



„Denn wir predigen nicht uns selbst, sondern Jesus Christus, dass er der Herr ist, wir aber eure Knechte um Jesu willen.“ (2.Kor. 4,5)

PREDIGT-IDEEN

Nr. 19
September 1999
Thema: **Das Selbstbild**

Zum Thema: Viele Leute sind mit sich selbst unzufrieden. Die Einstellung, die wir zu uns selbst haben, beeinflusst zweifellos unsere Einstellung zu Gott, Familie, Freund und Feind. Die Erwartungen anderer an uns prägen (und zerstören in manchen Fällen aber auch) unser Selbstbild. Eltern wünschen sich manchmal ein Kind mit ganz anderen Gaben und Interessen als diejenigen, die es von Gott bekommen hat. Ein gespanntes Verhältnis zu den Eltern kann einen Menschen sein ganzes Leben lang beeinträchtigen und seinem Selbstbild schaden.

Einerseits wird vorausgesetzt, dass der Mensch sich selbst liebt (**Matth. 22,39**), andererseits wird er in manchen christlichen Liedern (wie auch bei **Luther**) als erbärmlich und sogar verachtungswürdig beschrieben. *Amazing Grace* ist vielleicht das bekannteste Beispiel. Hier nennt sich John Newton, der das Lied dichtete, einen Schurken (Englisch „wretch“). Im Deutschen heißt es: „... der einen Elenden wie mich errettet.“ Als Folge dessen steht der Christ im Spannungsfeld zwischen Demut und Eitelkeit, in dem sich folgende Fragen stellen:

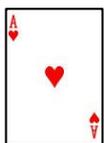
- „Bin ich liebenswert oder bin ich ein 'Schuft'?“
- „Darf ich etwas Positives über mich sagen oder ist das schon falscher Stolz?“
- „Wo liegt die Grenze? Wie finde ich die richtige Einstellung zu mir?“

Mit dieser Ausgabe wollen wir zur Klärung dieser Spannung beitragen in der Hoffnung, dass Sie mit diesem Thema im Alltag – persönlich und im Dienst – klarkommen. Viele Menschen – vor allem Jugendliche – tun sich oft schwer, wenn es um ihren Selbstwert geht.

„Nicht zu vergessen: Sie sind einzigartig... genau wie alle anderen Menschen auch!“

Das menschliche Wertverständnis...

...kann mit Herz-Ass und Pik 2 illustriert werden: Auf der Rückseite sind beide gleich. Mal sind wir im Leben



Herz-Ass – da geht es uns blendend. Ein anderes Mal sind wir nicht mehr als eine Pik 2 – am Boden zerstört. Aber die Rückseite bleibt immer gleich. Da steht:

Geliebtes Kind Gottes.

Was sehen wir lieber an? Wenn wir Herz-Ass sind, schauen wir lieber auf die Vorderseite. Aber wenn wir Pik 2 sind, dann dürfen wir getrost sagen, „Auf meiner Rückseite steht: *Geliebtes Kind Gottes.*“



Abram und anderes Gesindel

Abram: „Wie wohl ich Erde und Asche bin“ (1.Mo. 18,27)

Hiob: „Siehe, ich bin zu gering“ (Hiob 40,4)

David: „Siehe, ich bin als Sünder geboren“ (Ps. 51,5)

Esra: „Ich schäme mich und scheue mich, meine Augen aufzuheben zu dir, mein Gott“ (Esra 9,6)

Petrus: „Ich bin ein sündiger Mensch“ (Lukas 5,8)

Paulus: „Ich bin der erste [schlimmste] Sünder“ (1.Tim. 1,15)

Von wem ist hier die Rede?

„Nach seiner äußeren Erscheinung zu urteilen, musste er ein Wahnsinniger sein, aber seine Worte wiesen ihn als einen Propheten aus. Seine Haare waren lang und ungepflegt. Sein Gesicht war das eines alten Mannes, aber seine Stimme donnerte mit der Kraft der Jugend. In seinen Augen flackerte das brennende Feuer der Wüste. Trotz allem konnten die Männer nur stehenbleiben und starren... und zuhören. Die Stimme war laut und klar. Die Worte kraftvoll und mutig, fast poetisch. Jedes einzelne Wort hatte Macht. Der Mann selbst strahlte eine Würde und Rechtschaffenheit aus, die über menschliches Verstehen hinausging.“ – Gene Edwards

Antwort: Johannes der Täufer. Er hatte ein einschlägiges, gutes Selbstbild. Er erfüllte seine Aufgabe, denn er wusste:

- wer er war
- wozu er da war
- was er zu tun hatte

Seine Einstellung: „Er [Jesus] muss wachsen, aber ich muss abnehmen“ (Joh. 3,30)



„Johannes hört immer noch die Stimme seiner Mutter: ‚Denk dran! Kein Honig bis Du Deine Heuschrecken aufgegessen hast.‘“

Der Fall Jesus

Besorgnis über das äußere Erscheinungsbild ist kein seltenes Phänomen – dabei geht es häufig noch nicht einmal um unser entkleidetes Aussehen. Dieser Hintergrund lässt die Figur Jesu am Kreuz – nackt und in dem wohl erniedrigendsten Zustand seines Lebens vor der Menschenmenge entblößt – unter einer neuen Perspektive erscheinen. Die römische Stadtgeschichte lässt uns vermuten, dass Jesus die öffentliche Verachtung am Kreuz nackt und entblößt ertragen musste. In diesen beschämenden letzten Momenten seines Lebens war er den gaffenden Blicken vorübergehender Passanten ausgesetzt, denen die Furcht vor einem ähnlichen Schicksal selbst den Angstschweiß auf die Stirn trieb.

Teuer erkaufft

Der Nachlass von **Jackie Kennedy Onassis** sollte versteigert werden. Man rechnete mit einem Zeitraum von drei Tagen, bis sich ihr gesamter Besitz verkaufen würde, und erhoffte sich ein Gesamterlös von fünf Millionen Dollar. Am ersten Tag waren es bereits 4,5 Millionen Dollar. Ein gebrauchter Hocker wurde für \$33.350 und ein silbernes Bandmaß für \$48.875 versteigert. Das teuerste Stück – ein Zigarrenkasten aus Walnussholz, der optimale Luftfeuchtigkeit versprach – brachte stolze \$574.500 ein.

Viele Sachen waren ganz alltägliche Gegenstände, die nur durch ihre einstige Besitzerin wertvoll wurden. Wenn wir uns unscheinbar fühlen und an unserem Wert zweifeln, ist es gut zu wissen: „**Wir sind des Herrn.**“ (Römer 14,8).

Woran erkennt man Menschen, die sich selber nicht annehmen können?

* **Selbstkritik:** Klagen über unabänderliche körperliche Merkmale o.ä. kann ein Symptom der Selbstablehnung sein (Hebr. 12,15; Ps. 73; 2. Kor. 10,10).

„Der Vergleich mit anderen ist der Anfang aller Minderwertigkeit. Unsere offensichtlichen Schwächen mit den Stärken anderer Menschen zu vergleichen, zerbricht das Selbstwertgefühl!“ - James Dobson

* **Übertriebene Schüchternheit:** Wer mit sich selbst unzufrieden ist, reagiert überempfindlich auf das, was andere über ihn denken (Markus 14, 66-72; 1.Sam. 9-10).

„Wie können Sie als Leiter einem anderen ein gesundes Selbstwertgefühl in einer schwierigen Situation vermitteln? Konzentrieren Sie sich zuallererst auf seine Stärken. Ich habe zwei Hunde, einen Dackel und einen Schäferhund. Der Dackel hat das Sagen. Warum? Weil er nicht in den Spiegel schaut. Seine Größe und sein Gewicht sind ihm gleichgültig. Er ist davon überzeugt, dass er den anderen Hund besiegen kann. Obwohl ihm der Schäferhund überlegen ist, konzentriert sich der Dackel nur auf seine Stärken, nicht auf seine Schwächen.“

– General H. Norman Schwarzkopf

* **Unfähigkeit zum Gottvertrauen:** Wer der Meinung ist, Gott habe einen Fehler begangen, als er ihn erschuf, wird dem Herrn wohl kaum sein Leben anvertrauen wollen. Den Schöpfer zu akzeptieren, dessen Geschöpf man ablehnt, ist äußerst schwierig (Ps. 139,4; Römer 9,20; 2.Mose 4,10).

„Du kannst dich nicht an anderen Menschen erfreuen, du kannst emotional nicht ausgeglichen sein, du kannst kein Leben göttlicher Zufriedenheit leben, du kannst die Eifersucht nicht besiegen und andere von Herzen lieben, bis du Gott dafür dankst, dass er dich so gemacht hat, wie du bist.“ - James Hufstetler

* **Fehlende Nächstenliebe:** „**Liebe deinen Nächsten wie dich selbst.**“ Zweifellos gibt es eine Verbindung zwischen der Fähigkeit, andere zu lieben und sich selbst anzunehmen.

„Das Selbstwertgefühl entsteht im Menschen, wenn er in die Augen eines anderen sieht. Nur wenn der andere ihn respektiert, respektiert er sich selbst. Nur wenn der andere ihn liebt, liebt er sich selbst. Nur wenn der andere ihn als angenehm, wünschenswert und wertvoll erachtet, kann er auch mit seinen eigenen Bedürfnissen umgehen. So hat Gott uns alle gegenseitig verwundbar gemacht.“ – Philipp Yancey

Was du bist, ist Gottes Geschenk an dich.

Was du wirst, ist dein Geschenk an ihn.

Zum Bilde Gottes schuf er ihn

Seit Jahrzehnten bewundern Amerikaner beim Besuch des Kapitols in Washington den in Stein gemeißelten Kopf von **Abraham Lincoln**. Während **Gutzon Borglum** an dieser Skulptur in seinem Studio arbeitete, besuchte ihn eine Familie.



Das Gesicht Lincolns war auf einer Seite bereits herausgearbeitet. Das kleine Mädchen der Familie stand davor und starrte es an. Nach einer Weile lief die Kleine zu Borglum und zupfte an seinem Hosenbein.

„Ist das Abraham Lincoln?“ fragte die Kleine.

„Ja,“ entgegnete Borglum.

„Und wie hast du gewußt, dass er in diesem Stein steckt?“

Es gibt etwas, das in jedem von uns steckt. Es ist das Ebenbild des allmächtigen Gottes, das Bild, in welches wir umgestaltet werden sollen.

Muttersorgen

Eine Mutter verbrachte viel Zeit damit, sich an ihrem erstgeborenen Sohn zu ergötzen. Als der Kleine zwei Monate alt war, bemerkte sie einen merkwürdigen Fleck auf seinem kleinen Hinter teil. Mit jedem Windelwechsel oder Bad stieg ihre Besorgnis. Würden andere Jungs im Umkleideraum ihn später damit aufziehen? Würde sich seine zukünftige Ehefrau daran stören?



Eines Abends näherte sie sich ihrem Mann, das nackte Baby auf dem Arm. „**Sieh dir das an! Denkst du, dass ihn das in Verlegenheit bringen wird, wenn er erwachsen ist? Findest du das abstoßend?**“

Der Ehemann hörte ihr geduldig zu und sagte dann: „**Nein, Liebes. Im Gegenteil. Ich finde diesen kleinen Fleck bei Dir immer besonders niedlich.**“

Zum Schluss

Welcher Grad der Selbsteinschätzung ist angemessen im Spannungsfeld zwischen Demut und Eitelkeit? Wie der **Apostel Paulus** meint: „**Keiner soll höher von sich denken, als es angemessen ist. Bleibt bescheiden und sucht das rechte Maß... Daran hat jeder einen Maßstab, wie er von sich denken soll**“ (Römer 12,3).

Dr. Paul Brand, der jahrzehntelang Leprakranke in Indien behandelte, beschreibt seine Erfahrung mit dem menschlichen Selbstbild so: „**Meine Patienten sind mehr als eine Ansammlung von Sehnen, Muskeln, Haaren, Nerven- und Hautzellen. Jeder von ihnen, ganz gleich wie sehr er auch deformiert sein mag, enthält einen unsterblichen Geist und ist ein Behältnis von Gottes Abbild. Ihre physischen Zellen werden eines Tages wieder zu Erde und Staub. Ihre Seelen aber werden weiterleben, und meine Auswirkung auf ihre Seelen hat viel weitreichendere Konsequenzen, als mein Versuch, ihre physischen Körper zu heilen.**“

Das Thema Nummer 1 im Leben ist möglicherweise nicht Geld, Macht oder Sex, sondern die Frage nach unserem Selbstwert. Manche fühlen sich wie ein „Paket ohne Absender und Adresse“, „verloren und hingeworfen“. Dennoch ist jeder von uns ein Original. Wir sind wie eine Leinwand, aufgespannt auf einer Staffelei. Unsere äußere Erscheinung ist lediglich der Rahmen. Was ist das Kunstwerk? Das Gemälde natürlich—unser Wesen, unser Charakter. Viele Pinselstriche sind nötig, um ein Meisterwerk herzustellen. Gott opfert vielleicht äußere Schönheit oder bestimmte persönliche Fähigkeiten der Entfaltung innerer Qualitäten, weil Frieden und Freude im Leben letztendlich vom Besitz innerer Zufriedenheit, d.h. von einem gesunden Selbstbild, abhängen.