

## Weiterführende Fragen:

- Welche Worte von mir bauen auf – und welche eher nicht?
- Gibt es jemanden, dem ich vergeben sollte oder bei dem ich um Vergebung bitten müsste?
- Wo erlebe ich, dass mein Glaube sichtbar wird – oder eben nicht?
- Wie kann ich in meinem Umfeld Licht sein, ohne moralisch oder überheblich zu wirken?
- Was hat dich heute besonders angesprochen oder herausgefordert?
- Wo möchtest du in der kommenden Woche einen konkreten Schritt gehen?

**Bei Fragen oder Anregungen: Jochen Volker – 078 202 31 36**

Ich bin in der Regel am Dienstag von 9:00 Uhr – 12:00 Uhr im Büro und gerne zum Gespräch bereit – auch sonst nach Absprache.

### Mitteilungen (Für Ansagen bitte frühzeitig melden)

So 03.	12:00	Viva la Mampf
Di 05.		TSC Inspirationstag
Di 05.	09:00	M&M – Mini Miteinander
Di 05.	18:00	Deutschkurs
Mi 06.	18:30	Vivana Mittagstisch
Fr 08.	19:00	Youth
Sa 09.	13:30	Jungschar
Sa 09.	14:00	Frauen-Anlass in Zürich
So 10.	10:00	Wältwiit GD mit Open Doors



Vivakirche Grüningen



**Predigten anhören: [www.vivakirche-grueningen.ch](http://www.vivakirche-grueningen.ch)**



# Der Epheserbrief

## Nachfolge leben

Sonntag, 3.5.2026

## Epheser 4,24 - 5,20 (Neues Leben Übersetzung)

<sup>24</sup> Als neue Menschen, geschaffen nach dem Ebenbild Gottes und zur Gerechtigkeit, Heiligkeit und Wahrheit berufen, sollt ihr auch ein neues Wesen annehmen. <sup>25</sup> Hört auf zu lügen und »sagt einander die Wahrheit«, weil wir aufeinander angewiesen sind. <sup>26</sup> »Sündigt nicht, wenn ihr zornig seid«, und lasst die Sonne nicht über eurem Zorn untergehen. <sup>27</sup> Gebt dem Teufel keine Möglichkeit, durch den Zorn Macht über euch zu gewinnen! <sup>28</sup> Wer ein Dieb ist, soll aufhören zu stehlen. Er soll seine Hände zu ehrlicher Arbeit gebrauchen und dann anderen, die in Not sind, großzügig geben. <sup>29</sup> Verzichtet auf schlechtes Gerede, sondern was ihr redet, soll für andere gut und aufbauend sein, damit sie im Glauben ermutigt werden. <sup>30</sup> Achtet darauf, den Heiligen Geist nicht durch euer Verhalten zu betrüben. Denkt vielmehr daran, dass ihr sein Siegel tragt und dadurch die Gewissheit habt, dass der Tag der Erlösung kommen wird. <sup>31</sup> Befreit euch von Bitterkeit und Wut, von Ärger, harten Worten und übler Nachrede sowie jeder Art von Bosheit. <sup>32</sup> Seid stattdessen freundlich und mitfühlend zueinander und vergebt euch gegenseitig, wie auch Gott euch durch Christus vergeben hat. <sup>1</sup> Folgt in allem Gottes Beispiel, denn ihr seid seine geliebten Kinder. <sup>2</sup> Euer Leben soll von Liebe geprägt sein, wie auch Christus uns geliebt hat, denn er hat sich selbst als Gabe und Opfer für unsere Sünden gegeben. Und Gott hatte Gefallen an diesem Opfer, das wie ein wohlriechender Duft zu ihm aufstieg.

<sup>3</sup> Weil ihr Gott gehört, soll es keine Unzucht, Unreinheit oder Habgier unter euch geben. <sup>4</sup> Genauso unpassend für euch ist schmutziges, dummes und anzügliches Gerede; vielmehr sollt ihr Gott danken. <sup>5</sup> Ihr könnt sicher sein, dass kein unzüchtiger, unreiner oder habgieriger Mensch je das Reich, das Christus und Gott gehört, miterben wird. Denn ein Habgieriger ist nur ein Götzendiener, der weltliche Dinge anbetet. <sup>6</sup> Lasst euch nicht von leeren Worten verführen! Der Zorn Gottes wird alle treffen, die ihm ungehorsam sind. <sup>7</sup> Gebt euch also nicht mit ihnen ab! <sup>8</sup> Auch wenn es früher in euch finster war, seid ihr jetzt vom Licht des Herrn erfüllt; deshalb lebt nun auch als Kinder des Lichts! <sup>9</sup> Denn dieses Licht in euch bringt lauter Güte, Gerechtigkeit und Wahrheit hervor. <sup>10</sup> Findet heraus, was dem Herrn Freude macht. <sup>11</sup> Beteiligt euch nicht an den nutzlosen Taten der Finsternis, sondern deckt sie vielmehr auf. <sup>12</sup> Es ist beschämend, auch nur davon zu reden, was gottlose Menschen im Verborgenen treiben. <sup>13</sup> Doch wenn das Licht darauf fällt, wird alles sichtbar werden. <sup>14</sup> Was aber sichtbar wird, wird nun auch Licht. Deshalb heißt es: »Wach auf, du Schläfer, steh von den Toten auf, dann wird Christus dir aufleuchten.«

<sup>15</sup> Achtet sorgfältig darauf, wie ihr lebt; handelt nicht unklug, sondern bemüht euch, weise zu sein. <sup>16</sup> Nutzt jede Gelegenheit, in diesen üblen Zeiten Gutes zu tun. <sup>17</sup> Handelt nicht gedankenlos, sondern versucht zu begreifen, was der Herr von euch will. <sup>18</sup> Betrinkt euch nicht mit Wein; sonst ruiniert ihr damit euer Leben. Lasst euch stattdessen vom Heiligen Geist erfüllen. <sup>19</sup> Singt miteinander Psalmen und Lobgesänge und geistliche Lieder, und in euren Herzen wird Musik sein zum Lob Gottes. <sup>20</sup> Und dankt Gott, dem Vater, zu jeder Zeit für alles im Namen unseres Herrn Jesus Christus.

## Nachfolge leben

NEU – darum dürfen wir anders leben

ANDERS – weil Gottes Neuschöpfung auf uns wartet