

Geistliche Kämpfe führen - wie du Angriffe abwehrst

Wir sind in der Predigtserie mit dem Titel «Geistliche Kämpfe führen». Wir schauen uns seit Anfang Mai die Bibelstelle von Epheser 6,10-18 an, in welcher Paulus von der geistlichen Waffenrüstung spricht. Ich lese uns die ganze Stelle nochmals vor:

Epheser 6,10-18 (Neues Leben)

- ¹⁰ *Noch ein Wort zum Schluss: Werdet stark durch den Herrn und durch die mächtige Kraft seiner Stärke!*
- ¹¹ *Legt die komplette Waffenrüstung Gottes an, damit ihr allen hinterhältigen Angriffen des Teufels widerstehen könnt.*
- ¹² *Denn wir kämpfen nicht gegen Menschen aus Fleisch und Blut, sondern gegen die bösen Mächte und Gewalten der unsichtbaren Welt, gegen jene Mächte der Finsternis, die diese Welt beherrschen, und gegen die bösen Geister in der Himmelswelt.*
- ¹³ *Bedient euch der ganzen Waffenrüstung Gottes. Wenn es dann so weit ist, werdet ihr dem Bösen widerstehen können und noch aufrecht stehen, wenn ihr den Kampf gewonnen habt.*
- ¹⁴ *Sorgt dafür, dass ihr fest steht, indem ihr euch mit dem Gürtel der Wahrheit und dem Panzer der Gerechtigkeit Gottes umgibt.*
- ¹⁵ *Eure Füße sollen für die gute Botschaft eintreten, die den Frieden mit Gott verkündet.*
- ¹⁶ *Setzt den Glauben als einen Schutzschild ein, um die feurigen Pfeile des Satans abzuwehren.*
- ¹⁷ *Setzt den Helm eurer Rettung auf und nehmt das Wort Gottes, euer Schwert, das der Geist euch gibt.*
- ¹⁸ *Betet immer und in jeder Situation mit der Kraft des Heiligen Geistes. Bleibt wachsam und betet auch beständig für*

alle, die zu Christus gehören. (Seite 1639-1640)

Das ist ein sehr militärisches Bild. Das kann irritieren, wenn wir Jesus als den friedlichen Freund sehen, wo uns hilft, wenn wir Hilfe benötigen.

Doch Paulus sagt uns klar, dass wir uns diese Rüstung anlegen sollen und dass Gott uns die Kraft gibt, um zu kämpfen.

Letzte Woche habe ich über das Schwert des Geistes, das Wort Gottes gesprochen. Diese Woche rede ich über das

Schild des Glaubens

Ich lese Epheser 6,16 in unterschiedlichen Übersetzungen:

Setzt den Glauben als einen Schutzschild ein, um die feurigen Pfeile des Satans abzuwehren. (Neues Leben)

Vor allen Dingen aber ergreift den Schild des Glaubens, mit dem ihr auslöschen könnt alle feurigen Pfeile des Bösen, (Luther)

Bei alledem ergreift den Schild des Glaubens, mit dem ihr alle feurigen Pfeile des Bösen auslöschen könnt! (Elberfelder)

Ich habe hier ein kleines Holzschild. Das hat etwa die Grösse eines römischen Schwertes. Und hier habe ich ein Schild. Doch im Gegensatz zum Schwert hat dieses Schild nicht die richtige Grösse. Mit so einem Schild wäre es sehr schwierig, die feurigen Pfeile abzuwehren. Wenn du reaktionsschnell bist, dann schaffst du vielleicht zwei oder drei Pfeile damit abzuwehren. Doch der Text spricht von «allen feurigen Pfeilen». Das ist mehr ein Kinderspielzeugschild. Ein richtiges römisches Schild ist etwa 120 cm gross und 90 cm breit,

gebogen. Er bestand aus einem soliden Holzrahmen und war mit Leder überzogen. Vor einem Kampf hat man den Schild in Wasser getaucht, damit brennende Pfeile ausgelöscht wurden. Und genau dies beschreibt auch Paulus.

Das Leben als Christ ist nicht einfach ein gemütlicher Spaziergang. Gott verspricht uns nicht, dass alles einfach ist. Deshalb ist das Bild das Paulus gebraucht auch nicht ein Spaziergang im Sommerkleid durch eine Blumenwiese. Nein er spricht von einer Waffenrüstung.

Die Angriffe, die wir in unserem Leben erleben, sind real:

- Schwierige Situationen bei der Arbeit oder in der Schule, in der Familie.
- Eine Krankheit oder ein Unfall, den wir erleben.
- Jede Situation, die uns herausfordert.

Solche Situationen, in denen wir selbst nicht mehr weiterwissen, fordern auch unseren Glauben heraus. Glauben wir an Gott? Vertrauen wir darauf, dass er es gut mit uns meint? Dass er uns zur Seite steht, auch wenn wir nicht wissen, wie es ausgeht?

Manchmal ist es ruhig in unserem Leben und wir können es einfach genießen. Aber manchmal kommt ein Pfeil nach dem anderen geschossen und wir können nicht viel mehr tun, als uns hinter dem Schild in Schutz zu gehen.

Gott sagt uns, dass wir uns hinter unserem Glauben schützen können. Gott verspricht nicht, dass wir nie schwierige Situationen erleben werden, aber hilft uns.

Der Schild des Glaubens ist der Schutz eines Christen vor Versuchungen. Wenn wir darauf vertrauen, dass Gott uns mit allem Nötigen versorgt, können uns die Mächte der Bosheit uns nicht mit der Lüge überlisten, dass die Sünde uns ein besseres Leben beschert als Gott.

Letzte Woche habe ich vom Schwert erzählt, dem Wort Gottes. Mit diesem Schwert kann man kämpfen und auch in den Angriff zu gehen.

Beim Schild geht es um den Schutz. Wir müssen damit nicht angreifen, sondern dürfen auch einmal zurückziehen.

Auch beim Schild des Glaubens dürfen wir das Wort Gottes hervornehmen und lesen. Aber nicht, um den Feind einzuschüchtern; nicht um anzugreifen, sondern um uns selbst im Glauben zu stärken.

Mir hilft es, wenn ich angegriffen werde, mich zurückziehen und die Bibel zu lesen. Nicht um damit schlagfertige Antworten zu geben, sondern um mich selbst zu beruhigen, mich im Wort Gottes zu verwurzeln und an seinen Verheissungen festzuhalten. In diesem Monat kam so ein Angriff, den ich nicht erwartet hatte. Ich war aufgewühlt und haderte mit mir und war wütend auf die Person, welche für mich der Auslöser war. Doch in dieser Situation wusste ich, ich muss ruhig werden; Meine Bibel hervornehmen und darin lesen. Ich habe mich gefragt, was soll ich denn jetzt lesen und mir kam der Gedanke Psalm 123. Ich war ein wenig überrascht, weil ich nicht wirklich wusste, was in diesem Psalm steht. Ich wusste, dass dieser Psalm in der Kategorie der Pilgerpsalmen stand, aber den Inhalt kannte ich nicht. Also habe ich den Psalm aufgeschlagen und gelesen.

Psalm 123 (Neues Leben)

¹ *Ein Lied für die Pilgerfahrt nach Jerusalem. Ich erhebe meine Augen zu dir, Gott, der du im Himmel thronst.*

² *Wie Knechte die Augen auf ihren Herrn richten und Mägde auf ein Zeichen ihrer Herrin achten, so blicken wir auf den HERRN, unseren Gott, und warten auf seine Barmherzigkeit.*

³ *Sei uns gnädig, HERR, sei uns gnädig, denn wir sind lange genug verachtet worden.*

⁴ *Lange genug haben uns die Stolzen erhöht und die Hochmütigen uns verachtet.*

Das ist der ganze Psalm. Es ist ein Eigenartiges Pilgerlied, welche die Israeliten gesungen haben, wenn sie nach Jerusalem gereist sind. Es sagt einfach nur aus, dass wir auf die Barmherzigkeit Gottes warten.

Eine Bitte an Gott uns gnädig zu sein, wenn wir verachtet werden.

Ich fand diesen Psalm spannend, weil er einfach die Sehnsucht nach Gott ausdrückt. Und ich in einer Lage war, in der ich mich nicht verstanden und teilweise auch verachtet gefühlt habe.

Und nach diesem Psalm habe ich Psalm 23 gelesen. Dieser Psalm gehört zu den bekanntesten Psalmen in der Bibel. Weil ich den Psalm auch kannte, las ich ihn in der Lutherübersetzung, weil er so vielen bekannt ist.

Psalm 23 (Luther)

¹ *Ein Psalm Davids. Der HERR ist mein Hirte, mir wird nichts mangeln.*

² *Er weidet mich auf einer grünen Aue und führet mich zum frischen Wasser.*

³ *Er erquicket meine Seele. Er führet mich auf rechter Straße um seines Namens willen.*

⁴ *Und ob ich schon wanderte im finstern Tal, fürchte ich kein Unglück; denn du bist bei mir, dein Stecken und Stab trösten mich.*

⁵ *Du bereitest vor mir einen Tisch im Angesicht meiner Feinde. Du salbest mein Haupt mit Öl und schenkest mir voll ein.*

⁶ *Gutes und Barmherzigkeit werden mir folgen mein Leben lang, und ich werde bleiben im Hause des HERRN immerdar.*

Psalm 123 drückt die Sehnsucht nach Gottes Barmherzigkeit aus. Und Psalm 23 zeigt die Barmherzigkeit Gottes. Mir sind dieses Mal beim Lesen, besonders aufgefallen: Einerseits Vers 3b *«Er führet mich auf rechter Straße um seines Namens willen.»* Dies ist mein Vers zum Untiabschluss, der auch als Bild über meinem Schreibtisch hängt. Ich konnte mir bewusstwerden, es ist Gott, der mich führt.

Und andererseits der Vers 6: *«Gutes und Barmherzigkeit werden mir folgen mein Leben lang, und ich werde bleiben im Hause des HERRN immerdar.»*

Gutes und Barmherzigkeit von Gott sind da und begleiten mich mein Leben lang. Vielleicht klingt dies für dich banal und man müsste noch viel mehr dazu auslegen, wozu

uns die Zeit fehlt. Doch für mich war es in dieser schwierigen Situation ein Moment, in dem ich mich hinter dieses Schild des Glauben zurückziehen konnte, diese Verse lesen und es hat mein Herz beruhigt. Ich darf wissen, ich bin unterwegs mit Gott an meiner Seite, egal was passiert.

Dies als ein Beispiel, wie du Angriffe abwehrst, mit dem Schild des Glaubens.

Gemeinsam glauben

Ein Schild schützt den Soldaten. Aber ein Soldat allein hat immer auch schwache, ungeschützte Seiten. Wenn ein Soldat allein unterwegs ist, kann er von hinten oder der Seite angegriffen werden.

Doch das Gute ist, dass wir nicht alleine unterwegs sein müssen. Wir dürfen mit anderen unterwegs sein und unseren Glauben teilen. Und wenn wir selbst schwach sind, helfen uns andere und können uns schützen und wieder stärken.

Das haben auch die römischen Soldaten gewusst und haben sich zusammengetan zur Formation Schildkröte. Manche halten die Schilde nach vorne. Manche halten die Schilde zur Seite oder nach hinten und andere halten die Schilde über die Köpfe, so dass die Gruppe von allen Seiten geschützt ist. So konnten sie sich gegen Angriffe von allen Richtungen verteidigen.

Die römischen Soldaten waren auch so erfolgreich, weil sie nicht Einzelkämpfer waren, sondern als Gruppen unterwegs.

Deshalb ist die Gemeinde so wichtig. Gemeinsam unterwegs sein. Einerseits in der grossen Gruppe, z.B. in einem Gottesdienst. Hier möchten wir auch, dass der Glaube im Miteinander gestärkt wird und wir auch erleben, dass wir nicht allein unterwegs sind. Andererseits in kleinen Gruppen, wo man besser persönlich austauschen kann, in welchen Situationen man gerade ist. Welche Herausforderungen man gerade erlebt und andere können helfen mitzutragen, mitzubeten. Und dann gibt es Herausforderungen, die du überwunden hast, dann kannst du davon erzählen und andere damit ermutigen. Dafür haben wir Lebensgruppen, die sich regelmässig treffen. Jede

Gruppe hat ein wenig einen anderen Charakter, manche lesen gemeinsam ein biblisches Buch durch und diskutieren darüber. Andere vertiefen die Predigten des Gottesdiensts. Wiederum andere lesen gemeinsam ein christliches Buch und diskutieren darüber. Es gibt verschiedene Gruppen, an verschiedenen Orten. Im Blauen Saal haben wir auch die Lebensgruppenwand. Du darfst da mal vorbeischaun, ob dir etwas passt oder du kommst auf mich zu, wenn du dich für eine Lebensgruppe interessierst. In der Waffenrüstung Gottes ist der Schild des Glaubens sehr wichtig.

Es benötigt Zeit sich vorzubereiten

Und noch etwas möchte ich zum Schluss sagen.

Wenn ein römischer Soldat in den Kampf zieht, benötigt er zuerst Zeit, um sich anzuziehen. Am einfachsten ist es, sie zu besiegen, wenn sie unvorbereitet sind. Denn dann haben sie keinen Schutz. Vielleicht schaffen sie es noch das Schwert zu ziehen, aber die ganze Rüstung bleibt auf der Seite nutzlos zurück.

Und ich denke, auch im geistlichen Kampf ist es so, dass es Zeit braucht, um sich vorzubereiten.

Wenn der Soldat am Morgen einfach aus seinem Zelt stürmt und losrennt, wird er wohl die Schlacht nicht gewinnen. Ich denke, das ist auch bei uns häufig so. Wenn wir am Morgen einfach schnell aufstehen und vielleicht knapp Zeit haben, um einen Kaffee zu trinken und dann losrennen auf den Zug, dann verpassen wir es, uns auf den Tag vorzubereiten.

Legt doch am Morgen bewusst die Waffenrüstung an. Nehmt euch Zeit dazu.

Ich selber merke immer wieder, dass wenn ich am Morgen mir eine Zeit nehme, um bewusst in den Tag zu starten, dann wird der Tag häufig angenehmer und ich kann auch Ziele bewusster angehen, als wenn ich einfach kopflos drauflos stürme.

Gebet zum Anziehen der Waffenrüstung Gottes

Himmlischer Vater,

ich komme heute zu dir im Namen Jesu Christi. Ich danke dir, dass du meine Stärke und mein Schutz bist.

Ich lege den **Gürtel der Wahrheit** an. Hilf mir, in Wahrheit zu leben, die Wahrheit zu erkennen und mich nicht von Lügen leiten zu lassen.

Ich ziehe den **Brustpanzer der Gerechtigkeit** an. Bewahre mein Herz und erinnere mich daran, dass meine Gerechtigkeit in Christus gegründet ist.

Ich **beschuhe** meine Füße mit der **Bereitschaft, das Evangelium des Friedens zu leben** und weiterzugeben. Führe meine Schritte heute auf deinen Wegen.

Ich ergreife den **Schild des Glaubens**. Stärke mein Vertrauen auf dich und hilf mir, Zweifel, Angst und Anfechtungen abzuwehren.

Ich setze den **Helm des Heils** auf. Bewahre meine Gedanken und erfülle meinen Sinn mit deiner Hoffnung und deinem Frieden.

Ich nehme das **Schwert des Geistes**, dein Wort, in die Hand. Lass mich dein Wort verstehen, daran festhalten und es weise anwenden. Heiliger Geist, erfülle mich heute. Leite meine Worte, Entscheidungen und Begegnungen. Ich stelle mich unter deinen Schutz und vertraue auf deine Gegenwart. Möge dein Wille in meinem Leben geschehen.

Amen.

Viva Kirche Zürich

Wilfriedstrasse 5

8032 Zürich

www.vivakirche-zuerich.ch

© Viva Kirche Zürich, 2026

Predigt: Benjamin Müller, 31.05.2026

Quellen:

Epheser 6,10-18; Psalm 23; 123

Kontakt: benjamin.mueller@vivakirche.ch