Lesepredigt vom 18. Oktober 2026, Pfr. Joël Guggisberg

«Alter und neuer Mensch»

Epheser 4,17-31

17Das sage ich und beschwöre euch beim Herrn: Führt euer Leben nicht
länger so, wie die Menschen in den anderen Völkern – ohne Sinn und
Verstand. 18Ihre Erkenntnisfähigkeit ist getrübt. Ihnen ist das Leben fremd,
das Gott schenkt. Denn sie sind unwissend und haben ihr Herz
verschlossen. 19Sie sind abgestumpft und führen ein zügelloses Leben. In
ihrer Habgier sind sie zu jedem unreinen Werk bereit.

20Das passt aber nicht zu dem, was ihr über Christus gelernt habt. 21Ihr habt
doch von ihm gehört und seid in seiner Lehre unterrichtet worden. Denn so
ist es der Wahrheit angemessen. Sie gilt bei allen, die zu Jesus gehören.

22Deshalb sollt ihr den alten Menschen ablegen, denn er entspricht der
früheren Lebensweise. Er wird sich zugrunde richten durch seine
trügerischen Begierden.

23Lasst euch dadurch erneuern, dass Gottes Geist in eurem Verstand wirkt.

24Und zieht den neuen Menschen an wie ein neues Gewand. Denn er ist
nach Gottes Bild geschaffen und dadurch fähig zu wahrer Gerechtigkeit
und Heiligkeit.

25Deshalb sollt ihr die Lüge ablegen. Vielmehr soll jeder die Wahrheit sagen,
wenn ihr miteinander redet. Denn wir alle sind Glieder am Leib von
Christus.

26Euer Zorn soll nicht dazu führen, dass ihr Schuld auf euch ladet! Lasst die
Sonne nicht über eurem Zorn untergehen. 27Gebt dem Teufel keinen Raum
zum Wirken!

28Wer stiehlt, soll nicht mehr stehlen. Vielmehr soll er sich abmühen und
durch seiner eigenen Hände Arbeit etwas verdienen. Dann hat er genug, um
dem Bedürftigen etwas abzugeben.

29Kein böses Wort soll über eure Lippen kommen. Vielmehr sollt ihr stets
ein gutes Wort haben, um jemanden zu stärken, wenn es nötig ist. Dann
bringt dieses Wort denen Segen, die es hören.

30 Betrübt nicht Gottes heiligen Geist, der euch wie ein Siegel aufgedrückt wurde. So kennzeichnet uns Gott für den Tag der endgültigen Erlösung.

31 Alle Erbitterung, Wut, Zorn, lautstarke Auseinandersetzungen und Verleumdungen sollen bei euch keinen Platz haben. Das gilt erst recht für alle Bosheit. 32 Seid vielmehr gütig und barmherzig zueinander. Vergebt einander, wie Gott euch durch Christus vergeben hat.

Liebe Gemeinde,

der heutige Predigttext liest sich auf den ersten Blick wie eine kleine Moralbibel: *«Ihr sollt! Lasst das! Tut dies nicht, sondern tut das!»*

Tatsächlich stammt dieser Abschnitt aus dem Epheserbrief. Er gehört zu dem, was man früher eine «christliche Haustafel» nannte. Damit sollte der jungen Gemeinde Orientierung gegeben werden: Was macht ein christliches Leben eigentlich aus? Und worin unterscheidet es sich von der übrigen Welt?

Das war damals gar nicht so einfach. Die Gemeinden waren bunt gemischt, sie bestanden aus Jüdinnen, Juden und Menschen mit heidnischem Hintergrund. Für das alltägliche Zusammenleben brauchte es klare Leitlinien. Man fragte sich: Was gehört sich für uns als Christinnen und Christen? Welche Werte wollen wir leben und an die nächste Generation weitergeben?

Der Epheserbrief gibt darauf eine deutliche Antwort: *«Führt euer Leben nicht länger so wie die Menschen in den anderen Völkern – ohne Sinn und Verstand!»* Das ist eine klare Orientierung. Die Gemeinde wird aufgefordert, sich zu unterscheiden: Ein christliches Leben soll mit Sinn und Verstand geführt werden.

Doch so klar diese Aufforderung ist – die Begründung ist das Entscheidende: Ein solches Leben aus Sinn und Verstand schaffen wir nicht aus eigener Kraft. Es ist kein Ergebnis unserer eigenen Disziplin, sondern ein Geschenk Gottes durch Jesus Christus.

Wir müssen also nicht vorbildlich leben, um ein Gesetz zu erfüllen oder weil «es sich eben so gehört». Nein, wir dürfen und sollen so leben, weil Gott uns dieses Leben schenkt. Es geht hier nicht um Zwang oder blinden Gehorsam, sondern um Freiheit. Der Epheserbrief erinnert uns daran: Gott schenkt uns im Glauben ein neues Leben durch seinen Heiligen Geist. Dieser Geist ist treibende Kraft, prägt unseren Sinn und Verstand, unser Herz und unsere Hände.

Um uns das verständlich zu machen, nutzt der Text ein wunderbares Bild: Das neue Leben ist wie ein Kleid, das wir anziehen.

So wie niemand ohne Kleidung aus dem Haus geht, so soll das neue Leben, das Gott uns schenkt, unseren Alltag und unseren Umgang miteinander prägen.

Dazu gehört als Erstes: Das alte Gewand wird abgelegt. Manchmal gibt es alte Gewohnheiten, die das Neue behindern. Oder Ängste, die uns fesseln. Die sollen wir mutig und getrost ablegen.

Und dann ziehen wir den «neuen Menschen» wie ein neues Kleid an. Kleider machen bekanntlich Leute:

Zu dieser neuen Garderobe gehören symbolisch ganz praktische Dinge:

- **Handschuhe:** Damit unsere Hände achtsam handeln. Sie sollen nicht schaden oder stehlen, sondern sich für das Gute einsetzen.
- **Eine Brille:** Denn was wir sehen, prägt uns. Die Brille schützt uns davor, uns von leeren Versprechungen blenden zu lassen. Gleichzeitig hilft sie uns, genau hinzusehen – und die Augen nicht vor den Nöten unserer Mitmenschen zu verschließen.
- **Ein Mundschutz:** Er bewahrt uns davor, dass böse, verletzende Worte über unsere Lippen kommen – und schützt uns zugleich vor den lauten, giftigen Tönen anderer.
- **Ein Ohrenschutz:** Mancherorts gibt es viel Lärm um nichts. Nicht jedes Geschwätz ist für unsere Ohren bestimmt. Der Ohrenschutz hilft uns, den Lärm auszublenden, um umso

aufmerksamer hinzuhören, wo jemand leise zwischen den Zeilen spricht oder aus dem Herzen spricht.

In alledem gilt: Diese neue Garderobe ist durchwebt von der Liebe Gottes durch Jesus Christus.

So bildhaft diese Kleidung auch beschrieben ist – letztlich geht es um ein inneres Geschehen. Der «neue Mensch» ist ein innerer Mensch.

Deshalb ist es so wichtig, dass wir diesen inneren Menschen nicht vergessen oder in eine Ecke stellen. Weil man ihn nicht auf den ersten Blick sieht, braucht es unser Herz: Die tägliche Entscheidung, dieses geistliche Gewand immer wieder neu anzuziehen.

Niemand wird zu uns sagen: *«Mensch, du hast aber heute ein schönes neues Kleid an!»* Und doch meine ich: Wenn wir dieses geistliche Gewand tragen und unser Handeln von der Liebe Jesu geprägt ist, dann werden unsere Mitmenschen das spüren. Das lässt sich nicht verbergen.

Und das Schöne ist: Dieses neue Gewand hat überhaupt nichts mit unserem biologischen Alter zu tun! Auch wenn unser äußerer Mensch mit den Jahren älter und schwächer wird – unser innerer Mensch kann von Tag zu Tag erneuert und gestärkt werden.

Es braucht manchmal Mut, dieser Kraft Gottes zu vertrauen, statt krampfhaft zu versuchen, sich aus eigener Kraft immer weiter zu verbessern. Gott verlangt keine Perfektion von uns. Auch das Scheitern ist einkalkuliert. Es ist eine tägliche Übung: Mir ist vergeben – also vergebe auch ich anderen.

Machen Sie mit?

Amen