

NEUES  
LEBEN  
DIE BIBEL

Body  
Spirit  
Soul



Du hältst gerade einen wertvollen Schatz in den Händen: die Bibel. Das geschriebene Wort Gottes. Wir, Heike und Beate, sind seit vielen Jahren Bibelleserinnen und haben im Laufe der Zeit sehr unterschiedliche Erfahrungen gemacht.

Wir haben Zeiten erlebt, wo uns Bibellesen ein Bedürfnis war und wir gar nicht genug kriegen konnten, aber wir kennen auch Dürreperioden, wo uns die Zeit zu fehlen schien oder wir die Bibel eher nach dem Zufallsprinzip aufgeschlagen und nur sporadisch gelesen haben. Wir haben verschiedene Übersetzungen ausprobiert – und auch das Bibellesen auf dem Smartphone ist uns vertraut.

Diese Bibel hier hat Seiten zum Umblättern und zum Unterstreichen. Sie ist so groß geschrieben, dass wir sie notfalls auch ohne Lesebrille lesen können. Und sie hat vier Lesebändchen. Warum, das erfährst du, wenn wir dir auf den nächsten Seiten die Power Hour vorstellen.

Besonders gut gefällt uns, dass in dieser Version die gesprochenen Worte Jesu rot gedruckt sind, auch die nach seiner Auferweckung. Im Alten Testament sind die Schriftworte, auf die sich Jesus bezieht und die auf ihn verweisen, ebenfalls rot gekennzeichnet.

Die lebendige Sprache von »Neues Leben. Die Bibel« eignet sich perfekt für das persönliche Bibelstudium, aber auch zur Vorbereitung von Andachten, Predigten und zum Vorlesen. Die Ausgabe ist in heutigem Deutsch geschrieben und orientiert sich nah am Grundtext – lebensnah, leicht verständlich und doch sachlich und inhaltlich zuverlässig. Seit Jahren ist diese Übersetzung unsere bevorzugte Wahl für unsere persönliche Bibellese.

Vielleicht wunderst du dich darüber, dass auf dem Cover steht: Die Bibel für *Body, Spirit, Soul*. Aber wir glauben tatsächlich, dass Bibellesen heilsam für Körper, Geist und Seele ist. Welche Bedeutung der Körper (body) hat, ist den meisten klar. Aber was ist mit dem Geist (spirit) gemeint? Und was ist die Seele (soul)?

Dein Geist ist die eigentliche Person, die in dir wohnt. Er ist das, was dich ausmacht. Die Bibel nennt diesen Teil auch den verborgenen Menschen des Herzens. Das ist der Teil von dir, der mit Gott in Verbindung treten kann und der unsterblich ist. Aber natürlich kommuniziert Gott auch über unseren Körper und unsere Seele mit uns.

Die Seele ist der Sitz deines Willens, Verstandes und deiner Gefühle. Auch deine Seele ist unsterblich.



Und du wohnst in einem Körper. Dein Körper ist vergänglich.

Wir sind Körper, Geist und Seele gleichzeitig – und jeder Bereich wirkt sich auf den anderen aus.

Bibellesen bringt Licht und Klarheit in deinen Geist und ordnet etwas in deiner Seele, in deinem Denken. Je mehr du in der Bibel liest, desto leichter gelingt dein Leben.

Auf den folgenden Seiten nehmen wir dich ein bisschen hinein in unsere Erfahrungen und haben einige brandaktuelle Ideen, wie du beim Bibellesen dranbleibst – einfach weil du so gespannt darauf bist, was Gott dir heute sagen möchte.

Lieber Freund, ich bete, dass es dir in jeder Hinsicht gut geht, und dass dein Körper so gesund ist, wie ich es von deiner Seele weiß.

3. JOHANNES 1,2

3

Dietrich Bonhoeffer an seinen Schwager Rüdiger Schleicher  
am 8. April 1936:

»Ich glaube, dass die Bibel allein die Antwort auf alle unsere Fragen ist, und dass wir nur anhaltend und etwas demütig zu fragen brauchen, um die Antwort von ihr zu bekommen.

Die Bibel kann man nicht einfach lesen wie andere Bücher. Man muß bereit sein, sie wirklich zu fragen. Nur so erschließt sie sich.

Nur wenn wir letzte Antwort von ihr erwarten, gibt sie sie uns. Das liegt eben daran, dass in der Bibel Gott zu uns redet. Und über Gott kann man eben nicht so einfach von sich aus nachdenken, sondern man muss ihn fragen.

Nur wenn wir ihn suchen, antwortet er.«

## Beate

Wenn du mich vor Jahren gefragt hättest, was ich morgens frühstücke, hätte ich geantwortet: »Ich esse morgens immer ein Müsli.« Fragst du mich heute, würde ich sagen, dass ich immer eine Scheibe Brot esse. Die Wahrheit ist, dass sich meine Frühstücksgewohnheiten wohl immer wieder ändern.

4 Fragst du mich heute, wie lange ich täglich in der Bibel lese, antworte ich wahrheitsgemäß: »Ungefähr eine halbe Stunde« – und vielleicht wärest du dann beeindruckt. Aber das war nicht immer so. Im Moment habe ich morgens ausreichend Zeit zum Bibellesen und liebe diesen Tagesanfang. In den Jahren, wo ich morgens um 6.30 Uhr das Haus verlassen habe, oder in der familiären Kleinkindphase habe ich morgens definitiv nicht so viel Bibel gelesen. Und abends auch nicht.

Meine erste Erfahrung mit dem Bibellesen machte ich mit dem Johannesevangelium, das mir in Form eines Mini-Booklets überreicht worden war. Alles habe ich damals nicht verstanden, aber mein Interesse war geweckt. Danach las ich die anderen drei Evangelien. Ich erinnere mich auch gut an einen Urlaub mit meiner Freundin Elli, in dem wir gemeinsam die Apostelgeschichte studierten und

deren Fortsetzung erleben wollten. Und so war es auch, wir erlebten in diesem Sommer wirklich erstaunliche Dinge mit Gott.

Als junge Ehefrau, Mutter und Pastorenfrau mit Ehrenämtern und Nebenjobs waren meine Tage so randvoll, dass ich oft nur zu Stoßgebeten kam. Bibellesen? Das waren ein paar Verse aus den Psalmen oder Sprüchen und die Bibelarbeiten in unserer Kleingruppe. Es brachte mir großen Gewinn, wenn ich anderen etwas aus der Bibel weitergeben sollte; in der Vorbereitung darauf grub ich wahre Schätze aus.





Irgendwann stieß ich auf eine Jahresbibel. In einem Jahr die ganze Bibel durchlesen, das spornte mich an. Auf diese Weise las ich die Bibel in einem Jahr komplett durch. Und im Folgejahr gleich noch einmal. Wenn du dem Bibelleseplan ab Seite 16 folgst, kommst du auch in einem Jahr durch die Bibel.

Kurz darauf berichtete Heike mir von der Power Hour. Die Anleitung dazu findest du ebenfalls auf den nächsten Seiten (ab Seite 8). Ich probierte sie aus und seitdem nehme ich mir morgens eine halbe Stunde Zeit. Ich lese einen

Text aus dem Neuen und einen aus dem Alten Testament, und jeweils einen aus den Psalmen und den Sprüchen. Das hört sich vielleicht viel an, aber ich bin begeistert von dieser Art des Bibellesens und jeden Morgen gespannt, was Gott mir heute sagen möchte.

## Heike

Meine erste Bibel hielt ich im März 1985 in den Händen. Meine Freundin Karin nahm mich damals mit in ihre Kirche. Ich war von der modernen Art der Jugendstunden und Gottesdienste sehr begeistert und hatte Lust auf mehr. Es gab dort auch eine Buchhandlung, in dem es verschiedene Bibeln gab. Meine Freundin empfahl mir damals »Die Gute Nachricht«, weil sie im heutigen Deutsch geschrieben ist und für mich als Bibelleseanfängerin geeignet schien. Ich war damals völlig fasziniert, dass ich all das nachlesen konnte, was ich nur aus dem Religions-, Kommunion- und Firmunterricht kannte. Und was es an Ostern im Fernsehen zu sehen gab. Ich las gleichzeitig im Alten und Neuen Testament. Die Worte aus Matthäus 10,33: »Wer mich aber vor den Menschen nicht kennen will, den werde auch ich am Gerichtstag vor meinem



Vater im Himmel nicht kennen« (Gute Nachricht Bibel), die ich am 4. April 1985 las, führten dazu, dass ich einen Tag später in einem Karfreitagsgottesdienst mein Leben Jesus gab.

6 In der ersten Zeit meines Glaubenslebens bekam ich nicht genug vom Wort Gottes. Ich war verzückt von Kapiteln wie 1. Korinther 13 und ehrfürchtig von klarer Anweisung wie in Jakobus 3. Hier hatte ich eine komplette Anleitung für mein Leben zwischen zwei Buchdeckeln. Bibellesen und Beten wurden für mich selbstverständlich. Für ein paar Wochen lang. Vielleicht waren es auch Monate, so ganz genau erinnere ich mich nicht mehr. Ich kann nicht genau sagen, wieso plötzlich die Lust und Motivation verschwanden, aber ich weiß noch, wie mich das schlechte Gewissen plagte. Ich las schon hin und wieder, aber nicht regelmäßig. Da gab es dann Jugendabende oder Freizeiten, bei denen über »Stille Zeit« gesprochen wurde. Jeder wurde gefragt, wie lange und wie oft er in der Bibel las und betete. Ich habe mich immer ein bisschen geschämt, dass ich scheinbar nicht so »heilig« war wie die anderen. Nach solchen Veranstaltungen war ich immer neu motiviert, mehr in der Bibel zu lesen.

Nachdem mein Mann ein Theologiestudium absolviert hatte und ich an seiner Seite den Platz als Pastorenfrau einnahm, kaufte ich mir eine »anspruchsvollere« Übersetzung, eine Lutherbibel. Es sollte ja keiner denken, dass ich noch ein Baby im Glauben und nicht in der Lage war, auch komplizierte Bibelstellen zu verstehen. Und tatsächlich verliebte ich mich ein bisschen in diese Übersetzung. Psalm 23 zum Beispiel oder Johannes 3,16 zitiere ich immer noch in Lutherdeutsch.

Dann vergingen die Jahre. Mit vier Kindern, einem großen Haus, meiner Selbstständigkeit, dem Ehrenamt in der Gemeinde und den vielen anderen Verpflichtungen war ich ziemlich ausgelastet. Zum Bibellesen fehlte mir oft die Zeit. Morgens war ich zu beschäftigt, abends zu müde. Also las ich sporadisch und holte mir meinen geistlichen Input mehr aus Sonntagspredigten, Andachtsbüchern oder anderen geistlichen Büchern.

Im November 2006 saß ich während einer Frauenveranstaltung neben der Sprecherin, die mir von der Übersetzung »Neues Leben« vorschwärmte. Sie sei nahe am Urtext und dennoch im heutigen Deutsch. Ich kaufte mir bei nächster Gelegenheit eine »Neues Leben Bibel«



und lese seitdem sehr viel regelmäßiger, weil mir ihre Sprache so zusagt. Viele Jahre hatte ich einen Bibelleseplan, seit 2017 orientiere ich mich an der Power Hour. Lesen nach Plan schafft bei mir Beständigkeit. Ich empfinde es auch manchmal als hilfreich, mehrere Bibelübersetzungen zu vergleichen.

Was ich im Laufe der Jahre gelernt habe, ist, dass es nicht darum geht, Gott einen Gefallen zu tun oder irgendeine Leistung zu erbringen. Die Häufigkeit des Bibellesens macht keinen besseren oder schlechteren Christen aus mir. Ich muss mich nicht schämen, wenn ich es mal einen Tag oder eine Woche versäume. Gott steht nicht mit hochgezogener Augenbraue und erho-

benem Finger da. Die Bibel ist vielmehr genau das, als was ich sie zu Beginn meiner Glaubenszeit erkannt habe: eine Anleitung für mein Leben zwischen zwei Buchdeckeln. Ich lerne Gott immer besser kennen, ich erfahre immer mehr, wie er mich sieht und welche Richtung er meinem Leben geben will. Bibellesen bringt Klarheit in meine Gedanken. Mit Beginn der Power Hour ist das Bibellesen für mich noch spannender geworden. Ich freue mich jeden Morgen darauf, was Gott mir für diesen Tag sagen möchte. Das will ich nicht verpassen, und so gehört das Bibellesen für mich mittlerweile zum festen Ritual meines Morgens. Mit einer Tasse Kaffee.

7

## Body Spirit Soul konkret

Wie kommen wir denn nun dazu, ein Vorwort für eine Bibel zu schreiben? 2017 haben wir einen missionarischen Kurs für Frauen entwickelt, Body Spirit Soul konkret. In diesem Kurs geht es darum, dass Freundinnen zusammenkommen, um gut für sich zu sorgen. Es geht um die Vergangenheit, die Gegenwart und die Zukunft von Körper, Geist und Seele. Das Herzstück ist der „spirit“. Hier lernen die Kursteilnehmerinnen den liebenden Gott der Bibel kennen und bekommen eine Möglichkeit, eine Beziehung zu Jesus zu entwickeln. Bibellesen halten wir für existenziell, wenn es darum geht, diese Beziehung zu Gott aufrecht und lebendig zu halten. Wir ermutigen unsere Teilnehmerinnen, mit dem Bibellesen zu beginnen. Unsere Erfahrung hat gezeigt, dass wir selbst langjährige Christinnen durch die Power Hour neu begeistern konnten, im Wort Gottes zu lesen.

# Die Power Hour

Während eines Seminars 2017 mit Glenn Chapman in Heikes Gemeinde erklärte er den Teilnehmern die Power Hour. Er selbst praktiziert diese Bibellesemethode seit vielen Jahren und bekam die Idee von seinem Mentor. Wir freuen uns, dass wir sie bei *Body Spirit Soul konkret* und auch in dieser Bibel vorstellen können.

Die Power Hour ist eine Kombination aus dem Lesen der Bibel (vier Kapitel pro Tag) und dem Hören und Aufschreiben dessen, was der Geist Gottes dadurch zum Einzelnen sagen will.

## Glenn Chapman

Ich habe entdeckt, dass das Wort Gottes nicht nur ein abstraktes, historisches Buch mit großartigen Geschichten ist, sondern von der ersten bis zur letzten Seite ein Liebesbrief, der die intensive Liebe Gottes zu seiner Schöpfung beschreibt.

Vom ersten Buch Mose bis zur Offenbarung vermittelt Gott uns Hoffnung, seine Verheißungen und seine Pläne. Seine Geheimnisse sind großartig. Wenn du die Bibel nur aus Pflicht oder religiöser Tradition liest, verpasst du den Kern des Textes und das Geheimnis von Gottes Gnade und seiner großen Liebe. Die Heilige Schrift ist ein lebendiges Buch, das von Liedern, Freude, Gerechtigkeit, Frieden, Disziplin, Ermutigung, Trauer, Bestätigung, Berufung und allem berichtet, was du im Leben brauchst.

Durch die vier Kapitel der Power Hour spricht Gott jeden Tag sehr persönlich und verständlich zu mir. Er spricht mit mir über meine Herausforderungen, er leitet mich, warnt mich vor bestimmten Dingen, ermutigt mich und gibt mir klare prophetische Wegweisung für mein tägliches Leben. Ich liebe meine Bibel und meine Bibel liebt mich.



## Anleitung Power Hour

Du brauchst eine Bibel, einen Stift und ein Notizbuch.

Lies jeden Tag jeweils ein Kapitel aus dem Alten Testament, den Psalmen, den Sprüchen und dem Neuen Testament.

Beginne mit 1. Mose 1, Psalm 1, Sprüche 1 und Matthäus 1. Schreibe während des Lesens den ersten Gedanken, der dir wichtig wird, in dein Notizbuch. Das kann ein einzelnes Wort, ein Satz oder ein ganzer Bibelvers sein. Verfahre so mit allen vier Abschnitten. Achte darauf, dass du den ersten Gedanken aufschreibst, der dir wichtig wird. Lies das Kapitel dann aber dennoch zu Ende.

Danach solltest du vier Gedanken aufgeschrieben haben. Jetzt schreibe einen Brief an dich, als würde Gott selbst zu dir sprechen. Bitte ihn, dass sein Geist deinem Geist Worte eingibt, die in dein Leben sprechen. Orientiere dich dabei an den Gedanken, die du der Bibel entnommen hast. Beachte dabei, dass Gott es gut mit dir meint, dass er dir einen wohlwollenden Brief schreibt, der dich ermutigt und dich in deinem Glaubensleben vorwärtsbringt. So wird das Wort für dich Ermutigung, Stärkung, Erkenntnis, Motivation, vielleicht auch einmal Korrektur, aber auf

jeden Fall eine Führung für dein Leben.

Beginne mit: *Liebel*

Ende mit: *Dein Papa/Vater*

Nach 31 Tagen bist du mit den Sprüchen fertig, dann beginnst du dort wieder mit Kapitel 1. Nach weiteren 119 Tagen hast du alle Psalmen gelesen und beginnst wieder mit Psalm 1. So ergeben sich im Laufe der Jahre immer wieder andere Bibelstellenzusammensetzungen. Wenn du die Bibel so liest, bist du mit dem Alten Testament in ungefähr zwei Jahren fertig, das Neue Testament, die Psalmen und Sprüche hast du öfter gelesen. Möchtest du die Bibel in einem Jahr durchlesen, dann nutze gerne unseren Bibelleseplan ab Seite 16. (Auch ihn kannst du theoretisch mit der Methode der Power Hour kombinieren.)

Und jetzt weißt du auch, warum diese Bibel vier Lesebändchen hat. ☺

Wenn dir vier Kapitel pro Tag zu viel sind, kannst du das Prinzip der Power Hour natürlich auch auf kürzere Bibelabschnitte anwenden oder einfach nur zwei Passagen lesen, zum Beispiel die zwei Lesungstexte in den Losungen.

## Spricht da Gott zu mir?

»Woher weiß ich, ob Gott mit mir redet oder ob es meine eigenen Gedanken sind?«, werden wir in dem Zusammenhang immer wieder gefragt. Wenn du eng mit Jesus verdrahtet bist und deine Antenne sensibel auf ihn ausrichtest, bekommen deine Gedanken die richtige Frequenz, mit der du Gottes Stimme wahrnimmst. Und da du dir bei der Übung immer Worte aus der Bibel als Grundlage geben lässt, kannst du davon ausgehen, dass Gott direkt zu deinem Herzen spricht. So macht er es bei Glenn, bei uns, Beate und Heike – und so wird er es auch bei dir machen.

10

## Beispiel Power Hour

Damit du eine Ahnung davon bekommst, wie so eine Power Hour ganz praktisch aussieht, geben wir dir vier Beispiele. Beate, Heike, Glenn Chapman und Anna Ott, eine Frau aus Heikes Gemeinde, haben jeweils zu den gleichen Kapiteln eine Power Hour gemacht. Keiner hat dabei vorher den Brief des anderen gelesen. Du wirst sehen: Es kann so unterschiedlich sein, und doch wieder ähnlich. Die Power Hour ist eben ganz persönlich, für jeden Einzelnen, und auch für dich, wenn du beginnst.

Kapitel: Josua 1 – Psalm 1 -  
Sprüche 1 – Römer 1



## POWER HOUR VON GLENN CHAPMAN

Übersetzung NeÜ [bibel.heute](http://bibel.heute)

Josua 1

Du sollst die Weisungen dieses Gesetzbuches immer vor dir her-sagen und Tag und Nacht darüber nachdenken, damit dein Tun ganz von dem bestimmt ist, was darin steht. Dann wirst du Erfolg haben, und was du anpackst, wird dir gelingen.

Psalm 1

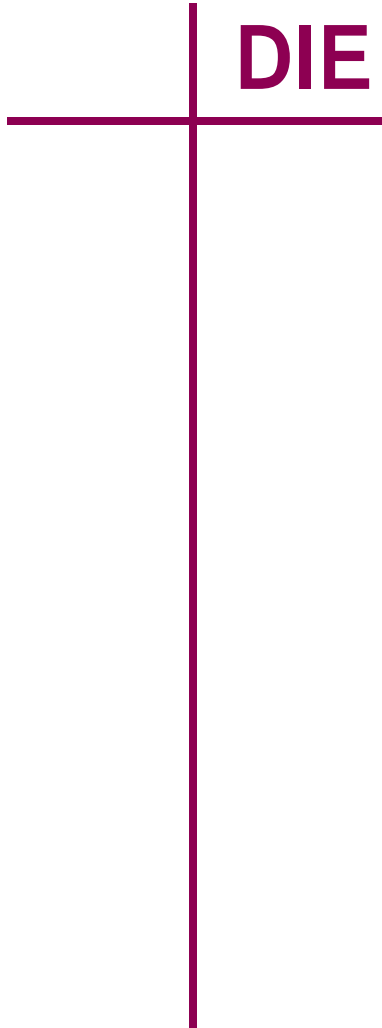
Er ist wie ein Baum, am Wasser gepflanzt, / der seine Frucht zu seiner Zeit bringt / und dessen Laub niemals verwelkt. / Und alles, was er tut, bringt ihn voran.

Sprüche 1

und Bildung zu erlangen, / einen Sinn für Recht und Aufrichtigkeit, / und zu leben, wie es richtig ist und recht.



NEUES  
LEBEN  
DIE BIBEL



NLB

SCM

R.Brockhaus

# Das Neue Testament



# Das Evangelium von Matthäus

## Die Vorfahren von Jesus

**1** Dies ist ein Verzeichnis der Vorfahren von Jesus Christus, einem Nachkommen des Königs David und Abrahams:

**2** Abraham war der Vater von Isaak. Isaak war der Vater von Jakob. Jakob war der Vater von Juda und seinen Brüdern. **3** Juda war der Vater von Perez und Serach (ihre Mutter war Tamar). Perez war der Vater von Hezron. Hezron war der Vater von Ram\*. **4** Ram war der Vater von Amminadab. Amminadab war der Vater von Nachschon. Nachschon war der Vater von Salmon. **5** Salmon war der Vater von Boas (seine Mutter war Rahab). Boas war der Vater von Obed (seine Mutter war Rut). Obed war der Vater von Isai. **6** Isai war der Vater von König David.

David war der Vater von König Salomo (seine Mutter war die Frau von Uria). **7** Salomo war der Vater von Rehabeam. Rehabeam war der Vater von Abija. Abija war der Vater von Asa\*. **8** Asa war der Va-

ter von Joschaphat. Joschaphat war der Vater von Joram\*. Joram war der Vater\* von Usija. **9** Usija war der Vater von Jotam. Jotam war der Vater von Ahas. Ahas war der Vater von Hiskia. **10** Hiskia war der Vater von Manasse. Manasse war der Vater von Amon\*. Amon war der Vater von Josia. **11** Josia war der Vater von Jojachin\* und seinen Brüdern (die in der Zeit des babylonischen Exils geboren wurden).

**12** Nach dem babylonischen Exil: Jojachin war der Vater von Schealtiël. Schealtiël war der Vater von Serubbabel. **13** Serubbabel war der Vater von Abihud. Abihud war der Vater von Eljakim. Eljakim war der Vater von Asor. **14** Asor war der Vater von Zadok. Zadok war der Vater von Achim. Achim war der Vater von Eliud. **15** Eliud war der Vater von Eleasar. Eleasar war der Vater von Mattan. Mattan war der Vater von Jakob. **16** Jakob war der Vater von Josef, dem Ehemann Marias. Maria war die Mutter von Jesus, der Christus\* genannt wird.

**17** Von Abraham bis König David sind es insgesamt vierzehn Generationen, von David bis zum babylonischen Exil wiederum vierzehn, und noch einmal vierzehn Generationen nach dem babylonischen Exil bis zu Christus.

**1,3** Griech. *Aram*; s. auch 1,4 u. 1. Chronik 2,9-10. | **1,7** S. 1. Chronik 3,10. | **1,8a** S. 1. Könige 22,51 sowie die Anm. zu 1. Chronik 3,11. | **1,8b** O. *Ahnherr*; so auch in 1,11. | **1,10** S. 1. Chronik 3,14. | **1,11** Griech. *Jechonia*; so auch in 1,12; s. 2. Könige 24,6 und die Anmerkung zu 1. Chronik 3,16. | **1,16** Übersetzung von Hebr. *Messias*, d.h. der *Gesalbte*.

**1,1** 1Mo 22,18; 2Sam 7,12-14; 1Chr 17,11; Ps 89,4-5; 132,11; Jes 9,5; 11,1; Mt 22,42; Joh 7,42; Röm 1,3; Gal 3,16; Offb 22,16  
**1,2** 1Mo 21,3.12; 25,26; 29,35; 1Chr 1,34  
**1,3** 1Mo 38,29-30; Rut 4,12.18-19; 1Chr 2,4-5,9  
**1,4-5** Rut 4,13.17.22; 1Chr 2,10-12.15; Hebr 11,31  
**1,6** Rut 4,17.22; 2Sam 12,24; 1Chr 2,13-15  
**1,7-10** 1Chr 3,10-14  
**1,11** 2Kön 24,14-16; 1Chr 3,15-16; Jer 27,20; Dan 1,1-2  
**1,12** 1Chr 3,17.19; Esr 3,2  
**1,16** Mt 27,17.22; Lk 2,11  
**1,18** Lk 1,27.35; Gal 4,4  
**1,19** 5Mo 24,1

## Die Geburt von Jesus

**18** Und so wurde Jesus Christus geboren. Maria, seine Mutter, war mit Josef verlobt. Aber noch vor ihrer Hochzeit wurde sie, die noch Jungfrau war, schwanger durch den Heiligen Geist. **19** Josef, ihr Verlobter, war ein aufrechter Mann. Um sie nicht der öffentlichen Schande preis-





## Die Flucht nach Ägypten

**13**Nachdem die Sterndeuter gegangen waren, erschien Josef im Traum ein Engel des Herrn. »Steh auf und flieh mit dem Kind und seiner Mutter nach Ägypten«, sagte der Engel. »Bleib dort, bis ich dir sage, dass ihr zurückkehren könnt, denn Herodes will das Kind umbringen.«

**14**Noch in derselben Nacht machte sich Josef mit dem Kind und dessen Mutter Maria auf den Weg nach Ägypten. **15**Dort blieben sie bis zum Tod des Herodes. Auf diese Weise erfüllte sich, was der Herr durch den Propheten gesagt hatte: »Ich habe meinen Sohn aus Ägypten gerufen.«\*

**16**Herodes war außer sich vor Zorn, als er erfuhr, dass die Sterndeuter ihn hintergangen hatten. Er schickte Soldaten aus, die in Bethlehem und der ganzen Umgebung alle Jungen im Alter von zwei Jahren und jünger umbringen sollten. Denn die weisen Männer hatten ihm erzählt, dass sie den Stern vor etwa zwei Jahren zum ersten Mal gesehen hatten.\*

**17**Durch diese grausige Tat des Herodes erfüllte sich die Prophezeiung Jeremias:

**18**»Ein Schrei der Angst ertönt in der Stadt Rama – das Klagen und Trauern nimmt kein Ende. Rahel weint um ihre Kinder und lässt sich nicht trösten – denn sie sind tot.«\*

**2,15** Hosea 11,1. | **2,16** O. nach der Zeit, die er aus den Angaben der Gelehrten errechnet hatte. | **2,18** Jeremia 31,15. | **3,2** O. ist gekommen oder kommt bald. | **3,3** Jesaja 40,3.

**2,13** Mt 1,20; 2,19

**2,15** †Hos 11,1

**2,18** †Jer 31,15

**2,19** Mt 1,20; 2,12

**2,20** 2Mo 4,19

**2,22** Mt 2,12

**2,23** Lk 2,39;

Joh 1,45-46; Apg 4,10;

24,5

**3,2** Mt 4,17; 10,7;

Mk 1,15

**3,3** †Jes 40,3; Mal 3,1;

Lk 1,76

**3,4** 3Mo 11,22; 2Kön 1,8

**3,7** Mt 12,34; 23,33;

Lk 3,7; 21,23; Joh 8,44;

Röm 5,9; Eph 5,6; Kol 3,6

## Die Rückkehr nach Nazareth

**19**Als Herodes gestorben war, erschien Josef wieder ein Engel des Herrn im Traum. Er sagte zu ihm: **20**»Steh auf und bring das Kind und seine Mutter zurück ins Land Israel, denn die, die das Kind umbringen wollten, sind tot.« **21**Daraufhin kehrte Josef mit Jesus und Maria nach Israel zurück. **22**Als er aber erfuhr, dass Archelaus, der Sohn des Herodes, der neue Herrscher war, bekam er Angst. Und wieder erhielt er im Traum Gottes Anweisung: Er sollte nach Galiläa gehen. **23**Die Familie zog in die Stadt Nazareth, um sich dort niederzulassen. Damit erfüllte sich, was die Propheten vorausgesagt hatten: »Man wird ihn den Nazarener nennen.«

## Johannes der Täufer, der Wegbereiter

**3**Um diese Zeit fing Johannes der Täufer an, in der Wüste von Judäa zu predigen: **2**»Kehrt um und wendet euch Gott zu, denn das Himmelreich ist nahe.«\*

**3**Schon Jesaja hatte auf Johannes hingewiesen, als er verkündete: »Er ist eine Stimme, die in der Wüste ruft: »Schafft Raum für das Kommen des Herrn! Ebnet ihm den Weg!«\*

**4**Johannes trug Kleider aus gewebtem Kamelhaar und einen Lederriemen um die Hüften; er ernährte sich von Heuschrecken und wildem Honig. **5**Aus Jerusalem, aus allen Teilen Judäas und aus dem ganzen Jordanland strömten die Menschen hinaus in die Wüste, um ihn predigen zu hören. **6**Und wenn sie ihre Sünden bekannt hatten, taufte er sie im Jordan.

**7**Als er aber sah, dass auch viele Pharisäer und Sadduzäer kamen, um sich von ihm taufen zu lassen, fuhr er sie an. »Ihr Schlangenbrut! Wer hat euch einge-

redet, ihr könntet dem bevorstehenden Gericht Gottes entkommen? <sup>8</sup>Beweist durch euren Lebenswandel, dass ihr eure Sünden hinter euch gelassen und euch Gott zugewandt habt. <sup>9</sup>Es genügt nicht zu sagen: ›Wir sind die Nachkommen Abrahams. Uns kann nichts geschehen.‹ Das beweist gar nichts. Wenn Gott wollte, könnte er aus diesen Steinen Kinder Abrahams machen. <sup>10</sup>Die Axt wird schon durch die Luft geschwungen, bereit, eure Wurzeln abzuhacken; denn jeder Baum, der keine guten Früchte bringt, wird umgehauen und ins Feuer geworfen.

<sup>11</sup>Ich taufe all diejenigen mit\* Wasser, die ihren Sünden den Rücken kehren und sich Gott zuwenden. Doch bald kommt einer, der ist viel stärker als ich – so viel gewaltiger, dass ich nicht einmal wert bin, sein Diener zu sein.\* Er wird euch mit dem Heiligen Geist und mit Feuer\* taufen.

<sup>12</sup>Er wird mit seiner Schaufel die Spreu vom Weizen trennen, den Dreschplatz aufräumen und den Weizen in die Scheune bringen; die Spreu aber wird er im ewigen Feuer verbrennen.«

### Die Taufe von Jesus

<sup>13</sup>Um diese Zeit kam Jesus aus Galiläa an den Jordan, um sich von Johannes taufen zu lassen. <sup>14</sup>Doch Johannes weigerte sich. »Eigentlich müsste ich mich von dir taufen lassen«, sagte er, »warum kommst du zu mir?«

<sup>15</sup>Jesus erwiderte: »**Es muss sein. Wir müssen alles so halten, wie es von Gott aus sein soll.**«\* Da taufte ihn Johannes.

<sup>16</sup>Als Jesus gerade aus dem Wasser stieg, öffnete sich der Himmel, und er sah den Geist Gottes wie eine Taube herabschweben und sich auf ihm niederlassen. <sup>17</sup>Und eine Stimme aus dem Him-

mel sprach: »Dies ist mein geliebter Sohn, an ihm habe ich große Freude.«

### Die Versuchung

**4** Danach führte der Heilige Geist Jesus in die Wüste, weil er dort vom Teufel auf die Probe gestellt werden sollte. <sup>2</sup>Nachdem er vierzig Tage und vierzig Nächte keine Nahrung zu sich genommen hatte, war er sehr hungrig. <sup>3</sup>Da trat der Teufel\* zu ihm und sagte: »Wenn du der Sohn Gottes bist, dann verwandle diese Steine in Brot.«

<sup>4</sup>Doch Jesus erwiderte: »**Nein! Die Schrift sagt: ›Der Mensch braucht mehr als nur Brot zum Leben. Er lebt auch von jedem Wort, das aus dem Mund Gottes kommt.‹**«\*

<sup>5</sup>Darauf nahm ihn der Teufel mit nach Jerusalem, auf den höchsten Punkt der Tempelmauer. <sup>6</sup>Dort sagte er: »Wenn du der Sohn Gottes bist, dann spring hinunter! Denn die Schrift sagt: ›Er befiehlt seinen Engeln, dich zu beschützen. Sie werden dich auf ihren Händen tragen, damit deine Füße niemals stolpern.‹\*«

<sup>7</sup>Jesus antwortete: »**Die Schrift sagt aber auch: ›Fordere den Herrn, deinen Gott, nicht heraus.‹**«\*

<sup>8</sup>Als Nächstes nahm ihn der Teufel mit auf den Gipfel eines hohen Berges und

3,11a O. in. | 3,11b Griech. *seine Sandalen zu tragen.* | 3,11c O. *im Heiligen Geist und in Feuer.* | 3,15 O. *Wir müssen alle Gerechtigkeit erfüllen.* | 4,3 Griech. *der Versucher.* | 4,4 5. Mose 8,3. | 4,6 Psalm 91,11-12. | 4,7 5. Mose 6,16.

3,9 Joh 8,33.37.39;

3,10 Mt 7,19; Lk 13,7;

3,11 Joh 1,26-27.31.33;

Apg 1,5; 2,3-4; 13,24; 19,4

3,12 Mt 13,30; 3,13-17;

Mk 1,9-11; Lk 3,21-22;

Joh 1,31-34

3,16 Jes 11,2

3,17 1Mo 22,2; Ps 2,7;

Jes 42,1; Mt 12,18; 17,5;

Mk 9,7; Lk 9,35

4,1 1Mo 3,1-7; 1Thess 3,5

4,2 2Mo 34,28;

1Kön 19,8

4,4 †5Mo 8,3

4,6 †Ps 91,11-12

4,7 †5Mo 6,16

zeigte ihm alle Länder der Welt mit ihren Reichtümern. <sup>9</sup>»Das alles schenke ich dir«, sagte er, »wenn du vor mir niederkniest und mich anbetest.«

<sup>10</sup>»Scher dich fort von hier, Satan«, sagte Jesus zu ihm. »Denn die Schrift sagt: ›Du sollst den Herrn, deinen Gott, anbeten und nur ihm allein dienen.‹\*«

<sup>11</sup>Da verließ ihn der Teufel, und Engel kamen und sorgten für Jesus.

### Der Beginn des öffentlichen Wirkens

<sup>12</sup>Als Jesus hörte, dass Johannes verhaftet worden war, verließ er Judäa und kehrte nach Galiläa zurück. <sup>13</sup>Doch er ging nicht nach Nazareth, sondern nach Kapernaum am See Genezareth, im Gebiet von Sebulon und Naftali. <sup>14</sup>Auf diese Weise erfüllte sich die Prophezeiung Jesajas:

<sup>15</sup>»Im Lande Sebulon und Naftali, am See, jenseits des Jordan, in Galiläa, leben so viele Menschen, die Gott nicht kennen\*. <sup>16</sup>Dort hat das Volk, das im Dunkel lebt, ein helles Licht gesehen. Und über den Menschen in einem vom Tode überschatteten Land ist ein strahlendes Licht aufgegangen.«\*

<sup>17</sup>Von da an begann Jesus zu predigen: »Hört auf zu sündigen und kehrt um zu Gott, denn das Himmelreich ist nahe\*.«

4,10 5. Mose 6,13. | 4,15 Griech. *Heiden*. | 4,15-16 Jesaja 8,23-9,1 | 4,17 O. *ist gekommen oder kommt bald*. | 4,25 Griech. *Dekapolis*.

4,10 5Mo 6,13  
4,11 Lk 22,43; Hebr 1,14;  
Jak 4,7  
4,15-16 †Jes 8,23-9,1;  
42,6-7; Lk 2,32  
4,17 Mt 3,2; 10,7

4,19 Mt 16,17-18;  
Joh 1,42  
4,20 Mk 10,28; Lk 18,28  
4,23 Mt 9,35; Mk 1,39;  
Lk 4,15  
5,1 Lk 6,12; Joh 6,3

### Die ersten Jünger

<sup>18</sup>Eines Tages, als Jesus am Ufer des Sees Genezareth entlangging, sah er zwei Brüder, die ihre Netze auswarfen. Simon, der später Petrus genannt wurde, und Andreas waren von Beruf Fischer. <sup>19</sup>Jesus rief ihnen zu: »Kommt mit und folgt mir nach. Ich will euch zeigen, wie man Menschen fischt!« <sup>20</sup>Sofort ließen sie ihre Netze liegen und gingen mit ihm.

<sup>21</sup>Etwas weiter am Ufer entlang sah er zwei andere Brüder, Jakobus und Johannes, die mit ihrem Vater Zebedäus in einem Boot saßen und ihre Netze flickten. Auch sie rief er zu sich. <sup>22</sup>Ohne Zögern folgten sie ihm und ließen das Boot und ihren Vater zurück.

### Das Wirken von Jesus in Galiläa

<sup>23</sup>Jesus reiste durch ganz Galiläa und sprach in den Synagogen. Überall verkündigte er die Botschaft vom Reich Gottes und heilte die Menschen von ihren Krankheiten und Gebrechen. <sup>24</sup>Die Neuigkeiten über ihn verbreiteten sich weit über die Grenzen Galiläas. Bald strömten die Kranken sogar aus Syrien herbei, um sich von ihm gesund machen zu lassen. Und ganz gleich, welche Krankheit und welche Beschwerden sie quälten, ob sie von Dämonen besessen, Epileptiker oder Gelähmte waren – er heilte sie. <sup>25</sup>Große Menschenmassen umlagerten ihn, wohin er auch ging – es waren Leute aus Galiläa, aus den Zehn Städten\*, aus Jerusalem, aus ganz Judäa, selbst aus den Gegenden östlich des Jordan.

### Die Bergpredigt

**5** Eines Tages, als sich immer mehr Menschen um Jesus sammelten, stieg er mit seinen Jüngern auf einen Berg und setzte sich dort hin, um sie zu unterrichten.



## Die Seligpreisungen

<sup>2</sup>Und das lehrte er sie:

<sup>3</sup>»Glücklich sind die, die erkennen, dass sie Gott brauchen\*, denn ihnen wird das Himmelreich geschenkt.

<sup>4</sup>Glücklich sind die, die traurig sind, denn sie werden getröstet werden.

<sup>5</sup>Glücklich sind die Freundlichen und Bescheidenen, denn ihnen wird die ganze Erde gehören.

<sup>6</sup>Glücklich sind die, die nach Gerechtigkeit hungern und dürsten, denn sie werden sie im Überfluss erhalten.

<sup>7</sup>Glücklich sind die Barmherzigen, denn sie werden Barmherzigkeit erfahren.

<sup>8</sup>Glücklich sind die, die ein reines Herz haben, denn sie werden Gott sehen.

<sup>9</sup>Glücklich sind die, die sich um Frieden bemühen, denn sie werden Kinder Gottes genannt werden.

<sup>10</sup>Glücklich sind die, die verfolgt werden, weil sie in Gottes Gerechtigkeit leben, denn das Himmelreich wird ihnen gehören.

<sup>11</sup>Glücklich seid ihr, wenn ihr verspottet und verfolgt werdet und wenn Lügen über euch verbreitet werden, weil ihr mir nachfolgt. <sup>12</sup>Freut euch darüber! Jubelt! Denn im Himmel erwartet euch eine große Belohnung. Und denkt daran, auch die Propheten sind einst verfolgt worden.

## Von Salz und Licht

<sup>13</sup>Ihr seid das Salz der Erde. Doch wozu ist Salz noch gut, wenn es seinen Geschmack verloren hat? Kann man es etwa wieder brauchbar machen? Es wird weggeworfen und zertreten, wie etwas, das nichts wert ist. <sup>14</sup>Ihr seid das Licht der Welt – wie eine Stadt auf einem Berg, die in der Nacht hell erstrahlt, damit alle es sehen können. <sup>15</sup>Niemand versteckt ein Licht unter einem umgestülpten Ge-

fäß. Er stellt es vielmehr auf einen Lampenständer und lässt es für alle leuchten.

<sup>16</sup>Genauso lasst eure guten Taten leuchten vor den Menschen, damit alle sie sehen können und euren Vater im Himmel dafür rühmen.

## Über das Gesetz

<sup>17</sup>Versteht nicht falsch, warum ich gekommen bin. Ich bin nicht gekommen, um das Gesetz oder die Schriften der Propheten abzuschaffen. Im Gegenteil, ich bin gekommen, um sie zu erfüllen. <sup>18</sup>Ich versichere euch: Solange der Himmel und die Erde bestehen, wird selbst die kleinste Einzelheit von Gottes Gesetz gültig bleiben, so lange, bis ihr Zweck erfüllt ist.

<sup>19</sup>Wenn ihr also das kleinste Gebot brecht und andere dazu ermuntert, dasselbe zu tun, werdet ihr auch die Geringsten im Himmelreich sein. Dagegen wird jeder, der die Gesetze Gottes befolgt und sie anderen erklärt, im Himmelreich groß sein.

<sup>20</sup>Aber ich warne euch – nur wenn eure Gerechtigkeit die der Schriftgelehrten und Pharisäer weit übertrifft, dürft ihr ins Himmelreich hinein.

## Vom Zorn

<sup>21</sup>Ihr habt gehört, dass es im Gesetz von Mose heißt: »Du sollst nicht töten. Wer

5,3 Griech. *die Armen im Geist*.

---

5,3-12 Lk 6,20-23	5,13 Mk 9,50;
5,3 Jes 57,15	Lk 14,34-35
5,4 Jes 61,2-3	5,15 Mk 4,21; Lk 8,16;
5,5 Ps 37,11	11,33
5,6 Jes 55,1-2	5,16 Eph 5,8-9;
5,7 Mt 18,33; Jak 2,13	1Petr 2,12
5,8 Ps 24,3-4	5,17 Röm 3,31
5,9 Hebr 12,14; Jak 3,18	5,18 Lk 16,17; 21,33
5,10 2Tim 2,12;	5,19 Jak 2,10
1Petr 3,14	5,20 Mt 6,1
5,11 Mt 10,22; 1Petr 4,14	5,21 +2Mo 20,13;
5,12 Apg 7,52;	+5Mo 5,17; Mt 19,18;
Hebr 11,32-38; Jak 5,10	Mk 10,19; Lk 18,20;
	Röm 13,9; Jak 2,11

einen Mord begeht, wird verurteilt.\*  
 22Ich aber sage: Schon der, der nur zornig auf jemanden\* ist\*, wird verurteilt! Wer zu seinem Freund sagt: ›Du Dummkopf!‹\*, den erwartet das Gericht. Und wer jemanden verflucht\*, dem droht das Feuer der Hölle.

23Wenn ihr also vor dem Altar im Tempel steht, um zu opfern, und es fällt euch mit einem Mal ein, dass jemand etwas gegen euch hat, 24dann lasst euer Opfer vor dem Altar liegen, geht zu dem Betreffenden und versöhnt euch mit ihm. Erst dann kommt zurück und bringt Gott euer Opfer dar. 25Einigt euch rasch mit eurem Gegner, bevor es zu spät ist und ihr vor Gericht gestellt, einem Gerichtsdieners übergeben und ins Gefängnis geworfen werdet. 26Ich versichere euch: Ihr kommt erst wieder frei, wenn ihr eure Schuld bis auf den letzten Cent bezahlt habt.

### Vom Ehebruch

27Ihr habt gehört, dass es im Gesetz von Mose heißt: ›Du sollst nicht die Ehe brechen.‹\* 28Ich aber sage: Wer eine Frau

auch nur mit einem Blick voller Begierde ansieht, hat im Herzen schon mit ihr die Ehe gebrochen. 29Wenn dich also dein Auge – auch wenn es dein gutes Auge\* ist – zur Begierde verführt, reiße es heraus und wirf es weg! Besser, du verlierst einen Körperteil, als dass dein ganzer Körper in die Hölle geworfen wird. 30Und wenn dich deine Hand – auch wenn es deine kräftigere Hand\* ist – zum Bösen verführt, hack sie ab und wirf sie weg! Besser, du verlierst einen Körperteil, als dass dein ganzer Körper in die Hölle geworfen wird.

### Von der Ehescheidung

31Ihr habt gehört, dass es im Gesetz von Mose heißt: ›Ein Mann darf sich von seiner Frau scheiden lassen, wenn er ihr einen Scheidungsbrief ausstellt.‹\* 32Ich aber sage: Wenn ein Mann sich von seiner Frau scheiden lässt – es sei denn, sie war untreu –, macht er sie zur Ehebrecherin. Und wer eine geschiedene Frau heiratet, begeht ebenfalls Ehebruch.

### Vom Schwören

33Ihr habt auch gehört, dass es im Gesetz von Mose heißt: ›Du sollst einen Schwur nicht brechen; du sollst die Versprechen, die du vor dem Herrn abgelegt hast, halten.‹\* 34Ich aber sage: Schwört überhaupt nicht! Wenn ihr sagt: ›Beim Himmel!‹, dann ist das ein heiliger Schwur, denn der Himmel ist Gottes Thron.

35Und wenn ihr sagt: ›Bei der Erde!‹, dann ist auch das ein heiliger Schwur, denn die Erde ist seine Fußbank. Und schwört auch nicht: ›Bei Jerusalem!‹, denn Jerusalem ist die Stadt des großen Königs.

36Schwört nicht einmal: ›Bei meinem Kopf!‹, denn ihr könnt kein einziges Haar auf eurem Kopf weiß oder schwarz ma-

5,21 2. Mose 20,13; 5. Mose 5,17. | 5,22a Griech. *auf seinen Bruder*. | 5,22b Manche Handschriften fügen hinzu *ohne Grund*. | 5,22c Wörtlich *Raca*, ein aramäischer Ausdruck der Verachtung. | 5,22d Griech. *wer sagt: »Du Tor!«*. | 5,27 2. Mose 20,14; 5. Mose 5,18. | 5,29 Griech. *dein rechtes Auge*. | 5,30 Griech. *deine rechte Hand*. | 5,31 5. Mose 24,1. | 5,33 4. Mose 30,3.

5,22 Eph 4,26;  
 Jak 1,19-20; 1Joh 3,15  
 5,25-26 Mt 18,34-35;  
 Lk 12,58-59  
 5,27 †2Mo 20,14;  
 †5Mo 5,18; Mt 19,18;  
 Mk 10,19; Lk 18,20;  
 Röm 13,9; Jak 2,11

5,29-30 Mt 18,8-9;  
 Mk 9,43-47  
 5,31 †5Mo 24,1; Mt 19,7;  
 Mk 10,4  
 5,32 1Kor 7,10-11  
 5,33 3Mo 19,12;  
 4Mo 30,3; 5Mo 23,22  
 5,34 Jes 66,1; Jak 5,12  
 5,35 Jes 66,1