Eine neue Melodie in unserem Leben

Epheser 4,22-32

20Ihr aber habt Christus nicht auf diese Weise kennen gelernt; 21ihr habt doch von ihm gehört und seid in ihm so unterrichtet worden, wie es der Wahrheit in Jesus entspricht: 22Dass ihr ablegen sollt, was euer früheres Leben geprägt hat, den alten Menschen, der zugrunde geht wie die trügerischen Begierden! 23Lasst einen neuen Geist euer Denken bestimmen, 24und zieht an den neuen Menschen, der nach dem Willen Gottes geschaffen ist: in Gerechtigkeit und wahrer Heiligkeit. 25Darum: Legt ab die Lüge! Jeder von euch sage, wenn er mit seinem Nächsten spricht, die Wahrheit, denn wir sind ja untereinander Glieder. 26Wenn ihr zürnt, versündigt euch nicht! Die Sonne gehe nicht unter über eurem Zorn, 27und dem Teufel gebt keinen Raum! 28Wer stiehlt, stehle nicht mehr, sondern arbeite und tue etwas Rechtes mit seinen Händen, damit er etwas hat, das er dem Notleidenden geben kann. 29Kein hässliches Wort komme über eure Lippen, sondern wenn ein Wort, dann ein gutes, das der Erbauung dient, wo es nottut, und denen, die es hören, Freude bereitet. 30Betrübt nicht den heiligen Geist Gottes, mit dem ihr versiegelt worden seid auf den Tag der Erlösung hin! 31Alle Bitterkeit und Wut, Zorn, Geschrei und Lästerrede sei verbannt aus eurer Mitte, samt allem, was böse ist!32Seid gütig zueinander, seid barmherzig und vergebt einander, wie auch Gott euch in Christus vergeben hat.

Amen

Letzte Worte in einem Brief

Wann haben Sie zum letzten Mal einen Brief bekommen?

Vielleicht ist das schon eine Weile her. Briefe sind heute selten geworden. Erinnern Sie sich noch an die letzten Sätze dieses Briefes? Oft stehen dort gute Wünsche, eine Ermutigung oder ein liebevoller Ratschlag. Etwas wie: «Heb dir Sorg.» Diese letzten Worte fassen zusammen, was dem Schreiber oder der Schreiberin am Herzen liegt. Sie sollen uns noch ein Stück auf unserem Weg begleiten.

In der Lesung hörten wir einen Ausschnitt des Briefes an die Gemeinde in Ephesus. Es sind zugegebener Massen nicht die letzten Worte des Briefes, aber es sind Ermutigungen und liebevolle Ratschläge. Dabei ist Sprache ist eindringlich. Der Sprecher, der sich als Paulus vorstellt, ermahnt, fordert auf und unterscheidet zwischen dem, was dem Leben dient, und dem, was es zerstört. Er ist ein Vertreter von *tough love* und verpackt seine Ratschläge nicht mit weichen Worten.

Doch hinter seinen Aufforderungen steht eine befreiende Überzeugung, die er unbedingt erzählen möchte: Uns ist ein innerer Kompass geschenkt worden. Ein Kompass, der uns nochmal ganz neues, Freudvolles, Sinnerfülltes in unser Leben bringen kann.

Der Heilige Geist in uns versiegelt

Besonders deutlich wird diese Zusage in einem Bild, das Paulus verwendet. Er schreibt, dass der Heilige Geist, also Gottes Gegenwart in uns versiegelt ist. Was für ein ermutigendes Bild! Gottes Geist, der Leben, Freude und Liebe schenkt, ist uns nicht nur nahe. Er wohnt in uns. Und er ist uns als bleibende Zusage Gottes gegeben.

Ich stelle mir das manchmal wie ein schönes Gefäss vor. In seinem Inneren pulsiert etwas Warmes und Lebendiges. Diese Wärme bleibt nicht eingeschlossen. Sie strahlt nach aussen und setzt auch das Gefäss selbst in Bewegung. So stelle ich mir das Wirken des Heiligen Geistes vor. Gottes Geist lebt in uns und möchte unser ganzes Leben durchdringen.

Das Bild des Siegels macht dabei etwas Entscheidendes deutlich: Gottes Zugehörigkeit zu uns hängt nicht von unserer Tagesform ab. Sie verschwindet nicht,

sobald wir Fehler machen oder schwierige Zeiten durchleben. Gottes Zusage bleibt bestehen.

Doch die Zusage bleibt nicht dort stehen. Wir sind nicht nur passive Empfänger. Sondern dürfen im Alltag mehr oder weniger Raum für diesen guten Geist in unserem Leben geben. Deshalb schreibt Paulus: «Betrübt nicht den Heiligen Geist Gottes, mit dem ihr versiegelt worden seid.»

Vielleicht hilft uns ein zweites Bild, um uns dies praktischer vorzustellen. Imaginieren Sie sich eine wunderschöne Melodie. Eine Melodie, die uns innerlich berührt, zur Ruhe kommen lässt und wieder neu inspiriert. Wird sie direkt neben einer lauten Autobahn gespielt, geht vieles von ihrer Schönheit im Lärm unter. Die Melodie ist noch immer dieselbe. Doch wir können sie kaum hören.

Ganz anders ist es, wenn sie in einem Raum mit wunderbarer Akustik erklingt. Vielleicht hier in der Peterskirche. Plötzlich hören wir jeden Ton. Die Melodie kann sich entfalten und den ganzen Raum erfüllen. Ähnlich ist es mit dem Heiligen Geist. Seine Gegenwart ist uns zugesagt. Doch wie viel Raum wir seinem Wirken geben, hat auch mit unserer Lebensgestaltung zu tun.

Von Dieben, die rechtschaffen werden und für andere sorgen

Solche Räume gestalten wir jeden Tag. Oft durch ganz kleine Entscheidungen.

Paulus beschreibt das mit einem weiteren Bild. Er spricht vom neuen Menschen: «Lasst einen neuen Geist euer Denken bestimmen und zieht den neuen Menschen an, der nach dem Willen Gottes geschaffen ist: in Gerechtigkeit und wahrer Heiligkeit.»

«Lasst euren neuen Geist euer Denken bestimmen?» - Welchen äusseren und inneren Stimmen schenken wir unser Vertrauen in den kleinen Entscheidungen des Alltags? Wie gestalten wir unsere Beziehungen? Wie gestalten wir unsere Arbeit und unseren Alltag? Welche Gedanken lassen wir wachsen? Und wofür öffnen wir unser Herz? Als Individuen, aber eben auch als Gemeinschaft.

Paulus erinnert seine Gemeinde daran, dass sie bereits etwas von Gottes Liebe und Gegenwart erfahren hat. Sie weiss, wie es sich anfühlt, von dieser Liebe getragen zu sein. Vielleicht nicht in jedem Moment. Vielleicht gibt es auch lange Zeiten, in denen davon wenig zu spüren ist. Aber gerade weil wir etwas von dieser Wirklichkeit kennen, lohnt es sich, ihr immer wieder Raum zu geben.

«zieht den neuen Menschen an»: Das ermutigende finde ich an diesem Bild ist, dass nicht wir den neuen Menschen schaffen müssen. Es ist nicht die Rede davon, dass wir uns aus eigener Kraft vollkommen neu erfinden müssen. Vielmehr dürfen wir zulassen, dass Gottes Geist unser Denken und Handeln verändert. Wir dürfen neue Möglichkeiten entdecken. Auch dort, wo wir uns längst an bestimmte Verhaltensweisen gewöhnt haben.

Paulus nennt eine Reihe von Handlungen, die uns helfen können, mehr Raum für die Melodie des Heiligen Geistes zu geben. Er spricht davon, die Wahrheit zu sagen, den Zorn nicht festzuhalten, auf verletzende Worte zu verzichten und einander mit Güte zu begegnen. Auf den ersten Blick klingt das nach einer Liste von Verhaltensregeln. Doch im Zusammenhang mit schon gelesenen Zusagen höre ich darin vor allem eine Einladung: Gestaltet euer Leben so, dass Gottes Geist darin Raum gewinnt. Dabei geht es nicht darum, alles hinzunehmen oder sich selbst aufzugeben. Es geht vielmehr darum, aufrecht und frei durchs Leben zu gehen. Und sich aufrichten und befreien zu lassen, wo Altes uns gefangen hält. Dort, wo es möglich ist, Wege aus alten Verletzungen und festgefahrenen Konflikten zu finden. Denn auch das kennen wir: Ärger, Groll und der Wunsch nach Vergeltung können uns lange beschäftigen. Manchmal halten sie uns stärker gefangen als den Menschen, gegen den sie sich richten. Gottes Geist dagegen möchte uns in die Freiheit führen. Er eröffnet Möglichkeiten, die wir aus eigener Gewohnheit vielleicht gar nicht mehr sehen.

Genau darin liegt für mich die grosse Ermutigung dieser Briefworte. Wir dürfen immer wieder neu fragen: Was bestimmt gerade mein Denken? Was hält mich fest? Ist es vielleicht der Groll auf einen Nachbarn? Eine alte Enttäuschung? Oder die Angst, etwas zu verlieren, wenn ich mich verändere? Und dann dürfen wir weiterfragen: Was würde mir und anderen wirklich guttun? Veränderung beginnt genau dort. Nicht mit einem grossen Vorsatz, sondern mit einem neuen Gedanken. Einem ehrlichen Wort. Einer kleinen Entscheidung, die etwas in Bewegung setzt.

Paulus scheint fest darauf zu vertrauen, dass dadurch erstaunliche Veränderungen möglich werden. Veränderungen, die uns manchmal fast wie Wunder erscheinen. Ein besonders eindrückliches Beispiel nennt er beinahe beiläufig: «Wer stiehlt, stehle nicht mehr, sondern arbeite und tue etwas Rechtes mit seinen Händen, damit er etwas hat, das er dem Notleidenden geben kann.» Was für eine erstaunliche Vorstellung! Sie grenzt für mich an ein Wunder. Ein Mensch, der bisher gestohlen hat, hört nicht einfach

damit auf. Er beginnt, selbst etwas zu erarbeiten. Und mehr noch: Er verdient nicht nur genug für sich selbst, sondern kann schliesslich auch anderen etwas geben. Aus einem Menschen, der anderen etwas wegnimmt, wird ein Mensch, der anderen etwas schenkt. In diesem Satz liegt ein grosses Vertrauen in das, was durch Gottes Geist möglich wird. Denn wer sich eine solche Veränderung vorstellen kann, muss zumindest zutiefst daran glauben, dass Menschen nicht auf ihre Vergangenheit festgelegt sind. Dass neue Wege möglich werden. Und dass aus einem Leben, das sich und/oder anderen schadet, ein Leben wachsen kann, das einem selbst und anderen guttut.

Ich finde das eine herrlich ermutigende Lebenseinstellung. Wir sind nicht auf das festgelegt, was bisher war. Gottes Geist lebt in uns, komme was da wolle. Und wir dürfen unser Leben immer wieder so gestalten, dass seine Melodie darin hörbar wird.

Zunächst ganz leise. Doch mit der Zeit immer klarer, voller und lebendiger. **Amen.**