



19. Sonntag nach Trinitatis

Autor/in: Schuldekanin Anja Keller, Ulm [anja.keller@elk-wue.de]

Epheser 4,22–32

Intention

Die Predigt möchte den Hörenden zusagen, dass Christus sie bereits zu neuen Menschen gemacht hat. Von dieser Zusage her lädt sie dazu ein, immer mehr aus der neuen Identität zu leben, die in Christus geschenkt ist. Dieses neue Leben entfaltet sich in der Annahme der eigenen Geschichte, in einer neuen Freiheit gegenüber sich selbst und anderen sowie in einem Leben, das Christus selbst in Bewegung setzt.

Liebe Gemeinde, ein erwachsener Hummer muss sich etwa alle zwei bis drei Jahre häuten. Sein harter Chitinpanzer wächst nämlich nicht mit seinem Körper mit. Irgendwann wird er zu eng. Dann muss der Hummer den Panzer abwerfen. Unter dem alten Panzer ist zwischenzeitlich längst ein neuer herangewachsen – allerdings ist dieser zuerst ganz weich und papierdünn. So ist der Hummer in dieser Zeit besonders verletzlich. Und deshalb zieht er sich zurück und versteckt sich, bis der neue Panzer fest geworden ist. Den alten Panzer einfach abwerfen, weil er nicht mehr passt – was für eine befreiende Vorstellung. Vielleicht auch für uns Menschen. Denn manchmal verändert sich das Leben so sehr, dass der Rahmen, in dem wir uns bis dahin bewegt haben, zu eng geworden ist. Lebensphasen gehen zu Ende. Beziehungen verändern sich. Kinder ziehen aus. Der Beruf endet. Krankheit verändert den Alltag. Plötzlich merken wir: Das, was uns einmal getragen hat, passt nicht mehr. Und manchmal sind es gar nicht die äußeren Umstände. Manchmal legen sich Erfahrungen um unser Leben wie ein Panzer. Enttäuschungen. Verletzungen. Erwartungen anderer Menschen. Manchmal halten wir auch an Gewohnheiten fest, obwohl sie uns längst nicht mehr guttun. Was uns einmal geschützt hat,engt uns nun ein. Wie befreiend wäre es, all das einfach abstreifen zu können – wie ein Hummer seinen alten Panzer. Doch genau hier endet das Bild. Wir Menschen können unser altes Leben nicht einfach hinter uns lassen. Wir können unsere Fehlritte nicht einfach abwerfen. Unsere Verletzungen verschwinden nicht von selbst. Unsere Ängste bleiben oft erstaunlich hartnäckig. Wir können uns nicht einfach neu machen. An dieser Erfahrung knüpft auch der heutige Predigttext an. Er verlangt nicht: Entwickelt euch weiter. Werdet bessere Menschen. Er beschreibt eine andere Realität, die für uns gelten soll. Er sagt: „Legt den alten Menschen ab ... und zieht den neuen Menschen an.“ Das klingt zunächst fast so einfach wie die Häutung eines Hummers. Doch der Epheserbrief meint etwas anderes. Er beschreibt keinen Weg der Selbstoptimierung. Er erinnert uns vielmehr daran, was Gott längst an uns getan hat. Hören wir auf die Worte aus dem vierten Kapitel des Epheserbriefes

„Legt von euch ab den alten Menschen mit seinem früheren Wandel, der sich durch trügerische Begierden zugrunde richtet. Erneuert euch aber in eurem Geist und Sinn und zieht den neuen Menschen an, der nach Gott geschaffen ist in wahrer Gerechtigkeit und Heiligkeit. 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 Gnade bringe denen, die es hören. Und betrübt nicht den Heiligen Geist Gottes, mit dem ihr versiegelt seid für den Tag der Erlösung. 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.“

Der Epheserbrief kennt unsere Sehnsucht, das Alte einfach hinter uns lassen zu wollen. Und er antwortet darauf – allerdings anders, als wir es vielleicht erwarten. Hier wird keine Aufforderung formuliert im Sinne von: Bekomme dein Leben in den Griff; verändere dich selbst und erfinde dich neu. Nein, der Predigttext



lenkt den Blick weg von uns hin auf das, was uns als Menschen bereits geschenkt ist. Du darfst immer mehr aus dem Leben, was du in Christus längst bist. Der Blick richtet sich nicht auf das, was wir tun sollen, sondern auf das, was Gott in Christus bereits für uns getan hat: Er hat uns ein neues Leben geschenkt. Der Epheserbrief beschreibt dieses neue Leben mit einem Bild, das wir aus der Taufe kennen: dem Anziehen eines neuen Gewandes. In der frühen Kirche erhielten die Neugetauften nach der Taufe ein weißes Gewand. Es war mehr als ein schönes Kleidungsstück. Es war ein Zeichen. Das Taufkleid zeigt: Du gehörst jetzt zu Christus. Du bist ein neuer Mensch – in Christus.

Und doch wissen wir alle: Im Alltag fühlt sich das oft anders an. Wir tragen das neue Gewand und begegnen doch täglich dem alten Menschen. Da sind noch immer unsere nachtragenden Gedanken. Unsere Verletzungen. Unsere ungesunden Gewohnheiten. Sie verschwinden nicht einfach. Sie begleiten uns oft ein Leben lang. Und so leben wir in einer Spannung. Schon jetzt gehören wir zu Christus. Schon jetzt leben wir aus seiner Auferstehung. Und doch ist der alte Mensch nicht einfach verschwunden. Wir warten noch auf die Vollendung. Wie aber wird dieses neue Leben Wirklichkeit? Wie kommt ein Mensch hinein in das Leben, das Christus ihm geschenkt hat? Die Schriftlesung aus dem Markusevangelium erzählt davon. Der Evangelist Markus erzählt von einem gelähmten Menschen. Seine Krankheit ist real. Und doch wird sie für uns zu einem Bild. Denn auch wir kennen Lähmungen. Nicht immer im Körper. Aber z. B. im Herzen. Oder manchmal lähmen uns auch Gedanken. Oder es lähmt uns eine Gewohnheit, die uns festhält, wie ein zu eng gewordener Panzer.

Aber Christus holt uns heraus aus unserem alten Leben und dem, was uns festhält. So spricht Christus zu dem Gelähmten Mann nur zwei Worte: „Steh auf!“ So schlicht und so kraftvoll. „Steh auf!“ Das Wunder beginnt nicht beim Gelähmten. Es beginnt bei Christus. Nicht der Gelähmte richtet sich selbst auf, sondern Christus richtet den Mann auf. Genau darin liegt die Kraft des Evangeliums und der Auferstehung Jesu Christi. Auch wir leben nicht davon, dass wir uns selbst neu machen. Wir leben davon, dass Christus uns aufrichtet. Christus spricht: „Steh auf.“ Steh auf und lebe das Leben, das Christus dir längst geschenkt hat.

Wie sieht dieses Leben aus? Vielleicht so: Wenn Christus mich aufrichtet, dann wäre ich frei. Frei, dem anderen freundlich zu begegnen. Frei, die Wahrheit zu sagen. Frei, mich nicht länger vom Zorn bestimmen zu lassen. Dann würde ich barfuß im Sommerregen tanzen. Ich würde Sternschnuppen sammeln. Ich würde dem Regenbogen bis an sein Ende folgen.

Wenn Christus mich aufrichtet, dann würde ich mehr bleiben lassen. Ich würde es bleiben lassen, andere ändern zu wollen. Ich würde es bleiben lassen, mir unnötige Sorgen zu machen. Denn für mich wird gesorgt. Ich würde es bleiben lassen, das zu tun, von dem ich denke, andere erwarten es von mir. Wenn Christus mich aufrichtet, dann wäre ich mutig. Ich würde nicht die großen Schattenmonster sehen und mich fürchten, sondern das Licht suchen gehen. Ich würde nicht einfach den Weg des Mainstreams gehen, sondern gegen den Strom schwimmen. Ich würde mutig glauben, dass Gott das Unmögliche möglich macht. Und wenn es geschieht, würde ich mich darüber nicht wundern.

Wenn Christus mich aufrichtet, dann wäre ich gnädig zu mir selbst. Gnädig würde ich meine Narben anschauen. Die auf der Seele. Und die in meinem Herzen. Und ich würde anschauen, was ich verloren habe. Was mich unglücklich macht. Was mich verletzt hat. Ich würde die Narben anschauen und sagen: Ja. Ihr gehört auch zu mir. Und dann würde ich sie nicht mehr verstecken.

Wenn Christus mich aufrichtet, dann würde ich nicht aufgeben. Ich würde nicht aufgeben, das Lebensdienliche zu suchen. Ich würde den Widerstand wachhalten, der nicht aufgibt, sondern darauf besteht, dass immer noch etwas gut ist. Ich würde nicht aufgeben, dass das Unrecht und das Leid dieser Welt mein Herz berühren. Und mich dazu bewegen, etwas dagegen zu tun. Wenn Christus mich aufrichtet, dann würde ich auf meine Worte achten. Ich würde die Worte sprechen, die ein Herz aufblühen lassen. Worte, die Hoffnung schenken, statt Angst zu machen. Worte, die heilen, statt zu verletzen. Und



manche Worte würde ich erst gar nicht aussprechen.

Wenn Christus mich aufrichtet, dann würde ich lernen, nicht alles festzuhalten. Nicht jeden Schmerz. Nicht jede Kränkung. Vielleicht könnte ich vergeben. Nicht, weil alles gut gewesen wäre, sondern weil mir vergeben wurde.

– Pause –

Vielleicht beginnt dieses neue Leben viel unscheinbarer, als wir denken. Nicht mit einem großen Sprung, sondern mit zwei Worten. Steh auf. Steh auf, und lebe, als der Mensch, der du in Christus längst bist. Amen.