



# GEWAGT! gemeinsam leben

## – UND EINANDER ERMUTIGEN

Viertes Thema der Reihe am 06.03.2022

### PREDIGT

Hast du auch manchmal Mangelerscheinungen? Schlafmangel, Magnesiummangel, Eisenmangel, Schokoladenmangel, oder gar Vitamin-E-Mangel? Vitamin-E-Mangel ist gefährlich, vor allem für eine Gemeinschaft. Warum? Dazu erst einmal eine medizinische Expertise und dann die geistliche.

Vitamin E ist ein Sammelbegriff für alle fettlöslichen Substanzen mit meist antioxidativen Wirkungen. Antioxidantien bieten Schutz gegen sogenannte "freie Radikale". Sie entstehen durch schädliche äußere Einflüsse wie Zigarettenrauch, Umweltgifte oder UV-Strahlung der Sonne.

Fehlt Vitamin E, werden wir fett – so übersetze ich das jetzt mal. Fett ist „tote Masse“, die wir mit uns rumschleppen, die aber nichts bewirkt. Fett macht uns unbeweglich. Schlecht, wenn Vitamin E fehlt.

Und mit den „freien Radikalen“ ist es ähnlich. Wenn wir uns nicht gegen sie schützen können, dann sind wir ihrem zerstörerischen Treiben ausgeliefert.

Wir brauchen also dringend Vitamin E – auch geistlich.

Wir brauchen das Vitamin ERMUTIGUNG.

### WIR BRAUCHEN ERMUTIGUNG ZUM WACHSEN

Die meisten Gemeinden und sogar die meisten Menschen haben einen bedauerlichen Mangel an Vitamin E – Ermutigung. Fehlt uns Ermutigung, geht Hoffnung zurück, fehlt der Antrieb, am Bau des Reiches Gottes mitzuwirken oder wir beginnen Kleinigkeiten zu kritisieren und uns damit sogar zu entmutigen.

Paulus fordert deshalb die Gläubigen heraus:

---

Darum macht euch gegenseitig Mut  
und baut einander auf, wie ihr es ja schon tut.<sup>1</sup>

---

Paulus fordert die Gemeinde dazu auf, sich beständig zu ermuntern und aufzubauen. Wie meint er das? Das Wort ermuntern (griech. parakaleo) bedeutet wörtlich „an die Seite rufen“. Gott möchte, dass wir an der Seite des anderen gehen und Worte sprechen, die erbauen. Das Wort erbauen (griech. oikodomeo) bezieht sich auf ein Haus, das sich im Bau befindet. Jeder von uns ist ein unvollendetes Projekt. Wir sind in Arbeit, und Gott möchte, dass wir in diesem Prozess einander als Hilfe begleiten – als Handreicher, Ideengeber, Hilfskraft oder Vorarbeiter.

Wir alle sind dankbar, wenn jemand ein ermutigendes Wort inmitten einer schweren Aufgabe spricht. Die Arbeit geht leichter von der Hand, wenn man sie gemeinsam macht. Menschen spielen eine wichtige Rolle dabei, uns zu den Dingen zu ermutigen, die wir tun sollten. Hier gehen die beiden Ermahnungen Hand in Hand. Wir müssen an die Seite des anderen treten, um ihn zu ermuntern. Wenn wir das machen, bauen wir einander auf.

Die Aufforderung von Paulus erstaunt mich, weil er feststellt, dass die Thessalonicher das ja schon tun. Das könnte heißen, dass auch diejenigen, die andere schon ermutigen und aufbauen, Ermutigung darin brauchen, nicht nachzulassen.

**Gott möchte, dass seine Gemeinde eine Gemeinschaft ist,  
die Menschen aufbaut, nicht herunterzieht.**

Leider ist es eine Eigenart des Menschen, mehr zu kritisieren als zu ermutigen. Es gibt in unserem Wortschatz mehr Wörter für negative Emotionen als für positive. Der Sprachwissenschaftler Robert Schrauf hat das Vokabular zweier unterschiedlicher Altersgruppen in zwei unterschiedlichen Sprachen und Kulturen untersucht und Erstaunliches festgestellt: „Die Hälfte der Wörter, die Menschen in ihrem aktiven Wortschatz gebrauchen, um Emotionen auszudrücken, sind negativ ... 30% sind positiv und 20% neutral. Bei jeder einzelnen Person aus diesen Gruppen - junge Mexikaner und alte

---

<sup>1</sup> 1. Thessalonicher 5,11

Mexikaner, junge Angloamerikaner und alte Angloamerikaner - konnte man dieses Verhältnis feststellen.“ Es scheint, dass jeder mit negativen Emotionen mehr Erfahrung hat und Inhalt verbindet als mit positiven. Das sind keine guten Nachrichten.

Der Psychologe John Gottman versuchte, aus dem Verhältnis von positiven und negativen Aussagen in fünfzehnminütigen Gesprächen mit Ehepaaren herauszufinden, wie hoch die Wahrscheinlichkeit für eine Scheidung ist. In gesunden Beziehungen kommen im Schnitt fünf Ermutigungen auf jede kritische Äußerung. Dasselbe Prinzip stellte sich auch als verblüffend zuverlässige Vorhersage für berufliche Leistungen heraus. Es scheint so, dass wir alle Ermutigung brauchen, um unser Leben bewältigen zu können. Paulus möchte, dass wir füreinander Ermutiger sind.

Einen herausragenden Ermutiger möchte ich euch jetzt vorstellen. Er hat vermutlich für die Gemeinde des ersten Jahrhunderts den bedeutendsten Dienst getan, mehr noch als die Apostel: Josef der Zypreer. Ihr habt alle schon von ihm gehört, aber unter anderem Namen. Ihr kennt seinen Spitznamen „Barnabas“ - Sohn des Trostes.

### WENN „ERMUTIGUNG“ ZUM NAMEN WIRD

Sein Charakter war so mit seinem positiven Einfluss auf die Menschen in seinem Umfeld verbunden, das es seine Identität, ein Name wurde. Auch wenn Barnabas wahrscheinlich Jesu noch erlebt hatte, wird er erst in Apostelgeschichte 4,32-37 mit Namen erwähnt.

Von diesem Zeitpunkt an steht dieser „Sohn des Trostes“ in der Bibel als Beispiel dafür, was für einen positiven, geistlichen Einfluss die Kraft der Ermutigung hat. Er ermutigte durch seine Worte und sein Leben, das die Menschen um ihn herum beständig zum Guten beeinflusste.

Als der Apostel Paulus Christ wurde, nachdem er zuvor die Gemeinde verfolgt hatte, wollte er sich den Jüngern in Jerusalem anschließen; aber alle mieden ihn. Nur Barnabas glaubte an ihn und war dafür verantwortlich, dass Paulus letztendlich in die Gemeinschaft der Gläubigen aufgenommen wurde. Das muss eine enorme Ermutigung für den jungen Apostel gewesen sein. Als die Leiter in Jerusalem erfuhren, dass in Antiochia die erste heidenchristliche

Gemeinde entstanden war, schickten sie Barnabas dorthin, damit er die Dinge prüfe.

Dann ermutigte er Paulus einmal mehr, als er ihn nach Antiochia holte, um dort gemeinsam mit ihm die junge Gemeinde zu lehren. Außerdem förderte er Johannes Markus als Partner auf der ersten Missionsreise. Gegen Ende dieser Reise lesen wir, wie Paulus und Barnabas, wie es charakteristisch war für ihren Dienst, die neugegründeten Gemeinden besuchten.

---

Sie stärkten ... die Jünger ...  
und ermutigten sie dazu,  
unbeirrt am Glauben festzuhalten.<sup>2</sup>

---

Nachdem auf dem Apostelkonzil in Jerusalem bestätigt worden war, dass die Heiden nicht zuerst Juden werden mussten, um Christen sein zu können, wurde diese Nachricht von Barnabas, Paulus und ihren Begleitern überbracht. Als die Heidenchristen den Brief mit den Neuigkeiten empfingen, „freuten sich (alle) über die Ermutigung“ (Apg 15,31).

Als Paulus vorschlug, zu einer zweiten Missionsreise aufzubrechen, wollte Barnabas Johannes Markus ein zweites Mal fördern. Aber Paulus lehnte das ab, weil Markus auf der ersten Reise nicht bis zum Ende bei ihnen geblieben war. Unser „Sohn des Trostes“ glaubte so an Markus, dass er sich zu ihm stellte. Das muss eine große Ermutigung für jemanden gewesen sein, der eine zweite Chance brauchte.

Markus sollte später der „Lehrling“ des Apostels Petrus werden und das Markusevangelium schreiben. Paulus' Meinung über Markus wurde mit der Zeit milder. Am Ende seines Lebens schrieb Paulus an Timotheus – zweifellos zumindest teilweise durch Barnabas' Glauben an den jungen Mann beeinflusst: „Nimm Markus und bringe ihn mit dir! Denn er ist mir nützlich zum Dienst“<sup>3</sup>.

Durch seine Ermutigung und sein Mentoring für Männer wie den Apostel Paulus oder Markus hinterlässt Barnabas ein geistliches Erbe, das ihn weit überragt und überdauert hat. Auch wir können

---

<sup>2</sup> Apostelgeschichte 14,22

<sup>3</sup> 2. Timotheus 4,11

durch die Ermutigung eines Menschen einen großen Einfluss ausüben. Wissen wir doch heute nicht, wie sich jemand entwickelt und was aus dem oder der Ermutigten werden wird.

## WIE KÖNNEN WIR EINANDER ERMUTIGEN?

---

Gebt den Worten von Christus  
viel Raum in euren Herzen.  
Gebraucht seine Worte weise,  
um einander zu lehren und zu ermahnen.  
Singt Gott aus ganzem Herzen Psalmen,  
Lobgesänge und geistliche Lieder.  
Doch alles, was auch immer ihr tut oder sagt,  
soll im Namen von Jesus, dem Herrn, geschehen,  
durch den ihr Gott, dem Vater, danken sollt!<sup>4</sup>

---

Wir können einander nur ermutigen, wenn wir an der Quelle angeschlossen sind. Um Ermutigung, Hoffnung und Frieden weitergeben zu können, muss ich aus einer Quelle schöpfen, die das hergibt.

Eine Quelle sind die Worte von Christus, die Worte der Bibel. Eine weitere Quelle sind die Erfahrungen von Menschen in meinem Umfeld und weltweit. Ihre Lobgesänge oder Berichte können mir zeigen: Gott wirkt - manchmal nur im Kleinen, aber er wirkt.

Und nicht zuletzt geistliche Lieder, die durch die Verbindung von Text und Melodie ins Herz gehen, uns berühren und sich festsetzen und nachklingen. Sie werden ein wertvoller Schatz, aus dem Ermutigung für andere fließen kann.

Sind wir mit der Quelle verbunden, so können wir in das Leben anderer auf eine Weise sprechen, die ermutigt, aufbaut, vorbereitet und Ausrichtung gibt. Das Wort ermahnen bedeutet wörtlich „etwas vor die Gedanken stellen“. Während wir nicht kontrollieren können, wie andere unsere Ermahnung aufnehmen, werden wir (hoffentlich) Worte aus der Quelle des Lebens sagen, die so wiederum Menschen beleben.

---

<sup>4</sup> Kolosser 3,16-17

Worte sind stark. Sie können machtvoll zum Guten eingesetzt werden, aber sie können auch bleibenden Schaden anrichten.

---

Die Sprache hat Macht über Leben und Tod.  
Wer sie liebevoll gebraucht, genießt ihre Frucht.<sup>5</sup>

---

Ein junger Mann, der von seinem Vater zu hören bekommt, dass er es nie zu etwas bringt, wird oft diese negative Erwartung erfüllen. Das junge Mädchen, dem Gleichaltrige sagen, dass es hässlich ist, hört diese Worte in Gedanken immer wieder, egal wie hübsch es einmal sein wird. Oft hat so ein Mädchen für den Rest seines Lebens mit Unsicherheit zu kämpfen, die die Folge dieser Lüge ist.

**Gott möchte, dass seine Gemeinde Menschen aufbaut  
und sie nicht zerbricht.  
Wir sollen eine Gemeinschaft sein,  
wo Entmutigung vom Aussterben bedroht ist.**

Eine der mächtigsten Waffen des Feindes ist Entmutigung. Wenn Ermutigung fehlt, geht Satan ans Werk. Er weiß: Auch wenn er uns nicht zum Stillstand bringt, kann er uns durch Entmutigung zumindest bremsen.

Aber Gott hat die Gemeinde, seinen Leib so geschaffen, dass wir das Recht, die Fähigkeit und Verantwortung haben, uns gegenseitig vor Entmutigung zu bewahren. Er möchte, dass wir so miteinander verbunden sind, dass immer jemand da ist, der uns hochhilft und ermutigt, wenn über uns die Entmutigung rollt. Jesus hat z. Bsp. deshalb seine Jünger zu zweit ausgesandt, ganz im Sinne von Prediger 4,9-10:

---

Zwei sind besser daran als ein Einzelner, [...]  
Denn wenn sie fallen,  
so richtet der eine seinen Gefährten auf.  
Wehe aber dem Einzelnen, der fällt,  
ohne dass ein Zweiter da ist, ihn aufzurichten!

---

---

<sup>5</sup> Sprüche 18,21

Ermutung ist keine Einbahnstraße, sondern hoffentlich zweiseitig mit Gegenverkehr: Wir sollen sie geben und empfangen.

Wenn du das Bedürfnis nach Ermutung hast, wirst du wahrscheinlich schnell feststellen, dass jemand aus deiner Umgebung das Gleiche braucht. Vielleicht können andere es nicht in gleicher Weise zurückgeben, aber dein Geschenk der Ermutung in Notzeiten wird sicher vielfach zurückgezahlt werden. Du kannst andere in dem Vertrauen ermutigen, dass Gott zu seiner Zeit jemanden schicken wird, der dann auch dich ermutigen wird. In der Zwischenzeit wird es dir helfen, die Augen von dir selbst zu lösen.

Das ist übrigens eine wichtige Erfahrung von Menschen, denen Leid widerfährt. Wer sich dennoch um andere kümmert, ihnen hilft oder sie ermutigt, erfährt dadurch Sinn und wird gehalten – so verwunderlich das klingen mag.

---

„... lasst uns aufeinander achthaben,  
um uns zur Liebe und zu guten Werken anzureizen,  
indem wir unser Zusammenkommen nicht  
versäumen, wie es bei einigen Sitte ist,  
sondern einander ermuntern, und das umso mehr,  
je mehr ihr den Tag herannahen seht!“<sup>6</sup>

---

Einen Vers zuvor wurden die Gläubigen ermahnt, nahe an Christus zu bleiben, und im nächsten Atemzug werden wir aufgerufen, nah beieinander zu bleiben – „unser Zusammenkommen nicht versäumen“.

Wenn wir einige brennende Holzscheite zusammenlegen, haben wir ein Lagerfeuer. Aber wenn wir ein Scheit wegnehmen und alleine legen, wird sein Feuer schnell verlöschen. Als Leib Christi brauchen wir einander, und wir brauchen regelmäßige Zeit miteinander.

Der Hebräerbrief ruft uns zu einem Lebensstil der gegenseitigen Ermutung auf. Das griechische Wort, das hier mit versäumen übersetzt wird, bedeutet „verlassen“ oder „zurücklassen“. Hebräer 13,5 verwendet genau dieses Wort in dem Zitat, wo Gott spricht:

---

<sup>6</sup> Hebräer 10,24-25

„Ich will dich nicht aufgeben und dich nicht verlassen.“ Er wird uns niemals verlassen.

Aber wenn wir damit aufhören, uns mit den Gliedern seines Leibes zu versammeln, entfernen wir uns von ihm. Offensichtlich war das ein Problem in der frühen Gemeinde, wie die Formulierung „wie es bei einigen Sitte ist“ zeigt. Es wird immer wieder vorkommen, dass wir keine Gelegenheit haben, uns mit unseren Geschwistern zu treffen – vielleicht sind wir krank oder auf Reise; das ist hier nicht gemeint.

Das Wort Sitte weist auf eine Gewohnheit hin, auf ein andauerndes Verhalten. Einige sehen das Zusammenkommen mit den Geschwistern einfach als nicht so wichtig an. Für den Herrn ist es wichtig, und für uns alle ist es notwendig. Jeder von uns braucht die Ermutigung, die Zurüstung und Ermahnung, die wir von anderen empfangen, wenn wir zusammenkommen.

Wie sieht es aus, wenn sich der Leib Christi versammelt? Dieser Abschnitt zeichnet ein Bild von einer Gemeinde, wo sich jeder verpflichtet hat, dabei zu sein. Das Zusammenkommen wird nicht vernachlässigt. Unsere Teilnahme beginnt nicht einfach dann, wenn wir in der Gemeinde ankommen. Wir sind aufgefordert, „aufeinander acht(zu)haben, um uns zur Liebe und zu guten Werken anzu-spornen.“ Das Wort achthaben bedeutet „nachdenken“, „beabsichtigen“, „erwägen“. Es spricht von Voraussicht und Absichtlichkeit. Wir müssen Wege planen, um einander anzustoßen, Liebe und gute Werke zu zeigen und einander zu ermutigen.

Fällt euch auf, wo die Verantwortung für die Handlungen liegt? Nach dem Hebräerbrief sollen wir alle einander dazu ermutigen. Manchmal wechseln Christen die Gemeinde, weil sie meinen, sie fühlen sich nicht wohl oder es bringt ihnen nichts. Wir müssen erkennen, dass wir nicht als Zuschauer gebraucht werden – die werden bestimmt nicht vermisst. Aber wenn wir nicht kommen, wird der Dienst vermisst, den wir nach Gottes Willen leisten sollen. Dienst ist nicht die Verantwortung einiger Angestellter, wie Pastoren, Prediger oder Missionare und auch nicht der Leitung.

Wir alle sollen einander dienen. Darum gibt die Bibel jedem so viele einander-Gebote. Anstatt die Gemeinde zu wechseln, weil uns niemand zu dienen scheint, sollten wir vielleicht diejenigen sein, die die Gemeinde in einen Ort verwandeln, wo wir alle der



Verantwortung nachkommen, einander zu ermutigen. Wir sollten besser so denken: Wenn ich nicht hingehe, wird vielleicht jemand nicht zu Liebe und guten Werken ermutigt, so wie es sein sollte.

Gott möchte, dass seine Gemeinde eine Gemeinschaft ist, wo jeder mit einem Plan hinkommt, wie er andere ermutigen kann, zu lieben und gute Werke zu tun. Wie wichtig ist es für die Gemeinde, so zu wirken? Das ist keine Not, die jemals kleiner wird. Mit jedem Tag wird es wichtiger, einander zu ermutigen. Es ist für jeden von uns eine persönliche Verantwortung, den Mitchristen zu „ermuntern, und das umso mehr, je mehr wir den Tag herannahen sehen!“ Je näher Jesu Wiederkunft naht, desto größer ist der Bedarf an Ermutigung.

Wir brauchen Vitamin E und das können wir nur in einem begrenzten Maß selbst einnehmen. Wir brauchen es auch von anderen.



**WIR WÄRE ES DAMIT, GLEICH HEUTE ZU ÜBERLEGEN,  
WIE DU ANDERE ERMUTIGEN KÖNNTEST?**

## ANREGUNGEN FÜR DIE WEITERE AUSEINANDERSETZUNG

Die Bibelstellen, Zitate und Fragen dienen der weiteren Beschäftigung mit dem Thema. Sie sind keine ausgearbeitete Gruppenstunde. Mit ihrer Hilfe können einzelne Aspekte vertieft, weitere Impulse gegeben und der Austausch gefördert werden.

### AUSTAUSCH

- Welche neuen Impulse hast du erhalten?
- Gab es Aussagen, die dir Probleme bereitet haben?
- Was ist dir durch die Predigt neu wichtig geworden?
- An welcher Stelle bist du persönlich herausgefordert?
- Was verändert sich durch die Predigt auf deine Sicht von Gemeinschaft?

## MÖGLICHER EINSTIEG FÜR KLEINGRUPPEN:

- Erzählt einander, wie andere euch ermutigten!  
Wie und zu was haben sie ermutigt? Was wurde daraus?
- Manchmal hilft es, wenn man mit einer Brise Humor auf negative Erfahrungen zurückschaut. Erzählt einander, wo andere euch durch ihre Worte entmutigten!  
Wie hat euch das beeinflusst?
- Ein Kollege sammelte vor einiger Zeit gute und humorvolle Motivationsprüche, die ihn beim Lauftraining motivieren sollten. Sammelt ernsthafte und humorvolle Motivationsprüche, Aufmunterungsätze und ermutigende Worte und tauscht euch darüber aus!  
Was ermutigt und motiviert? Was entmutigt eher?  
*Und vergesst dabei, nicht zu lachen!* 😊

## WEITERE BIBELSTELLEN ZUR VERTIEFUNG

- 📖 Philipper 2,1-5
- 📖 Epheser 4,1-13
- 📖 1. Korinther 14,26-33
- 📖 Galater 5,16-26
- 📖 Philipper 4,2-9

## VERTIEFUNG

- 🗨️ Worin besteht in der Haltung und im Lebensstil Jesu, wie es uns z. Bsp. in Philipper 2 beschrieben wird, ein Vorbild zu einem ermutigenden Lebensstil?
- 🗨️ Wie sollte das Verhältnis von Worten und Taten sein, wenn wir Menschen ermutigen wollen?
- 🗨️ Wenn Gemeinde ein Ort der Ermutigung sein soll, wie viel Raum darf dann noch Kritik haben?
- 🗨️

## AKTIONSSCHRITT

Ermutigt einander im Hauskreis!

Alle Teilnehmenden erhalten ein Blatt Papier und einen Stift.

Jeder schreibt seinen Namen auf das Blatt.

Danach werden alle Blätter im Uhrzeigersinn weitergegeben.

Während Hintergrundmusik läuft, können nun alle Teilnehmenden gegenseitig Komplimente, Stärken und Talente auf das Blatt schreiben. *(Tipp: Damit hinterher nicht an der Reihenfolge gesehen werden kann, wer, was geschrieben hat, schreibt einfach kreuz und quer auf das Blatt! 😊)*

## ZITATE

Man kann Menschen  
nichts beibringen,  
man kann ihnen  
nur helfen, es in sich  
zu entdecken.

*Galileo Galilei*

*Halte dich fern von  
denjenigen, die versuchen,  
deinen Ehrgeiz herabzusetzen.  
Kleingeister tun das immer,  
aber die wirklich Großen  
geben dir das Gefühl,  
dass auch du selbst  
groß werden kannst.*

*Mark Twain*

Ob du denkst,  
du kannst es,  
oder du kannst es nicht,  
in beiden Fällen  
hast du Recht.

*Henry Ford*

*Mit dem Mut  
ist es wie mit der Liebe ...  
er wächst,  
wenn man ihn teilt.*



Pastor **Andreas Neef**

☎ 07751 306 44 32

✉ [pastor@baptisten-waldshut.de](mailto:pastor@baptisten-waldshut.de)

🌐 [www.baptisten-waldshut.de](http://www.baptisten-waldshut.de)