

# Nützliche «Kleidungsstücke» für eine gelingende Beziehung

Marriage-Week 2025

Predigt von Pfr. Matthias und Ursula Pfaehler Kolosser 3,8-15  
gehalten am 09. Feb. 2025



## Einleitung zu Lesung

Liebe Gemeinde, liebe Gäste

In der Bibel werden oft Gegenstände und Erfahrungen aus dem Alltag verwendet, um uns geistliche Wahrheiten zu erklären. Wir können dann eine Brücke schlagen von unserer Erfahrung mit den Alltagsgegenständen zur göttlichen Wahrheit.

In unserem Text aus dem Kolosserbrief erklärt uns Paulus, was geschieht, wenn ein Mensch zum Glauben an Jesus Christus kommt. Er vergleicht das alte Leben ohne Christus und das neue Leben mit Christus mit ganz unterschiedlichen Kleidungsstücken.

Wenn du also zu Christus gehörst und im Glauben mit ihm verbunden bist, dann ist es so, wie wenn du neue Kleider bekommen hättest. Die alten Kleidungsstücke passen nicht mehr zu deinem neuen Leben.

## Lesung Kolosser 3,8-15

*8 Jetzt ist es Zeit, das alles abzulegen. Lasst euch nicht mehr zum Zorn und zu Wutausbrüchen hinreißen. Schluss mit aller Bosheit! Redet nicht schlecht übereinander und beleidigt niemanden! 9 Hört auf, euch gegenseitig zu belügen. Ihr habt doch euer altes Leben mit allem, was dazugehörte, wie alte Kleider abgelegt. 10 Jetzt habt ihr neue Kleider an, denn ihr seid neue Menschen geworden. Gott ist beständig in euch am Werk, damit ihr immer mehr seinem Ebenbild entspricht, nach dem er euch geschaffen hat. So habt ihr Gemeinschaft mit Gott und versteht immer besser, was ihm gefällt. 11 Dann ist unwichtig, ob einer Grieche oder Jude ist, beschnitten oder unbeschnitten, ob er aus einem anderen Kulturkreis oder aus einem Nomadenvolk stammt, ob er ein Sklave oder Herr ist. Wichtig ist einzig und allein Christus, der in allen lebt.*

*12 So zieht nun an als die Auserwählten Gottes, als die Heiligen und Geliebten, herzliches Erbarmen, Freundlichkeit, Demut, Sanftmut, Geduld; 13 und ertrage einer den andern und vergebt euch untereinander, wenn jemand Klage hat gegen den andern; wie der Herr euch vergeben hat, so vergebt auch ihr! 14 Über alles aber zieht an die Liebe, die da ist das Band der Vollkommenheit. 15 Und der Friede Christi, zu dem ihr berufen seid in einem Leibe, regiere in euren Herzen; und seid dankbar.*

## 1. Kleider

Liebe Gemeinde, liebe Gäste

### **Kleider machen Leute!**

Paulus bringt das bekannte Sprichwort ganz wörtlich auf den Punkt.

Er spricht von Kleidern, die unser Verhalten, unseren Umgang mit unseren Mitmenschen positiv oder eben negativ prägen.

Es geht um Kleider, die uns zu anstrengenden, unausstehlichen Menschen machen und um Kleider, die uns zu umgänglichen Leuten machen.

*Ich kann mir vorstellen, dass der eine oder die andere jetzt denkt:*

*Oh, wenn ich so ein positives Kleidungsstück für diese oder jene Person bekommen könnte... Das würde unsere Beziehung entspannen und verbessern.*

*Vielleicht findest du ja in diesem göttlichen Kleidershop ganz nebenbei auch ein Kleidungsstück, welches **dich selber** zu einem umgänglicheren Menschen machen könnte.*

Wir werden uns im Folgenden einige dieser nützlichen Kleidungsstücke für gelingende Beziehungen und insbesondere für Paarbeziehungen anschauen.

Paulus schreibt:

*12 So zieht nun an als die Auserwählten Gottes, als die Heiligen und Geliebten, herzliches Erbarmen, Freundlichkeit, Demut, Sanftmut, Geduld;*

Habt ihr gehört, wie ihr da angesprochen werdet und wie Gott die Menschen ansieht, die IHM vertrauen? Ihr seid Auserwählte Gottes, Heilige, Geliebte!

### **Ihr seid Auserwählte Gottes!**

*Jesus sagt: Nicht ihr habt mich erwählt, sondern ich habe euch erwählt!*

Das bedeutet: Gott hat seine Hand auf dein Leben gelegt.

Jesus möchte, dass du zu seinem Freundeskreis, ja sogar zu seiner göttlichen Familie gehörst. Du bist ihm wichtig!

### **Ihr seid Heilige!**

*Und das seid ihr nicht wegen eurem besonders vorbildlichen Verhalten, sondern wegen dem "fröhlichen Tausch", wie Martin Luther es nennt:*

*Jesus Christus hat am Kreuz die Folgen für alle unsere Vergehen und Sünden auf sich genommen und schenkt allen, die ihm vertrauen, sein heiliges Leben!*

*In Johannes 1,9 wird uns zugesagt:*

"Wenn wir aber unsere Sünden bekennen, so ist er treu und gerecht, dass er uns die Sünden vergibt und reinigt uns von aller Ungerechtigkeit."

*Jesus hat unsere alten, verschmutzten Kleider am Kreuz entsorgt und stellt uns völlig neue, reine Kleider zur Verfügung!*

### **So werden wir zu Heiligen!**

Und die Dritte Ansprache: ihr seid von Gott **Geliebte!**

Gott freut sich über uns und beschenkt uns mit seiner grosszügigen Liebe.

Stellt euch für einen Moment vor, was sich verändern würde, wenn wir einander und insbesondere den Ehepartner, der uns gerade genervt oder verletzt hat, als Auserwählte Gottes, als Heilige und Geliebte anschauen würden.

*Und stellt euch vor, wie das unsere Beziehungen verändern würde, wenn wir uns selbst als Auserwählte Gottes, als Heilige und Geliebte sehen würden.*

Durch die Verbindung mit Christus haben wir nicht nur neue Kleider, sondern eine neue Identität bekommen! Deshalb werden wir aufgefordert:

*12 So zieht nun an als die Auserwählten Gottes, als die Heiligen und Geliebten, herzliches Erbarmen, Freundlichkeit, Demut, Sanftmut, Geduld;*

Welchen Einfluss haben diese Kleidungsstücke auf unsere Beziehungen und welche Wirkung können sie insbesondere in einer Paarbeziehung entfalten?

Dieser Frage wollen wir etwas nachgehen.

Dass diese Eigenschaften mit Kleidern verglichen werden, macht jedenfalls deutlich, dass wir sie immer wieder bewusst anziehen müssen.

Und noch etwas wird uns hier gesagt: Wir müssen diese Kleider nicht erst basteln oder nähen oder sonst wie herstellen. Jesus stellt sie uns fertig zur Verfügung!

### **Da ist als erstes: Herzliches Erbarmen**

*Schwierige Erfahrungen oder eigenes Versagen sind manchmal hart zu ertragen. Und wir gehen unterschiedlich damit um. Ich neige dazu, eine "Dramaqueen" zu sein, Matthias ist eher der stille Erdulder. Das stört mich manchmal und auf der anderen Seite ist mein "Drama" nicht einfach für Matthias. Aber wenn wir durch solche Situationen gehen, brauchen wir nicht in 1. Linie Kritik an unserem Umgang damit, sondern herzliches Erbarmen.*

[Videoclip Erfahrungsbericht Ehepaar](#)

### **zieht Freundlichkeit an**

*Ursula: Ein freundliches, aufmunterndes Wort am Morgen. Eine Umarmung ohne Worte, wenn ich gerade entmutigt bin. Eine kleine Handreichung im Haushalt, eine Nachricht auf Whatsapp, ab und zu ein Blumenstrauß. Wenn du mir zuhörst, mich meine Zweifel oder Unsicherheit auch zum wiederholten Mal ausdrücken lässt, ohne mir gleich Tipps geben zu wollen ... da spüre ich: Du bist mein Freund, du meinst mich, du denkst an mich, du nimmst mich wie ich bin!*

**Matthias:** deine freundliche Begrüssung, wenn ich nach Hause komme, dein Nachfragen und zuhören, wie es mir geht. Dass du zusammen mit mir Aufgaben anpackst. Ab und zu Kirschstengeli zur Überraschung, ein kleiner Zettel mit ein paar freundlichen Worten am Spiegel im Bad, eine überraschende Umarmung, ... dadurch erlebe ich deine Freundlichkeit.

### **zieht Demut an**

Demut ist der Mut zu dienen. Der Mut, den anderen höher zu achten als sich selber. Es ist der Mut, zu eigenen Fehlern zu stehen. Der Mut, nach einem Konflikt den ersten Schritt auf den anderen zu zu machen. Es ist der Mut, eigene Dinge und Bedürfnisse zurückzustellen, um ganz für den anderen da zu sein, oder um dem Ehepartner Raum zu geben für seine Bedürfnisse. [Videoclip Erfahrungsbericht Ehepaar](#)

### **Zieht Sanftmut an**

*Sanftmut ist der Mut, sanft zu bleiben. Sie ist wie das Ventil beim Dampfkochtopf.*

*Wenn eine Situation dich grad zum Kochen bringt und du merkst, dass es dir bald den Deckel "lüpft", dann erinnert dich dieses Kleid der Sanftmut daran, dass du nicht explodieren musst, sondern im Gebet ein Ventil hast, um den Dampf bei Gott abzulassen und dann dem Partner wieder liebevoll und ohne Druck eben mit Sanftmut begegnen kannst, um die Situation konstruktiv zu klären.* [Videoclip Erfahrungsbericht Ehepaar](#)

*Die letzten beiden Begriffe hatten je mit Mut zu tun. De-Mut. Sanft-Mut. Wenn uns jemand so begegnet, tut das gut, weil Mut gut tut!*

### **Zieht Geduld an**

Ihr Ehepaare, ihr habt an eurer Hochzeit **Ja** gesagt zu einem gemeinsamen Leben, bis der Tod euch trennt. Das kann 30, 40, 50, 60 Jahre sein.

Geduld wird euch befähigen, Entwicklungen und Veränderungen Zeit zu geben. Sie wird euch Mut machen, die kleinen Schritte zu feiern.

In jeder Ehe gibt es Missverständnisse und Konflikte. Und ihr werdet Geduld brauchen, um immer wieder auf gemeinsam getragene Lösungen und Wege zu kommen. [Videoclip Erfahrungsbericht Ehepaar](#)

*Paulus schreibt in V. 13: So ertraget einer den andern und vergebt euch untereinander, wenn jemand Klage hat gegen den andern; wie der Herr euch vergeben hat, so vergebt auch ihr!*

*Die Bibel ist wohlthuend realistisch. Wir werden immer wieder Grund zur Klage gegeneinander haben, weil der Partner sich nicht so verhält, wie du es dir gewünscht oder vorgestellt hast.*

*Weil wir einander immer wieder enttäuschen, verärgern, verletzen.*

*Vielleicht denkst du dann manchmal im Ärger:*

**Wie du mir, so ich dir!**

In solchen Situationen braucht es unseren bewussten Willens-Entscheid, diese genannten Kleidungsstücke anzuziehen. Das kostet uns etwas!

Da hilft es, mich daran zu erinnern, dass meine Partnerin eine Auserwählte Gottes ist, der Gott vergeben hat. Jesus fordert uns auf, einander zu vergeben, wie Gott uns vergeben hat. Also: **Wie Gott mir, so ich dir!**

**14 Über alles aber zieht an die Liebe, die da ist das Band der Vollkommenheit.**

## **2. Die Liebe**

*Habt ihr gewusst: Die Bibel beginnt mit einer Hochzeit und endet mit einer Hochzeit.*

*Die erste Hochzeit war die von Adam und Eva und die letzte Hochzeit wird die Hochzeit von Jesus mit seiner Gemeinde sein.*

*Als Gott der Vater des Lebens die Eva zu Adam brachte,*

*war dieser so ausser sich, dass er seine Freude und Begeisterung im ersten Liebes-Gedicht der Menschheit zum Ausdruck brachte:*

*Das endlich ist Bein von meinem Bein / und Fleisch von meinem Fleisch. Männin soll sie genannt werden; / denn vom Mann ist sie genommen.*

*O.k. ihr habt vielleicht schon ansprechendere Liebesgedichte gehört oder einfühlsamere Liebeserklärungen gemacht.*

*Aber Adam bringt begeistert zum Ausdruck:*

*Dieses Geschöpf, das du Gott jetzt zu mir bringst, das passt überwältigend gut zu mir. Sie ergänzt mich, komplettiert mich! Wenn ich sie sehe, erkenne ich, wer ich bin.*

*Es ist schon erstaunlich:*

*Gott sagte bei allem, was ER erschaffen hatte: Es ist gut! Aber, nachdem er Adam erschaffen hatte, sprach er: Es ist nicht gut! ... dass der Mensch alleine ist.*

*Aber Adam war doch bei Gott und an einem Ort, an dem es keinen Mangel gab. Wie ist es möglich, dass da irgendetwas nicht gut sein könnte?*

*Wie konnte sich Adam im Paradies, in der Gegenwart des ewigen, liebenden Gottes, alleine und einsam fühlen?*

Wenn wir bedenken, dass Adam eine perfekte Beziehung zu Gott hatte, dann erstaunt es uns noch mehr, dass er so ausser sich war, als er Eva sah.

Gott schuf den Menschen offensichtlich so, dass er nicht nur Gott, sondern mindestens einen anderen Menschen als Gegenüber braucht.

Darin kommt ein tiefes Geheimnis seiner göttlichen Liebe zum Ausdruck.

Er will uns nicht einfach nur für sich. Die Liebe soll von ihm zu uns und dann weiterfliessen zu unseren Nächsten.

*Es ist eine Liebe, die nicht einengt, sondern befreit;*

*eine Liebe, die für den anderen da ist, die sich verschenkt, die zuhört und sich für die Themen des Freundes oder Partners interessiert.*

*Doch manchmal ist es im Alltag gar nicht so einfach, einander immer in dieser liebevollen Zuwendung zu begegnen. Isabel und Christian haben dazu eine hilfreiche Erfahrung gemacht:*

**Videoclip Erfahrungsbericht Ehepaar**

### **3. Das Band der Vollkommenheit**

Wahrscheinlich kennen wir alle die Angst, dass jemand uns mit all unseren Blößen und Schwächen sieht und uns dafür verachtet und ablehnt.

Die Bibel erzählt uns die ganz grosse Liebesgeschichte: Die Geschichte Gottes mit uns Menschen!

Gott, unser Schöpfer und Vater, hat Jesus seinen Sohn als Bräutigam in die Welt gesandt, um Menschen aus allen Nationen einzuladen, Teil seiner Braut zu werden.

Jesus kennt uns mit all unseren Stärken, Schwächen und Blößen.

Jesus weiss um die schlimmsten Momente und die tiefsten Abgründe unseres Lebens.

Doch ER verachtet dich nicht dafür und lehnt dich deswegen nicht ab!

In seiner Liebe zu uns hat Jesus am Kreuz einen unvergleichlichen Brautpreis bezahlt, um uns Heilung von Verletzungen, Vergebung für unsere Verfehlungen und Frieden mit Gott zu schenken!

Und er lädt uns alle ein, Teil der grossen Liebesgeschichte Gottes zu werden!

*Wenn du dich von Jesus lieben und für Jesus gewinnen lässt, dann wirst du dabei sein bei der ganz grossen Hochzeit am Ende der Zeit!*

Hast du dich rufen lassen? Hast du die Liebeserklärung von Jesus gehört? Hast du ja gesagt, dass du mit IHM leben möchtest?

*Durch Jesus werden wir wie mit einem unzerreissbaren Band mit Gott verbunden.*

*Die bedingungslose Liebe von Jesus ist dieses Band der Vollkommenheit.*

*Deshalb gibt uns Jesus sein neues Gebot: Ihr sollt einander lieben, wie ich euch geliebt habe!*

#### **Zieht diese Liebe an!**

Das bedeutet: Lass dich dankbar beschenken von Jesus, von seiner Vergebung, seiner Grosszügigkeit, von seiner Geduld, seiner Demut und Sanftmut. Nimm all diese Dinge im Glauben aus seiner Hand, zieh sie an und setze sie ein, dort wo du konkret gefordert bist. Genährt von IHM werde ich befähigt, meinen Nächsten so zu lieben, wie Jesus mich liebt.

*Durch dieses Band der göttlichen Liebe entsteht, gerade auch für uns als Paar in der Ehe, eine starke und tragfähige Verbindung.*

*Im Laufe der Jahre lernen wir einander als Paare ja immer tiefer mit unseren Stärken und Schwächen kennen.*

*Wir erleben einander in unseren schlimmsten Momenten.*

*Die Liebe von Jesus will uns befähigen, einander auch dann zu lieben, wenn es uns alles kostet.*

*Seine Liebe kann euch als Paare auch durch Beziehungskrisen wie ein festes Band zusammenhalten und euer Zuhause zu einem Ort des Segens und der Liebe machen für euch und eure Familien und für viele Menschen, die bei euch ein und ausgehen werden.*

Seine Liebe hält uns in schwierigen Zeiten und Erfahrungen auch als Freunde, als Geschwister im Glauben, als Gemeinde zusammen.

*15 Und der Friede Christi, zu dem ihr berufen seid in einem Leibe, regiere in euren Herzen; und seid dankbar.*

Welches neue Kleidungsstück wirst du in der nächsten Woche besonders bewusst anziehen?

Amen