



Die christliche Familie

Lektion 4

Wenn Ehepaare uneinig sind

Ziel: Wie wir einen fairen Streit führen.

EINLEITUNG

- I. Bibeltext: **Epheser 4,25-32**
 - A. Warum lese ich diesen Bibeltext vor.
 1. Er ist die Einleitung zum Thema: Wenn Ehepaare uneinig sind.
 2. Oder in der Frageform: Wie sollen wir uns verhalten, wenn wir mit unserem Ehepartner nicht einverstanden sind?
 - B. Selbstverständlich gelten diese Prinzipien mit denen wir uns befassen werden auch für Ledige und für alle unsere Beziehungen.
- II. Es ist als würde Paulus in diesem Abschnitt den Schlafzimmerschrank öffnen und sagen:
„Du hast zwei Arten von Kleider in deinem Schrank:
 - A. Abstossende Kleider, die dich nicht schön kleiden.
 - B. Anziehende Kleider, die dich freundlich und sympathisch aussehen lassen.
 - C. Für welche möchtest du dich entscheiden?“
- III. In diesem Bibeltext sind mindestens sieben Lebensprinzipien enthalten die uns helfen einen fairen Streit zu führen:

HAUPTTEIL

I. Sei ehrlich! (Vers 25)

- A. „Lüge nicht, weil du Recht haben und den Streit gewinnen willst!“
- B. Es gibt vier Arten von Lügen:
 1. **Halbwahrheiten**
 - a) Ich bin nicht ganz ehrlich, weil ich dadurch zum Beispiel besser einen Streit gewinnen kann.
 - b) In der Geschäftswelt wird behauptet, dass die ganze Wahrheit nicht immer die beste Lösung sei. (Herzkrankheit14, Seite69)
 - c) Tatsache ist: Der allmächtige Gott verurteilt jede Form der Lüge, denn sie dient letztlich nur dem egoistischen Selbstschutz.
 - d) Wer lügt, wird das Himmelreich nicht ererben (Offb. 21,8; 22,15).
 2. **Übertreibungen**
 - a) Ananias und Saphira mussten sterben, weil sie vorgaben ihr ganzes Geld der Gemeinde zu spenden, obschon es nur ein Teil davon war (Apg. 5).
 - b) Petrus sagte zu Ananias: „*Nicht Menschen hast du belogen, sondern Gott.*“
 - c) Wie schnell übertreiben wir etwas besonders im Streit.
 - (1) Dort sieht immer alles viel schlimmer aus als es in Wirklichkeit ist.
 - (2) Übertreibung ist dabei die falsche Waffe.
 3. **Notlügen**
 - a) Man gerät in Bedrängnis und versucht durch eine Notlüge einen Ausweg aus der Situation.
 - b) Das ist in Gottes Augen am Ziel vorbeigeschossen und hat unter Ehepaaren keine Berechtigung.
 4. **Die Lüge**
 - a) Jede Form von Lüge ist zerstörerisch für eine Partnerschaft.
 - b) Paulus sagt dass wir in der Gemeinde Glieder sind.

- (1) Damit vergleicht er uns Gläubige mit einem Körper.
- (2) Das heisst, die rechte Hand versucht nicht die linke zu betrügen. Im Gegenteil!
- (3) Wenn die rechte Hand Probleme hat, dann kommt ihr sofort die linke zu Hilfe.
- (4) Wenn mein Fuss schmerzt, dann fühlt der ganze Körper mit und versucht den Fuss zu schonen.
- (5) Genauso sollte es in der Gemeinde sein und erst recht in der Ehe und Familie.
- c) Jesus sagt,
 - (1) wenn jemand dich verletzt hat, dann gehe hin und rede mit der betreffenden Person, damit der „Leib“ der Gemeinde geheilt werden kann (Mt. 18,15).
 - (2) wenn aber du jemand verletzt hast, dann gehe hin und versuche den Schmerz zu verbinden, bevor du Gott anbetest (Mt. 5,23-24).
- C. Es gibt Konversationen bei denen fortwährend gesagt wird: „Jetzt mal ganz ehrlich...“
 - 1. Heisst das, dass du die ganze Zeit nicht ehrlich warst und jetzt einmal ehrlich bist?
 - 2. Oder willst du damit behaupten, dass deine Ehrlichkeit die Wahrheit ist?
 - 3. Gott will, dass wir den ganzen Tag ehrlich sind und niemals lügen.
 - a) Damit schaffen wir eine gute Voraussetzung den Ehekonflikt zu lösen.
 - b) Unsere ehrliche Ansicht einer Sache bedeutet jedoch nicht immer,
 - (1) dass sie deshalb die einzige Art und Weise ist etwas zu betrachten und
 - (2) dass der andere es auch so sehen muss wie wir.
 - c) Wichtig ist auch dass Ehrlichkeit nicht mit falscher Offenheit gleichgesetzt wird. (In dieser Hinsicht kann tatsächlich eine unnötige Offenheit nicht immer die beste Lösung sein.)

II. Kontrolliere deine Gefühle! (Verse 26-27)

- A. „Schüre keine unnötigen Aggressionen, sondern hüte deine Zunge vor bösen Worten!“
 - 1. Diese Verse sagen uns einiges über den Zorn.
 - 2. Das heisst; Zorn ist nicht immer sündhaft.
 - 3. Es gibt sogar Situationen in denen der Zorn angemessen ist:
 - a) Im AT lesen wir immer wieder über Gottes Zorn (Nu. 25,4; Dt. 9,8.20; Jer. 4,8; 12,13).
 - b) Es gab auch Situationen in denen Jesus zornig wurde (Mk. 3,5; Joh. 2,13-17; Mt. 21,12-13).
 - c) Wir sollten zornig sein über unsere Sünden.
 - (1) Wir sollten zornig sein wenn wir mit unserem Verhalten oder mit unseren Aussagen andere verletzt haben.
 - (2) Leider ist es so, dass wir oft in den falschen Situationen zornig sind.
 - (3) Wir ärgern uns vielleicht mehr über Kleinigkeiten, während wir über die grossen Probleme kaum nachdenken.
 - 4. Wichtig ist, dass wenn wir zornig werden, nicht sündigen! (Ps. 4,5)
 - a) Das ist das grosse Problem, denn oft ist es so, dass wir mit unserem Zorn sündigen.
 - b) Beispiel:
 - (1) Eine Frau rechtfertigte sich für ihre Ausbrüche, indem sie sagte: „So bin ich halt. Ich explodierte und dann ist es aber auch gleich vorbei.“
 - (2) Ihr Mann antwortete: „Das selbe ist wahr in Bezug auf einen Sprengstoff. Er explodiert und dann ist alles vorbei. Aber schau doch, welchen Schaden er angerichtet hat!“
 - (3) Das ist also keine Entschuldigung, unkontrolliert zu sein und schnell zu explodieren.

5. Worte gesprochen im Zorn können sehr schnell verletzend werden.
 - a) Deshalb ist es wichtig, dass wir unsere Zunge unter Kontrolle haben und vorsichtig sind, wie wir uns ausdrücken.
 - b) Wenn wir mitten in einem Konflikt stehen, dann wollen wir doch nicht noch mehr Schaden anrichten mit einer verletzenden Zunge.
 - c) Das wären für die Lösung des Problems und für unsere Beziehung keine Hilfen.
 6. Viele Menschen in der Welt verbocken sich ihre besten Beziehungen durch ihre unkontrollierten Gefühle.
 - a) Im Nachhinein sind sie sich dann reuig aber trotzdem zu stolz sich zu entschuldigen.
 - b) Je älter sie werden desto einsamer sind sie.
 - c) Unter Christen soll das nicht so sein, sondern wir wollen wenigstens wieder aufeinander zugehen und uns gegenseitig vergeben (V. 32).
- B. Auch wenn ein Ehepaar uneins ist, dann ist das noch lange kein Grund grausam miteinander umzugehen.
1. Darum lasst uns gemeinsam eine wichtige Entscheidung treffen: Wenn wir nicht einverstanden sind miteinander, dann lassen wir im Kampf die schwere Artillerie weg.
 2. Wir wollen doch einander nicht gerade umbringen im Kampf (Gal 5,15). ☺
 3. Je besser wir eine Person kennen, desto besser wissen wir auch, wie wir sie verletzen können.
 - a) Wenn wir zornig sind, neigen wir zu unsachlichen Beschuldigungen, bösen Worten und ziehen vielleicht sogar die Vergangenheit hervor und kratzen alte Wunden wieder auf.
 - b) Im Zorn wissen viele gar nicht mehr was sie wirklich sagen oder tun.
 4. Darum ist es umso wichtiger, dass wir dem Teufel von Anfang an keinen Raum geben und unseren Zorn kontrollieren.
 - a) Ein zorniger Mensch ist ein leichtes Spiel für den Widersacher.
 - b) Der Zorn macht uns anfälliger auf geistige Infektionen, die unser Herz krank machen.
 - c) Darum ist es manchmal besser, wenn wir uns zur gegebenen Zeit zurück ziehen, um zuerst abzukühlen, bevor es in eine weitere Runde geht.

III. **Lege deinen Zorn ab bevor die Sonne untergeht! (Vers 26)**

- A. „Gehe nicht mit Zorn und Groll ins Bett!“
1. Es lässt sich viel entspannter schlafen, wenn Probleme und Streitigkeiten vor dem ins Bett gehen abgelegt werden können.
 2. Gott will, dass wir dem Frieden nachjagen mit jedermann und uns heiligen lassen (Heb. 12,14).
 - a) Wie können wir aber dem Frieden nachjagen, wenn wir Bitterkeit, Wut und Zorn in uns tragen?!
 - b) Damit lassen wir uns versklaven und geben dem Teufel Macht über uns.
 3. Deshalb ist es ratsam, wenn Probleme und Streitigkeiten auftauchen in unseren Beziehungen, sie so schnell wie möglich anzugehen und niemals auf die lange Bank zu schieben (Mt. 5,25).
 4. Denn oft ist es so, je länger ein Konflikt andauert und unbearbeitet bleibt, desto schlimmer entwickelt er sich.
 - a) Nichts auf der Welt wird automatisch besser!
 - b) Alles Gute muss mit viel Aufwand und Fleiss gepflegt werden.
 - c) Deshalb sollten wir es uns zum Prinzip machen nicht einmal die Sonne untergehen zu lassen, ohne vorher Frieden zu schaffen.
- B. Um diesem Prinzip nachzukommen kann sich zum Beispiel ein Ehepaar vornehmen niemals im Streit zu Bett zu gehen.

1. Dieses Prinzip ist sicher ein stabiler Grundstein für jede Ehe (es mag Ausnahmen geben).
2. Vielleicht ist es trotzdem nötig, dass man sich gegenseitig die Zeit gibt abzukühlen.
3. Danach kann man sich zum Gebet zusammen setzen, um anschliessend in aller Ruhe die Uneinigkeit zusammen zu diskutieren.
4. Wichtig ist, dass ein Ehepaar an Lösungen interessiert ist und nicht am Niederreisen der Beziehung (2. Tim. 2,23-24).
 - a) Es gibt ja auch viele Menschen, die lieben es zu streiten und zu kämpfen.
 - b) Es gibt auch Ehepaare, die gar nie aus den Streitigkeiten herauskommen.
 - (1) Bei Herr und Frau „Chifler“ nützt der längste Sonnenuntergang nichts!
 - (2) Es gibt so viele Baustellen in ihrer Beziehung und stündlich werden neue eröffnet.

IV. Suche nach positiven Lösungen! (Vers 28)

- A. „Gebe Gedanken, die zu Lösungen und nicht zu weiteren Problemen führen.“
- B. Paulus ermahnt die neuen Gläubigen in Ephesus nicht mehr zu stehlen, sondern einer nützlichen Beschäftigung nachzugehen.
 1. Dabei sollen sie nicht bloss an sich selbst denken, indem sie für ihren eigenen Lebensunterhalt arbeiten.
 2. Sie sollen auch fähig sein den Notleidenden etwas zu geben.
 3. Damit lernen wir ein Erfolgsprinzip, das auch in Konfliktsituationen angewandt werden kann.
- C. Es geht darum in einem Streit positive Lösungen anzubieten!
 1. Es geht nicht bloss darum ehrlich zu sein und diszipliniert mit unseren Gefühlen umzugehen.
 2. Viele meinen fälschlicherweise, dass ihre Offenheit und Ehrlichkeit angebracht sei, dabei hagelt es nichts anderes als negative Kritik aus ihrem Mund.
 - a) Negative Kritik ist nicht genug.
 - b) Jeder kann kritisieren, das ist leicht.
 - c) Eine positive Lösung zu offerieren fordert viel mehr von uns, weil sie Kreativität und Liebe beinhaltet.
 3. Bsp. Nehmen wir eine Schweizeruhr.
 - a) Jeder kann eine Uhr mit dem nötigen Werkzeug und mit einem Schlag zerstören.
 - b) Aber wie viele können eine Uhr zusammensetzen, so dass sie über Jahre hinaus präzise läuft und die genaue Zeit angibt?
 - c) Genauso ist es in allen unseren Beziehungen: Zerstören ist viel leichter als Aufbauen.
- D. Eine weitere Wahrheit steckt in der positiven Lösungssuche:
 1. Wenn wir offen und ehrlich sind, dann denken wir vermutlich nur an uns selbst.
 2. Das Erfolgsprinzip im Vers 28 lautet jedoch an andere zu denken.
 - a) Wir unterlassen nicht nur das Stehlen, sondern können Notleidenden helfen.
 - b) Wir arbeiten nicht bloss für uns selbst, sondern auch für andere.
 3. Es geht nicht bloss um Offenheit, Ehrlichkeit, oder wie manche es nennen, um Sachlichkeit, sondern um Liebe - Liebe die sich für andere einsetzt und sich hingibt zu ihrem Wohl.
 4. Ist es nicht das was Jesus am Kreuz für uns getan hat?
 5. Deshalb können wir uns in einem Streit fragen:
 - a) Geht es mir bloss um *mein* Recht und um das was *ich* denke?
 - b) Geht es mir um das Wohl des andern, oder um das Wohl meiner Ehefrau, meiner Familie etc.?
 - c) Philipper 2,3-4 (zusammengefasst):
 - (1) „*Tut nichts zum eigenen Wohl!*“

- (2) „Haltet vielmehr in Demut einander in Ehren!
 - (3) „Einer achte den andern höher als sich selbst!
 - (4) „Habt nicht das eigene Wohl im Auge, sondern jeder das des andern.“
6. Darum lasst uns in jedem Streit nach positiven Lösungen suchen und einander nicht herunterreißen, so dass weitere Baustellen entstehen!

V. Rede keine hässlichen Worte! (Verse 29-30)

- A. Oder positiv ausgedrückt: „Sei ein Ermutiger.“
- B. Was sind hässliche Worte?
1. Damit sind alle bösen Worte gemeint, auch Schimpf- oder Fluchworte.
 - a) Sie sind wie Kohlen für das Feuer (Jak. 3,6).
 - b) Sprüche 15,1: „Eine sanfte Antwort beschwichtigt die Erregung, aber ein kränkendes Wort steigert den Zorn.“
 2. Wenn wir gläubig werden, dann nehmen wir einen neuen Wortschatz an, eine neue Sprache, die nichts mit den hässlichen Ausdrucksformen der Welt zu tun haben.
 3. Aus unserem Mund soll nicht Lob und Fluch hervorgehen, das wäre ein Widerspruch zu unserem neuen Leben in Christus (Jak. 3,10).
 4. Mit unnützen und faulen Worten betrüben wir den Heiligen Geist Gottes in uns!
 - a) Der Heilige Geist in uns ist dann traurig, blockiert oder gehemmt.
 - b) Er kann sich nicht entfalten, sondern fühlt sich eingeschüchtert und eingeengt.
 5. Der griechische Begriff für hässlich (*λόγος σαπρός*) bedeutet eigentlich -
 - a) faul wie ein Fisch (Mt. 13,48), oder
 - b) wie eine faule Frucht (Mt. 7,17). (Bauer1486)
 6. Hässliche Worte sind also unbrauchbar, schlecht und ungeniessbar.
- C. NGÜ: „Vielmehr soll das, was ihr sagt, gut, angemessen und hilfreich sein... wohl tun.“
1. Worte sind wichtig und haben eine grosse Macht!
 2. Viele Menschen scheinen sich der Wirkung ihrer Worte auf andere überhaupt nicht bewusst zu sein.
 - a) Ein paar gute Worte, die im rechten Moment gesprochen werden können so eine bleibende positive Wirkung auf uns ausüben!
 - b) Sie können Menschen zu Höchstleistungen anspornen.
 - c) Sie können dort, wo Verzweiflung und Trauer herrschte, Freude und Hoffnung aufleben lassen.
 - d) Sie schaffen eine tiefere Beziehung mit mehr Vertrauen.
 3. Deshalb werden wir Christen aufgerufen einander zu ermutigen in allen Lebenssituationen, selbst dann wenn wir miteinander streiten.
 - a) Wenn wir das Ziel der Ermutigung und des Beziehungsaufbaus im Vordergrund sehen dann können die bösen Worte minimiert werden.
 - b) Wenn der Ehepartner sich in unserer Nähe gestärkt und ermutigt fühlt, dann spornen wir ihn an zu guten Taten.

VI. Behalte den Zwischenfall für dich! (Vers 31)

- A. „Hänge deine Eheprobleme nicht an die grosse Glocke!“
1. Das heisst, mache deinen Ehepartner nicht schlecht bei andern.
 2. Je mehr über den andern schlecht geredet wird indem verschiedene Leute davon wissen, desto mehr ist die Zukunft einer Ehe gefährdet.
- B. Darum haltet zusammen und steht zueinander auch in Krisenzeiten!
1. Das macht eure Ehe stark und verbindet euch noch mehr.
 2. Gebt euch beiden nach jedem Ausrutscher die Möglichkeit wieder auf den geraden Weg zurückzukommen.
 - a) Wenn aber die halbe Welt davon erfährt und eventuell noch dazu Stellung nimmt, dann neigen Paare ihre Beziehung aufzugeben.

- b) Wir handeln manchmal einfach böse und brauchen immer wieder eine Neubesinnung und einen Neuanfang.
 - (1) So macht es Gott mit uns allen.
 - (2) Nur der Herr kennt uns alle ganz genau.
 - (3) Deshalb kann auch nur Gott uns alle einmal gerecht richten.
- 3. In den meisten Beziehungen gibt es Konflikte und Zwischenfälle.
 - a) Das ist die bittere Realität!
 - b) Wichtig ist, dass wir den Heiligen Geist an uns arbeiten lassen so dass die Streitigkeiten minimiert werden können.
- 4. Die folgende Liste enthält 15 falsche Vorstellungen über die Ehe, die unbedingt über Bord geworfen werden müssen, wenn wir unserer Beziehung eine Chance geben wollen:
 - a) Christen kennen keine Eheprobleme.
 - b) Gott kann die Eheprobleme wie durch ein Wunder heilen.
 - c) Untertänigkeit bedeutet Unterdrückung oder Verleugnung meiner Gefühle und Gedanken.
 - d) Eine Ehe verläuft besser wenn einer von beiden den Ton angibt.
 - e) Eine gute Ehe kennt keine Streitigkeiten.
 - f) In einer Ehe fühle ich mich nie mehr einsam.
 - g) Kinder unterstützen oder festigen eine Ehe.
 - h) Ich kann meinen Ehepartner ändern.
 - i) Ich kann alle Bedürfnisse meines Ehepartners erfüllen.
 - j) Guter Sex ist das Zeichen einer guten Ehe.
 - k) Mann und Frau sind zu unterschiedlich, um einander richtig zu verstehen.
 - l) Der Glaube an Gott hat nichts mit einer starken Ehe zu tun.
 - m) Meine Freunde sind genauso wichtig wie mein Ehepartner.
 - n) Romantik ist notwendig für jede gesunde Ehe.
 - o) Wenn ich kein Kribbeln mehr im Bauch spüre und die natürliche Zuneigung zu meinem Ehepartner abnimmt dann ist die Liebe tot.
- 5. Falsche Erwartung sind Ehekiller.
- 6. Gott schenkt uns Streitigkeiten und Ehekonflikte, damit wir lernen mehr zu lieben und einander immer besser zu verstehen.
 - a) Stattdessen trennen sich viele Paare.
 - b) Gott will, dass wir für unsere Beziehungen kämpfen und zwar mit den Waffen der Liebe.
 - c) Streitigkeiten testen unser Eheversprechen und können uns in der Liebe vertiefen.
 - d) Deshalb sollte eine Trennung oder gar eine Scheidung niemals in Erwägung gezogen werden.
- 7. Eine erfolgreiche Konfliktbewältigung beginnt mit der richtigen Erwartung an eine Ehe.
 - a) Wer meint, dass seine Ehe eine Ausnahme sei, der hat nichts verstanden.
 - b) Wenn eure Beziehung immer schlechter wird, dann holt euch rechtzeitig Hilfe!

VII. Reinige das Missgeschick! (Vers 32)

- A. „Suche die Versöhnung und vergebe dem andern grosszügig!“
- B. Die wichtigste Rolle bei jedem Streit spielt die Versöhnung.
 - 1. Vergeben ist keine Option sondern unsere Pflicht!
 - 2. Nur wer andern vergeben kann, darf auch die Vergebung Gottes empfangen (Mt. 18,21-35).
 - 3. In der Ehe ist es aber notwendig einander nicht bloss zu vergeben, sondern sich auch miteinander zu versöhnen. (Wenn Gottes Kinder straucheln; L.6, Seite36)

- a) Jesus sagt: „Vergeben müssen wir allen Menschen, wenn wir von Gottes Vergebung profitieren wollen!“
- b) Versöhnen müssen sich jedoch im Besonderen Ehepaare, Familienmitglieder und Gemeindegewister.
 - (1) Denn Versöhnen bedeutet die Harmonie einer Beziehung wieder herzustellen.
 - (2) Deshalb möchte Gott uns nicht bloss vergeben, sondern ER möchte dass wir uns mit IHM versöhnen lassen, indem wir uns heiligen lassen so dass die ursprüngliche reine Beziehung wieder hergestellt wird (2. Kor. 5,18-20).
- C. Wer den Ehestreit nicht analysiert und mit seinem Partner diskutiert, der läuft die Gefahr, dass die Beziehung darunter leidet und beide immer weniger wissen warum.
 - 1. Es ist ganz klar, dass in den meisten Fällen eine gegenseitige Entschuldigung und eventuell ein gemeinsames Gebet genügen sollte.
 - 2. Es kann und soll nicht alles bis zum Geht-nicht-mehr ausdiskutiert werden!
 - 3. Es ist jedoch empfehlenswert wenn sich jeder über den Vorfall Gedanken macht und die Sache gut analysiert, um das nächste Mal besser zu reagieren (d. h. mit dem Geist Gottes).

SCHLUSSTEIL

- I. Damit haben wir sieben Prinzipien aus dem Bibeltext im Epheser 4 diskutiert, die uns helfen Streit und Uneinigkeit in der Ehe erfolgreicher anzupacken:
 - A. Sei ehrlich! (V. 25)
 - B. Kontrolliere deine Gefühle! (V. 26-27)
 - C. Lege deinen Zorn ab bevor die Sonne untergeht! (V. 26)
 - D. Suche nach positiven Lösungen! (V. 28)
 - E. Rede keine hässlichen Worte! (V. 29-30)
 - F. Behalte den Zwischenfall für dich! (V. 31)
 - G. Reinige das Missgeschick! (V. 32)
- II. Wichtig ist, dass wir lernen fair zu streiten und gewisse Grenzen niemals zu überschreiten!
 - A. Jede Beziehung wird früher oder später eine kleinere oder grössere Spannung auszutragen haben.
 - B. Probleme sind dazu da, um sie gemeinsam anzugehen und nach Lösungen zu suchen, die dem Willen Gottes entsprechen.
 - C. Darum lasst uns, wenn schon ab und zu gestritten werden muss, fair miteinander umgehen! **Kolossier 3,14-15**