

TEXTSTELLEN

Eph. 4,25-32
Ps. 4,5

Den Schalter umlegen: Teil 3 – verändertes Reden

Täglich legen wir unzählige Schalter um: den Lichtschalter, die Kaffeemaschine, den Wasserkocher, Schalter im Auto oder am Fahrrad. Aber was passiert, wenn wir den Schalter mit Jesus umlegen und komplett „ja“ zu ihm sagen? Es geht nicht nur darum, unsere Identität in Jesus zu gründen, sondern auch darum, nicht nur über ihn zu reden, sondern wie er.

Paulus schreibt den Epheserbrief und führt in den ersten 3 Kapiteln an, was Jesus alles getan hat und ermutigt die Gläubigen, das zu begreifen. Im Kapitel 4 geht es um die Zugehörigkeit, die wir jetzt haben dürfen und wie diese unser Verhalten und unserer Reden mit- und untereinander prägen darf und soll.

Unsere Rede soll sich verändern...

1. von falsch zu aufrichtig (4,25)

Es geht nicht nur um das Lügen selbst, sondern auch um klatschen und tratschen miteinander oder übereinander, manipulativ zu reden, Versprechen zu brechen oder andere mit den eigenen Worten absichtlich aufzuregen. Dinge, die wir alle schon mal gemacht haben, und die Vertrauen zerstören und damit gute Beziehungen und Gemeinschaft verhindern. Stattdessen sind wir aufgefordert **in Liebe aufrichtig zu sein**, und unsere Ehrlichkeit davon prägen zu lassen.

2. von zornig zu versöhnungsbereit (4,26-27)

Wir lesen hier nicht „seid nicht zornig“, denn Zorn oder Wut sind auch gottgegebene Emotionen, die nicht falsch sind. Bleiben diese Emotionen jedoch unbeachtet und unaufgeräumt, bzw. ihr Auslöser, können wir schnell in Verhalten oder Rede kommen, die zerstörend ist. Dies kann der Feind, der *Durcheinanderbringer*, nutzen, um in dein Leben zu kommen. David gibt uns hier in den Psalmen einen praktischen Tipp (Ps.4,5): Nimm dir Zeit über deine Reaktion nachzudenken und verhalte dich ruhig.

3. von zerstörend zu aufbauend (4,29)

„Fauls Gerede“, wie hier im Vers erwähnt, verdirbt gute und aufbauende Worte. Oft konzentrieren wir uns auf die negativen Dinge, die uns gesagt wurden, denn für dein Gehirn sind seelische/emotionale und physische Schmerzen dasselbe. Auf der anderen Seite können **die richtigen Worte zur richtigen Zeit Leben verändern, Berufung und Gaben aussprechen bzw. bestätigen und Beziehungen stärken**. Dafür können wir uns neu in unseren Beziehungen zueinander entscheiden.

4. von abgewandt zu zugewandt (4,31-32)

Jesus hat sich dir zugewandt und wendet sich dir immer wieder neu zu. Seine Worte an dich und über dir sind geprägt von Liebe, Gnade und Annahme. Aus dieser Liebe zu uns heraus, können wir liebend und ermutigend zu- und übereinander sprechen.

HERZENSMENSCH

FÜR DEN ICH BETEN MÖCHTE:

TERMINE

GESPRÄCHSSTOFF

Einstieg: „Worte haben Macht“ – Hast du das schon einmal erlebt/ erfahren?

1. Was heißt es für dich „aufrichtig zu reden“? Wovon ist das geprägt?
2. Fällt es dir leicht oder schwer, das zu tun?
3. Wie geht's dir mit deinem Zorn/ deiner Wut?
4. Bist du schnell versöhnungsbereit? Was könnte dir dabei helfen?
5. Hast du dich schonmal nur auf das negative Gerede konzentriert und das positive ausgeblendet? Wie ging es dir dabei?
6. Wie kannst du aufbauender Reden in deinen Beziehungen?
7. Jesus hat sich dir zugewandt! Was heißt das für dich?

In welchen Beziehungen möchtest du diese Woche dein Reden ein „verändertes Reden“ sein lassen?