

Geistliche Kämpfe führen – Himmel im Kopf

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. ...¹

Dann folgt hier die ganze Aufzählung der einzelnen Gegenstände der Waffenrüstung. Der letzte Gegenstand, der uns noch fehlt, ist in Vers 17. *Setzt den Helm eurer Rettung auf...*

Zu jedem Teil der Waffenrüstung gehört ein Begriff: Gürtel der *Wahrheit*. Schild des *Glaubens*. Helm der *Rettung*

Beim Helm geht es um die Rettung.

Rettung hat drei Zeitdimensionen für uns.

Vergangenheit: In den letzten Wochen haben wir diese zwei Kämpfer gesehen, die vor der Stadt draussen, stellvertretend für ein ganzes Heer, gekämpft haben. Sie sind ein Symbol für Jesus, der für uns gekämpft hat. Dann rannte ein Läufer auf den Berg und hat geschrien: Te-telestai! Der Sieg wurde errungen. Du musst nichts mehr tun. Er hat es getan für dich. Rettung aus dem Blick der Vergangenheit: Wir sind schon gerettet.

Die zweite Zeitdimension von Rettung: **Gegenwart.** Wir werden dauernd von der Sünde gerettet. Der Heilige Geist erneuert uns dauernd. Sünden werden gewaschen.

Und dann gibt es noch die Zeitdimension der **Zukunft.** Wir werden gerettet werden. Das steht uns noch bevor. Dann wird die Sünde vollständig entfernt – kein Rassismus mehr – keine

Krankheit mehr... Wir werden vollständig erneuert und es kommt ein neuer Himmel und eine neue Erde.

Über die Zeitdimension der Vergangenheit und der Gegenwart haben wir in den letzten Wochen viel gesprochen. Darum geht es mir heute hauptsächlich um die Zukunft.

Es ist doch so: Dein Blick in die Zukunft verändert dein Heute. Stell dir mal vor, du hast in ein paar Wochen Ferien. Aktuell hast du aber noch unglaublich viel Arbeit. Aber der Ausblick auf die Ferien verändert dein Heute. Du kannst das ertragen, weil du Ausblick auf etwas beruhigendes und erholendes hast. Bald schon wirst du ausschlafen können. Du hast also ein Ziel vor dir. Die viele Arbeit wird ein Ende haben.

So ein Ziel vor Augen verändert, wie du auf Leid blicken kannst. Wie du Herausforderungen meisterst. ...

Dahingehende Rettung hat mit Vorfreude zu tun. Du setzt den Helm der Rettung auf und veränderst damit deinen Blick auf den Tag. Du tust es jeden Morgen und das verändert dein Jetzt. Du schaust schon in die Zukunft nach dem Tod. Heute möchte ich mit euch ein Bild von dieser Zukunft malen. Wir setzen damit zusammen den Helm der Rettung auf. Ich hoffe, dass wir damit dieses Bild packen können und du für morgen früh ein Bild hast, das deinen Tag verändert. Und das dann jeden Tag wieder.

Die Zukunft beginnt weit in der Vergangenheit. In einem Garten.

Ganz am Anfang in der Bibel steht: *8 Dann pflanzte Gott, der HERR, einen Garten in Eden, im Osten gelegen. Dort hinein brachte er den Menschen, den er erschaffen hatte. 9 Und Gott, der HERR, liess alle Arten von Bäumen in dem*

¹ Epheser 6

*Garten wachsen – schöne Bäume, die köstliche Früchte trugen...*²

Dass Gott für die Menschen einen Garten erschaffen hat und nicht eine Fabrikhalle... das sagt ganz viel über das Wesen Gottes aus. Und das sagt auch ganz viel über uns Menschen aus.

Wenn wir an einen Garten heute denken, dann kommen uns Dinge in den Sinn wie Düfte, Grillieren, Freizeit, Fussballspiele mit Kindern...

Ein Garten in der Antike im Nahen Osten – beispielsweise in Ägypten – das waren prachtvolle Gärten in einer Tempelanlage. Da gab es Wasser, Springbrunnen, seltene Tiere, seltene Pflanzen und vieles mehr. Die Pharaonin hat dort ziemlich sicher nicht Wäsche aufgehängt. Sie ist lustgewandelt in ihrem Garten.

Gärten wurden angelegt nur um zu sein. Das war der alleinige Zweck für einen Garten. Dieser Ort hatte vor allem mit Schönheit zu tun.

Eden: Gott hat Menschen nicht an einen Ort gestellt, wo er vor allem arbeiten muss. Sondern an einen Ort, der viel mit Schönheit zu tun hat – in den Garten Eden.

Eden ist nicht so leicht zu übersetzen. Das Wort hat zu tun mit Anmut, Schönheit, Luxus. Es sagt unglaublich viel über Gott aus. Der Schöpfer hat uns an einen Ort der Schönheit gesetzt.

Eden ist ein Ort von Reichtum und Schönheit. Es wird beschrieben, dass dort ein Fluss entspringt.

*10 Ein Fluss entsprang in Eden, der den Garten bewässerte und sich dann in vier Arme teilte. 11 Einer dieser Arme heißt Pischon, der um das Land Hawila fließt, wo Gold zu finden ist. 12 Das Gold jenes Landes ist aussergewöhnlich rein; dort findet man auch Bedolachharz und den Edelstein Schoham. 13 Der zweite Arm heißt Gihon, der um das Land Kusch fließt. 14 Der dritte Arm ist der Tigris, der östlich von Assyrien fließt. Der vierte Arm heisst Euphrat.*³

Fließendes Gold und Edelsteine werden erwähnt, verschwenderische Lebensfülle... Eden ist ein Ort, wo eine Quelle entspringt, sich aufteilt und in vier Richtungen fließt und bewässert. Wir lesen noch im Hohelied davon – dort, wo es um Liebe und Leidenschaft geht.

Gott schmückte den Garten mit Blumen, Fische bevölkerten die Flüsse, Vögel den Himmel. Eden

war der vollkommene Schauplatz für den Höhepunkt seiner Schöpfung: Mann und Frau, Adam und Eva.

Gott stellt uns Menschen an einen schönen Ort – ohne dass wir dort ein Ziel erreichen müssen – er gibt schon den Auftrag den Garten zu bebauen und zu bewahren, aber nicht im Schweisse des Angesichts. Das war erst nach dem Sündenfall. Hier geht es nur um bewahren und behüten.

Das bedeutet, dass der Garten nicht noch für etwas anderes da ist. Er ist einfach nur schön. Wenn du an einem Konzert bist: Bringt das etwas? Oder was bringt es dir einen Sonnenuntergang anzuschauen? Gar nichts. Es ist einfach nur schön.

Der Garten ist ein Ort der Begegnung. Im Garten wandelt Gott. Dort begnetet Gott den Menschen. Und genau dafür sind wir geschaffen.

Gott hat all das erfunden: Barfuss durch die taufrische Wiese gehen, die Sonne geht auf und wärmt dein Gesicht, du hörst den Wind in den Blättern rauschen... Diese Gefühle hat Gott erfunden und sagt: Nimm Teil an meiner Freude.

Wir wurden erschaffen für den Garten Eden. Um in der Gegenwart Gottes zu sein. Um wahrzunehmen mit Sinnen, Lust, Zeit, ... ohne zu rennen, das nächste erledigen zu müssen... Einfach nur für pure Schönheit. Wir sind geschaffen für Schönheit. In uns steckt eine Sehnsucht nach Schönheit. Diese Sehnsucht hat Gott gemacht und sagt etwas über Gott aus!

Wir wurden erschaffen für den Garten Eden. Danach sehnt sich unsere Seele. Dieser Garten ist unsere wahre Heimat. Hier – in diesem Leben – fehlt uns dauernd etwas. In unserer Seele wohnt ein Sehnen. Wir sehnen uns nach dem Ort, wofür wir geschaffen wurden. Um an diesem perfekten Ort zu sein, wo wir Gott ganz nahe sind, wo wir mit Gott spazieren gehen.

Gott schuf die Erde. Er wollte einen Ort haben, wo er Mann und Frau begegnet. Wo er Dir und mir begegnet. Der Garten stand für seine Sehnsucht, mit uns zu leben.

Wenn es deiner Seele gut gehen soll, muss sie in der Gegenwart Gottes sein.

² Genesis 2,8f; NL

³ Genesis 2,10-14

Die Bibel erzählt dann von Adam und Eva: *Am Abend, als ein frischer Wind aufkam, hörten sie, wie Gott, der Herr, im Garten umherging.*⁴

Man geht mit einem Menschen spazieren, der einem am Herzen liegt. Ein Freund mit einem Freund; ein Vater oder eine Mutter mit einem Kind; zwei Verliebte würden einen Spaziergang machen.

Aber es geht hier nicht so sehr um die körperliche Bewegung. Es geht darum, dass man mit jemandem zusammen ist. Dieser Gott, der Gott der Bibel, möchte mit uns zusammen sein. Unsere Seele wurde geschaffen, damit sie mit Gott *unterwegs* ist.

Aber der Mann und die Frau übertreten Gottes Anweisungen und verstecken sich dann zwischen den Bäumen vor ihm. Aber Gott lässt sich nicht abweisen. Er geht ihnen nach.

Und dann erzählt der ganze Rest der Bibel davon, wie er uns nachgeht - uns regelrecht verfolgt.

Als Adam und Eva sich hinter den Bäumen - die auch Gott geschaffen hat - verstecken, ruft er ihnen zu: *Wo seid ihr?*

Natürlich kennt er ihren Aufenthaltsort genau. In Wirklichkeit aber stellt er folgende Frage: Wo steht ihr, was eure Beziehung zu mir betrifft?

Gott wollte also schon immer: Bei dir sein, bei mir sein.

Wir können nicht zurück in den Garten Eden. Damals hat Gott ein Schloss an den Garten gehängt. Der Garten wird von Engeln bewacht. An denen kommt niemand vorbei.

Wo ist der Ort der Begegnung im Neuen Testament? Wo ist der Ort der Begegnung in den Zeiten des Neuen Testaments?

Im Alten Testament war dieser Ort im Tempel.

Im Neuen Testament beschreibt Paulus den Körper als Tempel: *Oder wisset ihr nicht, daß euer Leib ein Tempel des Heiligen Geistes ist, der in euch ist...*⁵

Diese Metaphorik zieht sich durch das ganze Neue Testament. Es beschreibt einen Gott, der in uns wohnen möchte - sogar in unseren Herzen. Es behauptet: Dieser Garten, dieser Ort der Begegnung mit Gott, dieser Ort der Schönheit ist in deinem Innern.

Dieses Konzept zieht sich durch das ganze Neue Testament: Es gibt einen Ort der Begegnung.

Durch seine Erlösung hat Jesus etwas gebracht, das in dir etwas fundamental anders geworden ist. Wir glauben: Wenn Jesus für mich gestorben ist, dann komme ich in den Himmel. Das stimmt auch. Aber es passiert noch mehr. Es verändert mein Inneres. Denn die Sünde, die mich von Gott getrennt hat, wurde entfernt. Dieser Zugang zu Gott ist jetzt offen. Mein Inneres wird ein Ort der Begegnung.

Das kann dein Gebetsleben völlig revolutionieren. Gebet ist nichts, was da draußen ist, wo ich mich in einen heiligen Raum hinein denken muss. Gebet bedeutet zurückkommen zu dem, der immer schon im hier und jetzt auf mich wartet. Wie ein brennender Dornbusch mitten in Wüste sagt: Hier bin ich.

Warum ist das jetzt ein Teil der Waffenrüstung? Wir alle kennen Stürme im Leben. Wir kennen Angriffe. Wir kennen Zweifel. Und manchmal fragen wir uns: Ist das alles? Ist das alles, was das Leben zu bieten hat? Und gerade wenn du dich einsetzt für Gottes Reich und du denkst: *Ich tue alles für Gott. Aber ich ernte nichts. Ich habe keinen Lohn dafür. Ich werde nur enttäuscht von Menschen.*

Wie ein Paulus: Er gibt Vollgas für Jesus. Dafür sitzt er Jahre im Gefängnis und am Ende stirbt er noch dafür.

Wenn dich solche Gedanken verfolgten, kannst du dir den Helm der Rettung aufsetzen und du weißt: Da gibt es diesen Ort. Da gibt es diesen Garten. Ich laufe auf diesen Ort zu. Da wird sich meine ganze Sehnsucht erfüllen. Es gibt Hoffnung. Da ist ein Ziel vor mir.

Setz den Helm auf und sieh, was vor dir liegt.

Jesus hatte vom Haus seines Vaters gesprochen und dass es viele Wohnungen hat. Am Ende der Bibel steht etwas Besseres als der Garten Eden. Eine Stadt, in der Bäume des Lebens stehen und kristallklares Wasser fließt. Es ist eine Stadt und ein Garten zugleich, so etwas wie Eden 2.0. Wir werden lustwandeln, uns freuen, werden aber auch regieren. Diese Stadt kommt vom Himmel her wie ein Geschenk. Gott hat gesagt: *Ich schaffe einen neuen Himmel und eine neue Erde.*⁶

⁴ Genesis 3,8
⁵ 1. Korinther 6,19

⁶ Jesaja 65,17; 2. Petrus 3,13; Offenbarung 21,1

Wer das Leben, das Jesus anbietet, annimmt, für den wird es einmal so sein:

Du stehst vor einer schweren Tür. Durch den geöffneten Spalt strömt warmes Licht; drinnen sind fröhliche Gesichter, du hörst Musik und siehst Tanz. Plötzlich ruft dich jemand bei deinem Namen. Die Tür geht weit auf. Diese Stimme hört sich eigenartig vertraut an. Du kennst diese Stimme, als hätte sie dich beim Namen gerufen bevor das Universum begann. *Willkommen in der Zukunft*, sagt die Stimme.

Musikvideo: [Josiah Queen, Benjamin William Hastings - I'll Fly Away \(Official Lyric Video\)](#)

Zusatz «Heilsgewissheit»

In der Bibel steht in Hebräer 9,27: *Sterben müssen alle Menschen; aber sie sterben nur einmal, und darauf folgt das Gericht.*

In anderen Worten: Nach dem Tod bekommen wir keine zweite Chance umzukehren.

Dieser Mann war nicht permanent tot. Er war klinisch tot. Später einmal wird er für immer sterben. Aber hier hatte er eine Nahtoderfahrung. Klinisch tot – das ist noch nicht permanent. Aber alle werden einmal permanent sterben. Und dann wird es keine zweite Chance geben.

Dann können wir Jesus nicht mehr um Hilfe rufen. Es wird zu spät sein. Dann werden wir gerichtet.

Was ist mit uns? Was ist mit dir? Was für Visionen wirst du auf deinem Sterbebett haben? Was wirst du dann sehen?

Bist du zuversichtlich, dass die Visionen in den letzten Momenten deines Lebens Engel sein werden, die freudig auf dich warten und dich rüberbringen an einen Ort von ewigem Glück? Irgendwann wird jeder von uns über diese Linie von dieser Welt zur nächsten Welt treten. Was wird dich dann erwarten? Diese Frage ist vielleicht die wichtigste überhaupt.

Vor vielen Jahren hat mich etwas erschüttert. Wir hatten hier in dieser Kirche einen alten Pastor. Er war einer dieser Pastoren, die am Ende ihrer Predigt jedes einzelne Mal auf das Evangelium hingewiesen haben. Jedes Mal hat er darauf hingewiesen, dass Jesus für uns am Kreuz gestorben ist. Ihm war es enorm wichtig, dass wir durch Jesus ewiges Leben haben.

Dann wurde er krank und ging dem Ende entgegen. Dann lag er auf seinem Totenbett. Und plötzlich haben ihn enorme Zweifel ergriffen. Er war plötzlich nicht mehr sicher, wo er nach dem Tod hinkommen würde. Ihn haben Todesängste ergriffen. Seine ganze Heilsgewissheit ging den Bach runter.

Mich hat das damals sehr bewegt. Wie kann ein Mann, der mir jahrelang gepredigt hat, dass wir durch Jesus ewiges Leben haben, am Ende so unsicher sein?

Als ich diese Predigt geschrieben habe, habe ich mich plötzlich gefragt, wie viele von uns solche Zweifel haben. Darum möchte ich hier am Ende noch darauf eingehen.

Wenn es um die Heilsgewissheit geht, haben wir keine Garantien. Du bekommst kein Zertifikat. Und ich kann dir heute auch keine Garantie geben. Aber ich kann dir ein paar Gedanken weitergeben.

1. Heilsgewissheit gründet sich nicht auf Gefühle, sondern auf Gottes Zusage

Gefühle helfen dir in dieser Sache nicht. Gefühle sind hier eine ganz schlechte Grundlage. Entscheidend ist, was Gott in der Bibel sagt: „*Wer an den Sohn glaubt, hat ewiges Leben.*“ (Johannes 3,36) und „*Dies habe ich euch geschrieben ... damit ihr wisst, dass ihr ewiges Leben habt.*“ (1. Johannes 5,13)

2. Vertrauen auf Christus – nicht auf sich selbst

Die zentrale Frage ist nicht: Bin ich gut genug? Sondern: Vertraue ich Jesus Christus? Hast du dein Vertrauen auf Jesus gesetzt – auf sein Leben, seinen Tod und seine Auferstehung? Ruhst du darauf, dass er deine Schuld getragen hat?

3. Das Zeugnis des Heiligen Geistes

Die Bibel spricht auch von einer inneren Gewissheit: „*Der Geist selbst gibt Zeugnis unserem Geist, dass wir Gottes Kinder sind.*“ (Römer 8,16)

4. Hunger

Das ist ein sensibler Punkt, aber wichtig. Gibt es in deinem Leben Anzeichen von Veränderung? Hunger nach Gott, Kampf gegen Sünde, Liebe zu anderen – das ist immerhin ein Anzeichen dafür, ob der Heilige Geist in dir wirkt.

Anhand dieser Punkte kannst du prüfen, wo du stehst. Und wenn Zweifel aufkommen und der Teufel dich verunsichern möchte, dann halte ihm diese Wahrheiten aus der Bibel entgegen. Denn diese Wahrheiten stehen über all deinen eigenen Gefühlen und den Stimmen in deinem Kopf, die dich verunsichern möchten.

Gott will nicht, dass du dir in dieser Sache unsicher bist, voller Angst lebst, voller Furcht bist und nicht weißt, was nach deinem Tod passiert. Gott sagt, dass du innerlich ruhig auf den Tod zugehen kannst.

In der Bibel steht in 1. Johannes 5,13: *Das schreibe ich euch, damit ihr wisst, dass ihr das ewige Leben habt, weil ihr an den Namen des Sohnes Gottes glaubt.*

Wenn du dein Leben Jesus überschrieben hast, dann bist du ein Kind Gottes. Dann wirst du die Ewigkeit mit ihm verbringen.

Wir haben alle gesündigt. Wir haben es alle verbockt. Aber Jesus hat für uns bezahlt.

Wenn du noch **keine Beziehung zu Jesus** hast: Du kannst das ewige Leben nicht gewinnen. Du kannst es nicht erkaufen. Aber du kannst es empfangen – als Geschenk. Hast du dieses Geschenk schon empfangen? Bist du sicher, dass du es hast?

Wenn du dir nicht sicher bist, was für eine Vision du auf deinem Sterbebett haben wirst, dann lass uns jetzt miteinander beten.

Ich bitte dich jetzt nicht um etwas Komisches. Du musst das jetzt auch nicht laut sagen. Gott kennt dein Herz. Du kannst das jetzt still in deinem Herzen sagen.

Lass uns also beten.

Ich gebe zu: Ich bin ein Sünder. Ich habe es verbockt. Ich habe Dinge getan, die falsch sind.

Ich gebe zu, ich habe mich von dir abgewendet. Ich habe jetzt verstanden, dass du mir dieses Geschenk vom ewigen Leben anbietest – als Geschenk –, weil du das bezahlst, was ich verbockt habe.

Vielen Dank dafür. Ab jetzt möchte ich dein Kind sein. Ab diesem Moment gehöre ich dir.

Und jetzt, Vater, weil es in der Bibel steht, wissen wir, dass jeder, der dieses Gebet spricht, von dir adoptiert wird – in deine Familie, für immer. Dein Heiliger Geist wohnt jetzt in mir, und ich habe ewiges Leben im Himmel. Ich danke dir von Herzen.

Wir beten das im Namen von Jesus Christus, unserem besten Freund. Lasst uns alle sagen: Amen.

Fragen für die Lebensgruppe:

1. Was hat dich an der Predigt oder an dem Bild des „Helms der Rettung“ besonders angesprochen?
2. Die Predigt beschreibt Rettung in drei Zeitdimensionen: Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft. Welche davon ist für dich momentan am wichtigsten – und warum?
3. Warum kann die Hoffnung auf die zukünftige Rettung uns helfen, Herausforderungen und Leiden heute anders zu erleben?
4. Was lernen wir über Gott daraus, dass er den Menschen ursprünglich in einen Garten voller Schönheit und Gemeinschaft gestellt hat?
5. Die Predigt sagt, dass wir für die Gegenwart Gottes geschaffen wurden. Wie erlebst du diese Wahrheit in deinem eigenen Leben?
6. Gott fragt Adam und Eva: „Wo seid ihr?“ Was könnte diese Frage heute für dich persönlich bedeuten?
7. Was bedeutet es für dich, dass dein Herz durch den Heiligen Geist zu einem Ort der Begegnung mit Gott geworden ist?
8. Gibt es Situationen, in denen du dich fragst: „Ist das alles?“ Wie kann die Hoffnung auf Gottes Zukunft deinen Blick darauf verändern?
9. Welches Bild der zukünftigen Hoffnung (Eden, die neue Schöpfung, die offene Tür, die Stimme Jesu usw.) spricht dich am meisten an? Warum?
10. Wie kannst du in der kommenden Woche ganz praktisch den „Helm der Rettung“ aufsetzen und deine Gedanken auf Gottes Verheißungen ausrichten?

Gebetsimpuls

Betet füreinander, dass Gott euren Blick auf die zukünftige Hoffnung stärkt und euch hilft, aus dieser Hoffnung heraus den Herausforderungen der kommenden Woche zu begegnen.

.....
Viva Kirche Zürich

Wilfriedstrasse 5

8032 Zürich

www.vivakirche-zuerich.ch

© Viva Kirche Zürich, 2026

Predigt: Christian Defila, 14.6.2026

Quellen: Timothy Keller; Johannes Hartl

Kontakt: christian.defila@vivakirche.ch