

## **Kleiderwechsel (Epheser 4, 22-32; 19. So. n. Trin. II)**

Eine Predigt von Bernhard Kaiser

---

*<sup>22</sup>Legt von euch ab den alten Menschen mit seinem früheren Wandel, der sich durch trügerische Begierden zugrunde richtet. <sup>23</sup>Erneuert euch aber in eurem Geist und Sinn <sup>24</sup>und zieht den neuen Menschen an, der nach Gott geschaffen ist in wahrer Gerechtigkeit und Heiligkeit. <sup>25</sup>Darum legt die Lüge ab und redet die Wahrheit, ein jeder mit seinem Nächsten, weil wir untereinander Glieder sind. <sup>26</sup>Zürnt ihr, so sündigt nicht; laßt die Sonne nicht über eurem Zorn untergehen <sup>27</sup>und gebt nicht Raum dem Teufel. <sup>28</sup>Wer gestohlen hat, der stehle nicht mehr, sondern arbeite und schaffe mit eigenen Händen das nötige Gut, damit er dem Bedürftigen abgeben kann. <sup>29</sup>Laßt kein faules Geschwätz aus eurem Mund gehen, sondern redet, was gut ist, was erbaut und was notwendig ist, damit es Segen bringe denen, die es hören. <sup>30</sup>Und betrübt nicht den Heiligen Geist Gottes, mit dem ihr versiegelt seid für den Tag der Erlösung. <sup>31</sup>Alle Bitterkeit und Grimm und Zorn und Geschrei und Lästerung seien fern von euch samt aller Bosheit. <sup>32</sup>Seid aber untereinander freundlich und herzlich und vergebt einer dem andern, wie auch Gott euch vergeben hat in Christus.*

---

### **Zur Einführung**

Ablegen, anziehen – der Kleiderwechsel ist uns als etwas Alltägliches bekannt. Wer abends von der Arbeit nach Hause kommt, möchte den Anzug oder das Jackett, das er im Büro trägt, gegen etwas Legeres eintauschen, etwas, was er zu Hause tragen kann. Noch drastischer fällt der Kleiderwechsel morgens aus: Wer kann schon im Schlafanzug ins Büro? Also: Schleunigst das Nachtgewand gegen ein gesellschaftsfähiges Kleid wechseln. Wir beherrschen den alltäglichen Kleiderwechsel und mögen ihn, weil wir uns in einer angemessenen Kleidung wohlfühlen, weil wir die richtigen und passenden Kleider im Schrank haben und sie problemlos anziehen können.

Wir finden nun das Bild des Kleiderwechsels in unserem Predigttext. Doch was meint Paulus, wenn er sagt: „Legt von euch ab den alten Menschen ... und zieht den neuen Menschen an“? Kann man das? Kann man den alten Menschen, der doch mehr ist als nur ein Kleid, der einem anhaftet wie Pech, weil er zu unserem ureigensten Wesen gehört, einfach ablegen wie einen alten, verschlissenen Parka, und den neuen Menschen, dessen Gewohnheiten einem gar nicht immer passen wollen, anziehen und tragen wie einen edlen Mantel? Über diese Frage muß ich im ersten Teil meiner Predigt sprechen. Danach müssen wir konkret werden und anhand der Ausführungen des Paulus bedenken, was dieser Kleiderwechsel praktisch bedeutet, mithin also, welche konkreten Folgen er hat für das Handeln des Christen und die christliche Ethik. Das ist Gegenstand des zweiten Teils meiner Predigt. Im dritten und letzten Teil spreche ich darüber, was es heißt, den Heiligen Geist nicht zu betrüben.

### **1. Den alten Menschen ablegen, den neuen anziehen**

Das Bild vom Kleiderwechsel muß erklärt werden, denn es ist ein Bild. Was gilt es abzulegen und anzuziehen? Abzulegen gilt es den „alten Menschen“. Das ist der Mensch, so wie er von Adam abstammt. Doch wo und wie wird der abgelegt, wenn nicht dadurch, daß er stirbt? Soll der Christ zu diesem Zweck Selbstmord verüben? Das kann

doch nicht der Sinn dieser Aufforderung sein. Aber wenn der alte Mensch abgelegt werden muß, dann muß es doch darum gehen, daß er als solcher nicht mehr existiert.

Dieses Problem hat Gott in Christus für uns gelöst. Gott hat uns in unserem alten Wesen, in aller Bosheit und Hinfälligkeit, in seinem Sohn Jesus Christus hingerichtet. Christus hat den Fluch, den Gott über uns Sündern ausgesprochen hat, stellvertretend für uns getragen. Deshalb kann Paulus sagen: „Wir wissen ja, daß unser alter Mensch mit ihm gekreuzigt ist, damit der Leib der Sünde vernichtet werde, so daß wir hinfort der Sünde nicht dienen“ (Röm 6,6). Diese Wirklichkeit wird uns durch die Taufe zugesprochen, wie Paulus kurz zuvor in Römer 6 erklärt hat. Wenn uns Paulus also auffordert, den alten Menschen abzulegen, dann ist das nicht eine Sache, die wir beschaffen müßten, oder ein Idealzustand, den wir erstreben müßten, sondern dann ist das schon eine Wirklichkeit im Tod Jesu Christi.

Ebenfalls in Römer 6 sagt Paulus: „Haltet euch dafür, daß ihr der Sünde gestorben seid und lebt Gott in Christus Jesus“ (Röm 6,11). Damit beschreibt er die Denkweise, die dem christlichen Glauben eignet und die hinter den zahlreichen praktischen Anweisungen steht, die er für den christlichen Lebenswandel gibt. Es ist ja so, daß der alte Mensch in Wirklichkeit immer noch lebt. Er ist noch lange nicht gestorben, sondern erst, wenn er tatsächlich leiblicher Weise stirbt. Aber es gilt, im Glauben an die Zusagen des Evangeliums dem alten Menschen zu widerstehen.

Der alte Mensch wird in unserem Predigttext bestimmt als ein solcher, „der sich durch trügerische Begierden zugrunde richtet.“ Wieder sehen wir, daß die Schrift hier die Triebhaftigkeit des Menschen als ein Problem ansieht. Zwar sind die Triebe des Menschen anerschaffen und sie dienen den elementaren Bedürfnissen des Menschen. Aber der Mensch mißbraucht sie, indem er meint, ihre allzeitige und unzensierte Befriedigung würden ihm ein heiles, erfülltes und lustvolles Leben ermöglichen. Sie haben eine hohe Kraft und fordern Befriedigung. Doch der Gedanke, die Befriedigung jenseits der Grenzen zu suchen, die Gott mit seinen Geboten gesetzt hat, ist trügerisch. Wer also meint, er habe einen höheren Lustgewinn, wenn er gegen Gottes Gebot sündigt, der irrt. Er mag wohl einen lustvollen Moment haben, aber in Wirklichkeit schadet er sich selbst und in der Regel auch anderen Menschen.

Zu den trügerischen Lüsten gehören auch die Süchte, die Menschen entwickeln können. Von einer Sucht ist dann zu sprechen, wenn ein Mensch von ihr so in Beschlag genommen wird, daß sie das Handeln des Menschen maßgeblich bestimmt. Nehmen wir als Beispiel eine nichtstoffgebundene Sucht, also eine solche, bei der der Mensch nicht an Drogen, Alkohol oder übermäßiges Essen und Trinken gebunden ist, sondern bei geistigen Dingen Befriedigung erfährt. Das kann eine Klatschsucht sein, bei der ein Mensch Befriedigung empfindet, indem er schlecht über andere redet. Es kann die Geltungssucht sein, um die sein Denken ständig kreist und der zufolge er alles tut, um bei den anderen respektiert zu werden, auch wenn er damit den anderen auf den Wecker geht oder Anstoß erregt. Es kann Kaufsucht, Rachsucht, Sexsucht, Eifersucht sein, es kann aber auch die Arbeitssucht sein; nicht umsonst spricht man vom „workaholic“.

Tatsache ist, daß der Mensch allenfalls eine momentane Befriedigung findet und immer neue Gelegenheiten suchen muß, um sie zu befriedigen, und daß die Befriedigung immer heftiger ausfallen muß, um noch als Befriedigung empfunden zu werden. So gelangt ein Mensch in einen Teufelskreis, in dem die Begierde nach Befriedigung schreit und die Befriedigung die Begierde erst recht erregt. So wird das Essen zum Fressen, das Trinken zum Saufen, das eheliche Leben zum Ehebruch, der Einkauf zum Diebstahl, die

Rede zur Verleumdung und vieles andere könnte hier noch genannt werden. Drogensüchtige und Alkoholiker können ein Lied davon singen und viele andere schämen sich heimlich dafür, daß sie ihre Triebe und Begierden nicht im Griff haben. Gute Vorsätze sind zwar schnell gefaßt, aber tags darauf sind sie meist nichts mehr wert.

Solche Süchte und solches Übertreten der Gebote Gottes überwindet man nicht, indem man sie einem Priester beichtet. Sie sind nur zu überwinden, indem man die Lüge, die hinter ihnen steht und mit der man sich belügt, erkennt und einsieht. Ich weise darauf hin, daß Paulus die Lüste „trügerisch“ nennt. Er hat dabei vor Augen, daß sie den Menschen täuschen. Sie versprechen etwas, was sie nicht halten können. Dazu gehört auch die Einsicht, die Paulus in Römer 8 ausspricht: „Denn wenn ihr nach dem Fleisch lebt, so werdet ihr sterben müssen“ (Röm 8,13). Ein Leben in offener Sünde ist ein Leben im Unglauben und hat den ewigen Tod zur Folge.

Ist aber der Betrug einmal durchschaut, dann ist vieles leichter. Angesichts dieser Einsichten ist klar: Der alte Mensch, der sein Leben nach dem Lustprinzip führt, hat kein Recht mehr, das Handeln und den Alltag des Christen zu bestimmen. Ist er mit Christus gerichtet, dann kann der Christ ihm nur mit Selbstverleugnung begegnen. Doch damit ist der Christ noch nicht wirklich frei, das Rechte zu tun. Hierzu gilt es, Christus anzu ziehen. Er ist der neue Mensch. Und auch hier sagt Paulus: „Ihr alle, die ihr auf Christus getauft seid, habt Christus angezogen“ (Gal 5,27). Auch hier ist wieder der Glaube gefragt, der erkennt, was er in Christus hat. Eine wesentliche Einsicht ist dabei, daß der Christ in Christus vor Gott leben darf und lebt. Diese Einsicht wird ihn leiten bei der Frage, was er mit sich anfängt.

## **2. Gottes Gebote im zwischenmenschlichen Umgang**

Paulus fordert die Christen auf: „Stellt euch nicht dieser Welt gleich, sondern ändert euch durch Erneuerung eures Sinnes, damit ihr prüfen könnt, was Gottes Wille ist, nämlich das Gute und Wohlgefällige und Vollkommene“ (Röm 12,2). Der Christ soll, bevor er handelt, überlegen, was im Licht des Wortes Gottes das Richtige ist. Er soll sich dabei nicht der Welt gleichstellen, die offen nach dem Lustprinzip handelt, sondern Gottes Willen zum Prinzip seines Handelns machen. Dabei kann es nicht darum gehen, die Freude an dem, was Gott uns geschöpflicherweise gibt, zu verneinen, Lust zu vermeiden und den Sauertopf zu geben. Auch kann es nicht darum gehen, Dinge zu verbieten, die Gott nicht verboten hat. Was aber Gottes Wort klar sagt, das hat auch für uns zu gelten. Es muß darum gehen, mit den geschöpflichen Gaben Gottes recht und besonnen umzugehen.

Hören wir noch einmal, was unser Predigttext sagt: „Darum legt die Lüge ab und redet die Wahrheit, ein jeder mit seinem Nächsten, weil wir untereinander Glieder sind. Zürnt ihr, so sündigt nicht; laßt die Sonne nicht über eurem Zorn untergehen und gebt nicht Raum dem Teufel. Wer gestohlen hat, der stehle nicht mehr, sondern arbeite und schaffe mit eigenen Händen das nötige Gut, damit er dem Bedürftigen abgeben kann. Laßt kein faules Geschwätz aus eurem Mund gehen, sondern redet, was gut ist, was erbaut und was notwendig ist, damit es Segen bringe denen, die es hören.“ Wir bemerken bei diesen Worten, daß sie keinen moralisierenden Ton haben, sondern daß sie das Handeln des Christen positiv begründen.

Daß der Christ die Lüge ablegen soll, ist verständlich, denn Lüge ist Sünde. Daß er aber nicht nur um der Wahrheit willen die Wahrheit sagen soll, sondern auch weil der Nächste, der Mitschrist, sein Bruder in Christus ist, soll Wahrhaftigkeit das Miteinander der

Christen prägen. Wer in Christus vor Gott lebt, ist wahrhaftig geworden und diese Wahrhaftigkeit ist die logische Konsequenz im Umgang der Christen untereinander. Bei Sacharja heißt es: „Rede einer mit dem andern Wahrheit und richtet recht, schafft Frieden in euren Toren, und keiner ersinne Arges in seinem Herzen gegen seinen Nächsten, und liebt nicht falsche Eide; denn das alles hasse ich, spricht der HERR“ (Sach 8,16-17).

Paulus spricht des weiteren vom Zorn des Menschen. „Zürnt ihr, so sündigt nicht; laßt die Sonne nicht über eurem Zorn untergehen.“ Er kann durchaus verstehen, daß ein Mensch zornig wird; es ist ja eine ganz normale Reaktion, daß in einem Menschen der Zorn hochkommt, wenn ihm Unrecht widerfährt. Doch die Gefahr besteht, daß der Mensch im Zorn Dinge tut, die böse sind – etwa Rache übt, vergilt, haßt oder verleumdet. Hier gilt es, besonnen zu sein, wie es Jakobus sagt: „Ein jeder Mensch sei schnell zum Hören, langsam zum Reden, langsam zum Zorn. Denn des Menschen Zorn tut nicht, was vor Gott recht ist“ (Jak 1,19-20).

Zu einem christlichen Lebenswandel gehört auch die Arbeit. Wer arbeiten kann, soll dies auch tun. An die Thessalonicher schreibt Paulus: „Setzt eure Ehre darein, daß ihr ein stilles Leben führt und das Eure schafft und mit euren eigenen Händen arbeitet, wie wir euch geboten haben, damit ihr ehrbar lebt vor denen, die draußen sind, und auf niemanden angewiesen seid“ (1Thess 4,11-12). Gott will nicht, daß ein Mensch, der arbeiten kann, anderen Menschen oder auch der Gesellschaft auf der Kasse liegt. Es ist dem Menschen eine Ehre, arbeiten zu können, und nicht, wie es so oft empfunden wird, eine Last oder gar eine Schande. Gott will, daß der Mensch arbeitet, damit er nicht nur selbst davon lebt, sondern auch dem Bedürftigen, der auf Hilfe angewiesen ist, abgeben kann.

Schließlich spricht Paulus noch einmal die Rede eines Menschen an. Der Mensch ist im Unterschied zum Tier zur Rede geschaffen und im Normalfall empfindet man es als etwas Positives, wenn Menschen miteinander reden und einander nicht anschwärzen. Doch auch die Rede kann mißbraucht werden. „Schandbare und närrische oder lose Reden stehen euch nicht an, sondern vielmehr Danksagung“, sagt Paulus, und: „Laßt kein faules Geschwätz aus eurem Mund gehen, sondern redet, was gut ist, was erbaut und was notwendig ist, damit es Segen bringe denen, die es hören.“ Damit gibt er einem jeden ein Kriterium an die Hand, anhand dessen man entscheiden kann, was oder worüber man reden soll. Es liegt auf der Hand, daß der Christ seine Zunge nicht hergeben wird für anzügliche und auf Sünde gerichtete Reden. Über das aber, was dem anderen nützt, was ihn aufbaut und was Gemeinschaft stiftet, soll er reden. „Eure Rede sei allezeit freundlich und mit Salz gewürzt, daß ihr wißt, wie ihr einem jeden antworten sollt“ (Kol 4,6).

### **3. Die Gesinnung des Heiligen Geistes**

Schließlich müssen wir uns mit der Frage beschäftigen, was es heißt, den Heiligen Geist zu betrüben. Paulus sagt ja: „Und betrübt nicht den Heiligen Geist Gottes, mit dem ihr versiegelt seid für den Tag der Erlösung.“ Aus dem Alten Testament erkennen wir, was das bedeutet. Jesaja sagt von den Israeliten: „Aber sie waren widerspenstig und betrübten seinen Heiligen Geist.“ Er geht zwar nicht auf einzelne Ereignisse ein, aber es wird an der Geschichte des alttestamentlichen Bundesvolkes erkennbar, daß der Unglaube, die Halsstarrigkeit, die Unbußfertigkeit und der Ungehorsam gegenüber Gott die Weise war, in der das Volk Gottes den Heiligen Geist betrübte. Man denke hier an den Tanz ums Goldene Kalb, an das häufige Murren des Volkes, an die Revolution der Rotte Korah gegen Mose, an den Unglauben und das Geschrei, als sie vor dem verheißenen Land Kanaan standen und auf einmal Angst bekamen, sie könnten es nicht erobern. Nackter

Unglaube und die aus dem Unglauben kommende Borniertheit standen dem Heiligen Geist entgegen. Der Heilige Geist will einen Menschen zur Erkenntnis Gottes führen, zum Glauben an Christus und zu einem Leben im Glauben. Doch wer sich dem offenbaren Wort des Heiligen Geistes widersetzt, betrübt ihn. Der Heilige Geist ist ja eine Person und er empfindet Trauer über den Unglauben und Ungehorsam im Volk Gottes. Der Heilige Geist, der im Christen wohnt, ist ein Pfand oder Siegel, das auf die endliche Erlösung weist. Das hat Paulus bereits im ersten Kapitel erwähnt: „In ihm seid auch ihr, die ihr das Wort der Wahrheit gehört habt, nämlich das Evangelium von eurer Seligkeit – in ihm seid auch ihr, als ihr gläubig wurdet, versiegelt worden mit dem Heiligen Geist, der verheißen ist, welcher ist das Unterpfand unsres Erbes, zu unsrer Erlösung, daß wir sein Eigentum würden zum Lob seiner Herrlichkeit“ (Eph 1,13-14). Der Christ kann daraus, daß er den Heiligen Geist hat, die Gewißheit schöpfen, an der endlichen Erlösung, dem Leben in der neuen, ewigen Welt, teilzuhaben. Daher ist es widersinnig, dem Heiligen Geist zu widerstehen. Aber offenbar kann sich ein Christ dahin verirren, es trotzdem zu tun, so daß eine solche Ermahnung notwendig ist.

Den heiligen Geist nicht zu betrüben heißt positiv gewendet: „Alle Bitterkeit und Grimm und Zorn und Geschrei und Lästerung seien fern von euch samt aller Bosheit. Seid aber untereinander freundlich und herzlich und vergebt einer dem andern, wie auch Gott euch vergeben hat in Christus.“ Das ist nichts anderes als die Frucht des Heiligen Geistes. Sie soll das Miteinander der Christen prägen und zeigt sich gerade in der zwischenmenschlichen Begegnung. Sie bewährt sich vor allem darin, daß Christen einander vergeben. Das hat auch Jesus angesprochen, als er seinen Jüngern zeigte, wie sie beten sollten und ihnen das Vaterunser beibrachte: „Denn wenn ihr den Menschen ihre Verfehlungen vergebt, so wird euch euer himmlischer Vater auch vergeben. Wenn ihr aber den Menschen nicht vergebt, so wird euch euer Vater eure Verfehlungen auch nicht vergeben“ (Mt 6,14-15).

## **Zum Schluß**

Das christliche Leben ist kein sittliches Ideal, wie es die Aufklärung vorgetragen hat. Damit meine ich, daß der Christ das Neue im christlichen Leben nicht erst durch sein Handeln schaffen muß. Das ist zugleich der Irrtum des Idealisten. Er steckt sich ein Ziel, ein Ideal, das er noch nicht erreicht hat und das er erreichen will. Er möchte damit das Gute erst schaffen. Beim Christen ist es umgekehrt. Hier ist das Gute schon da und mit diesem geht er um. Damit meine ich, daß Christus das Heil schon vollbracht hat. In Christus, dem Stellvertreter, ist der Christ gegenüber der Sünde gestorben und vor Gott auferstanden. Das ist die Wirklichkeit, auf die er im Glauben baut, und in diesem Glauben legt er den alten Menschen ab und zieht den neuen an. Darin besteht nicht nur der Unterschied zum Idealisten, sondern auch der Reichtum des Christen: daß er Christus hat, daß er in ihm vor Gott in der Welt leben kann und von all den Zusagen, die Gott in Christus gegeben hat, sein Leben, seine Liebe zum Nächsten, seine Wahrhaftigkeit, seine Treue in der Arbeit und seine Vergebung gegenüber seinem Nächsten bestreiten kann. Unser Predigttext ist daher gerade kein Anlaß, Christus im Sinne des Idealismus als ethisches Vorbild zu vereinnahmen. Christus ist der Erlöser, in dem Gott uns alles gibt, was zu einem Leben im Glauben und in der Liebe in der Gemeinschaft mit anderen Christen nötig ist. Darum: Laßt uns Christus anziehen!

Amen.

Sie brauchen das IRT – das IRT braucht Ihre Unterstützung:  
Deutschland: Volksbank Mittelhessen, BLZ 513 900 00; Konto Nr. 45632601  
Schweiz: Raiffeisenbank Schaffhausen, BC 81344; Konto Nr. 9210771 (EUR) oder 9210778 (CHF)