

## Predigt über Epheser 2,10 – Leben ohne Krampf

**Wir sind Gottes Schöpfung. Er hat uns in Christus Jesus neu geschaffen, damit wir zu guten Taten fähig sind, wie er es für unser Leben schon immer vorgesehen hat.**

Wir wollen doch sicherlich alle ein anständiges Leben führen? Oder? Ich nehme an, dass wir alle, die wir hier sind, als anständige Christen leben wollen. Oder? Sicherlich wollen wir das und was machen wir? Wir strengen uns an, das Gute zu tun. Wir geben uns Mühe, nach den Willen Gottes zu leben. Wir strampeln uns ab, um ja so manche Leistungen zu vollbringen.

In unserem Kopf haben wir eine imaginäre Liste mit erlaubten und verbotenen Dinge aufgestellt. Unsere Gedanken sind darauf fixiert: Ich sollte, ich müsste ... Das muss ich tun und jenes darf ich nicht tun. Unsere Gedanken kreisen nur noch um dieses „Müssen“ und „Sollen“. Solch eine Einstellung macht den Menschen unfrei, knechtet ihn. Zwanghafte Gedanken beherrschen ihn: Das darf ich! Jenes darf ich nicht! Bei jeder Kleinigkeit fragt er sich: Darf ich das überhaupt?

Unter Christen ist das Leistungsdenken weit verbreitet. Da werden unerreichbare Forderungen an sich selbst gestellt:

- Ich sollte mehr beten und intensiver in der Bibel lesen.
- Ich sollte gründlicher mit Gottes Wort arbeiten.
- Ich sollte intensiver in der Gemeinde mitarbeiten.
- Ich müsste schon um vier Uhr morgens aufstehen, um allen Forderungen gerecht zu werden.
- Ich müsste mehr Zeit, mehr Geld und mehr Energie für Gottes Reich opfern.
- Und und und

Sicher ist das alles gut und richtig, aber wenn dahinter das zwanghafte Denken steht: Ich müsste ..., ich sollte ..., dann führt das zu einem unfreien Leben. Hinter solchem Verhalten steckt das falsche Denken und der irrige Glaube: Wenn ich alle „Sollte-Forderungen“ und „Müsste-Aufgaben“ erledigen würde, hätte Gott Gefallen an mir.

Wer so denkt, der hängt geistlich ständig in der Luft. Also strengt er sich noch mehr an, betet noch intensiver und fordert noch mehr von sich. Das Ergebnis sind ständige Versagenserlebnisse und selbst produzierte Minderwertigkeitsgefühle.

Leistungsgesellschaften produzieren auch Leistungschristen. Das Leistungsdenken hat die Kirche häufig missverstanden. Große Leistungen werden mit Frucht verwechselt. Fleiß, Können, Einsatz und Opferbereitschaft werden als Tugenden gerühmt und rundherum hoch eingeschätzt. Viele Christen, die bis zum Burnout arbeiten, verstehen es glaubhaft, ihre Arbeit und ihren totalen Einsatz als „Dienst für den Herrn“ zu etikettieren.<sup>1</sup>

Bei den Schwestern Martha und Maria wird das deutlich. Während Maria die Freiheit hatte, Jesus einfach nur zuzuhören, fiel ihre Schwester Martha in rege Geschäftigkeit. Und gerade diese Geschäftigkeit hat Jesus gerügt. Manche Christen gleichen dieser Martha. Martha-Christen sind häufig Menschen, die in erster Linie im Dienen, im Einsatz für andere ihr Tatenchristentum leben. Ihre „guten Werke“ geben ihnen das Gefühl, bei Gott besonders hoch im Kurs zu stehen. Und die Folge: Sie zehren sich auf und zerbrechen an der Last, die sie sich selbst auferlegt haben.

Bringt das überhaupt etwas, wenn wir versuchen, aus eigener Anstrengung, nach dem Willen Gottes leben zu wollen? Wir bieten alle unsere Kraft auf und machen doch die Erfahrung, dass wir jämmerlich versagen. Wir können eben aus eigener Kraft, nicht so leben, wie Gott es haben will. Jesus selbst hat gesagt, dass wir ohne ihm nichts, aber auch gar nichts tun können. So sehr wir uns auch mühen, gibt es doch nur Krampf, Freudlosigkeit und Unzufriedenheit in unserem Leben.

Und dann plagt uns das schlechte Gewissen. Wir quälen uns mit Selbstvorwürfen und Selbstanklagen.

<sup>1</sup> „Sie sind einzigartig“ von Reinhold Ruthe, S. 113

Epheser 2,10 – dieser eine Vers hilft uns aus diesem Dilemma heraus. „Wir sind Gottes Schöpfung. Er hat uns in Christus Jesus neu geschaffen, damit wir zu guten Taten fähig sind, wie er es für unser Leben schon immer vorgesehen hat.“

Ich habe lange über diesen einen Vers nachgedacht. Ich habe ihn in den verschiedensten Bibelübersetzungen gelesen, um hinter die eigentliche Bedeutung dieses Textes zu kommen. Wie es wirklich gemeint ist, sagt uns vielleicht die Übersetzung der Guten Nachricht: „Wir sind ganz und gar Gottes Werk. Durch Jesus Christus hat er uns so geschaffen, dass wir nun Gutes tun können. Er hat unsere guten Taten im voraus geschaffen, damit sie nun in unserem Leben Wirklichkeit werden.“

Dreierlei ist mir an diesem Text wichtig: Wir sind Gottes Schöpfung. Gott hat uns durch Christus zu neuen Menschen geschaffen. Er hat uns so geschaffen, dass wir auch wirklich Gutes tun können.

## **1. Wir sind Gottes Schöpfung**

Zu Christen sind wir nicht aufgrund unserer Leistung geworden, sondern weil Gott durch Jesus Christus aus uns Christen gemacht hat. Das, was wir als Christen sind, hat Gott geschaffen. Wir sind seine Schöpfung, seine Geschöpfe. Gott hat aus uns etwas gemacht und zwar: Christen, Kinder Gottes, Heilige, Ebenbild Gottes, christusähnlich – Das sind alles Bezeichnungen für Christen in der Bibel.

Weil Gott uns geschaffen hat, sind wir Menschen, die im Auftrag Gottes in der Welt leben und handeln. Weil wir Gottes Schöpfungswerk sind, sind wir wertvoll. Sind wir etwas Großartiges. Das gibt unserem Leben einen hohen Selbstwert.

Weil ich weiß, dass ich von Gott geschaffen bin, kann ich ruhig und gelassen, ohne Krampf, ohne Mühen mein Leben leben. Von Gott geschaffen hat mehr Wert, als wenn ein Mensch aufgrund seiner Leistungen zu Ruhm und Anerkennung kommt. Wer von Gott geschaffen ist, hat mehr Wert als berühmte Leute in höchster Position. Weil Gott uns geschaffen hat, dürfen wir wissen, dass wir einen sehr hohen Wert haben. Wir sind wer. In den Augen Gottes sind wir ausgesprochen wertvoll trotz all unserer Fehler und Schwächen.

Hier spielt auch das Selbstwertgefühl eine große Rolle. Auch manche leiden unter einem mangelnden Selbstwertgefühl. Sie meinen, wertlos und zu nichts fähig zu sein. Das führt zu Minderwertigkeitskomplexen, zu Hemmungen im Umgang mit anderen Menschen und zu unbegründeter Menschenfurcht. Ein Fehlverhalten ist die Folge. Dabei haben gerade wir Christen einen hohen Selbstwert, weil Gott uns geschaffen hat. Die Gewissheit, dass wir Gottes Geschöpfe sind, lässt uns gegenüber allen anderen Menschen als selbstbewusste Christen auftreten. Das macht uns sicher im Zeugnis. Das macht uns frei von allen Ängsten und Hemmungen.

In dem Wissen, einen hohen Wert zu haben, liegt aber auch eine große Gefahr: die Gefahr der Überheblichkeit, des Hochmuts und des Stolzes. Damit wir dieser Gefahr nicht erliegen, brauchen wir die Demut. Gerade weil wir einen so hohen Wert haben, brauchen wir die Demut. Sie hilft uns, bescheiden zu bleiben. Sie bewahrt uns vor Überheblichkeit. Sie hilft uns, den anderen höher einzuschätzen als sich selbst.

## **2. Gott hat uns durch Jesus Christus neu geschaffen**

Christus hat aus uns neue Menschen gemacht. Als alte Menschen waren wir sündige Menschen und wurden von der Sünde geknechtet und getrieben. Durch die Neugeburt hat Jesus aus uns neue Menschen gemacht. Christen können als neue Menschen leben, die Christus geschaffen hat. Sie sind von der Macht der Sünde befreit und sind daher frei von inneren und äußeren Zwängen.

Was wären wir ohne Jesus? Wir wären verlorene Menschen, die zugrunde gehen müssten. Wir wären der alte Mensch, der dem Tod und Verderben ausgeliefert ist. Wir wären Menschen von der Sünde beherrscht und getrieben.

Im Epheserbrief schreibt Paulus auch darüber, was den alten kennzeichnet: Der alte Mensch will Gott nicht gehorchen. Er lässt sich von seinen Leidenschaften und Begierden beherrschen. Er ist tot, geistlich tot aufgrund seiner Sünde. Nun aber hat Jesus uns durch sein Sterben am Kreuz gerettet und zu neuen Menschen gemacht, neu gemacht, ein neues Leben geschenkt. Das hat er nicht aufgrund unserer guten Taten getan, sondern einzig und allein aus Gnade aufgrund des Glaubens. Dass wir gerettet sind, ist nicht unser Verdienst, sondern es ist sein Geschenk. Durch diese Rettung hat Christus uns neu geschaffen und neues, ewiges Leben geschenkt. Nun kommt es darauf an, dass wir auch wirklich als neue Menschen leben, ganz ausgerichtet auf Christus und nicht als Menschen, die noch mit dieser oder jener Sünde liebäugeln.

### 3. befähigt zum Guten

Jesus hat uns neu geschaffen, um Gutes zu tun. Gutes tun ist die Lebensbestimmung eines jeden Christen. Was gut ist sagt die Bibel: „Es wurde dir Mensch doch schon längst gesagt, was gut ist und wie Gott möchte, dass du leben sollst. Er fordert von euch nichts anderes, als dass ihr euch an das Recht haltet, liebevoll und barmherzig miteinander umgeht und demütig vor Gott euer Leben führt.“ Das Gute umfasst den ganzen Willen Gottes. Zum Guten gehört Gerechtigkeit, Liebe und Barmherzigkeit. Wir sollen so leben, dass dieses unser ganzes Leben prägt.

Das Gute tun. Also doch sich abmühen, Gutes zu tun? Nur das Problem ist, wir können es nicht, mögen wir uns auch noch so sehr anstrengen. Hören wir genau darauf, wie dieser Text in der Guten Nachricht wiedergegeben wird: „Wir sind ganz und gar Gottes Werk. Durch Jesus Christus hat er uns so geschaffen, dass wir nun Gutes tun können. Er hat unsere guten Taten im voraus geschaffen, damit sie nun in unserem Leben Wirklichkeit werden.“ Gott hat uns durch Christus *so* geschaffen, *dass* wir Gutes tun können. Das Gute ist bereits in uns vorhanden. Wir brauchen es nur noch zur Entfaltung kommen zu lassen. Deswegen brauchen wir uns nicht mehr abzumühen, sondern einfach nur das Leben zu leben, das Jesus uns geschenkt hat.

Christen sind Gottes Schöpfung. Er hat sie durch Christus neu geschaffen. Er hat sie *so* geschaffen, dass sie Gutes tun können, ohne Anstrengung, ohne Mühen. Gott hat sogar unsere guten Taten im voraus in uns angelegt. Wenn wir das von Jesus geschenkte Leben einfach nur leben, wird das Gute in unserem Leben Wirklichkeit werden. Es wird sich wie von selbst entfalten. Es ist die von selbst wachsende Saat, die ohne Zutun wächst und die Frucht hervorbringt, die Gott haben will.

Jesus will nicht, dass wir uns abrackern. Er will nicht, dass wir uns kaputt arbeiten, sondern er will Frucht. Frucht ist etwas, das von selbst wächst und reift. Wenn wir einfach nur das leben, zu das Gott uns geschaffen hat, zu Christen, wird die Frucht von selbst aufgehen.

Gott selbst bringt das Gute in uns hervor. Dieser eine Vers macht deutlich, dass es letztendlich Gott selber ist, der alle „guten Werke“ durch uns vollbringt. Ganz anders ist es, wenn wir diese „guten Werke“ selbst produzieren wollen. Unser Verhalten wirkt dann verkrampft. Es wirkt auf andere nicht gerade einladend. Aufgrund solch verkrampften Verhaltens können andere Gott durch uns kaum erkennen. Wir verdecken durch ein verkrampftes, unsicheres Leben den Blick dafür. Anstelle dass die Menschen an uns die Früchte des Geistes (Liebe, Güte, Freundlichkeit, Sanftmut, Geduld, Freude und Frieden ) erkennen, sehen sie nur ein anstrengendes Abrackern, gekünstelte Höflichkeit, verkrampftes unfreies Leben.

Wie können wir dahin kommen, dass in unserem Leben Vers 10 Wirklichkeit wird? Erst einmal müssen wir Schluss machen mit aller eigenen Anstrengung und allem eigenen Bemühen. Schluss mit allen krampfhaften Versuchen, ein Gott wohlgefälliges Leben führen zu wollen. Wir brauchen nichts anderes zu tun, als einfach nur das Leben zu leben, das Jesus uns geschenkt hat.

Christus ist durch den Heiligen Geist in uns ist und er wirkt in uns. Daher brauchen wir uns nicht anzustrengen, um Gutes hervorzubringen, sondern nur das neue Leben zu leben. In diesem Leben wird sich das Gute entfalten. Jesus selbst wird es durch die Kraft seines Geistes hervorbringen. Die Frucht des Geistes wird wachsen und reifen. Dazu gehört aber auch, dass wir uns ganz auf Gott ausrichten und unser ganzes Leben einzig und allein von ihm bestimmen lassen. Dazu gehört auch die Willensentscheidung: Ich will. Nicht: Ich

muss, sondern ich will gehorsam sein, ich will nach den Willen Gottes leben. Gott schenkt zum Wollen das Vollbringen.

Anstelle uns mit solchen Fragen zu befassen, was wir dürfen und nicht dürfen, sollten wir uns darum bemühen, dass Christus in uns ist und in uns zum Wirken kommt.

Wenn ich weiß, dass Christus durch den Heiligen Geist in mir ist, in mir lebt und das Gute in mir hervorbringt, dann macht mich dieses Wissen ruhig gelassen. Ich brauche mich nicht mehr krampfhaft abzurackern, mich mühen, ja alles richtig zu machen; mich anstrengen, dass ich ja nach dem Willen Gottes lebe. Das alles wird Wirklichkeit werden, wenn ich einfach nur mein Christsein lebe.

Sicher, sündlos sind wir deswegen noch lange nicht. Sündhaftes Verhalten wird es auch weiterhin geben. Aber wir brauchen uns von der Sünde nicht knechten zu lassen. Wir brauchen uns nicht von Gewissensbissen quälen zu lassen. Sondern wir dürfen von der Vergebung leben in dem Wissen, dass Christus unsere ganze Sünde am Kreuz ein für allemal und restlos ausgetilgt hat.

So dürfen wir in einer unvergleichlichen Freiheit leben

- frei von den Zwängen, aus eigener Anstrengung leben zu müssen
- frei von den Zwängen dieses darf ich nicht und jenes darf ich nicht
- frei von diesem „Ich muss!“.

Wie viel vergebliche Mühe gibt es noch in unserem Leben. Wie viel Abquälen und Leistungsdenken. Wie viel Angst, das Falsche zu tun. Wie viel Anstrengung, ja das Gute zu tun. Mit all diesem muss endlich Schluss sein. Schluss mit allen Anstrengungen, Schluss mit allen Versuchen, das Gute tun zu wollen. Jetzt gilt nur eins: Das neue Leben leben, das Jesus uns geschenkt hat. Das ist ein Leben ohne jeden Krampf, ein Leben der Freude, ein beglückendes Leben – das wahre Leben.

Wilfried Wendler, August 2006