



Predigtserie: Vollkommen bedürftig – Die Kunst richtig zu brauchen

Predigt: Menschsein nach der Schöpfung

Icebreaker

Bei welcher Sache fällt es dir am schwersten, andere um Hilfe zu bitten?

Vollkommen bedürftig

Was brauche ich für ein gutes Leben? Und ist es überhaupt okay, dass ich etwas brauche, um mich gut zu fühlen? Unsere Kultur feiert Unabhängigkeit und Selbstgenügsamkeit. Die biblische Erzählung zeichnet jedoch ein anderes Bild. Der Mensch ist von Anfang an als zutiefst bedürftiges Wesen geschaffen. Bereits im Garten Eden wird deutlich, dass der Mensch nicht aus sich selbst heraus lebt, sondern aus Beziehung, Versorgung und Abhängigkeit von Gott. Bedürftigkeit ist deshalb kein Defekt, sondern Teil seines göttlichen Designs.

„Die Bedürftigkeit des Menschen ist wie eine Signatur eines Künstlers auf seinem Kunstwerk, mit der Gott sagt: Du wirst mich immer als Lebensquelle brauchen.“

Lest 1. Mose 2,15–18

15 Und Gott der HERR nahm den Menschen und setzte ihn in den Garten Eden, dass er ihn bebaute und bewahrte. 16 Und Gott der HERR gebot dem Menschen und sprach: Du darfst essen von allen Bäumen im Garten, 17 aber von dem Baum der Erkenntnis des Guten und Bösen sollst du nicht essen; denn an dem Tage, da du von ihm isst, musst du des Todes sterben. 18 Und Gott der HERR sprach: Es ist nicht gut, dass der Mensch allein sei; ich will ihm eine Hilfe machen, die ihm entspricht.

Schon im Paradies braucht der Mensch Aufgabe, Orientierung, Beziehung und vor allem Gott selbst. Bedürftigkeit ist kein Resultat des Sündenfalls, sondern Teil der guten Schöpfung Gottes. Der Mensch ist ein ganzheitliches Wesen, körperlich, intellektuell, emotional, sozial, und geistlich. Deshalb sind auch seine Bedürfnisse ganzheitlich. Sie sind nicht sündig, sondern gut. Genauso wollte Gott den Menschen. Vollkommen bedürftig.

Die entscheidende Frage ist deshalb nicht, ob wir Bedürfnisse haben, sondern wie wir mit ihnen umgehen. Der Mensch braucht Dinge, die er nicht in sich selbst findet. Dabei gibt es eine **göttliche** und eine **ungöttliche** Art und Weise mit seinem Mangelzustand umzugehen.

Die göttliche Art und Weise ist genügsam, rücksichtsvoll und kontrolliert. Die ungöttliche Art zeigt sich dagegen dort, wo der Mensch sein Bedürfnis absolut setzt und es zur höchsten Instanz seines Lebens macht, während Gott aus dem Zentrum rückt. Erfüllung wird dann unabhängig von Gott gesucht und kann auf Kosten anderer geschehen, indem Grenzen oder Würde verletzt werden. Ein weiteres Kennzeichen eines ungöttlichen Umgangs mit Bedürfnissen ist die Tendenz, sich mit ihnen zu identifizieren. Dann definiert sich der Mensch über die Erfüllung oder Nichterfüllung eines Bedürfnisses. So entsteht Begierde dort, wo ein gutes Geschenk Gottes zum Ersatz für Gott wird und das Bedürfnis beginnt, das Herz zu regieren, statt selbst vom Herzen, das auf Gott ausgerichtet ist, geordnet zu werden.

Lest Sprüche 4,23

Behüte dein Herz mit allem Fleiß, denn daraus quillt das Leben.

Die Bibel beschreibt das Herz als Zentrum unseres Denkens, Fühlens und Wollens. Dort werden Bedürfnisse geordnet. Deshalb ist die entscheidende Frage nicht, ob wir Bedürfnisse haben, sondern ob unser Herz von Gott geprägt wird oder ob unsere Bedürfnisse unser Herz beherrschen.

Training (Nehmt euch für jede Frage eine persönliche Zeit der Stille (ca 7Min.) und tauscht im Anschluss aus.)

Bei jedem Menschen gibt es die Tendenz, dass ein gutes Bedürfnis langsam zu einem sündigen Muster/Begierde wird bzw. geworden ist und das Herz regiert.

1. Welches Bedürfnis/Begierde hat aktuell die größte Macht über dein Herz (Siehe Beispiele im Anhang)?

- Was versprichst du dir davon?
- Was befürchtest du, wenn dieses Bedürfnis unerfüllt bleibt?
- Was sagt das über dein Vertrauen auf Gott aus?

2. Was wäre eine göttliche Art, diesem Bedürfnis in den nächsten 14 Tagen zu begegnen?

Beispiele:

- Bedürfnis nach Anerkennung → dienen, ohne gesehen zu werden.
- Bedürfnis nach Kontrolle → eine Sorge bewusst an Gott abgeben.
- Bedürfnis nach Nähe → ein ehrliches Gespräch suchen statt Rückzug.
- Bedürfnis nach Ruhe → einen Abend ohne Ablenkung verbringen.

Anhang: Wie aus guten Bedürfnissen destruktive Muster/Begierden werden. Im Folgenden sind nur einige Beispiele aufgeführt.

Körperlich

- **Sicherheit / Schutz** → Kontrolle, Absicherung, Angst-getriebenes Festhalten, Übermäßiges Planen
- **Ruhe / Erholung** → Flucht in Ablenkung, Bildschirmabhängigkeit, totale Trägheit
- **Nahrung / Genuss** → Überessen, Betrinken, Essstörungen, Genuss als Betäubung von innerer Leere
- **Sexualität / Zärtlichkeit** → Pornografie, Sexsucht, emotionale Kälte oder Besitzdenken in Beziehungen

Emotional

- **Angenommensein / Liebe** → People-Pleasing, emotionale Abhängigkeit, Angst vor Ablehnung
- **Geborgenheit** → Rückzug, emotionale Abschottung, Misstrauen
- **Freude** → künstliche Dauerstimulation, Vermeidung von Tiefe und Schmerz
- **Verarbeitung von Schmerz** → Verdrängung, Zynismus, Bitterkeit

Sozial

- **Zugehörigkeit / Gemeinschaft** → Anpassung um jeden Preis, Angst allein zu sein, Abhängigkeit von Gruppenmeinung
- **Freundschaft / Nähe** → Klammern, emotionale Überforderung anderer, Exklusivität („du bist alles für mich“)
- **Anerkennung / Wertschätzung** → Leistungssucht, Perfektionismus, Social-Media-Identität
- **Frieden / Harmonie** → Konfliktvermeidung, Unehrllichkeit, Menschen gefallen wollen

Intellektuell

- **Sinn / Orientierung** → Ideologie, Dogmatismus, intellektuelle Kontrolle über alles
- **Verstehen / Klarheit** → Grübeln, Overthinking, Kontrollzwang im Denken
- **Kompetenz / Wirksamkeit** → Leistungsidentität, Stolz, Angst vor Fehlern
- **Identität / Selbstverstehen** → Selbstfixierung, dauernde Selbstoptimierung, Ich-Zentrierung

Geistlich

- **Sicherheit in Gott / Vertrauen** → religiöse Kontrolle, Gesetzlichkeit, Leistungsfrömmigkeit
- **Vergebung / Gnade** → Selbstrechtfertigung oder Verdrängung von Schuld
- **Nähe zu Gott** → spirituelle „Erlebnissucht“, Emotion statt Beziehung
- **Führung / Leitung Gottes** → Über-Spiritualisierung oder Entscheidungslosigkeit

Kleingruppenwerte

Sicherer Ort: was in der Gruppe gesagt wird, bleibt in der Gruppe

Wertschätzung durch Zuhören: versuch dir nicht direkt eine Antwort zu überlegen, sondern sei voll auf dein Gegenüber konzentriert.

Stille: Lass Stille zu, damit die Gruppe Zeit hat über die Frage oder Antwort eines anderen nachzudenken.

Zwischengespräche: Sei Rücksichtsvoll und führe keine Neben Konversationen.

Helfersyndrom: Ihr seid nicht da um die anderen zu verändern, das ist Jesu Part. Gib keine schnellen und platten Antworten oder Ratschläge und Lösungen.

Spannungen aushalten: Wenn ein Teilnehmer etwas Persönliches teilt, besteht die Gefahr, das andere Teilnehmer ihn aufmuntern, trösten oder Beileid bekunden wollen. Das führt oft dazu, dass ersterer aufhört sich mitzuteilen. Widersteht genauso der Versuchung Spannung durch Humor aufzulösen. Haltet Spannung aus.

Zeit: Achte auf die Zeit die du in Anspruch nimmst.

Einfluss: Mach dir bewusst, dass du dein Umfeld durch deine Worte, Handlungen und nonverbale Kommunikation beeinflusst.

Ich-Aussagen: Es ist einfacher über die Probleme anderer zu sprechen, aber um das zu erreichen, was wir wollen ist es wichtig, dass du dich öffnest. Verwende Ich-Formulierungen statt „uns“, „wir“, „ihr“ oder „die Kirche“.

Kämpfe für Beziehungen: Beziehungen erreichen ein ganz neues Level, wenn Konflikte auf eine gesunde und respektvolle Art gelöst werden. Wenn Konflikte innerhalb der Gruppe auftreten, verpflichten wir uns für Beziehung zu kämpfen und miteinander statt übereinander zu reden.