineinstopfen; denn der Trunkenbold und der Schlemmer verarmen, und Schläfrigkeit kleidet den Mann in Lumpen.“*

Die Bibel warnt klar vor Übermaß beim Essen und Trinken.

Nahrung ist ein Geschenk Gottes

(1. Timotheus 4,4-5 (NIV): „Denn alles, was Gott geschaffen hat, ist gut...“),

doch die Sünde liegt darin, Essen oder Trinken als Flucht oder Trost statt als Nahrung zu missbrauchen.

Theologische Einsicht:

Das Verlangen nach Nahrung ist legitim, doch wir sind zur Mäßigung berufen. Jesus selbst fastete vierzig Tage (Matthäus 4,2), und zeigte damit, dass wir geistlich wachsen können, ohne übermäßigen Genuss.

*1. Korinther 10,31 (NIV):*

*„Ob ihr nun esst oder trinkt oder was immer ihr tut - tut alles zur Ehre Gottes.“*

Unser Umgang mit Nahrung soll Gott ehren und unsere Appetitkontrolle widerspiegeln.

---

3) SEXUELLE UNMORAL (Ein Verlangen des Fleisches)

Auch das sexuelle Verlangen ist eine starke natürliche Kraft, die Gott in jeden Menschen gelegt hat. Aber es muss kontrolliert und am richtigen Ort ausgeübt werden – innerhalb der Ehe.

*Hoheslied 3,5 (NKJV):*

*„...dass ihr die Liebe nicht aufweckt und nicht stört, bis es ihr gefällt.“*

*1. Korinther 7,2-5 (NIV):*

*„...weil aber Unzucht vorkommt, soll jeder Mann seine eigene Frau haben und jede Frau ihren eigenen Mann.“*

Gott schuf sexuelles Begehren als herrlichen Ausdruck der Liebe zwischen Ehemann und Ehefrau. Außerhalb der Ehe jedoch wird dieses Verlangen zur Sünde.

*Hebräer 13,4 (NIV):*

*„Die Ehe soll in Ehren gehalten werden von allen, und das Ehebett unbefleckt...“*

Theologische Einsicht:

Sexuelles Verlangen ist nicht sündig an sich, doch es soll in Heiligkeit und Ehre kontrolliert werden.

*1. Thessalonicher 4,3-5 (NIV):*

*„Denn das ist der Wille Gottes: eure Heiligung; dass ihr euch der Unzucht enthaltet...“*

Jesus warnte in Matthäus 5,28 (NIV), dass schon das begehrlische Anschauen Sünde ist. Darum sollen Christen ihre Körper Gott ehrenvoll darbringen und ihre Begierden zügeln.

---

Wie hören wir auf, den Begierden des Fleisches nachzugeben?

Indem wir uns von Versuchungen distanzieren, die uns in Sünde

führen. Dazu gehört, Gespräche über Lust oder unpassende Unterhaltung mit Freunden zu meiden.

*Epheser 5,3 (NKJV):*

*„Unzucht aber und jede Unreinheit oder Habsucht soll nicht einmal unter euch genannt werden...“*

*Sprüche 26,20 (NIV):*

*„Wo kein Holz ist, erlischt das Feuer...“*

Wenn wir die „Brennstoffe“ für sündige Begierden abschneiden, verlöschen diese mit der Zeit.

*Matthäus 18,8-9 (NIV):*

*„Wenn dich deine Hand oder dein Fuß zur Sünde verleitet, hau sie ab und wirf sie von dir...“*

Auch sollten wir romantische oder unmoralische Filme und Serien meiden.

*Philipper 4,8 (NIV):*

*„...was wahr, edel, gerecht, rein, lieblich, lobenswert ist...  
darüber denkt nach.“*

---

Schlussfolgerung

Der Kampf gegen die Begierden des Fleisches ist kein einmaliger Sieg, sondern ein lebenslanger Prozess der Heiligung. Wir sind berufen, im Geist zu leben, nicht im Fleisch.

*Römer 8,5-6 (NIV):*

*„Denn die, die gemäß dem Fleisch leben, trachten nach dem,  
was dem Fleisch entspricht... aber der vom Geist bestimmte  
Sinn ist Leben und Frieden.“*

Möge der Heilige Geist uns befähigen, diese Begierden zu überwinden und ein heiliges, selbstbeherrschtes Leben zu führen – zur Ehre Gottes in allem.

FOKUSSIERE DICH NICHT AUF DEN KÖRPER UND ENTFLAMME  
NICHT SEINE BEGIERDEN

Gott segne dich.

---

Share on:  
WhatsApp

Print this post