

I.

Liebe Gemeinde,

der Predigttext steht im Brief des Paulus an die Gemeinde in Rom im siebten Kapitel:

14 Das Gesetz ist durch Gottes Geist gegeben worden, das wissen wir. Ich aber bin meiner eigenen Natur ausgeliefert; ich bin an die Sünde verkauft und ihr unterworfen.

15 Ich verstehe selbst nicht, warum ich so handle, wie ich handle. Denn ich tue nicht das, was ich tun will; im Gegenteil, ich tue das, was ich verabscheue.

16 Wenn ich aber das, was ich tue, gar nicht tun will, dann gebe ich damit dem Gesetz recht und heiße es gut.

17 Und das bedeutet: Der, der handelt, bin nicht mehr ich, sondern die Sünde, die in mir wohnt.

18 Ich weiß ja, dass in mir, das heißt in meiner eigenen Natur, nichts Gutes wohnt.

Obwohl es mir nicht am Willen fehlt, bringe ich es nicht zustande, das Richtige zu tun.

19 Ich tue nicht das Gute, das ich tun will, sondern das Böse, das ich nicht tun will.

20 Wenn ich aber das, was ich tue, gar nicht tun will, dann handle nicht mehr ich selbst, sondern die Sünde, die in mir wohnt.

21 Ich stelle also folgende Gesetzmäßigkeit bei mir fest: So sehr ich das Richtige tun will – was bei mir zustande kommt, ist das Böse.

22 Zwar stimme ich meiner innersten Überzeugung nach dem Gesetz Gottes mit Freude zu,

23 doch in meinem Handeln sehe ich ein anderes Gesetz am Werk. Es steht im Kampf mit dem Gesetz, dem ich innerlich zustimme, und macht mich zu seinem Gefangenen. Darum stehe ich nun unter dem Gesetz der Sünde, und mein Handeln wird von diesem Gesetz bestimmt.

24 Ich unglückseliger Mensch! Mein ganzes Dasein ist dem Tod verfallen. Wird mich denn niemand aus diesem elenden Zustand befreien?

25 Dank sei Gott durch Jesus Christus, unseren Herrn.

II.

„Als ich 23 war, wurde bei mir eine Depression diagnostiziert – eine Erkrankung, mit der ich, wie anschließend in vielen ärztlichen und therapeutischen Gesprächen festgestellt wurde, schon von frühester Kindheit an zu kämpfen hatte. Sie blieb allerdings den Großteil meines bisherigen Lebens unentdeckt. Wieso weiß keiner so genau. Die Ärzte und Therapeuten, denen ich mich im Laufe der Zeit anvertraut habe, sagen jetzt, dass alles offensichtlich war. Mein »depressiver Werdegang« wird von ihnen als »klassisch« bezeichnet, wobei man mir nie erklärt hat, was das eigentlich bedeutet. »Man hätte es damals schon sehen sollen«, ist alles, was sie zu mir sagen. Das Ding ist nur, dass man Depressionen eben nicht sieht und dass sie alles andere als offensichtlich sind.“

So klingt die Antwort der 28jährigen Bloggerin Jana Seelig auf die häufige Frage „Wie ist es depressiv zu sein?“.

Jana Seelig, hat inzwischen ein Buch über ihr Leben mit der Depression veröffentlicht. Auf twitter startete sie eine Bewegung unter dem hashtag #notjustsad.

Und Seelig tweetet: „Mein Leben ist mehr als okay und ich bin trotzdem depressiv. Nur, weil ich alles habe, was ich brauche, muss es mir nicht gut gehen.“

Und Paulus schreibt über sich: 14[...]*“ Ich aber bin meiner eigenen Natur ausgeliefert; ich bin an die Sünde verkauft und ihr unterworfen.*

15 Ich verstehe selbst nicht, warum ich so handle, wie ich handle. Denn ich tue nicht das, was ich tun will; im Gegenteil, ich tue das, was ich verabscheue.“

Paulus lässt seine Geschwister in Rom wissen: Ich kenne das. Das gehört dazu, das muss man nicht wegreden. Gott nimmt das ernst und Gott nimmt Dich ernst auch dann, wenn die Sonne gerade nicht scheint. Wenn Du morgens einfach nicht aus dem Bett kommst. Das ist manchmal so, und das ist nicht Deine Schuld. Gott kennt das.

Paulus schreibt auch: 16 *Wenn ich aber das, was ich tue, gar nicht tun will, dann gebe ich damit dem Gesetz recht und heiße es gut.*

17 Und das bedeutet: Der, der handelt, bin nicht mehr ich, sondern die Sünde, die in mir wohnt.

18 Ich weiß ja, dass in mir, das heißt in meiner eigenen Natur, nichts Gutes wohnt. Obwohl es mir nicht am Wollen fehlt, bringe ich es nicht zustande, das Richtige zu tun.

Damals und heute sagt Paulus: Ich kenne das von mir selbst. Und Gott kennt das auch. Er nimmt Dich ernst. Wenn du dich zuhause verkriechst, weil schon eine einzige email im Büro heute zu viel wäre. Das ist manchmal so.

III.

Und dann gibt es noch die andere Seite, die auch dazugehört. Der Erfolgsmensch ist so gar nicht untätig. Menschen wollen unbedingt das Gute tun. Wollen und doch Nicht können, noch einmal alles geben und sich das Äußerste abverlangen. Nur zum Besten...

Vor der Arbeit im Büro - Gleitzeit, Arbeitsbeginn um 9h - noch die Kinder fertig machen, die Schlagzeilen der Zeitung überfliegen und mit dem Hund eine Runde drehen. Etwas für den Körper tun, bevor man wieder nur sitzt.

Den Vormittag widmet er sich emsig den 100 emails aus halb Europa und Asien, die Uhren ticken ja nicht überall gleich. Ein Snack zu Mittag und der Drang alles gleichzeitig zu regeln. Für den Abend Opern Karten online buchen im neuen Staatstheater, „Dalibor“ noch nie gehört von diesem Werk, aber die Beziehung braucht auch Pflege. Am Nachmittag Konferenzen, angefüllt mit Tatendrang. Nach Feierabend schnell zurück nachhause zu den schlafenden Kindern. Babysitter, Opernabend, Nachtruhe, in der Früh aufstehen, vor der Arbeit im Büro noch schnell Zeitung lesen...

Manisch, euphorisch, schier grenzenlos scheint die Kraft in Leib und Seele. Aber kann einer so leben? Auch ohne eine Diagnose fordern wir uns so manches ab. Natürlich, weil wir das Gute wollen. Wir jagen ihm nach. Das Gute zu wollen, gehört zu uns. Dass wir es so oft nicht vermögen, vielleicht liegt das schlicht daran, dass wir uns selbst nichts Gutes tun können. Wir lassen uns tragen von Strukturen. Bis sie uns als Zwänge einnehmen. Wie viel vom richtigen Leben haben wir dann noch?

Und Paulus schreibt: *19 Ich tue nicht das Gute, das ich tun will, sondern das Böse, das ich nicht tun will.*

20 Wenn ich aber das, was ich tue, gar nicht tun will, dann handle nicht mehr ich selbst, sondern die Sünde, die in mir wohnt.

21 Ich stelle also folgende Gesetzmäßigkeit bei mir fest: So sehr ich das Richtige tun will – was bei mir zustande kommt, ist das Böse.

Paulus weiß: Das gehört zum Mensch sein. In bester Absicht das Ziel verfehlen. Nicht alles aus Dir selbst herausholen können, was Du so gern hättest. Ich kenne das, sagt er und Gott nimmt das ernst.

IV.

Paulus beschreibt den Widerstreit der Kräfte in uns Menschen fast so wie eine Krankheit. Eine Krankheit ohne, dass irgendwer oder irgendetwas Schuld wären. Es geht nicht darum, ob wir einzelne gute Taten unterlassen haben. Es dreht sich um ein existentielles Nicht-Können des ganzen Menschen. Depression in ihren vielen Gesichtern scheint mir ein mögliches Beispiel dafür. Genauso wie ein ambitionierter „Erfolgsmensch“, der auf seine Art so viel will und es am Ende auch nicht alles kann.

Und wie verlässt einer diese Abwärtsspirale? Durch eine gelungene Therapie, ein einfühlsames Umfeld, das Betroffene nicht stigmatisiert. Hoffentlich gelingt so ein Umgang mit Depressionen in unserer Gesellschaft.

Und Paulus? Der schreibt: *22 Zwar stimme ich meiner innersten Überzeugung nach dem Gesetz Gottes mit Freude zu,*

23 doch in meinem Handeln sehe ich ein anderes Gesetz am Werk. Es steht im Kampf mit dem Gesetz, dem ich innerlich zustimme, und macht mich zu seinem Gefangenen.

Darum stehe ich nun unter dem Gesetz der Sünde, und mein Handeln wird von diesem Gesetz bestimmt.

24 Ich unglückseliger Mensch! Mein ganzes Dasein ist dem Tod verfallen. Wird mich denn niemand aus diesem elenden Zustand befreien?

25 Dank sei Gott durch Jesus Christus, unseren Herrn.

Paulus schreibt nach Rom und Augsburg: Ich kann jetzt nur noch das Unmögliche tun und Gott danken. An diesen Punkt bringt Paulus sein Glaube. Unverhofft scheint Paulus zu diesem Dank zu kommen.

Davor hat er sich doch so ausgelassen über den Widerstreit der Gesetzmäßigkeiten. Ich könnte mir vorstellen, der Apostel dachte hier auch an seine eigene Person. Er ist ein Verkünder, der einnehmend predigt und den sein Körper wohl schon öfter im Stich gelassen hat. Paulus wollte selbst viel für sich und für andere. Den Glauben an Jesus weitergeben, weil ihn dieser Glaube selbst frei gemacht hat. Leben im Geist nennt er das. Im Geist leben, das hat Paulus auch erfahren und dafür ist er dankbar.

Und Paulus sagt uns: Ich kenne das, das Wollen und das doch nicht Können nur zu gut. Und er fügt hinzu: Aber ich glaube an Jesus Christus. Und er kennt mich und euch ganz.

Amen.