Selbstwert

Woher erhalten wir unseren Wert?

Stephan Isenberg

© SoundWords, online seit: 12.03.2020, aktualisiert: 15.11.2022

fbibel.de/a12185.html

© www.fbibel.de 2000–2020. Alle Rechte vorbehalten.

Einleitung

In der heutigen Zeit wird oft von *Selbstwert* und *Selbstwertgefühlen* gesprochen. Es ist die Frage danach, wie ich mich selbst bewerte. In der Psychologie spricht man davon, dass der Selbstwert sehr viel mit unseren Denkprozessen zu tun hat, wie ich also über mich selbst denke. Dieser Zusammenhang ist deshalb interessant, weil eine Störung in diesem Bereich bereits mit einem neuen Denken behoben werden kann. Nicht zuletzt bedeutet das Wort *Buße* nichts anderes als *Sinnesänderung:* Wir ändern unser Denken. Vielleicht müssen wir ganz neu über das Thema *Selbstwert* nachdenken und unser Denken ändern. Wenn wir nicht unter einer psychischen Störung leiden, messen wir unserem Leben normalerweise einen sehr hohen Wert bei, denn wir haben schließlich nur dieses eine Leben. Viele Milliarden Euro werden jährlich für die Gesundheit ausgegeben. Hauptsache, gesund! Wir sind es uns schließlich wert, sagt man.

Wer gibt uns den Wert?

Menschen fühlen sich in der Regel wertvoll, wenn sie zum Beispiel von anderen geliebt, gelobt oder gebraucht werden.

Manche fühlen sich sehr wichtig, weil sie einen verantwortlichen Job haben. Andere haben eine tolle Frau, großen Besitz oder ein tolles Auto und fühlen sich deshalb wertvoll. Wieder andere sehen sehr gut aus und ziehen ihren Selbstwert aus der Bestätigung anderer, die sie auch toll finden. Die Frage ist nur, ob es gut ist, wenn diese Punkte unseren Selbstwert bestimmen. Geht es hier eigentlich wirklich um *Selbst*wert oder ist es nicht vielmehr ein *Fremd*wert? Also um einen Wert, den andere mir beimessen? Es geht doch immer darum, dass ich etwas tue, um etwas zu erhalten. Wir beziehen unseren Wert aus dem, was andere über uns sagen. Ich kaufe mir ein außergewöhnliches Auto, um Anerkennung zu erhalten, oder ich arbeite mich auf der Karriereleiter nach oben, damit man mich toll findet. Ich beschäftige mich so stark mit meinem Aussehen, weil ich andere beeindrucken möchte. Wir *tun* also etwas, um uns wertvoll zu fühlen. Was ist aber, wenn man uns diese Dinge nimmt? Wenn du durch einen Autounfall nicht nur dein schönes Auto, sondern auch dein schönes Aussehen verlierst; wenn du einfach gar nichts mehr „tun“ kannst? Sind wir dann wertlos? Du verlierst deinen tollen Job, deine bildhübsche Frau, deinen Besitz. Fühlst du dich jetzt wertlos? Manche haben diese Dinge nie gehabt und leiden deshalb unter einem Minderwertigkeitsgefühl. Ist das der

richtige Ansatz zum Thema Selbstwert?

Die große Lüge des Teufels ist es, dass wir meinen, unser Selbstwertgefühl sei von äußerlichen Faktoren abhängig. Stell dir vor, ich zeige dir einen nagelneuen 100-Euro-Schein und frage dich, ob du diesen gerne haben möchtest. Du stimmst zu. Bevor ich ihn dir gebe, falte ich ihn ganz klein zusammen und dann zeige ich ihn dir noch einmal – er ist jetzt sehr zerknittert, möchtest du den 100-Euro-Schein immer noch haben? Wie viel ist der Schein jetzt noch wert? Klar, du möchtest ihn immer noch haben. Dann nehme ich den Schein und trete heftig darauf herum. Wie viel ist er jetzt wert? Richtig, immer noch 100 Euro. Ich denke, du hast das Bild verstanden. Bei einem 100-Euro-Schein ist es uns klar: Man kann auf dem Schein herumtreten, ihn zusammenfalten oder sonst etwas mit ihm anstellen, er behält seinen Wert. Der Wert wird nicht von den äußeren Faktoren bestimmt. Wenn es um uns geht, fällt uns das manchmal ein wenig schwer, zu glauben. Die Frage ist vielmehr: Wer hat diesem 100-Euro-Schein den Wert gegeben?

Es kann sein, dass jemand ein großartiges Kunstgemälde in den Müll wirft, weil er nicht erkennt, dass es von Meisterhand gemacht wurde. Aber hat das Gemälde deshalb weniger Wert?

Nein. Ein Kunstliebhaber, der dieses Gemälde im Müll findet, würde sofort jubeln und sich freuen, so ein kostbares Gemälde gefunden zu haben.

Der Herr Jesus wurde von uns Menschen verworfen, Er wurde angespuckt, verspottet und geschlagen. Bestimmte das seinen Wert? Nein. Er lebte in der ständigen Gemeinschaft mit seinem himmlischen Vater, und Er wusste, dass Er „von Menschen zwar verworfen, *bei Gott aber auserwählt, kostbar"* sein würde (1Pet 2,4). Das ist die richtige Perspektive. Warum fällt uns das oft so schwer, das auch im Glauben zu erfassen?

Wer bin ich eigentlich?

Was kann uns hier helfen? Wodurch beziehe ich denn ein gesundes Selbstwertgefühl? In der Bibel kommt das Wort *Selbstwert* nicht vor. Dennoch wollen wir uns fragen, ob es so etwas wie ein gesundes Selbstwertgefühl gibt und wie ich es erhalte.

Bevor wir uns jedoch fragen: „Was bin ich wert?", müssen wir uns einer anderen Frage zuwenden: Wer bin ich? Wenn wir diese Frage beantworten, kommen wir der Frage nach dem

Selbstwert ein ganzes Stück näher. Es geht also um das Herausfinden der eigenen Identität. Roland Antholzer schreibt:

> Identität ist die Antwort, die ein Mensch sich selbst gibt, wenn er vor der Frage steht: Wer bin ich?[1]

Johannes der Täufer wurde einmal von den Priestern und Leviten gefragt: „Wer bist du?“ (Joh 1,19), und Johannes antwortete: „Ich bin *die Stimme* eines Rufenden in der Wüste: Macht gerade den Weg des Herrn, *wie Jesaja, der Prophet, gesagt hat“* (Joh 1,23). Johannes konnte seine Identität aus der Bibel ableiten. Er sagte: „Ich bin die Stimme“, und weiter: „wie Jesaja, der Prophet, gesagt hat“. Du sagst, dass eine „Stimme“ zu sein, nicht sehr viel sei und dein Selbstwertgefühl nicht stärken könne? Es stimmt, lediglich eine Stimme zu sein, die gehört wird und dann wieder verschwindet, scheint nicht sehr wichtig zu sein. Aber bedenke, wie der Herr Jesus diese „Stimme“ beurteilte: „Unter den von Frauen Geborenen ist kein Größerer aufgestanden als Johannes der Täufer“ (Mt 11,11). In den Augen der Menschen war Johannes der Täufer *nur* eine Stimme; manche sagten sogar, dass er einer der Propheten sei oder Jeremia, Elia oder sogar Christus selbst. Nein, das war alles nicht wichtig, was andere sagten. Für Johannes war

alleine wichtig, dass er in Übereinstimmung mit dem Wort Gottes war. Für Christus hatte Johannes der Täufer einen großen Wert. Die Frage an uns ist: Können wir unsere Identität aus der Bibel ableiten?

Dazu müssen wir uns den ersten Kapiteln des ersten Buches Mose zuwenden. Hier beginnt die Geschichte des Menschen. Der erste Mensch konnte seine Identität in Gott festmachen und von Gott ableiten: „Und Gott schuf den Menschen in seinem Bild, *im Bild Gottes schuf er ihn“* (1Mo 1,27). Das ist wunderbar: Der erste Mensch war das Spiegelbild Gottes. Er sollte etwas von dem Glanz, der Schönheit, Güte und Liebe des Schöpfers widerspiegeln. Es gibt keinen Zweifel: Die Identität des ersten Menschen lag in Gott begründet.

Wie wir wissen, hielt dieser Zustand nicht sehr lange an. Der Teufel, die listige Schlange, konnte dieses harmonische Zusammenspiel zwischen Gott und seinen Geschöpfen nicht mit ansehen. Der Teufel wollte eben genau das verhindern, dass durch den Menschen etwas von dem Glanz seines Schöpfers sichtbar wurde. An diesem Punkt der Identität greift die Schlange an, denn sie sagt: „Gott weiß, dass an dem Tag, da ihr davon esst, eure Augen aufgetan werden *und ihr sein*

werdet wie Gott" (1Mo 3,4.5). Die Schlange redet Eva ein, dass Gott ihr etwas vorenthalte und dass sie mehr sein könne als das, was sie bisher war. Eva war nicht mehr damit zufrieden, sie selbst zu sein; sie ließ sich einreden, durch das Essen von der Frucht könne sie wie Gott sein.

Wie viele Menschen sind nicht mit dem zufrieden, was Gott für sie vorgesehen hat – sie wollen unbedingt so sein wie jemand anderes. Eva verlor ihre wahre Identität; und auch wir verlieren unsere Identität, wenn wir danach streben, so zu sein wie jemand anderes. Auf diesem Weg werden wir die eigene Identität und den eigenen Selbstwert nicht finden. Eva wollte ihren Wert erhöhen und verlor dabei alles; der Mensch verlor seinen eigentlichen Wert. Bedenke, wenn du dich das nächste Mal mit jemand anderem vergleichst:

> Der Anfang des Vergleichens ist das Ende der Zufriedenheit.[2]

Der Mensch verlor seine Identität

Die große Katastrophe des Gartens Edens war, dass das ganze nachfolgende Menschengeschlecht in Mitleidenschaft

gezogen wurde. Der erste Mensch, der seine Bedeutung, seine Identität, seinen Wert zu Beginn in Gott festgemacht hatte, versteckte sich nun vor Gott. Hatte der Mensch all seine Sicherheit von Gott herleiten können, so muss er jetzt sagen: „Ich hörte deine Stimme im Garten, *und ich fürchtete mich*, denn ich bin nackt, und *ich versteckte mich"* (1Mo 3,10). Seit dieser Zeit sucht der Mensch seine Bedeutung, seinen Wert und seine Sicherheit außerhalb von Gott. Er sucht etwas, womit er sich identifizieren kann, was ihn wertvoll macht und Bedeutung gibt. Für den einen ist das eine Fußballmannschaft, für den anderen eine Rockband oder der Leistungssport. Es gibt unzählige Dinge, worin der Mensch nun nach Bedeutung und Sicherheit sucht. Junge Mädchen träumen davon, bei *Germany's Next Topmodel* mitmachen zu dürfen oder jedenfalls selbst eine begehrenswerte Schönheit zu sein.

Die Evolutionstheorie hat dem Menschen die Möglichkeit genommen, seine Bedeutung, seinen Wert und seine Identität wiederzufinden. Du kannst in den Zoo gehen und dich ins Affenhaus vor die Glasscheibe stellen und die Affen fragen: Was ist aus uns geworden? – Aber du wirst keine Antwort erhalten. Auch die Wissenschaft wird uns nicht helfen. Der Biologe wird sagen, dass der Mensch aus ganz bestimmten

Veranlagungen und Genen besteht; der Soziologe wird dir sagen, dass der Mensch ein Gesellschaftswesen ist, bestimmt durch verschiedene Umwelteinflüsse; und der Chemiker wird dir sagen, das der Mensch aus 68 Prozent Wasser besteht usw. An allem ist sicher etwas dran, aber nichts gibt uns irgendeinen Wert oder eine Bedeutung. Gott hatte im Garten Eden bei der Erschaffung des Menschen nicht Maß an einem Affen genommen, sondern an sich selbst. Die Würde des Menschen liegt nicht in dem, was er *tut,* sondern was er in Gottes Augen *ist*.

Wer sind wir vor Gott?

Manche sagen: Das ist ja ganz prima, aber was *sind* wir denn in Gottes Augen? – Gott hat uns darüber nicht im Unklaren gelassen. In 1. Mose 5,3 lesen wir: „Adam lebte 130 Jahre und zeugte einen Sohn *in seinem Gleichnis*, *nach seinem Bild*, und gab ihm den Namen Seth.“ Von dem nachfolgenden Geschlecht Adams lesen wir nicht, dass er in dem Bild Gottes gezeugt worden war, sondern „nach seinem [Adams] Bild“. Adam war ein Sünder und brachte weitere Sünder hervor. In 1. Mose 6,5 heißt es: „Der HERR sah, dass die Bosheit des Menschen *groß* war auf der Erde, und *alles* Gebilde der

Gedanken seines Herzens *nur* böse den ganzen Tag“ (1Mo 6,5), und weiter in Vers 12: „Gott sah die Erde, und siehe, sie war verdorben; denn *alles* Fleisch hatte seinen Weg verdorben auf der Erde“ (1Mo 6,12). Später musste der Prophet Jesaja schreiben: „Von der Fußsohle bis zum Haupt ist *nichts Gesundes* an ihm“ (Jes 1,6), und der Prophet Jeremia: „*Arglistig* ist das Herz, mehr als alles, und *verdorben* ist es“ (Jer 17,9). Der Apostel Paulus schreibt: „Ich weiß, dass in mir, das ist in meinem Fleisch, *nichts Gutes wohnt“* (Röm 7,18), und: „Die aber, die im Fleisch sind, *vermögen Gott nicht zu gefallen“* (Röm 8,8), und weiter: „Da ist *keiner*, der *verständig* ist; da ist *keiner*, *der Gott sucht*. Alle sind *abgewichen*, sie sind allesamt *untauglich* geworden; da ist *keiner, der Gutes tut*, da ist auch nicht *einer“* (Röm 3,10-12). Das ist das Urteil Gottes über den Menschen.

Wenn wir etwas über unsere Identität und über unseren Selbstwert lernen wollen, dann müssen wir zuerst das Urteil der Bibel über den Menschen, der aus Adam hervorgegangen ist, anerkennen. Das ist für viele Menschen eine ernste Hürde. Wir sind von Natur aus selbstgerecht und eigenliebig. Wir sind blind für unseren wirklichen Zustand vor Gott. Wir haben die Verantwortung, Gott von *ganzem Herzen* und mit *ganzer Seele*

und mit *ganzem Verstand* zu lieben (vgl. Mt 22,37). Aber die Wahrheit ist, wie sie der Apostel Paulus ausdrückt: „Dies nun sage und bezeuge ich im Herrn, dass ihr fortan nicht wandelt, wie auch die Nationen wandeln, in *Eitelkeit ihres Sinnes*, *verfinstert am Verstand,* entfremdet dem Leben Gottes wegen der Unwissenheit, die in ihnen ist, wegen der *Verhärtung ihres Herzens,* die, da sie *alle Empfindung verloren,* sich selbst der Ausschweifung hingegeben haben, um alle Unreinheit mit Gier auszuüben“ (Eph 4,17-19). Gott hatte diesem [Adams-]Menschen immer wieder Gelegenheit gegeben, zu Ihm umzukehren, aber dieser hatte sich mehr und mehr verderbt: „Allein, siehe, dies habe ich gefunden, dass Gott den Menschen aufrichtig geschaffen hat; sie aber haben viele Ränke gesucht“ (Pred 7,29). Als der Mensch auch noch die offenbarte Liebe Gottes in seinem Sohn ans Kreuz heftete, war das der Zeitpunkt, wo Gott mit diesem alten Adamsgeschlecht abrechnete. Der Apostel Paulus beschreibt es so: „Wir wissen, dass unser *alter Mensch mitgekreuzigt* worden ist“ (Röm 6,6). Dieser alte Mensch wurde richterlich beseitigt. Mit diesem alten [Adams-]Menschen konnte Gott nichts mehr anfangen. Dieser alte Mensch ist tatsächlich vor Gott wertlos.

Ist der Mensch vor Gott wirklich wertlos?

Die wahre Identität des Menschen ging durch den Sündenfall verloren und in der Folge hat der Mensch sich in allen Bereichen verdorben. Ist der Mensch nun deshalb in Gottes Augen völlig wertlos geworden? Wenn das so wäre, dann hätte Gott Adam und Eva nach dem Sündenfall sofort vernichten können. Das Problem der Sünde wäre sofort aus der Welt geschafft worden. Aber Gott ist Liebe; auch wenn sich der Mensch von Gott entfernte, so wollte Gott sich aufmachen und ihn suchen. Er suchte Adam im Garten Eden, und am Ende dieser Tage hat Gott durch seinen Sohn gesucht: „Der Sohn des Menschen ist gekommen, zu suchen und zu erretten, was verloren ist“ (Lk 19,10). Gott hatte etwas verloren und seit dieser Zeit im Garten Eden sucht Er den Menschen. Das kommt in Lukas 15 in drei Gleichnissen zum Ausdruck. Der Hirte (ein Bild des Herrn Jesus) *sucht* das verlorene Schaf, die Frau mit der Lampe (ein Bild des Heiligen Geistes) *sucht* die verlorene Drachme, und der Vater (ein Bild von Gott dem Vater) verlor seinen Sohn. Im Bild gesprochen, sind hier die drei Personen der Gottheit beteiligt, den Menschen zu suchen und zu Gott zurückzubringen. Wiewohl der Vater im Gleichnis vom verlorenen Sohn eher wartet, so wissen wir aus anderen Bibelstellen, dass der Vater zum Sohn zieht (Joh 6,44). In allen drei Gleichnissen hören wir von der großen Freude, als das

Schaf, die Drachme und der Sohn gefunden wurden. Obwohl der Mensch sich verderbt hatte, wollte Gott ihn nicht aufgeben. Sogar als der Mensch beschloss, den Sohn Gottes ans Kreuz zu schlagen, hörte die Liebe Gottes nicht auf, den Menschen zu suchen. Und es ist jedes Mal große Freude im Himmel, wenn ein Sünder Buße tut, wenn er sich finden lässt. Der Sündenfall war nicht das letzte Wort, sondern Gott sprach am Ende der Tage durch seinen Sohn; das war sein ultimativ letztes Wort. In Christus können wir unsere Identität, unsere Bedeutung, unsere Sicherheit und unseren Wert wiederfinden.

Was sind wir wirklich wert?

Aber wir können nicht so bleiben, wie wir sind. Denn mit dem alten Menschen kann Gott wirklich nichts anfangen. Seit der Herr Jesus Christus am Kreuz hing, hat Gott mit dem alten (Adams-)Menschen abgerechnet. Als Christus gekreuzigt wurde, wurde der alte Mensch ebenfalls gekreuzigt. Er hat am Kreuz sein Ende gefunden. Dieser alte (Adams-)Mensch ist in dieser Weise wirklich, wie oben bereits gesagt, wertlos für Gott. Von Natur aus haben wir lediglich in dieser Weise einen Wert, dass Gott uns nicht abschreibt, sondern uns sucht, „denn so hat Gott die Welt geliebt, dass er seinen eingeborenen Sohn

gab, damit jeder, der an ihn glaubt, nicht verloren gehe, sondern ewiges Leben habe“ (Joh 3,16). Gott möchte uns ein neues Leben schenken. Dazu müssen wir eine neue Geburt erleben und aus Wasser und Geist geboren werden (Joh 3). Gott macht aus uns neue Menschen; wir gehören zu einer neuen Schöpfung. So kann der Apostel Paulus schreiben: „Daher, wenn jemand in Christus ist, da ist eine *neue Schöpfung;* das Alte ist vergangen, siehe, Neues ist geworden“ (2Kor 5,17). Wenn wir uns als Sünder erkennen, unsere sündigen Taten bekennen und an Christus glauben, dass Er für unsere Sünden gestorben ist, dann haben wir ein neues Leben. Wir bekommen dann eine ganz neue Identität und unser Wert, unsere Bedeutung hängt allein von der Tatsache ab, welchen Wert jene Person uns beimisst, die uns dieses Leben, diese neue Identität geschenkt hat. Wie hoch dieser Wert ist und welche neue Identität er bekommen hat, beschreibt Paulus so: „Nicht mehr lebe ich [identifiziert mit dem alten Menschen], sondern *Christus lebt in mir;* was ich [identifiziert mit dem neuen Leben] aber jetzt lebe im Fleisch, lebe ich durch Glauben, durch den an den Sohn Gottes, *der mich geliebt und sich selbst für mich hingegeben hat“* (Gal 2,20). Der Wert unseres neuen Lebens besteht in dem Wert, den Christus hat, und in dem Preis, den zu zahlen Er bereit war: sein Leben! Der

Apostel Paulus war von diesem überaus hohen Wert der Person Christi überzeugt, denn er konnte an die Philipper schreiben: „Das Leben ist für mich Christus und das Sterben Gewinn“ (Phil 1,21).

Josh McDowell schreibt:

> Wenn du jemals ein Preisschild an deine Stirn zu kleben hättest, dann müsste darauf einzig und allein „Jesus“ stehen. Sein Tod am Kreuz war die Bezahlung für unsere Sünden. Vor Gott hast du jetzt einen „Jesus-Wert“, das ist der Wert, den er mit seinem Blut bezahlt hat.[3]

Der Preis, der für uns bezahlt wurde, war unermesslich groß. Ob es nun Gold oder Silber ist oder alle Gold- und Silbervorkommen dieser Erde zusammen: Sie könnten uns nicht retten, aber Christi Blut hat einen Wert, der mit Gold und Silber nicht zu vergleichen ist: „Ihr wisst, dass ihr nicht mit vergänglichen Dingen, mit Silber oder Gold, erlöst worden seid von eurem eitlen, von den Vätern überlieferten Wandel, *sondern mit dem kostbaren Blut Christi, als eines Lammes ohne Fehl und ohne Flecken“* (1Pet 1,18).

Wenn du also noch einmal deinen Wert anzweifelst, dann erinnere dich an die aufopfernde Liebe des Herrn Jesus auf dem Kreuz und sieh, dass du wertvoll und von Ihm angenommen bist. Du bist nicht wertvoll, weil du etwas tust und versuchst, nach außen etwas zu sein, sondern du bist wertvoll, weil du etwas *bist*, weil jemand anderes etwas *getan* hat. Der verlorene Sohn wollte, zu dem Vater zurückgekehrt, in der Heimat unter anderem sagen: „Mache mich wie einen deiner Tagelöhner“ (Lk 15,19). Er wollte zu Hause angekommen die Wiese mähen und das Feld bestellen, er wollte etwas *tun*. Dann kam ihm der Vater schon von weitem entgegen und fiel ihm um den Hals, und der verlorene Sohn brachte dieses Wort: „Mache mich wie einen deiner Tagelöhner“, nicht mehr über die Lippen. Er hatte verstanden: Sein Wert lag nicht darin, was er tun würde, sondern was er war: nämlich ein Sohn. Der Vater gab ihm all das, was ihn als Sohn auszeichnen würde: ein Gewand, Sandalen, einen Ring und das gemästete Kalb. Wenn wir zu Gott zurückgekehrt sind, wenn wir unsere Identität in Christus gefunden haben, können wir mit David singen: „Ich preise dich dafür, dass ich auf eine erstaunliche, ausgezeichnete Weise gemacht bin. Wunderbar sind deine Werke, und meine Seele weiß es sehr wohl“ (Ps 139,14). Und mit Jesaja können wir sprechen: „Und nun, so spricht der HERR, der dich geschaffen

hat, Jakob, und der dich gebildet hat, Israel: Fürchte dich nicht, denn ich habe dich erlöst; ich habe dich bei deinem Namen gerufen, du bist mein. … Weil du teuer, wertvoll bist in meinen Augen und ich dich lieb habe“ (Jes 43,1-4).

Anmerkungen

[1] Zitiert von Wilfried Plock in *Echte Identität*, Hünfeld (CMD) 2013, S. 20.

[2] Zitiert von Wilfried Plock in *Echte Identität*, Hünfeld (CMD) 2013, S. 41.

[3] Zitiert von Wilfried Plock in *Echte Identität*, Hünfeld (CMD) 2013, S. 45.