



Predigt in einfacher Sprache zu Epheser 5,15-21 von Christiane Neukirch

Autor / Autorin

[Pastorin Christiane Neukirch](#) [1]
[Kontakt aufnehmen](#) [2]
[Alle Predigten vom Verfasser](#) [1]

Hinweis: Predigt in einfacher Sprache für einen Gottesdienst in Gebärdensprache

Seht zu also genau, wie ihr wandelt, nicht als Unweise, sondern als Weise, auskaufend die Zeit, weil die Tage böse sind!

Deswegen nicht seid töricht, sondern begreift, was ist der Wille des Herrn!

Und nicht berauscht euch an Wein, in dem ist Liederlichkeit, sondern lasst euch füllen mit Geist, redet zu euch selbst mit Psalmen und Lobgesängen und geistlichen Liedern, singend und spielend in eurem Herzen dem Herrn,

danksend allezeit für alles im Namen unseres Herrn Jesus Christus, dem Gott und Vater.

Liebe Gemeinde!

Es ist mir ein bisschen peinlich, aber es stimmt: ich rede manchmal mit mir selber. In der Küche zum Beispiel beim Kochen oder beim Autofahren. Ich unterhalte mich in Gedanken mit Kollegen oder Freunden; ich schimpfe auf den, der vor mir so langsam fährt; ich sage mir selbst, was ich als nächstes tun muss: jetzt die Zwiebeln klein schneiden und anbraten usw..

Vielleicht kennen Sie das ja auch. Vieles beschäftigt uns innerlich und nicht immer ist genau der Mensch da, mit dem wir darüber sprechen können. Manches will ich und muss ich auch erstmal mit mir selbst besprechen, muss überlegen: wie sage ich das? Oder sage ich besser gar nichts?

Wenn wir alleine sind, können wir einfach losreden.. rauslassen, was da in uns ist und uns ausfüllt..

Das ist das Eine: Was wir aus uns rauskommen lassen. Aber, liebe Gemeinde, was wir in uns hineinkommen lassen, das ist das Andere. Davon redet der Epheserbrief.

„Lasst euch füllen mit Geist“ sagt er. Klar denkt der Apostel dabei nicht an irgendeinen Geist. Er denkt an den Heiligen Geist, Kraft von Gott, die uns direkt mit Gott verbindet.

Wie sollen wir das machen?

In unserem Predigttext bekommen wir dafür die praktische Anweisung. Wörtlich übersetzt steht da: „Redet zu euch selbst mit Psalmen und Lobgesängen!“

Ich will das erstmal auch genauso wörtlich nehmen: Wir sollen zu uns selber reden. Selbstgespräche führen, aber mit biblischem Inhalt, mit Psalmen, mit Lobgesängen! Zum Beispiel „Der Herr ist mein Hirte, mir wird nichts fehlen!“ „Du tröstest mich.“ „Lobe den Herren, meine Seele.“ „Von allen Seiten umgibst du mich und hältst deine Hand über mir.“ Sowas sollen wir, dürfen wir uns selber sagen. Ganz bewusst, in aller Ruhe.

Ich versuche das. Setze mich hin, ich lege die Hände in den Schoß und beginne mir zu sagen: „ Du hältst deine Hand über mir.“ Ich sage mir das langsam 10 mal hintereinander. Zuerst denke ich: was tue ich hier?? – aber dann habe ich ein Bild vor Augen und ein Gefühl macht sich in mir breit: da ist eine Hand über mir, warm, schützend, liebend. Das tut gut. Ich fühle, wie Kraft in mich hineinfließt. Die Worte wirken. Warum habe ich das nicht früher schon gemacht?



Wir haben gelernt: wir sollen nicht auf uns selbst sehen, sondern immer zuerst auf die anderen. Aber mich ermutigt der Epheserbrief, anders herum zu denken: Wir dürfen uns auch selbst heilsame Worte aus der Bibel sagen! Ob wir uns die Worte 10 mal sagen oder 20 mal, ob wir dabei die Hände in den Schoß legen oder vielleicht auf unser eigenes Herz, das kann jeder selbst für sich entscheiden.

Mit diesen Worten ist Gottes Kraft verbunden. Sie werden uns erfüllen mit Dankbarkeit und Liebe und dann werden Dankbarkeit und Liebe auch aus uns heraus fließen und wir werden – wie Luther unsere Stelle übersetzt – auch einander ermutigen mit Psalmen und Lobgesängen. Und wir werden Gott dankbar sein können für alles.

Darum wünsche ich Ihnen viele solche biblische Selbstgespräche! Amen.

[Aus der Predigtwerkstatt](#)

Perikope

Link zur Online-Bibel

[Online-Bibel der deutschen Bibelgesellschaft](#) [3]

Quell-URL:

<https://predigten.evangelisch.de/predigt/predigt-einfacher-sprache-zu-epheser-515-21-von-christiane-neukirch>

Links

[1] <https://predigten.evangelisch.de/verfasser/pastorin-christiane-neukirch>

[2] <https://predigten.evangelisch.de/kontakt?pid=5376>

[3] <https://www.die-bibel.de/bibeln/online-bibeln/lesen/LU17/Epheser.5.15-21>