

Predigt über Epheser 4,22-32

Liebe Gemeinde,

haben Sie heute Morgen schon an Ihre Taufe gedacht? Gleich zu Beginn war heute in der Kirche davon die Rede, als ich den Gottesdienst „im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes“ eröffnet habe. Und „im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes“ wird jede Taufe vollzogen. Der Täufling bekommt dabei dreimal Wasser über den Kopf. Und alle, die auf die Eröffnung des Gottesdienstes im Namen dieses dreieinigen Gottes mit ihrem „Amen“ antworten, bekräftigen damit: Ich bin getauft, ich gehöre zu Jesus und zu seiner Gemeinde. Dazu spreche ich heute Morgen wieder mein Ja des Glaubens. Natürlich kann das auch einmal aus dem Blick geraten. Und vielleicht hört der eine oder die andere auch gar nicht mehr richtig hin, wenn am Anfang des Gottesdienstes die immer gleichen Worte gesprochen werden. Das ist menschlich. Aber gerade dann tut es gut, wenn uns der Bibelabschnitt für die heutige Predigt daran erinnert, was für ein Geschenk Gott und mit unserer Taufe gemacht hat und was sie heute mit unserem Glauben und unserem Leben zu tun hat - auch wenn sie vielleicht schon Jahre oder Jahrzehnte zurückliegt. Und wer noch nicht getauft ist, wird dadurch vielleicht angeregt, sich auf den Weg zur Taufe zu machen. Ich lese aus dem vierten Kapitel des Epheserbriefs ab Vers 22:

„22 Ihr sollt den alten Menschen ablegen, denn er entspricht der früheren Lebensweise. Er wird sich zugrunde richten durch seine trügerischen Begierden. 23 Lasst euch dadurch erneuern, dass Gottes Geist in eurem Verstand wirkt. 24 Und zieht den neuen Menschen an wie ein neues Gewand. Denn er ist nach Gottes Bild geschaffen und dadurch fähig zu wahrer Gerechtigkeit und Heiligkeit. 25 Deshalb sollt ihr die Lüge ablegen. Vielmehr soll jeder die Wahrheit sagen, wenn ihr miteinander redet. Denn wir alle sind Glieder am Leib von Christus. 26 Euer Zorn soll nicht dazu führen, dass ihr Schuld auf euch ladet! Lasst die Sonne nicht über eurem Zorn untergehen. 27 Gebt dem Teufel keinen Raum zum Wirken! 28 Wer 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. 29 Kein 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.“ (Übersetzung: BasisBibel)

Dieser Bibelabschnitt macht sehr schön deutlich, wie Getaufte leben. Drei Dinge machen demnach einen Getauften aus: Er oder sie ist ein neuer Mensch, hat einen neuen Geist und legt ein neues Verhalten an den Tag. Das erste:

I. Ein neuer Mensch

Bei den Taufabenden zur Vorbereitung der Taufe besprechen wir ebenso wie im Konfirmandenunterricht, welche Bedeutung das Wasser bei der Taufe hat. Eine wichtige Seite des Wassers ist: Wasser vernichtet. Wasser kann eine zerstörerische Wirkung haben: Menschen ertrinken bei Badeunfällen, Schiffsunglücken oder Überschwemmungen. Das sollte uns verdeutlichen: Im Wasser der Taufe geht der alte Mensch unter, der ohne Gott lebt. Und aus dem Wasser der Taufe steht ein neuer Mensch auf, dem Gott ein neues und ewiges Leben gibt. Ein Leben, das von seiner Lebenskraft erfüllt ist. Jesus hilft uns also durch die Taufe, den alten Menschen abzulegen.

Wie sieht denn dieser alte Mensch aus, und was geht denn in der Taufe alles mit ihm unter? Im Epheserbrief heißt es dazu: Der alte Mensch, die alte Lebensweise „wird sich zugrunde richten durch seine trügerischen Begierden.“

Wie solche trügerischen Begierden aussehen können, zeigen Fälle von reichen Prominenten, die Steuern hinterziehen - vom Fußballfunktionär Uli Hoeneß bis zum Starkoch Alfons Schuhbeck. Mir geht es jetzt

nicht darum, bestimmte Personen schlecht zu machen. Hier wird nur eine Verhaltensweise deutlich, die für uns alle aufschlussreich ist. Denn eins kann ich in solchen Fällen nur schwer verstehen: Selbst wenn solche Spitzenverdiener ihr gesamtes Einkommen ordnungsgemäß versteuert hätten, wären sie ja immer noch Millionäre gewesen und hätte mehr als genug gehabt! Auch ein reicher Mensch kann ja keine zehn Schnitzel am Tag essen oder sich jede Woche ein neues Auto kaufen. Das kann er zwar theoretisch schon, aber wo stellt er die vielen Autos dann hin, und wann fährt er damit? Hier zeigt sich für mich eine menschliche Verhaltensweise - genauer gesagt: eine Verhaltensweise des alten Menschen, der in der Taufe untergehen soll: Selbst wenn es ein Mensch zu großem Reichtum gebracht hat, wenn er für sich und seine Familie mehr als genug hat - dann will die menschliche Gier trotzdem immer noch mehr. Der alte Mensch hat nie genug.

Ich will noch ein erfreuliches Gegenbeispiel erzählen. Im Religionsunterricht mache ich mit den Viertklässlern gerade das Thema „Armut und Reichtum“. In der letzten Stunde stellte eine Schülerin dazu eine sehr gute Frage: „Ist Reichtum gut oder schlecht?“ Ich gab die Frage an die Klasse zurück. Und die Kinder haben sie gut beantwortet. Sie sagten: Wenn ein Reicher sein Geld nur für sich behalten will und damit angibt, ist es schlecht. Wenn er teilt und mit seinem Geld anderen Gutes tut, ist es gut. Reichtum ist also nicht von vornherein gut oder schlecht. Es kommt darauf an, was man damit macht. Ich habe die Kinder dann gefragt, ob sie Manuel Neuer kennen. Ich war mir nicht sicher, ob einer, der kurz vor der Fußballer-Rente steht, bei Viertklässlern noch bekannt ist. Aber fast alle wussten, wer Manuel Neuer ist. Der langjährige Nationaltorwart stammt aus Gelsenkirchen und spielte bei Schalke 04, bevor er zu den Bayern kam. Mit dem vielen Geld, das er als Spitzenfußballer verdiente, gründete er eine Stiftung, die Manuel Neuer Kids Foundation. Das Ziel ist „die Unterstützung notleidender Kinder und Jugendlicher in der Region von Gelsenkirchen und Umgebung.“ In mehreren Kinderhäusern der Stiftung gibt es Angebote wie „wie einen Mittagstisch, Hausaufgabenbetreuung, ... kreative Aktivitäten, Sport und Angebote der Gesundheitsförderung.“ Diese Arbeit soll „die ganzheitliche Entwicklung von Kindern und Jugendlichen fördern und sie auf dem Weg zur gleichberechtigten Teilhabe am gesellschaftlichen Leben begleiten.“¹

Was ich daran beeindruckend finde: Da hat einer nicht vergessen, wo er herkommt. Da weiß jemand: In meiner Heimatstadt gibt es viele, denen es nicht so gut geht wie mir. Und auch sie sollen eine Chance auf ein gutes Leben bekommen. Ich kann von meinem Überfluss noch etwas für Menschen abgeben, die es brauchen. Und das tun auch viele in unserer Gemeinde und im CVJM, die durch ihre große Spendenbereitschaft bei uns einen hauptamtlichen Mitarbeiter für die Kinder- und Jugendarbeit finanzieren.

Manuel Neuer sagte einmal: „Es gibt Wichtigeres als Fußball“.² Und das weiß er, weil er aus einer christlichen Familie stammt. Seine Eltern sind bekennende Christen.³ Sein großer Bruder ist katholischer Theologe.⁴ Er selbst sagt dazu: „... ich glaube an Gott und bete auch. Aber sportliche Dinge sind dann nicht das Thema.“⁵

Dieses Verhalten spiegelt ziemlich genau das neue Bewusstsein des neuen Menschen wieder, wie es Gott durch die Taufe in uns schafft. Denn eins wird in den Worten im Epheserbrief ziemlich deutlich: Ein neuer Mensch zu werden ist keine Möglichkeit, die der Mensch aus sich heraus hat. Kein Mensch kann sich selbst zu einem neuen Menschen erschaffen. Das kann nur Gott, und er tut es durch die Taufe.

Allen Getauften hat Gott es in der Taufe zugesprochen: „Du bist mein geliebtes Kind, ich nehme Dich an, ich habe Dich lieb und bin immer bei Dir.“ Dadurch macht Gott mich durch die Taufe zu einem neuen

¹ Zitiert nach: <https://www.bundesliga-stiftung.de/manuel-neuer-eroeffnet-kinderhaus-in-gelsenkirchen-chancen-auf-eine-bessere-zukunft/>, abgerufen am 09.10.2026 um 10:45 Uhr.

² Zitiert nach: <https://www.bild.de/news/einherzfuerkinder/manuel-neuer/es-gibt-wichtigeres-als-fussball-54118042.bild.html>, abgerufen am 09.10.2026 um 10:55 Uhr.

³ Quelle: <https://www.jesus.de/nachrichten-themen/pressespiegel/manuel-neuers-vater-jesus-ist-der-kapitaen-promisglauben/>, abgerufen am 09.10.2026 um 10:55 Uhr.

⁴ Quelle: <https://promisglauben.de/manuel-neuer-es-gibt-wichtigeres-als-fussball/>, abgerufen am 09.10.2026 um 11:05 Uhr.

⁵ Zitiert nach: <https://www.bild.de/sport/fussball/manuel-neuer/von-a-z-18216630.bild.html>, abgerufen am 09.10.2026 um 11:10 Uhr.

Menschen: Indem er mir das Bewusstsein gibt, bei ihm angenommen und geliebt zu sein. Und dadurch bin ich ein wertvoller Mensch. Und wenn ich durch die Taufe weiß, dass ich bei Gott angenommen, wertvoll und geliebt bin - dann werde ich frei von dem Zwang, immer mehr haben zu müssen, um meinen Status zu beweisen. Denn in der Taufe habe ich meinen Status längst zugesprochen bekommen: Ich bin in Gottes Augen ein wertvoller Mensch und sein geliebtes Kind. Deshalb muss ich nicht immer das neueste Auto haben. Und ich muss auch nicht mehr herabsehen auf diejenigen in meiner Gruppe, der nicht das neueste Smartphone hat, oder auf den Arbeitskollegen, der sich keinen so tollen Urlaub leisten kann. Denn die Taufe hat mir einen Blick dafür gegeben, welchen Wert ein Mensch bei Gott hat. Durch die Taufe bin ich ein neuer Mensch.

II. Ein neuer Geist

Und wer getauft wird, bekommt bei der Taufe auch *einen neuen Geist* geschenkt. Die Bibel drückt das im Epheserbrief so aus: „Gottes ... Geist“ wurde „euch wie ein Siegel aufgedrückt ... So kennzeichnet uns Gott für den Tag der endgültigen Erlösung.“ In der Taufe bekomme ich es mit Brief und Siegel: Gott schenkt mir einen neuen Geist, seinen heiligen Geist, der mich inspiriert und leitet. Erst dadurch wird es überhaupt möglich, wozu der Epheserbrief uns hier einlädt: „Lasst euch dadurch erneuern, dass Gottes Geist in eurem Verstand wirkt.“ Diese Erneuerung bewirkt der heilige Geist, der durch die Taufe in Menschen wirksam ist.

Dieser Geist Gottes erweckt im Menschen das neue Leben in Gemeinschaft mit Gott. Und im Epheserbrief bekommen wir auch gleich eine Gebrauchsanleitung mitgeliefert, wie wir aus der Kraft des heiligen Geistes leben können, der uns in der Taufe geschenkt wird:

Es „... soll jeder die Wahrheit sagen, wenn ihr miteinander redet ... Euer Zorn soll nicht dazu führen, dass ihr Schuld auf euch ladet!“ Diese Ratschläge hat sich der Apostel Paulus, der als Verfasser des Epheserbriefs genannt wird, nicht ausgedacht. Sondern er hat sie mit Bedacht aus dem Alten Testament abgeschrieben, dem ersten Teil der Bibel.⁶ Und damit will er uns zeigen: Der in der Taufe geschenkte Heilige Geist inspiriert uns zu einem neuen Verhalten. Und das tut er durch die Worte der Bibel, die vom Geist Gottes getränkt sind. Ich brauche also nur die Bibel aufschlagen und kann mir so wieder eine ordentliche Portion Inspiration holen. Dadurch leitet Gottes Geist mich an, wie ich als der neue Mensch leben kann, der ich durch die Taufe bin. Das geschieht, wenn ich im Gottesdienst auf Worte der Bibel und ihre Erklärung höre, wenn ich allein zuhause in der Bibel lese oder auch im Hauskreis zusammen mit anderen. Deshalb ist es auch so wertvoll, wenn Ehrenamtliche Zeit dafür investieren, einen Hauskreis zu leiten und vorzubereiten.

Wie kann ich aus der Taufe heraus als neuer Mensch leben? In Worten, die der Epheserbrief hier aus der Bibel zitiert, finden sich gleich zwei konkrete Beispiele: Ihr sollt „die Lüge ablegen. Vielmehr soll jeder die Wahrheit sagen, wenn ihr miteinander redet. Denn wir alle sind Glieder am Leib von Christus.“ Weil getaufte Christen miteinander zur Kirche von Jesus Christus gehören wie Körperteile an einem Körper, deshalb sollen sie auch ehrlich zueinander sein. „Sprecht die Wahrheit“ - das bedeutet auch Aufrichtigkeit: nicht vordergründig freundlich zueinander sein und hintenrum schlecht übereinander reden, sondern Lob und Kritik im direkten Gespräch offen und in Liebe äußern.

Und ein weiteres Beispiel aus der Bibel: „Euer Zorn soll nicht dazu führen, dass ihr Schuld auf euch ladet! Lasst die Sonne nicht über eurem Zorn untergehen.“ Der Epheserbrief geht hier sehr nüchtern und realistisch davon aus, dass auch Christen sich auch mal richtig aufregen. Nur sollen sich getaufte Christen im Zorn nicht schuldig machen - zum Beispiel dadurch, dass ihre Beziehung zu anderen Menschen durch Beleidigungen oder gegenseitige Verletzungen nachhaltig beschädigt wird. Der praktische Rat dazu wird gleich mitgeliefert, nämlich mit der Versöhnung nicht bis zum Abend zu warten. Kraft und Anstoß dazu gibt der heilige Geist. Und was ist, wenn der Rat nicht beherzigt wird, wenn die Versöhnung oder Entschuldigung aufgeschoben oder ganz verweigert wird? Dann wird damit dem Teufel Raum gegeben. Und

⁶ Sacharja 8,16; Psalm 4,5.

dann wird er versuchen, die Beziehung zwischen Menschen oder zwischen Gott und Menschen zu zerstören. Wenn jemand durch die Taufe ein neuer Mensch geworden und durch Gottes Geist inspiriert ist, dann ist ihm dadurch auch die Kraft und Fähigkeit geschenkt, diesen zerstörerischen Einflüssen zu widerstehen. Der dritte Tipp, wie Getaufte leben können, klang eben schon an, deshalb will ich ihn nur noch kurz ansprechen. Kennzeichen von Getauften ist:

III. Ein neues Verhalten

Nach dem Epheserbrief wird dieses neue Verhalten folgendermaßen sichtbar: „Alle Erbitterung, Wut, Zorn, lautstarke Auseinandersetzungen und Verleumdungen sollen bei euch keinen Platz haben. Das gilt erst recht für alle Bosheit. Seid vielmehr gütig und barmherzig zueinander. Vergebt einander, wie Gott euch durch Christus vergeben hat.“

Bitterkeit, Wut und Zorn belasten Beziehungen und hemmen den, der sie hegt, in seinem Verhalten auch gegenüber anderen. Lautstarke Auseinandersetzungen sind eine Form der gewalttätigen Sprache. So etwas vergiftet das menschliche Miteinander. „Verleumdungen“ anderer machen Beziehungen zwischen Menschen kaputt. Diese Beziehungskiller können die Glaubenden los werden - durch die Kraft des heiligen Geistes, der ihnen in der Taufe verliehen wurde. Aus eigener Kraft können sie es nicht. Stattdessen soll das Miteinander der Getauften positiv von Freundlichkeit und Mitgefühl bestimmt sein. Und dieses neue Miteinander, das getaufte Christen üben, speist sich aus ihrer Erfahrung: Christus hat am Kreuz unsere Schuld getragen und vergibt uns deshalb stets von neuem, wenn wir an Gott oder anderen Menschen schuldig geworden sind. In der Taufe hat Gott uns das zugesprochen. Und deshalb können wir auch einander gerne verzeihen, ohne nachtragend zu sein.

Das alles können getaufte Menschen, wenn sie aus der Kraft des heiligen Geistes leben, der ihnen in der Taufe geschenkt wurde und der sie durch Gottes Wort in der Bibel inspiriert. Im Epheserbrief heißt es dazu noch: „Betrübt nicht Gottes heiligen Geist“! Wenn das zwischenmenschliche Miteinander durch Lügen oder Zorn belastet wird, dann wird der Heilige Geist, der die Getauften zu neuen Menschen gemacht hat, sozusagen blamiert - denn er wird durch die Fortsetzung der alten Lebensweise der Getauften Lügen gestraft, als hätte er versagt und keine Veränderung bewirkt. Hier baut sich eine kreative Spannung auf: Die Christen haben ein neues *Sein*, und doch werden sie aufgerufen, zu tun, was sie *sollen*. Der Heilige Geist hat in der Taufe sein Werk getan und wird es auch danach weiter tun. Dennoch können die Getauften ihm jederzeit durch ihr Handeln widersprechen und ihn scheinbar ins Unrecht setzen. Die menschliche Freiheit schließt auch die Möglichkeit ein, sich der Leitung des heiligen Geistes zu widersetzen. Und ein solcher Rückfall der Getauften macht Gottes Geist traurig. Gott und sein Geist sind nicht einfach gefühllos. Gott wird nicht gleich zornig, wenn wir uns gegen die Leitung seines guten Geistes sträuben - es macht ihn erst einmal traurig.⁷

Deshalb tust Du gut daran, Dich möglichst oft der heilsamen Inspiration des heiligen Geistes auszusetzen - im gemeinsamen Hören auf Gottes Wort mit anderen Christen, wie wir es im Gottesdienst tun, und im Lesen der Bibel zuhause. Dann werden auch an Dir die drei Kennzeichen sichtbar, die der Epheserbrief für das Leben von Getauften nennt: Ein neuer Mensch, ein neuer Geist und ein neues Verhalten.

Amen.

Pfarrer Dr. Ulrich Zimmermann

⁷ Formulierungen entlehnt von GERHARD SELLIN, Der Brief an die Epheser. Kritisch-exegetischer Kommentar über das Neue Testament 8, Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, 2008, 376.