

# **Rauchen – ein Tabuthema unter Christen?**

Ist Rauchen eine Sünde?

**Dirk Schürmann**

© SoundWords, online seit: 16.06.2008, aktualisiert: 17.11.2022

© SoundWords 2000–2022. Alle Rechte vorbehalten.

Alle Artikel sind lediglich für den privaten Gebrauch gedacht. Sie können auch ohne Nachfrage privat verteilt werden. Kommerzielle Vervielfältigungen jeder Art sind nicht gestattet. Veröffentlichungen auf anderen Internetseiten sind nur nach Rücksprache möglich.

Immer wieder erreichen uns E-Mails zum Thema „Rauchen“. Auch im sozialen Umfeld werden wir immer wieder mit diesem Thema konfrontiert.

Obwohl wir bereits zwei Artikel zu diesem Thema veröffentlicht haben<sup>1</sup>, möchten wir in diesem Artikel auf vier Aspekte eingehen, die uns besonders wichtig sind und die teilweise vielleicht noch nicht ausreichend berücksichtigt wurden. Alle Leser, die Schwierigkeiten haben, die Schlussfolgerungen in diesem Artikel nachzuvollziehen, sollten unbedingt wenigstens den Artikel „[Warum Rauchen?](#)“ lesen.

## **1. Kontinuierliches Rauchen ist für Christen eine sündige Gebundenheit**

Das klingt selbst für viele Nichtraucher hart. Dennoch müssen wir genau das einmal erkennen. Wer als Christ seinen Körper wider besseres Wissen in einer solchen Abhängigkeit hält (vgl. 1Kor 6,12) und auf Dauer schädigt (vgl. 1Thes 5,23) – das gilt übrigens nicht nur durch Rauchen –, der handelt gegen Gottes Vorsatz für unseren Körper. Der Christ sollte mit seinem Körper, der ein würdiger Tempel für den Heiligen Geist sein sollte (1Kor 6,19), Gott verherrlichen (Röm 12,1).

Vielen fällt es sehr schwer, Rauchen als Sünde zu sehen. Rauchen wird dann oft nicht als Sünde benannt, sondern als „Schwachheit“ kaschiert oder mit anderen Ausdrücken beschönigend umschrieben. Eine Sünde, die immer wieder getan wird, ist sogar noch mehr als eine Sünde – sie ist eine sündige Gebundenheit (Röm 6,20.21). So etwas hindert das Wirken des Heiligen Geistes im Leben des Gläubigen außerordentlich, so wie jede andere Sünde und jede andere sündige Gebundenheit auch. Der Dienst für Gott wird beschwert oder sogar unglaubwürdig. Wer anderen predigt, dass Christus frei machen und Veränderungen bewirken kann, und selbst nicht vom Rauchen loskommt – welchen Wert haben seine Worte noch? Jeder normale Mensch würde sagen: Der soll erst einmal seine eigenen Gebundenheiten in den Griff bekommen.

Wenn es sich um sexuelle Gebundenheit oder um Alkoholismus handelt, dann haben wir keine Mühe, diese Dinge als Sünde zu entlarven. Beim Rauchen sieht es dagegen ganz anders aus. In vielen kirchlichen Kreisen ist Rauchen eigentlich ganz „salonfähig“. Von der Kanzel sagt kaum einer etwas gegen das Rauchen. Das hängt zum Teil mit der Geschichte dieser Kreise zusammen. Die „Väter“ haben schließlich auch geraucht, kann man dann hören. So schrieb uns jemand vor einiger Zeit: „Es ist die persönliche Sache des Einzelnen, ob er raucht oder auch nicht. Kann mich sehr gut daran erinnern, gelesen zu haben, dass alte Brüder (z.B. Bruder Soundso) eine gute Zigarre geschmaucht haben.“ In vielen Köpfen ist es zutiefst verwurzelt, dass Rauchen nicht so schlimm sein könne, weil die „Brüder“ oder die „Väter“ das gemacht haben. Vergessen wir aber nicht, dass die „Alten“ – ganz anders als wir – zu einer Zeit lebten, als man noch nicht so viel über die gesundheitlichen Schäden des Rauchens wusste. Das kann man den „Vätern“ als Entschuldigung zugutehalten. Dennoch bleibt es aber eine Tatsache, dass auch viele unserer „Väter“ an das Rauchen *gebunden* waren, und darum sollten wir uns fragen, ob es nicht notwendig wäre, endlich einmal auch die Sünden der „Väter“ zu bekennen (Klgl 5,7; Dan 9,15; Neh 1,6; Esra 9,5-7).

## 2. Kontinuierliches Rauchen ist oft eine Sünde gegen den Mitmenschen

Natürlich ist nicht jeder, der „mal“ eine Zigarre raucht, gleich süchtig und körperlich abhängig. Vergessen wir aber nicht, dass er zweifellos nicht nur ein schlechtes Vorbild, sondern vielleicht sogar ein Fallstrick für andere Christen ist, die in ihrem Glaubensleben schwach oder vielleicht erst jung bekehrt sind. Vielleicht verführt ein Raucher damit (Röm 14,13.15b) – ungewollt – einen jungen oder schwachen Christen in die Abhängigkeit (Jak 1,15) und wird sich einmal vor Gott dafür verantworten müssen, dass er nicht zum Guten, sondern zum Schlechten ein „Vorbild“ gewesen ist.

Außerdem gefährdet Rauchen nicht nur die eigene Gesundheit, sondern auch die der anderen, die in der Gegenwart eines Rauchers notgedrungen „mitrauchen“ müssen (hier könnten wir z.B. auch an die Gefährdung von Babys im Mutterleib durch rauchende Mütter und Väter denken). Mancher Raucher sagt: Was geht euch meine Gesundheit an?! – Aber geht sie den Nichtraucher wirklich nichts an? Gerade die hohen Krankenkassenkosten kommen nicht zuletzt dadurch zustande, dass durch das Rauchen ein erhöhtes Krebsrisiko besteht und die späteren Behandlungen auch durch die Nichtraucher finanziert werden müssen.<sup>2</sup>

Unsere Gesetzgebung hat insbesondere in der letzten Zeit in Deutschland aufgezeigt, wie sehr Mitmenschen durch Raucher belästigt und sogar gesundheitlich beeinträchtigt werden. Nicht umsonst ist Rauchen in Deutschland jetzt an vielen öffentlichen Plätzen und Orten verboten so wie in vielen anderen Ländern Europas auch. Doch wie viele Christen sind völlig gleichgültig gegenüber dem, was sie ihren nicht rauchenden Ehepartnern oder Kindern zu Hause antun. Das geht so weit, dass solch ein Verhalten sogar eine Ehe gefährden kann.

## 3. Rauchen gefährdet Ehen

Es bleibt fast nicht aus, dass es irgendwann zu größeren Eheproblemen führt, wenn nur ein Partner raucht. Es mag sein, dass es Frauen und Männer gibt, denen es nichts ausmacht, wenn der Ehepartner raucht. Aber die Regel ist das sicher nicht. Wenn zwei Menschen sich ineinander verlieben, dann schaut man schnell über einige Punkte beim anderen hinweg. Ist man erst verheiratet, lernt man sich besser kennen, und es muss sich beweisen, ob die Liebe so groß ist, dass sie wirklich bereit ist, ohne die rauschende Verliebtheit der Anfangsphase alles am anderen zu lieben. Das wird nur in den allerwenigsten Fällen wirklich möglich sein.

Wenn man frisch verliebt ist, dann mag man über das Rauchen des Partners hinwegsehen, aber wenn man dann im Laufe einer Ehe ständig das Gefühl hat, einen „Aschenbecher küssen zu müssen oder von einem Aschenbecher geküsst zu werden“ (Zitat aus einer Zuschrift), dann können diese scheinbaren Kleinigkeiten zu einem riesigen Eheproblem werden. Oftmals wagt der (suchtfreie) Partner nicht, seine Unzufriedenheit auszudrücken und es dem Partner ganz offen und ehrlich zu sagen. Er hat Angst vor dem Kommentar: Aber das hat dich doch noch nie gestört? Das hast du doch immer in Liebe ertragen usw. Warum bist du denn plötzlich so empfindlich?

Es wäre extrem rücksichtslos, wenn der Raucher für diese spezielle Sünde und die Belästigung der Familie Verständnis und Rücksicht vom anderen nicht nur wünscht, sondern sogar einfordern wollte. Ein Ehepartner, der zum Beispiel merkt, dass der andere wirklich versucht, von seiner Sucht frei zu werden, wird keine Mühe haben, ihn dafür zu lieben und ihn zu tragen und ihm immer wieder zu helfen, wenn es einen Rückfall gegeben hat. Aber wer vom anderen verlangt, ihn auch mit seiner Sucht zu lieben, handelt völlig unchristlich, und sollte sich einmal fragen, wie es um seinen Glauben und seine Beziehung zu Gott eigentlich bestellt ist.

In einer E-Mail schrieb uns eine verzweifelte Frau:

Der kleine Mann, der raucht, klagt auch über Geldmangel und zu viel Arbeit. Es ist ein wahrer Teufelskreis, der da entsteht. Die Ehefrau küsst einen, der riecht wie ein Aschenbecher, schläft neben dem, der so riecht, und soll den umarmen, der so riecht, auch wenn er zornig wird, weil sein Verständnis von den Dingen der Welt nicht klappt. Da schwindet die Liebe mehr und mehr. Man bemerkt richtig deutlich die Macht Satans in der Ehe, auch wenn man sich im Glauben mit der Kraft voller Liebe dagegenstemmt. Das nur als Hinweis. Das Rauchen ist schlimmer als nur Sucht und Geldverschwendung, als Verführung der Kinder und kein gutes Zeugnis. Es ist ein Gift, das viel tiefer dringt als bis in die Lunge des Rauchers.

## 4. Hilfe

Wir möchten versuchen, eine Hilfe anzubieten für solche, die dem Rauchen den Kampf ansagen wollen, und zeigen, wie eine Lösung aussehen kann.

Zunächst möchten wir hier betonen, dass es zwischen einem Raucher, der Christ ist, und einem Raucher, der ein Weltmensch ist, einen großen Unterschied gibt. Der Christ, der frei gemacht wurde, um seinen Leib als geistliches Schlachtopfer für Gott anzubieten (Röm 12,2), hat ein weitaus größeres Problem mit dem Rauchen als ein Weltmensch. Der Weltmensch hat es nur mit seiner Gesundheit und ggf. mit seinen Mitmenschen zu tun, die er vergiftet. Der Christ vergiftet nicht nur diese und auch sich selbst, sondern in erster Linie seine Beziehung zu Gott. Und dieses Problem ist viel größer, als nur sich selbst und seine Mitmenschen zu vergiften. Daher sind wir auch zutiefst überzeugt, dass „weniger“ der Gebundenheit nachgeben niemals der Weg für einen Christen ist, davon frei zu werden, sondern dass es für einen Christen nur *einen* Weg gibt, wirklich von einer Gebundenheit frei zu werden. Dieser Weg ist die Buße.<sup>3</sup> (Vergleiche 2. Korinther 7,9.) Ohne Buße geht es nicht.

Welche Etappen dieser Weg hat, wollen wir nun aufzeigen:

1. Der Wille und das Verlangen, das Rauchen aufzugeben, muss vorhanden sein (vgl. Röm 7,19).
2. Rauchen sollte als das bezeichnet werden, was es ist: Sünde und Gebundenheit. Es hilft nichts, Rauchen als Bagatelle abzutun – so wird Heilung nie möglich sein (Ps 32,3.4).
3. Das Nächste ist Beugung und Bekenntnis vor dem Herrn, so lange in der Sünde gelebt zu haben. Das fällt noch schwerer, ist aber genauso nötig (Ps 32,5).

4. Die Sünde des Rauchens sollte vor dem Herrn und auch vor dem Ehepartner und der Familie bekannt werden, denn man hat die Familie in gesundheitliche Gefahr gebracht und war für die Kinder ein schlechtes Vorbild. Es gilt zu bekennen, dass man damit die Ehe auf die Probe gestellt und dem Ehepartner auch emotionales Leid zugefügt sowie das Familieneinkommen nicht in Übereinstimmung mit Gottes Gedanken ausgegeben hat. Als Eheleute sollte man die Freiheit haben, miteinander über jedes Problem zu sprechen. Es sollte zu den grundsätzlichen Verpflichtungen beider Seiten gehören, dass man sich alles sagen kann, ohne vom Ehepartner als lieblos angesehen zu werden. Ebenso muss die Bereitschaft da sein, auch vor den Kindern die eigenen Sünden, die mit den Kindern zu tun haben (wie z.B. beim Rauchen) zu bekennen (Jak 5,16).
5. Man trifft den festen Vorsatz, nie wieder zu rauchen (Spr 28,13)!
6. Alles wegwerfen, was mit dem Rauchen zu tun hat: Feuerzeuge, Zigarettenschachteln, Aschenbecher. Alles meiden, was einen dazu gebracht hat zu rauchen: zum Beispiel Gespräche mit Kollegen, die rauchen (Mt 5,29).
7. Der Gang zum Arzt. Dort das Bekenntnis: Ich bin süchtig. Ich kann mir alleine nicht helfen. Bitte helfen Sie mir (Lk 15,17).
8. Der Gang zum Herrn mit der Bitte: Herr, ich schaffe es nicht, aus eigener Kraft das Rauchen zu lassen, Herr hilf du mir, dass ich nicht mehr rauche und mich von dem Heiligen Geist leiten lasse (vgl. Röm 7,23.24; 8,12-15).

Vielleicht wundert sich der ein oder andere über die Reihenfolge, ganz besonders darüber, dass die Bitte zum Herrn um Hilfe erst als letzter Punkt genannt wird. Wir sind davon überzeugt, dass der letzte Schritt nicht helfen wird, wenn man nur einen der vorherigen Schritte auslöst. Der Herr wird uns erst dann helfen, wenn wir ganz unten sind und nichts mehr vorgeben. Deswegen sind die anderen Schritte alle so unabdingbar. Es ist wie bei unserer Bekehrung zum Herrn: Auch für den verlorenen Sohn gab es erst Hilfe, als er ganz unten angekommen war. Der Vorsatz „Ich werde das Rauchen immer mehr einschränken“ oder „Demnächst höre ich auf“ und alle möglichen Entschuldigungen, die das Ganze relativieren – sie alle verhindern nur eine Heilung.

## **5. Wenn Hilfe abgelehnt wird**

Wir wünschen allen Rauchern unter den Christen, dass sie den oben aufgezeigten Weg gehen wollen.

Leider verdrängen viele dieses Thema. Das ist leider oftmals typisch für Raucher, wie Wissenschaftler jetzt nachgewiesen haben. In einem Artikel auf Spiegel-online<sup>4</sup> heißt es hierzu:

Die Forscher schließen daraus, dass Raucher die Konsequenzen alternativer Handlungen nicht einschätzen und sie daher in ihren Entscheidungen unberücksichtigt lassen. Übertragen auf den Tabak-Konsum bedeutet das: Zündet sich ein Raucher den Glimmstängel an, so wird diese Entscheidung dadurch begünstigt, dass seine Denkprozesse die gesündere Alternative – nämlich gar nicht erst zu rauchen – systematisch ausblenden.

Ein Süchtiger spürt Korrektur vielfach nicht mehr. Der Autor der Sprüche beschreibt dieses Verhalten eines anderen, der sich einem Sucht- bzw. Rauschmittel hingibt<sup>5</sup>, folgendermaßen: „Man hat mich geschlagen, es schmerzte mich nicht; man hat mich geprügelt, ich fühlte es nicht. Wann werde ich aufwachen? Ich will es wieder tun, will ihn nochmals aufsuchen“ (Spr 23,35). Für Christen ist es sehr gefährlich, solch ein Thema, das die Beziehung zu Gott so betrifft, zu verdrängen.

Nebenbei, auch die Mitgeschwister haben hier die Aufgabe, ernstlich auf einen solchen Christen einzugehen, indem sie ihm seine Sünde deutlich machen und ihm auf dem Weg der Heilung helfen. Wenn jemand Buße und Heilung jedoch bewusst ablehnt oder diesem Thema gegenüber trotz Warnung gleichgültig bleibt, muss dieses Thema eine Frage der Gemeindezucht werden – jedenfalls wäre das unseres Erachtens der schriftgemäße Weg.

Es ist hier nicht der Raum, um auf das Thema Gemeindezucht näher einzugehen. Doch möchten wir hier so viel dazu sagen, dass Gemeindezucht bei der persönlichen Seelsorge – also der liebevollen Sorge um eine Seele – beginnt. Bei erfolgloser Behandlung und weiterer Gleichgültigkeit bezüglich des Problems kann ein öffentlicher Tadel (1Tim 5,20) oder eine Bezeichnung<sup>6</sup>, das heißt das öffentliche Abwenden vor allen (2Thes 3,14), und in ganz besonders harten Fällen auch ein Ausschluss aus der Gemeinschaft der Kinder Gottes die Folge sein (insbesondere wenn es sich um einen Vielraucher handelt, der vor der Gemeinde und vor den Kindern raucht, die Gesundheit aller gefährdet, durch sein schlechtes Vorbild andere möglicherweise zur gleichen Sünde verführt und sich nicht einsichtig zeigt, dass Rauchen eine ernste Sünde darstellt).

Wir wissen, dass das für viele Christen und Gemeinden jetzt sehr hart klingen mag, aber wenn man nur einen Moment darüber nachdenkt, dass man für andere Süchte (Alkoholismus, Pornographie usw.) genau diesen Weg beschreiten würde, und wenn man zudem bedenkt, dass, wie oben aufgezeigt, auch die Sucht des Rauchens eine sündige Gebundenheit ist, dann ist Gemeindezucht als Maßnahme sicher nicht zu hart, sondern eine normale und schriftgemäße Vorgehensweise. Das setzt natürlich voraus, dass in der Gemeinde selbst über diesen Punkt Klarheit besteht. Wenn insbesondere die hauptverantwortlichen Brüder in diesem Punkt nicht klarsehen, sind hier die ersten Gespräche notwendig, um eine grundsätzliche Veränderung des Denkens herbeizuführen.

## **6. Zur Ehre Gottes leben**

Selbst wenn ein Leser das Rauchen als „nicht so schlimm“ empfindet, wie wir das hier in unserem Artikel tun – dürfen wir uns als Kinder Gottes Dinge „leisten“, von denen wir wissen, dass sie nicht gut sind, bloß weil wir sie für „nicht so schlimm“ halten? Als Kinder Gottes sollten wir unser Leben zur Ehre Gottes leben wollen, das heißt, all unsere Worte und unser Tun sollten zu seiner Ehre sein: „Ob ihr nun esst oder trinkt oder irgendetwas tut, tut alles zur Ehre Gottes“ (1Kor 10,31). Können wir wirklich sagen, dass wir zu Gottes Ehre rauchen? Und können wir es uns leisten, im Hinblick auf seine baldige Wiederkunft schwache Zeugen und schlechte Vorbilder für unsere Mitgeschwister und die Menschen in der Welt zu sein? Sollten nicht auch wir sagen können: „Deshalb beeifern wir uns auch, ... ihm [unserem Herrn] wohlgefällig zu sein“ (2Kor 5,9)? Sollten wir nicht vielmehr „verwandelt werden durch die

Erneuerung des Sinnes, dass wir prüfen möchten, was der gute und wohlgefällige und vollkommene Wille Gottes ist“ (Röm 12,2)?

## **Anmerkungen**

[1] „[Warum rauchen?](#)“; „[Ist Rauchen ein vernachlässigbares Thema?](#)“.

[2] Das gilt natürlich nicht nur für das Rauchen.

[3] Grundsätzlich ist dieser Weg übrigens auf viele andere Gebundenheiten genauso anzuwenden.

[4] „Raucherhirne verdrängen Alternativen“ auf: <http://www.spiegel.de/wissenschaft/mensch/0,1518,538932,00.html>.

[5] Trunkenheit.

[6] „[Was ist Bezeichnung?](#)“; „[Die Bezeichnung eines Gläubigen](#)“.