

Der Epheser-Brief Teil 11: Kapitel 5,21-6,9

Göttliches Mindset für Ehe und andere Beziehungen

Ankommen und Gebet (5 min)

Nehmt euch Zeit für eine kurze Begrüßungsrunde und startet mit einem gemeinsamen Gebet.

Einstieg ins Thema (10 min)

Zum Einstieg findet ihr hier einige Fragen. Wählt als Gruppe diejenige aus, die euch am meisten anspricht:

- ❖ Welches Rollenbild von Mann und Frau hast du in deinem Elternhaus erlebt? Was daran hast du als positiv empfunden – und was möchtest oder würdest du heute bewusst anders gestalten?
- ❖ Wie erlebst du das Rollenverständnis von Mann und Frau in Ehe und Partnerschaft in unserer heutigen Gesellschaft? Welche Entwicklungen empfindest du als hilfreich und positiv – welche siehst du eher kritisch?

An die Verheirateten:

- ❖ Wie habt ihr bei euch zu Hause Rollen und Verantwortlichkeiten verteilt? War das eine bewusste Entscheidung oder hat sich das im Laufe der Zeit eher natürlich entwickelt?

Falls viele Singles oder Nichtverheiratete in der Kleingruppe sind:

- ❖ Wie erlebst du Machtverhältnisse in deinem Arbeitsalltag? Wie geht dein Vorgesetzter oder Arbeitgeber mit seiner Verantwortung und seinem Einfluss um? Was empfindest du dabei als positiv – und was erlebst du als problematisch oder sogar destruktiv?

Predigtzusammenfassung (5 min)

- Als Menschen haben wir eine starke Tendenz zur Selbstverwirklichung. In Beziehungen führt das schnell zu kleinen – und manchmal auch größeren – Machtkämpfen.
- In Epheser 5,21–6,9 spricht Paulus drei Beziehungsfelder an, in denen Machtmissbrauch häufig vorkommt: die Ehe, die Eltern-Kind-Beziehung und das Verhältnis zwischen Arbeitgeber und Arbeitnehmer. Dabei verwandelt er die Machtfrage in eine Frage der gegenseitigen Unterordnung (V. 21).

DER MASTERPLAN

Kleingruppenmaterial zur
Predigtreihe rund um den Epheserbrief

- Unterordnung mit dem Ziel, dass es dem anderen gut geht, ist etwas zutiefst Göttliches und grundsätzlich gut. Gott selbst stellt sich – von der Schöpfung bis zur Offenbarung – aus Liebe zurück, um das Beste für den Menschen zu suchen. Ihren Höhepunkt findet diese Haltung im Kreuz, ihre vollkommene Erfüllung in der Ewigkeit.
- Das eigene Glück im Glück des anderen zu suchen, ist ein Grundprinzip, das sich immer wieder in der Botschaft Jesu zeigt und eine wesentliche Voraussetzung für gelingende Beziehungen ist – ganz besonders in der Ehe.
In der Ehe ganz besonders, aber auch in anderen Beziehungen, wirst du immer einen Kampf kämpfen müssen: Es ist entweder ein Kampf gegen den Anderen, oder ein Kampf gegen dein Ego.
- Wahre Unterordnung kann ich nur freiwillig schenken; sie kann niemals eingefordert werden.

Bibelstellen

- Epheser 5,21- 6,9
- Markus 10,45
- Lukas 22,26

Vorbemerkung zu den Versen 6, 5-9:

In Predigt und Kleingruppe wird eine Parallele zwischen der antiken Beziehung von Sklaven und Herren und heutigen Arbeitsverhältnissen gezogen. Auch wenn sich beides nicht vollständig vergleichen lässt, bleibt das zugrunde liegende Prinzip aktuell: Unterordnung bedeutet, das Beste für den anderen zu suchen – und lässt sich deshalb gut auf unsere heutige Arbeitswelt übertragen.

Fragen zum Bibeltext (75 min)

Lest gemeinsam **Epheser 5,21-6,9**.

1. Einstieg: Unser Verständnis von Unterordnung

Zu Vers 21 („Ordnet euch einander unter...“)

- Welche Gedanken oder Gefühle löst diese Aussage bei dir aus?
Kannst du etwas mit dieser Vorstellung anfangen – warum oder warum nicht?
- Falls du Unterordnung schon einmal negativ erlebt hast:
Was genau hast du daran als negativ oder verletzend empfunden?
Wichtige Klarstellung: Unterordnung bedeutet nicht Unterdrückung, Verlust von Selbstbestimmung, Rechtlosigkeit oder das Ertragen von Machtmissbrauch.

DER MASTERPLAN

Kleingruppenmaterial zur
Predigtreihe rund um den Epheserbrief

- Warum wird Unterordnung deiner Meinung nach oft negativ verstanden?
- Was könnte der positive Wert gegenseitiger Unterordnung sein?
Versucht gemeinsam eine Definition von „gesunder“ oder „guter“ Unterordnung zu finden.

Mögliche Gedankenanstöße:

- Das Beste für den anderen suchen
- Den anderen höher achten als das eigene Ego
- Auf eigene Ansprüche verzichten, damit Beziehung gelingen kann

2. Jesus als Vorbild der Unterordnung

- Inwiefern hat Jesus Christ selbst Unterordnung vorgelebt? Sammelt Beispiele aus seinem Leben. (z.B. Fußwaschung, Heilungen aus Mitleid, sein Selbstverständnis als Diener in Markus 10,45, Gebet in Gethsemane in Matthäus 26, Gefangennahme, Spott, Kreuzigung, Frühstück für die Jünger Johannes 21)
- Haben wir Jesu Hingabe und Unterordnung verdient? Wenn nicht: Was war sein Motiv?
- Was können wir daraus für unser eigenes Verhalten in Beziehungen lernen?

3. Unterordnung aus Ehrfurcht vor Christus leben

- Was bedeutet es praktisch, sich „in der Furcht Christi“ unterzuordnen? Wie verstehst du diese Formulierung? Was bedeutet Ehrfurcht vor Jesus im Alltag?

4. Anwendung auf unsere Beziehungen

Ehe:

- Welche Rolle spielt Ehrfurcht vor Jesus innerhalb einer Ehe? Wie könnte eine Beziehung aussehen, in der beide Partner ihr Verhalten bewusst an Jesus orientieren?

Familie (Eltern und Kinder):

- Welche Rolle spielen Unterordnung und Ehrfurcht vor Jesus in der Beziehung zwischen Eltern und Kindern?
- Inwiefern sollten Eltern bereit sein, sich selbst zurückzunehmen? Welche Verantwortung haben Kinder?
- Welche Leitlinien erkennst du in Epheser 6,1–4?
Wo würdest du persönliche Grenzen sehen?

Arbeitsplatz:

- Welche Rolle spielen Unterordnung und Ehrfurcht vor Jesus im Arbeitsleben?
- Wie könnte ein Vorgesetzter seine Verantwortung im Sinne Jesu leben?
Wie kann sich ein Arbeitnehmer in gesunder Weise unterordnen?
- Wo liegen für dich Grenzen – besonders dort, wo Macht destruktiv eingesetzt wird?

DER MASTERPLAN

Kleingruppenmaterial zur
Predigtreihe rund um den Epheserbrief

5. Zu Versen 5,22–33

- Welche Unterschiede erkennst du in der Art und Weise, wie hier die Beziehung zwischen Mann und Frau beschrieben wird?
- Welche unterschiedlichen Formen von Verantwortung oder Unterordnung werden jeweils angesprochen?
- Wie empfindest du diese unterschiedliche Rollenbeschreibung? Welche Aspekte kannst du gut nachvollziehen oder als hilfreich ansehen? Was irritiert dich oder stößt bei dir auf Widerstand – und warum?
- Stell dir vor, beide Partner würden dieses Modell in vollkommener Weise leben: Würde daraus deiner Meinung nach eine gute und gesunde Ehe entstehen? Warum könnte das funktionieren – oder warum siehst du darin mögliche Probleme?

Praktische Anwendung (10 min)

Überlegt euch anhand eurer aktuellen Lebenssituation, in welchem Bereich euch das Prinzip aus Epheser 5 besonders herausfordert: in der Ehe, in der Familie, im Beruf oder in einer anderen wichtigen Beziehung.

- Wo entstehen in meinen Beziehungen immer wieder Konflikte, weil ich auf meinem Recht, meinen Vorstellungen oder meinem Ego bestehe?
- Wo könnte es einer Beziehung konkret guttun, wenn ich bewusster das Wohl des anderen über meine eigenen Interessen stelle?
- Gibt es in einer meiner Beziehungen Verletzungen, ungelöste Konflikte oder Situationen, in denen ein Gespräch, Vergebung oder ein neuer Schritt nötig wäre?

Herausforderung für die Woche (10 min)

Paulus beschreibt Beziehungen nicht nur als menschliches Zusammenleben, sondern als Orte, an denen die Liebe und Haltung von Jesus Christ sichtbar werden sollen. Doch oft versuchen wir, unsere Ehe, Familie oder Beziehungen aus eigener Kraft zu gestalten.

Die Frage für diese Woche lautet deshalb:

„Wie können wir Gottes Kraft neu in unsere Ehe, Familie und Beziehungen hineinlassen?“

Überlegt euch ganz praktisch:

Welche **kleinen geistlichen Gewohnheiten** könnten wir **neu in unserem Alltag entwickeln**, damit **Jesus in unserem Zuhause mehr Raum bekommt?**

DER MASTERPLAN

Kleingruppenmaterial zur
Predigtreihe rund um den Epheserbrief

Hier ein paar Ideen:

- Beim Autofahren bewusst gemeinsam einen christlichen Podcast oder Input hören (z. B. von BibleTunes)
- Sich jede Woche einmal bewusst Zeit nehmen, gemeinsam einen kurzen Bibelabschnitt zu lesen und kurz darüber zu sprechen
- Sich gegenseitig erzählen: „*Was hat mich heute im Glauben beschäftigt?*“
- Vor dem Schlafengehen oder beim Essen bewusst miteinander beten
- Gemeinsam Lobpreislieder hören (z.B. beim Autofahren) oder zusammen singen
- Als Ehepaar regelmäßig für die eigenen Kinder oder füreinander beten
- Sich bewusst Zeit nehmen, um über geistliche Themen ins Gespräch zu kommen statt nur über Organisation und Alltag

Am Ende der Woche fragt euch: „Was verändert sich in unseren Beziehungen, wenn Jesus nicht nur Teil unseres Glaubens ist, sondern Teil unseres gemeinsamen Alltags wird?“

Gebet und Abschluss (5 min)

Nehmt euch Zeit, für eure Beziehungen zu beten. Bringt Gott die Bereiche, in denen euer Herz hart geworden ist, und bittet ihn um neue Liebe, Veränderung und die Kraft, einander zu vergeben.