



Gut angezogen

Begleitheft zur Predigtserie
Epheserbrief 6, 10-18

vom 23. Mai bis 25. Juli 2021

Jeweils am Sonntag im Gottesdienst
an der Alten Obfelderstrasse 24,
8910 Affoltern am Albis
oder im Livestream: www.sunntig.ch

Die Predigtdaten:

23. Mai 21:	Gut angezogen - In einer feindlichen Welt	S. 4
30. Mai 21:	Gut angezogen - Behalt die Hosen oben!	S. 8
13. Juni 21:	Gut angezogen - Deine Schutzkleidung	S. 12
20. Juni 21:	Gut angezogen - Rechtes Schuhwerk	S. 16
04. Juli 21:	Gut angezogen - Mehr als wasserdicht	S. 20
11. Juli 21:	Gut angezogen - Kluge Köpfe schützen sich	S. 24
18. Juli 21:	Gut angezogen - Allem gewappnet	S. 28
25. Juli 21:	Gut angezogen - Vom richtigen Hersteller	S. 32

“ *Hoffe auf den Herrn, sei stark,
und dein Herz fasse Mut –
ja, hoffe auf den Herrn!* ”

————— Wofür dieses Heft? —————

Der Text aus Epheser 6 ist ein sehr reichhaltiger Text,
wo wir viel über unsere Identität in Christus
und für das Leben als Christ lernen können.

Darum lohnt es sich, sich eingehend damit zu befassen.

Das Entdecken, Verstehen und Ergreifen der Identität,
die Jesus uns gibt, wird unser ganzes Leben lang andauern.

Für diese drei Schritte - Entdecken / Verstehen / Ergreifen -
brauchen wir Zeit für Reflektion und Training. Gerade die ersten
Verse des Textes zeigen uns auf, dass wir dazu aufgefordert sind.

Dieses Heft soll dir helfen, Anteil an Gottes Herrlichkeit
(Epheserbrief 1,13) zu bekommen, aus dieser Gottesbeziehung
heraus zu leben und deinen Alltag zu meistern.

Denn Gott hat uns
nicht
einen Geist der Ängstlichkeit
gegeben,
sondern
den Geist der Kraft,
der Liebe
und der Besonnenheit.

2. Timotheusbrief 1,7



Drei praktische Schritte

Höre zu

Höre aktiv den
Predigten zu.

Mach dir Notizen,
schreibe Fragen auf,
die dir in den Sinn
kommen, halte
Gedanken fest.

Reflektiere

Nimm dir in der Folgewoche
Zeit und setze dich mit dem
Thema
nochmals vertieft auseinander,
Allein oder in der Kleingruppe.
Schreibe dir konkrete, für dich
sicht- und messbare
Handlungsschritte auf.

Trainiere

Fange an und
trainiere!
Mach nicht
grosse Sprünge,
sondern
gehbare, kleine
Schritte. Und
schau zurück,
feiere Erreichtes.

Wir leben in einer feindlichen Welt

Wer ist der Feind?

Lies Jesaja 14, 12-15 / 2. Petrus 2,4 / Judas 6 / Matthäus 13,19 /
1. Johannes 2,13f / 12,31 / 14,30 / Lukas 4,6 / Epheser 6,11+12 /
1. Petrus 5,8 / 2. Korinther 11,14 / Johannes 8,44

Was will er?

Das griechische Wort für Teufel ist „Diabolos“, das heisst: Verwirrer, Entzweiler, Ankläger, Verleumder. Sein Name ist Programm! Beispielhaft für sein Wirken und Handeln ist 1. Mose 3,1-24. Die Folgen: Angst, Scham, Schuldgefühle und letztlich Entzweiung! Weiter will er Menschen von der Beziehung zu Jesus Christus abhalten (Lukas 8,9-15).

“ *Und die gottfeindlichen Mächte und Gewalten hat er entwaffnet und ihre Ohnmacht vor aller Welt zur Schau gestellt; durch Christus hat er einen triumphalen Sieg über sie errungen.* ”

Wie gehen wir damit um?

Gib dem Teufel keinen Raum (Epheser 4,27),
in keinem Lebensbereich.

Nicht durch Unversöhnlichkeit (Epheser 4,26),
nicht durch Hochmut und Stolz (1. Timotheus 3,6f),
weder in sexuellen Ausschweifungen (1. Korinther 7,5)
noch in der Geldgier (1. Timotheus 6,9-10) und sicher
nicht bei falschen Göttern durch Aberglaube,
Magie oder Spiritismus (2. Mose 20, 1-5).



Gedanken / Fragen zum Tag (Grundlage ist Epheser 6,10-13)

Nutze auch die rechte Seite für die Tagesaufgaben.

Montag

Schreibe dir mal auf, wo du dich stark und wo du dich schwach fühlst. Nimm dir 10 Minuten, um mit Gott darüber zu reden. Nimm seine Macht und Kraft in Anspruch für diesen Tag.

Dienstag

Schau dir den Clip „Das ist mein König“ auf YouTube an: <https://www.youtube.com/watch?v=jQAljPLIYts> oder lies Kolosser 1,15-20 und proklamiere den Sieg von Jesus über deinem Leben, gerade heute.

Mittwoch

Lies Matthäusevangelium 4,1-11. Stelle dir diese Szene vor deinem inneren Auge plastisch vor. Wie fühlt sich Jesus da? Wie reagiert er? Wie würdest du fühlen an seiner Stelle? Bete danach zu Jesus und bitte ihn um Kraft, wie er zu handeln.

Donnerstag

Lies heute Jakobus 4,7+8a+10 und überlege dir, wo du dich gegen eine (oder mehrere) Versuchungen stellen willst. Schreibe dir das auf, nur für dich ganz allein. Schreibe danach auf, wie du dich in dieser Situation, wo die Versuchung zieht, ganz bewusst in die Nähe Gottes begeben willst. Was machst du konkret?

Freitag

Was fühlst du, wenn du an den heutigen Tag denkst? Bringe deine Gefühle, die schönen wie auch die stacheligen, vor Gott.

Samstag

Feiere heute deine Siege, die du dank Jesus und seinem Geist erlingst. Freue dich an dem, was du schon siehst und an Freiheit erlebst. Erzähle jemandem von einem deiner Siege. Aus Dankbarkeit und als Ermutigung.

Anregungen zur Reflektion:

Mach es wie Jesus!

- Ordne dich Gott unter und suche seine Nähe.
 - Wann, wo und wie machst du das? Schreibe es auf.

.....

.....

.....

- Widerstehe, entscheide dich ganz konkret!
 - In welchen Bereichen willst/musst du widerstehen?

.....

.....

- Was machst du anstelle des Bösen/der Sünde?

.....

.....

.....

- Was tust du, wenn die Gedanken/Gefühle trotzdem kommen?

.....

.....

.....

- Feiere deine Siege! Feiere sie mit Gott und deinen Mitmenschen.

Behalt die Hosen oben!

————— Satan lügt —————

Lies Johannes 8,44 / 8, 31-32 / 14,6 / 17,17

Was bedeutet das für deinen Alltag?



“

*Wenn ihr in meinem Wort bleibt,
seid ihr wirklich meine Jünger,
und ihr werdet die Wahrheit erkennen,
und die Wahrheit wird euch frei machen.*

”

————— Was ist die Basis deines Lebens? —————

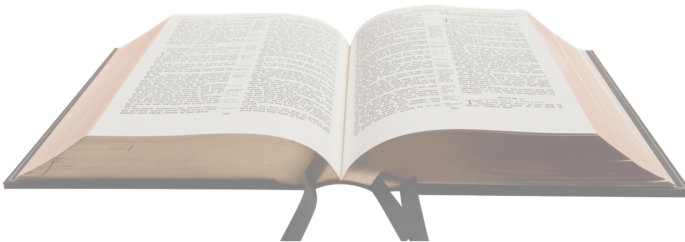
Überlege, was dein Lebensfundament ist.

Der Verstand von dir oder anderen, deine menschlichen
Möglichkeiten, deine persönlichen Erfahrungen oder deine Gefühle?

Wie zuverlässig sind diese Aspekte?

Welche Autorität hat Gottes Wort, die Bibel, in deinem Leben?

Achte dabei auf dein konkretes Alltagsleben.





Schleife die Lügenfestungen Satans

Bekämpfe Lebenslügen

«Ich muss Gott gefallen...» oder «ich muss... damit Gott mich liebt» – das sind so Lebenslügen. Oder «ich bin unbrauchbar», «ich bin nicht schön genug», «erst wenn ich das und das habe (bspw. Partner), kann ich glücklich sein», «hilf dir selbst, dann hilft dir Gott», «ich kann nur mir selbst trauen...» - auch das sind fiese Einflüsterungen Satans.

Wie dagegen angehen? Mit der Wahrheit von Gott.

Darum setze dich der Wahrheit Gottes aus, lies das Wort Gottes!

Gedanken / Fragen zum Tag (Grundlage ist Epheser 6,14)

Montag

Schreibe dir mal auf, für welches Lebensfundament du dich entschieden hast. Frage dich mal, woran du in deinem Leben siehst, dass es auch so ist. Frage eine Vertrauensperson, welches Lebensfundament sie bei dir sieht und woran sie das festmacht.

Dienstag

Der Gürtel des römischen Soldaten hielt nicht nur die Hosen oben, er schützte auch die empfindlichste und intimste Körperregion. Wieso ist die Wahrheit der beste Schutz für diese zentralen Bereiche des Lebens?

Mittwoch

Hör dir heute Mani Matters Lied vom „Gschpaengscht“ an: <https://www.youtube.com/watch?v=sF5JU-zRyvg> (du kannst auch nach „Mani Matter & Gschpängscht“ suchen). Da keine Mani-Version online verfügbar ist, verlinke ich eine von Carmen. An welche Gespenster deines Lebens solltest du nicht mehr glauben?

Donnerstag

Wo hast du noch Lügen im Leben? Lügen über dich selbst (bspw. Selbstwert), über andere (bspw. Schubladisierungen, Hintenherumreden), in deinem Handeln (bspw. Lügen bei der Steuererklärung, Pornokonsum)... Fange heute mal an und decke eine Lüge auf, führe die vier Schritte von Seite 11 durch.

Freitag

Schau dir Hirschhausens Geschichte mit dem Pinguin an: <https://www.youtube.com/watch?v=tOxywMaE8GY>
Welches ist deine gesunde Umgebung?

Samstag

Lies heute einfach mal den ganzen Psalm 119.

Anregungen zur Reflektion: 4 Schritte in die Freiheit

(aus "Leben in Freiheit" von Mike Riches)

1. Bekenne

Bekenne Gott die Lüge, der du Raum gegeben hast. Sprich sie so konkret und klar wie möglich aus. Danach nimm die Vergebung in Anspruch, die Gott dir verspricht. Und sprich, wo nötig, auch anderen Menschen (die bspw. dir die Lüge ins Leben gesprochen haben) Vergebung zu.



2. Widerstehe

Sprich es aus, wenn möglich laut (!), dass du dieser Lüge keinen Platz mehr in deinem Leben geben willst. Weise sie klar und deutlich weg und widerstehe, wenn sie sich wieder hineinschleichen will.



3. Ersetze

Ersetze die Lüge mit der Wahrheit Gottes. Dies ist meistens der schwierigste Teil. Kläre mit Gott und ev. einer Person deines Vertrauens, welchen Aspekt der Wahrheit Gottes du der Lüge entgegensetzen sollst. Lass dich dabei nicht mit frommen Platitüden zufriedengeben, sondern nimm die Wahrheit ins Leben, welche der Lüge keinen Platz mehr gibt.



3. Empfange

Gott hat uns versprochen, dass er uns durch seinen Geist das Wollen und das Vollbringen schenkt und dass er uns segnet, wenn wir in seiner Wahrheit leben. Empfange bewusst diesen Segen.



Deine
Schutz-
Kleidung



“ *Er wird Gerechtigkeit anziehen als Panzer und unbestechliches Gericht aufsetzen als Helm.* ”

Welche Gerechtigkeit?

Was macht deine Gerechtigkeit aus?
Dein Verhalten? Deine Frömmigkeit?

Lies 2. Mose 20,1-17 und Matthäus 22,37-40
und vergleiche das mit deinem Leben.

Ist das sichtbar? Hältst du das?
Und dann lies Matthäus 5,20. Geht das?

Und jetzt vergleiche das mit
Römer 3,10-20 / Römer 10,3 / Galater 3,19.



———— Gott bietet dir seine Gerechtigkeit an ————

Lies Philipper 3,7-11 und 2. Korinther 5,17-19. Der Kernvers:

Denn ich gelte nicht als gerecht, weil ich das Gesetz befolge, sondern weil ich an Christus glaube. Das ist die Gerechtigkeit, die von Gott kommt und deren Grundlage der Glaube ist.

Aus SEINER Gerechtigkeit heraus fließt die Gerechtigkeit aus unserem Leben hinaus. Lies die ganze Bergpredigt, die drei Kapitel 5–7 vom Matthäusevangelium.

Jesus will, dass wir aus ihm heraus gerecht leben, ohne dass wir von anderen Gerechtigkeit einfordern.

Gedanken / Fragen zum Tag (Grundlage ist Epheser 6,14)

Montag

Prüfe heute dein Herz: Was ist deine Gerechtigkeit?

Dein gerechtes Verhalten - das Einhalten von Gottes Geboten - dein Gutes Tun - dein Glaube? Lies die Römerbriefstellen dazu und besprich es mit Gott.

Schau auch diesen Clip (Suchwort: 6000 Punkte):

<https://www.youtube.com/watch?v=21-EJV8YaFA>

Dienstag

Prüfe heute deine Herzensgedanken: Wie denkst du über Menschen, die in deinen Augen Ungerechtes tun? Was denkst du, wenn du das gerade siehst? Was, wenn du selber Opfer der Ungerechtigkeit bist? Fühlst du dich gerechter als der andere? Bring deine Selbstgerechtigkeit vor Gott und tue Busse.

Mittwoch

Lies Philipper 3,2-11. Ersetze heute bewusst deine Selbstgerechtigkeit mit der Gerechtigkeit von Jesus. Lass dich von Jesus bewusst befreien von der Verantwortung, Anklage und Gericht zu führen. Lass dich in die Gegenwart Jesu fallen.

Donnerstag

Geniesse heute die Zusagen Gottes über deinem Leben. Beispielsweise mit dem Song von Casting Crown „Who Am I“:

<https://www.youtube.com/watch?v=C53GgUJ6y-Y>

Freitag

Schau einfach auf die Gerechtigkeit von Jesus und lege dich in den Schatten dieses Lichts. Lies dazu Psalm 110.

Samstag

Vereinbare mit einer Vertrauensperson ein Treffen heute und besprich bei einem Kaffee/Tee das Erlebte dieser Woche.

Anregungen zur Reflektion

Was bewirkt Gerechtigkeit in dir?

Was passiert geistlich, wenn deine Seele mit Gerechtigkeit von Jesus Christus erfüllt wird?

.....

.....

Welche Gefühle löst das bei dir aus? Spüre dem in Ruhe nach, das braucht Zeit!

.....

.....

.....

Was heisst das in deinem Alltags-Kampf gegen das Böse?

.....

.....

.....

.....

Was löst dieser Satz bei dir innerlich aus, was heisst das für deinen Alltag?

Jesus will, dass wir aus ihm heraus gerecht leben, ohne dass wir von anderen Gerechtigkeit einfordern.

.....

.....

.....

Rechtes Schuhwerk

Die Grundausrüstung

Römische Soldaten mussten auf Wache, also im Kriegsfall, ständig einsatzbereit sein. Deshalb schliefen sie in der Montur, unter anderem mit Gurt, Brustpanzer und Schuhen. Diese Grundausrüstung brauchte im Ernstfall zu viel Zeit fürs Anziehen. Die anderen Waffen konnten sie dann rasch ergreifen.

Die ersten drei von Paulus genannten Waffen sind unsere Grundausrüstung: Gurt der Wahrheit, Panzer der Gerechtigkeit, Stiefel des Evangeliums. Behalte sie an, ziehe sie nie aus!

“ *So steht nun fest ... die Füße gestieft, bereit einzutreten für das Evangelium des Friedens.* ”

Stiefel der Bereitschaft, einzutreten

Was heisst es, für das Evangelium des Friedens einzutreten?

- Sich für das Evangelium des Friedens mit Entschiedenheit öffentlich einsetzen
- Sich zur Frohen Botschaft bekennen
- Zu dieser guten Nachricht stehen
- Für dieses Evangelium Stellung beziehen
- Farbe bekennen und davon erzählen, wenn es die Gelegenheit gibt





Für welches Evangelium?

Wessen Herz voll ist, dessen Mund geht über (Lukas 6,45)

Paulus legt im Römerbrief das Evangelium wunderbar dar.

Kernig zusammengefasst in Römer 1,1,1-6/5,1-2.

Lies in Ruhe den Römerbrief:

Kapitel 1-5 beschreiben den christlichen Glauben. In den nächsten drei Kapiteln weist Paulus auf die unmittelbaren, geistlichen Folgen hin. Nach einer Einordnung des Ganzen (Kapitel 9 - 11) folgt die Beschreibung der sichtbaren Folgen der befreienden Botschaft von Jesus im Leben eines Menschen (Kapitel 12 - 15).

Gedanken / Fragen zum Tag (Grundlage ist Epheser 6,15)

Montag

Ziehe dir diese Woche bewusst jeden Tag die bisher angesprochenen Waffen der Rüstung an. Besprich heute mit einer Vertrauensperson, was das konkret heisst und wie ihr das macht.

Dienstag

Lies das fünfte Kapitel im Römerbrief ganz durch, dazu Philipper 4,6-7 und Epheser 2,11-15. Was fehlt dir noch?

Mittwoch

Lies in Apostelgeschichte die Kapitel drei und vier. Wie hättest du an der Stelle des Gelähmten gehandelt und nach der Heilung reagiert? Was ist bei dir anders? Was fehlt dir (siehe gestern)?

Donnerstag

Jesus spricht im Missionsauftrag in Apostelgeschichte 1,8 verschiedene Regionen an. Was ist DEIN Jerusalem (wo du zuhause bist), DEIN Judäa (wo du dich noch zugehörig fühlst), DEIN Samarien (ausserhalb deiner Wohlfühlzone) und die ganze Welt (völlige Fremde)? Wohin schickt dich Gott?

Freitag

Schau: <https://www.youtube.com/watch?v=6itL97m66Es> (Suche „Mission Die Fischer“) Welche Menschen sind dort, wo dich Gott hinschickt? Bete für diese Menschen. Bestimme, wo du konkrete Namen kennst, drei Personen, für die du jeden Tag 1 Minute betest.

Samstag

Investiere Zeit in die Menschen, für die du betest. Im Gebet, aber auch in die Beziehung. Lade sie einmal ein, besuche sie, interessiere dich für sie, höre ihnen zu, schenke ihnen dein Wertvollstes, nämlich Zeit, Aufmerksamkeit und Liebe. Genauso wie du von Gott beschenkt bist. Lasse seine Liebe weiterfliessen.

Anregungen zur Reflektion:

Wo siehst du in deinem Leben, dass du die „Grundausrüstung“ anziehst und was sind die Folgen?

Wo möchtest du das noch mehr/stärker sehen und erleben?

Wofür beziehst du öffentlich Stellung? Was braucht es dazu? Was braucht es, um deine Menschenfurcht zu überwinden?

Formuliere das Evangelium des Friedens in eigenen Worten. **Die Frohe Botschaft, die ich verkündige, ist:**

(Anregung: <https://www.youtube.com/watch?v=epy3kRVNnq0>)

Mehr
als
wasser-
dicht



der
rechte
Schutz

“ *Bewahrt einen klaren Kopf, seid wachsam!
Euer Feind, der Teufel, streift wie ein brüllender
Löwe umher und sucht jemanden,*

Achtung, wir werden angegriffen

Wer Christus gehört, wird angegriffen. Dem Teufel gefällt unsere Beziehung zu Gott nicht, er will uns gefangen nehmen. Er will unseren Schutz überwinden und schießt deshalb feurige Pfeile. Oft gerade dann, wenn wir uns sicher fühlen. Pfeile werden punktuell eingesetzt und zielen hinter die Linien des Gegners, um in Brand zu stecken. Erst der Schild bot den Angegriffenen echten Schutz.

Satans feurige Pfeile

Er will unser Denken in Brand setzen, zum Beispiel mit Sorgen, Ängsten, Neid, Eifersucht, Zweifel, Versuchungen, psychischen Angriffen von innen (innere Lügen wie „ich bin es nicht wert“) und von aussen (Mobbing, Verachtung).



*den er verschlingen kann. Leistet ihm
Widerstand und haltet unbeirrt am Glauben fest!*



Vier mögliche Reaktionen auf Angriffe

1. **Hektik und Panik**

Wie Hühner, die wild aufgeregt herumflattern, reagieren wir auf Angriffe mit Aktivismus.

2. **Ohnmacht und Blockade**

Wie der berühmte Hase vor der Schlange. Wir können blockiert sein, so tun, wie nichts wäre, und alles verdrängen.

3. **Angriff und Selbstüberschätzung**

Wie die Katzen, die Bären vertreiben. Wir glauben, uns kann nichts passieren und wir haben es selber im Griff.

4. **Sich wappnen und bereit sein**

Die Rüstung angezogen, den Schild Gottes in der Hand.

Gedanken / Fragen zum Tag (Grundlage ist Epheser 6,16)

Montag

Mach dir bewusst, dass du im geistlichen Kampf stehst. Lies 1. Petrus 5,8-9 und Epheser 4,27. Ziehe bewusst die Rüstung an. Schau: <https://www.youtube.com/watch?v=CUwb7rYYm58>

Dienstag

Wehre die feurigen Pfeile ab, setze den Schild des Glaubens ein. Lies dazu Römer 4,18-21 / 1. Mose 15,1 / Psalm 119,114 / 91,4.

Mittwoch

Decke die Angriffe, die Lügen Satans, auf und setze die Wahrheit Gottes wie einen Schild dagegen und nimm Deckung dahinter ein. Nimm nochmals Seite 11 zur Hilfe.

Donnerstag

Lies Jakobus 1,12-15. Nebst den direkt schmerzhaften Pfeilen gibt es die verlockenden, brandgefährlichen Pfeile der Versuchung. Oft geht es um Macht, Geld, Image und Sexualität (auch übergriffige Nähe). Was sind deine grossen Versuchungen im Alltagsleben? Lasse dich nicht täuschen (Vers 16) und halte dich an die Wahrheit (Gurt).

Freitag

Proklamiere den Sieg Jesu. Ruhe dich in seinem Licht und Sieg aus. Lies dazu Apostelgeschichte 4,12 / 1. Korinther 15,57 / 1. Johannes 5,5.

Samstag

Nimm dir heute Zeit, um für unsere Geschwister zu beten, die auch äusseren Angriffen ausgesetzt sind: Die verfolgten Christen. Gehe auf YouTube und schaue dir eines der Videos unter dem Stichwort „Gesichter der Verfolgung“ von opendoors an. Bete für die Betreffenden und andere verfolgte Geschwister.

Anregungen zur Reflektion:

Wo erlebst du in deinem Alltag die stärksten Angriffe? Ängste, Sorgen, Neid, Eifersucht, Zweifel, Versuchungen (auch plötzliche!), Mobbing, Verachtung? Benenne sie ganz konkret!

.....

.....

.....

.....

Was ist deine natürliche Strategie bei Angriff? Hektik, Ohnmacht oder Gegenangriff?

.....

.....

.....

.....

Luther sagte dazu: „Wie man nicht wehren kann, dass einem die Vögel über den Kopf herfliegen, aber wohl, dass sie auf dem Kopfe nisten, so kann man auch bösen Gedanken [und Versuchungen - Anmerkung von David] nicht wehren, aber wohl, dass sie in uns einwurzeln.“ Wie kannst du bei dir das Nisten verhindern? Was unternimmst du konkret dagegen?

.....

.....

.....

.....

.....

Kluge
Köpfe
schützen
sich



Paulus hatte
dieses Bild
vor Augen:

“

*Wie Soldaten, die sich für den Einsatz vorbereiten,
wollen wir unsere Ausrüstung anlegen:
den Brustpanzer, der unseren Glauben an Jesus*

Wir leben in einer Zwischenzeit

Wir leben in einer Zeit des „nicht mehr“ (in der Sklaverei des Bösen) und des „noch nicht“ (im Himmel sein).

Wie das Volk Israel in der Wüste zwar aus Ägypten befreit war (frei von der Sklaverei), so war es doch noch nicht am Ziel (im verheissenen Land). Gott führte durch die Wolken- und Feuersäule, er war nahe. So führt er uns heute auch durch seinen Heiligen Geist und ist uns nahe.



Heute
sieht
das so
aus:



*und unsere Liebe darstellt,
und den Helm, mit dem unsere feste Hoffnung
auf die vollständige Rettung gemeint ist. ”*

———— Es geht um die Hoffnung ————

Das ist die frohe Botschaft: Das Himmelreich ist nahe gekommen.
Das betrifft das, was hinter uns, vor uns und um uns herum ist.

Aus (u.a.) 2. Korinther 5,1-10, Römer 6,1-23 und 8,18 wissen wir:

- Gott hat meine Vergangenheit geregelt
- Aus Gottes Kraft darf ich in der Gegenwart leben
- In Zukunft wartet die vollkommene Gemeinschaft mit Gott auf mich

Das ist gewiss, weil Jesus es versprochen hat (Johannes 10,28).
Lies auch Römer 8,31-39.

Gedanken / Fragen zum Tag (Grundlage ist Epheser 6,17)

Montag

Kluge Köpfe schützen sich. Lies Sprüche 1,1-9 und überlege dir, was du für dein Weise-Sein tust. Schreibe es auf.

Dienstag

Der Schutz des Kopfes ist die Heilsgewissheit.
Lies Römer 8,31-39. Was löst das bei dir aus?

Mittwoch

Lies nochmals Römer 8,31-39, diesmal laut. Glaubst du das? Bist du zutiefst überzeugt, dass es den Himmel gibt und du die Ewigkeit dort verbringen wirst? Lies auch Johannes 10,27-30. Schau dir den Filmtrailer oder den ganzen Film (kaufen/ausleihen) an:
https://www.youtube.com/watch?v=rw_ppdctJu0
(Den Himmel gibt's echt)

Donnerstag

Lies heute Römer 8,31-39 als Lectio Divina, lass dir Zeit dafür:

- 1 x laut und lasse die Worte einfach auf dich wirken
- 1 x laut und frage dich, wo dein Leben dadurch berührt wird
- 1 x leise und frage dich, wozu dich Gott auffordert
- 1 x laut und „ruhe“ im Text, lass Gott durch ihn nahekomen

Freitag

Lies 2. Korinther 5,1-5 und 17 / Römer 8,18.

Was bedeutet es, wenn Jesus für dich:

- Die Vergangenheit geregelt hat?
- Die Gegenwart im Griff hat?
- Deine Zukunft vorbereitet hat?

Schreibe dir zu jeder Frage deine Gedanken auf.

Samstag

Lies Johannes 14,1-4 und träume heute von deiner Wohnung im Himmel. Richte sie ein und träume GROSS!

Anregungen zur Reflektion:

Was bedeutet es für dich, in einer Zwischenzeit von „nicht mehr in der Sklaverei des Bösen“ und „noch nicht im Himmel“ zu leben? In 1. Korinther 15,32 liest du, was es für Paulus hiess.

.....

.....

.....

.....

Wo verbringst du die Ewigkeit? Lies dazu Apostelgeschichte 4,12 und 1. Johannes 5,11-13.

.....

Wie stehst du zu Jesus? Schreibe dein Glaubensbekenntnis oder deine Glaubenszweifel auf:

.....

.....

.....

.....

Was hat das für Konsequenzen in deinem Alltagsleben? Woran sehen deine Mitmenschen in deinen alltäglichen und grösseren Entscheidungen, dass du diese Perspektive hast oder nicht hast?

.....

.....

.....

.....

Allem
gewappnet



“ *Gottes Wort ist
schärfer als ➔
und dringt in
unser Innerstes...*



Das Schwert ist Gottes Wort

Im Unterschied zum Gurt der Wahrheit, der das ganze Wort Gottes in Jesus Christus und der Bibel meint, ist das Schwert des Geistes das Wort Gottes für eine konkrete Situation, wo Gott uns direkt ins Leben, in eine konkrete Frage oder Situation hineinspricht. Eine Präzisionswaffe, die genau trifft. Sie ist nur im Nahkampf einsetzbar - in philosophischer Distanz geht es nicht.

Diese Waffe trifft zuerst uns selbst

Nur wenn wir uns selbst von Gottes Wort treffen lassen, können wir diese Nahkampf-Waffe auch einsetzen. Wenn wir uns aber treffen lassen, werden wir verändert, von innen nach aussen.



*Gottes Wort ist
voller Leben
Kraft...*



———— Kämpfen wie Jesus ————

Jesus hatte auch zu kämpfen

Lies mal Hebräer 4,15 und Matthäus 4,1-11. Stell dir die Situation von Jesus in der Wüste konkret vor, wie er nach 40 Tagen fasten hungrig vom Teufel in Versuchung gebracht wurde. Was für ein Kampf! Und das nach einem Highlight, siehe Matthäus 3,13-17.

Jesus kämpfte mit Gottes Wort, mit dem Schwert des Geistes

Jesus setzte zielgenau Gottes Wort ein, auch in Auseinandersetzungen mit den Pharisäern. Aber er tat es aus dem Heiligen Geist heraus. Denn beides gehört zusammen: Gottes Geist und Gottes Wort - keines darf überbetont werden. Trainiere es wie Jesus.

Gedanken / Fragen zum Tag (Grundlage ist Epheser 6,17)

Montag

Wie wichtig ist dir die Bibel, wieviel ist sie dir wert?

Schau dir diesen Clip auf YouTube an:

<https://www.youtube.com/watch?v=DbQqcctCZ8Q>

(Stichwort: „The Priceless Value Of The Bible“, nur englisch)

Dienstag

Wann hat dich das letzte (oder erste) Mal ein Bibelvers ins Herz getroffen, in deine Lebenssituation gesprochen? Auch wenn es vielleicht schmerzhaft oder beschämend war: Danke Gott dafür.

Mittwoch

Ein Schwertkampf will erlernt sein. Schau dir dieses Video an:

<https://www.youtube.com/watch?v=sGmwluPILzU>

Es erfordert viel Training, bis alle Muskeln zusammenspielen und die Bewegungen stimmen. Überlege dir, wie du den Kampf mit dem Schwert des Geistes trainieren könntest.

Donnerstag

Kennst du die Gefahr, einseitig das Schwert (ohne Geist) einzusetzen? Lies 2. Korinther 3,6, Johannes 14,26 und 16,13-14. Es gibt auch die Gefahr, die Verankerung in der Wahrheit zu verlieren und nur „geistgeführt“ leben zu wollen. Welche Gefahr ist bei dir grösser? Wo musst du aufpassen und Ergänzung suchen?

Freitag

Erstelle dir heute ein Trainingsprogramm für die Zeit nach dieser Predigtserie. Wie möchtest du deine Kampfeigenschaften stärken und verfeinern?

Samstag

Lies heute den ganzen Text aus Epheser 6, 10 - 18. Ziehe diese Rüstung ganz bewusst Stück für Stück an und freue dich, so gewappnet, in den Tag zu gehen.

Anregungen zur Reflektion:

Mit was wappnest du dich täglich? Sackmesser, Regenschirm, Smartphone, Uhr, Schminkzeug, Handtasche, Schlüssel...? Und mit was wappnest du dich täglich geistlich?

.....

.....

Lies Matthäus 4,1-11 und überlege dir, welche Antworten du dem Teufel geben würdest:

.....

.....

.....

.....

Was fällt dir bei diesem geistlichen Kampf bei Jesus auf?

.....

.....

Wenn du an einen Schwertkampf denkst: Was ist typisch dabei?

.....

.....

Was lernst du daraus für deinen geistlichen Kampf?

.....

.....

.....

Vergleiche nochmals mit Seite 11 und kämpfe mit der Wahrheit.

Vom richtigen Hersteller

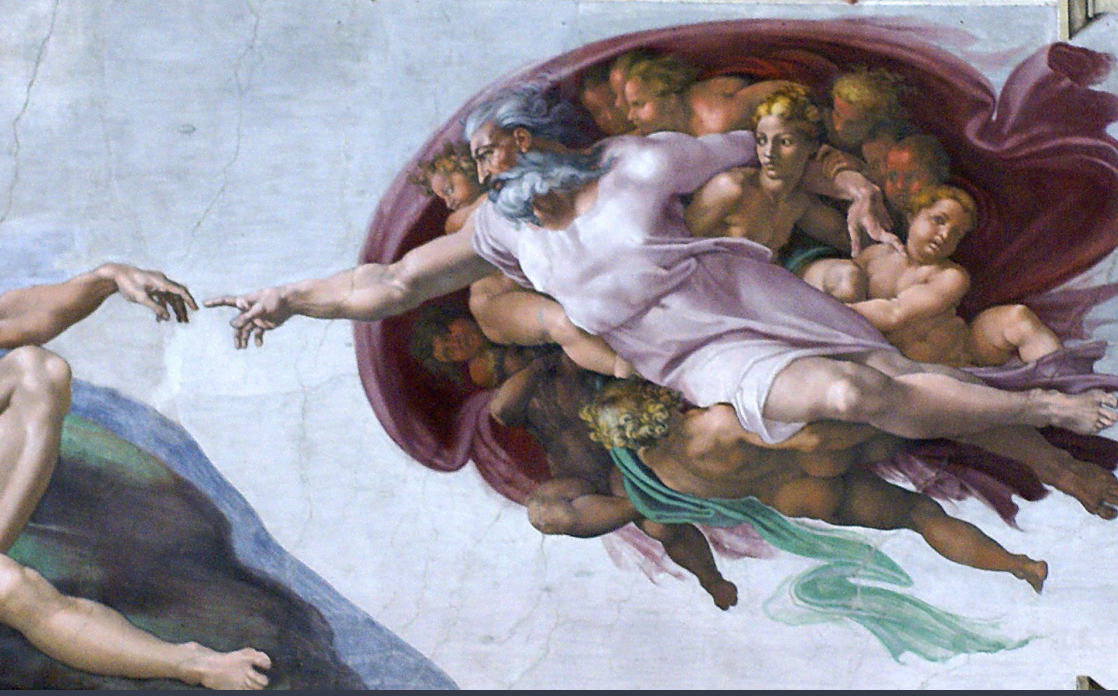


“ *In allen euren Gebeten und Fürbitten betet zu jedem Zeitpunkt in der Wirklichkeit des Gottesgeistes und wacht dabei in Ausdauer und im Gebet für alle, die auf Gottes Seite gehören!* ”

———— Gebet als Waffe nutzen ————

Da wir nicht gegen sichtbare Mächte kämpfen,
ist das Gebet unerlässlich...

- mit Gebet und Fürbitte - bete für das, was dich bewegt
- zu jedem Zeitpunkt - höre nicht auf, mach es im Alltag
- in der Wirklichkeit des Gottesgeistes - überlass dem Geist das Steuer
- wacht - lass dich nicht vom Weltgeschehen oder Schlaf überrumpeln
- in Ausdauer - bleib beharrlich dran, trainiere deine Gebetsmuskeln
- für alle - denk an deine Geschwister, wir brauchen einander



Gedanken / Fragen zum Tag (Grundlage ist Epheser 6,18)

Montag

Lies Jakobus 1,17-18. Überlege dir, was das mit deinem Gebetsleben zu tun hat und besprich es gleich mit Gott im Gebet.

Dienstag

„Mit Gebet und Fürbitte“ - Was bewegt dich heute? Was beschäftigt deine Gedanken, was belastet deine Seele? Bringe es vor Gott, lade bei ihm ab und lass es dort bei ihm.

Mittwoch

„Zu jedem Zeitpunkt“ - Versuche heute tagsüber so oft wie möglich ein Gebet mit in deine Arbeit, in deine Begegnungen (kann auch ein stilles Gebet sein) einzubinden. Welche Erfahrungen machst du?

Donnerstag

„In der Wirklichkeit des Gottesgeistes“ - Bitte Gott um die Erfüllung durch seinen Heiligen Geist für den heutigen Tag. Versuche dir vorzustellen und versuche körperlich zu spüren, wie er alles in dir, deine Extremitäten, deinen Kopf, deine Innereien, deine Seele, dein Denken füllt. Dann geh fröhlich in den Tag, du geisterfüllter Mensch Gottes.

Freitag

„Wacht...in Ausdauer“ - Lege heute eine längere Gebetszeit ein als sonst, bspw. doppelt so lange. Wenn es nicht zum gewohnten Zeitpunkt möglich ist, nimm dir die Zeit anderswo im Tagesverlauf oder am Abend. Trainiere deine Ausdauer und Wachsamkeit.

Samstag

Vergiss nicht, für andere zu beten. Lies dazu nochmals Epheser 6,18 und 1. Timotheus 2,1. Bete weiter für deine Mitmenschen gemäss Seite 18. Bleibe dran.

Anregungen zur Reflektion:

Lies Römer 15,30, Kolosser 4,12, Matthäus 26,36-46 und 2. Mose 17, 8-15. Was steht da übers Beten? Wie wird gebetet?

.....

.....

Lies Markus 14,38 und Lukas 21,36: Was bedeutet das konkret für dein Gebetsleben?

.....

.....

.....

Wie vollmächtig ist dein Gebet? Wie oft und ausgeprägt lässt du dich dabei vom Heiligen Geist leiten und wieviel von deinen Nöten und Sorgen? Schreibe dir drei Tage lang deine Anliegen auf.

.....

.....

.....

.....

Wo willst du Gottes Geist mehr an dein Lebenssteuer lassen?

.....

.....

Und jetzt?

Du hast dich jetzt einige Tage und Wochen mit der Waffenrüstung Gottes befasst. Schau zurück, markiere im Heft, was dir wichtig wurde, freue dich am Erreichten und bleibe weiter dran.

Lasst euch vom Herrn
Kraft geben,
lasst euch stärken durch
seine gewaltige Macht!

Legt die Rüstung an,
die Gott für euch
bereithält;

ergreift alle
seine Waffen!

Damit werdet ihr
in der Lage sein,
den heimtückischen
Angriffen des Teufels
standzuhalten.

EpheserbrieF 6,10-11



Chrischona Affoltern am Albis
Kirche mit Nähe