

## Predigt „Reicht deine Geduld?“

am 19. Februar 2017 im „Punkt 11“

Claus Scheffler

### 1.

Einleitung

Als ich in der Grundschule war,  
fanden wir die „Klein-Fritzchen-Witze“ furchtbar lustig:

*Klein Fritzchen ging zum ersten Mal in die Schule.*

*Hinterher fragt die Mutter: „Wie war’s?“*

*Da sagte Klein Fritzchen:*

*„Ganz gut, aber wir haben noch nicht alles geschafft.*

*Ich muss morgen noch mal hin.“*

Geduld ist nicht jedermanns Sache.

Ich z.B. bin oft sehr ungeduldig.

Mir geht vieles viel zu langsam.

Deshalb konnte ich mit dem Thema von heute

zunächst auch nicht so viel anfangen.

„Geduld“ klingt irgendwie langweilig.

Man kann doch nicht ständig abwarten.

Falls Sie zuhause Ihre Wohnung streichen wollen,  
wird es vermutlich nicht helfen,

wenn Sie sich hinsetzen und geduldig abwarten.

Geduld.

Nur die Ruhe.

Nach der ersten Irritation

hat mich dieses Thema dann völlig überrascht.

Und ich glaube, dass es gut sein kann,

***dass Sie heute auch etwas sehr Überraschendes erfahren.***

Ich lerne gerade auf vielfältige Weise, Geduld zu trainieren.

Und ich lerne auch, geduldig zu trainieren.

Das begann auf der letzten Gemeindefreizeit.

Ich glaube,

ich hatte seit 10 Jahren keinen Fußball mehr gespielt.

Aber ich dachte:

*Das verlernt man nicht,*

selbst dann nicht, wenn man es nie richtig gekonnt hat.

Ich spielte also Fußball.

Danach war mein Knie dick,  
und ich fragte mich mit meinem geballten medizinischen  
Sachverstand: *Was ist das denn?*

Im Sommer waren wir dann auf Urlaub,  
und wir konnten baden.

Als Ron und Kim noch Kinder waren

→ Spiel im Wasser: „Turm bauen“

← Kim auf Rons Schultern, beide auf meinen.

Jetzt waren wir alle etwas älter,

Kim war 18, Ron war 20,

und ich war auch etwas älter.

⇒ wir machen das noch mal.

← Kim auf Rons Schultern, *das ging noch.*

← dann tauchte ich, um Ron hochzuheben,  
*und das ging nicht mehr.*

Ich kam nicht hoch.

Mein Bein spielte nicht mit –

und ich fragte mich: *Was ist das denn?*

Zuhause: Arzt, MRT

→ Diagnose: Kreuzbandriss

*Kein Wunder, dass das Turm-bauen nicht ging.*

*Und was soll ich jetzt machen?*

→ Möglichkeit 1: OP (und 6 Monate Krücken)

→ Möglichkeit 2: Muskeln verstärken.

Der Arzt sagte: *Sie brauchen das Kreuzband nicht.*

*Muskeln können das Bein genauso tragen und stabilisieren.*

*Das müssen Sie allerdings regelmäßig trainieren.*

*Dann können sie auch wieder Fußballspielen  
oder Skifahren.*

Ich brauche also **Muskeln**.

Und die muss ich geduldig trainieren.

Und ich lerne: **Geduld ist etwas sehr Aktives.**

**Geduld sieht in die Zukunft.**

## 2.

Bibel

Ich habe bei der Vorbereitung dieser Predigt auch sonst viel gelernt.

Z.B. dieses:

Die Autoren der Bibel kannten sich ganz gut aus mit der Geduld.

Die Bibel kennt sich überhaupt recht gut aus mit uns und unseren Bedürfnissen.

Sie ist natürlich kein Psychologiebuch. Aber sie enthält viele tiefe Wahrheiten über uns Menschen, die sich immer weiter entfalten, wenn man sich damit beschäftigt.

Die Bibel stößt uns auf Wahrheiten und Werte, die für jeden von uns wichtig sein können.

*Das ist eigentlich kein Wunder.*

Denn sie ist von Gott inspiriert, und keiner kennt uns besser als er.

So steht es geschrieben:

*4 Aus dem, was in der Heiligen Schrift vorausgesagt wurde, sollen wir lernen.*

*Sie ermutigt und tröstet uns, damit wir **geduldig** unsere Hoffnung auf ihre Zusagen setzen und daran festhalten.*

*5 Gott aber, der uns immer wieder **Geduld**, neuen Mut und Trost schenkt, helfe euch, einmütig zu sein, so wie es euch Jesus Christus gezeigt hat.*

*(Römer 15, 2-5)*

Ich werde auf diesen Text noch zurück kommen. Zunächst einmal kommt es mir nur auf dieses an:

***Geduld hat etwas mit Hoffnung zu tun.***

***Sie sieht in die Zukunft und erwartet etwas Großes!***

## 3.

Definition und Test

Ich habe nach einer Definition für Geduld gesucht.

Matthias Sutter,

der dazu geforscht und ein Buch geschrieben hat, definiert Geduld so:

*„Jemand ist imstande, dem Impuls zu widerstehen,  
sich sofort etwas Gutes zu tun,  
weil er durch Abwarten  
auf lange Sicht mehr erreichen kann.“*

Geduld ist also, wenn ich abwarten kann.  
Wenn ich nicht sofort alles haben muss.  
Wenn ich auf ein größeres Ziel hinarbeite  
und dafür jetzt verzichte.

***Geduld ist eine bewusste und aktive Entscheidung.***

Das heißt letztlich auch:

***Wer geduldig sein kann, kommt im Leben weiter.***

Das lernt man übrigens grundlegend in der frühesten Kindheit.  
Es gibt einen sehr interessanten Test dazu,  
den so genannten „Marshmallow-Test“

Das ist ein amerikanischer Test mit Süßigkeiten.  
Marshmallows sind sehr amerikanische Süßigkeiten.

In dem Test wurde kleinen Kindern ein Marshmallow  
vor die Nase gestellt.

Und dann sagte man ihnen:

*Du kannst ihn jetzt essen.*

*Oder du wartest, bis ich wiederkomme  
und bekommst einen zweiten,  
wenn der erste dann noch da ist.*

Schauen Sie sich das mal an

Der Marshmallow-Test (0:11 – 1:30 und 2:26 – 3:14 min)

Der Drang ist meistens da, dass man sofort alles haben will.  
Die Kinder, die sich gedulden konnten,  
haben aber das Doppelte bekommen.

Als dieser Test Ende der 1960er Jahre  
zum ersten Mal gemacht wurde,  
hat man dieselben Kinder 14 Jahre später  
noch einmal getestet –  
allerdings mit einem anderen Test.

## 4.

Maria Zwack  
Erkenntnisse

Dabei kam heraus,  
dass die Geduldigen zu selbstbewussteren Schülern  
geworden waren,  
die in der Schule erheblich besser waren  
als die Ungeduldigen.

Inzwischen gibt es viele Untersuchungen zum Thema Geduld.  
Eine Therapeutin aus Deutschland, Maria Zwack,  
hat die Ergebnisse mal zusammen gefasst  
und sie unter dem Titel  
„*Die heilsame Kraft der Geduld*“ veröffentlicht.

Sie schreibt:

***Geduld hilft mir, den richtigen Weg zu finden.  
Sie hilft mir, nichts zu übersehen, was für mich wichtig ist.***  
Einfach dadurch,  
dass man nicht sofort entscheidet,  
sondern sich erst einmal Zeit nimmt,  
um die verschiedenen Möglichkeiten abzuwägen.

***Dadurch eröffnet Geduld häufig Möglichkeiten,  
die man im ersten Moment gar nicht erkannt hat.***

***Geduld hilft auch dabei, zu erkennen,  
was man nicht ändern kann,  
und einen guten Umgang damit zu finden.***

Wenn man von seiner Arbeit genervt ist  
und am liebsten alles hinschmeißen würde,  
dann kann es Sinn machen, genau darüber nachzudenken,  
ob man einen neuen Job finden würde  
und wie der denn bezahlt ist.  
Möglicherweise hat man einen Kredit abzubezahlen.  
Geduld bringt einen da zum Nachdenken.

***Geduld ist eine positive, produktive Kraft.***

Dadurch dass man nicht nur das erste Ziel sieht,  
sondern das, was dahinter steht,  
kann man dieses größere Ziel im Auge behalten.

***Geduld hat nichts mit Trägheit zu tun.***

In Trägheit schleppt sich das Leben so dahin.  
Träge Menschen warten darauf,

dass sich ein Problem von selbst erledigt.

***Geduldige Menschen sehen weiter.***

*Von Helmut Kohl sagte man ja immer,  
er würde Probleme aussitzen.  
War das Trägheit?  
Oder hatte er einfach Geduld?*

***Geduldig sein heißt, eine Perspektive zu haben.***

Der Geduldige verzichtet ganz bewusst darauf,  
sofort das schnelle Ziel zu erreichen.  
Er wählt stattdessen die Geduld,  
um ein größeres Ziel zu erreichen.

*Man kann z.B. die Ausbildung oder ein Studium abbrechen,  
um schnell Geld zu verdienen.  
Oder man macht die Ausbildung zu Ende  
und verdient dann mehr.*

***Den Geduldigen leitet also die begründete Hoffnung  
auf ein größeres Ziel.***

Und damit sind wir dann wieder  
bei dem Bibeltext von vorhin.

Paulus schreibt:

*Die Bibel ermutigt uns, damit wir geduldig unsere  
Hoffnung auf ihre Zusagen setzen und daran festhalten.*

Es steckt eine Verheißung in der Bibel.  
Jesus stellt uns eine Hoffnung vor Augen  
und er sagt: *So wird es kommen!*  
*Ihr seid Kinder Gottes*  
*und ihr könnt schon jetzt spüren,*  
*wie euch das verändert, stärker und größer macht.*

Deshalb fordert Paulus uns auf,  
mutig daran festzuhalten,  
auch wenn das nicht immer leicht ist.  
Und auch, wenn wir nicht sofort  
die erwünschten Ergebnisse sehen.

Und dann noch dies:

### ***Geduld befreit und schafft Vertrauen***

Kennen Sie den Schauspieler Heinz Hoenig?  
Er hat mal erzählt, wie er zunächst in der Rolle,  
die später seinen Durchbruch als Schauspieler bedeutet hat,  
völlig versagte.

Viele waren mit seiner Besetzung für die Rolle nicht  
einverstanden gewesen und fühlten sich jetzt bestätigt.  
Dennoch hielt der Regisseur an seiner Wahl fest.

Hoenig sagt von ihm:

**„Seine Geduld hat mich befreit“.**

In dem Moment, wo alles auf der Kippe stand,  
sorgte die Geduld dafür,  
der er unversehrt blieb  
und nicht unterging in der erlebten Unvollkommenheit.  
Im Gegenteil, es gelang ihm sogar,  
sich zu dem Schauspieler zu steigern,  
den weder er noch andere von ihm erwartet hatten.

Das **Vertrauen**, das ein anderer **begründet** in ihn setzte,  
half ihm zum Vertrauen in sich selbst zurückzufinden.

Und auch der Regisseur war durch seine Geduld  
**erstaunlich frei**.

Er ließ sich nicht beeinflussen von den Meinungen  
und der Kritik der anderen.

***Geduld kann in eine Zukunft investieren,  
die die Ungeduld gar nicht sieht.***

Es sind also **begründete Entscheidungen**,  
die uns geduldig sein lassen.

Deshalb kann man auch sagen:

***Es gibt keine Liebe ohne Geduld.***

Denken Sie mal an die Menschen, die Sie lieben.

Was wäre,

wenn Sie mit ihnen ungeduldig sein würden?

Kann Liebe wachsen ohne Zeit und Geduld?

Sie sehen das Ziel,

das hinter dem nächsten Moment steht.

Sie sehen das Ziel,

dass Sie mit Ihrer Liebe

und zusammen mit den geliebten Menschen erreichen wollen.

Da macht es dann Sinn, *sich in Geduld zu üben*.  
Nicht träge alles zu ertragen,  
sondern einfach weiter zu sehen.  
Denn vielleicht wollen Sie ja  
mit Ihrem Partner oder Ihrer Partnerin alt werden.

## 5.

Geduld und  
Glaube

### ***Geduld ist also ein Wert.***

Das war mir gar nicht klar,  
denn ich bin eigentlich ein ungeduldiger Mensch.

Es macht Sinn, *Geduld zu üben*.

Das gilt auch für den Glauben.

Unser Glaube ist *ohne Geduld* überhaupt nicht denkbar.  
Denn im Allgemeinen *haben* wir nicht einfach Glauben,  
er entsteht nicht auf Knopfdruck.

***Glaube wächst,  
wenn wir ihn geduldig wachsen lassen.***

### ***Geduld ist also auch ein Glaubenswert.***

Sie führt uns zum Glauben.  
Sie hält uns im Glauben.  
Und sie sorgt dafür,  
dass unser Glaube stärker und fester wird.

### ***Geduld ist auch im Glauben eine Entscheidung,***

die auf einer begründeten Hoffnung beruht  
und ein sehr viel größeres Ziel im Blick hat.

Für dieses Ziel müssen wir *geduldig trainieren*,  
damit uns der Glaube dann trägt,  
wenn wir es nötig haben.

Damit sind wir dann wieder beim Thema *Kreuzbandriss*.  
Der Arzt sagte mir,  
dass für mich jetzt **geduldiges Training** angesagt ist,  
um die **Muskeln** um das Knie zu stärken.  
Dann kann ich die **begründete Hoffnung** haben,  
um eine Operation herumzukommen  
und auch wieder Sport treiben zu können.

Mit dem Glauben ist das ähnlich.

***Er ist wie ein Muskel, den wir trainieren können,  
damit er uns trägt.***

Wir trainieren den Glauben,  
auch wenn wir *nicht sofort* einen Gewinn davon haben  
oder ein Ergebnis sehen.  
Manchmal haben wir ja Zweifel,  
manchmal fragen wir uns, ob wir vergeblich beten  
und ob Gott wirklich da ist und uns hört.

Manchmal müssen wir damit leben,  
dass andere mit unserem Glauben nichts anfangen können.

***Gerade dann müssen wir weiter trainieren,***  
denn wir haben ein größeres Ziel vor Augen  
und eine begründete Hoffnung, es zu erreichen.

***Und ähnlich wie ein Muskel wächst der Glaube langsam,***  
wenn wir ihn geduldig und beharrlich trainieren.  
Dann *hilft* der Glaube im Alltag.  
Dann *weiß ich*, dass ich von Gott geliebt bin.  
Dann *spüre* ich das und weiß mich getragen.

Und dann weiß ich irgendwann genau,  
dass es *nichts* gibt,  
was ich *zusammen mit Gott* nicht durchstehen werde.

Deshalb lade ich Sie ein,  
***geduldig Ihren Glauben zu trainieren.***

***Ich weiß, dass es nicht allen von uns leicht fällt,  
geduldig zu sein.***

Die Fähigkeit zur Geduld  
wird in der Kindheit grundgelegt.  
Wenn man erst später erkennt,  
wie wichtig die Geduld auch im Glauben ist,  
ist es sehr viel schwieriger,  
sie zu lernen.

***Aber es ist nicht unmöglich.***

Schauen Sie noch mal auf den Bibeltext von vorhin.

Paulus sagt:

*Gott schenkt uns Geduld, neuen Mut und Trost,  
wenn wir Schwierigkeiten im Glauben haben.*

Gott schenkt uns das.

Ich hatte eben gesagt:

*Geduld ist auch im Glauben eine Entscheidung.*

Und zugleich gilt:

*Gott schenkt uns das.*

Da kommen zwei Dinge zusammen.

*Wir entscheiden uns, Gottes Geschenk anzunehmen.*

*Gott unterstützt uns,  
wenn wir Geduld im Glauben üben wollen.*

Wir haben also

einen ziemlich starken Partner an unserer Seite.

Gott unterstützt uns.

Und manchmal helfen uns auch **die äußeren Umstände**.

Ich komme noch ein letztes Mal auf meinen Kreuzbandriss.

So eine Verletzung ist grundsätzlich erst mal blöd.

Aber *ohne sie* hätte ich nicht begonnen,  
ernsthaft zu trainieren.

Mir fehlte einfach das Ziel vor Augen.

Und jetzt hat das Training

auch noch andere positive Folgen,  
die ich gar nicht mit im Blick hatte.

Denn ich trainiere ja nicht allein den Muskel im rechten  
Knie.

Zu den *äußeren Umständen* kann auch das gehören,  
was ich bei anderen sehe und erlebe.

Wenn es Ihnen z.B. nicht leicht fällt,

mit eigenen Worten zu beten,

dann kann eine *Kleingruppe* sehr helfen,

in der es normal ist,

mit eigenen Worten zu beten.

Manchen *äußeren Umständen* müssen wir uns einfach stellen.

**Andere können wir schaffen.**

Was den Glauben betrifft,  
können Sie Ihr Wissen steigern z.B. durch *Glaubenskurse*,  
Sie können den Glauben vertiefen,  
z.B. durch *Kleingruppen*,  
und Sie können Gott näher kommen,  
z.B. durch *Gottesdienste*.

***Der Glaube ist wie ein Muskel – sie müssen ihn trainieren.***

Paulus sagt,  
dass Gott Sie dabei unterstützt.

Aber es *ist und bleibt Ihre Entscheidung*,  
ob Sie geduldig trainieren  
mit einem großen Ziel vor Augen  
und mit der begründeten Hoffnung, es zu erreichen.

Amen!