

Der Helm des Heils – das sichere Heil Gottes (Eph 6,17)

Eph 6,17: „Nehmt auch den Helm des Heils und das Schwert des Geistes, das ist Gottes Wort.“

Gliederung:

1. Das göttliche Heil
2. Der Helm des Heils
3. Der gesicherte Kampf

Einführung

Wer Fahrrad oder Motorrad fährt, trägt (oft) einen Helm. In der Antike trug man einen Helm beim kämpfen – so allem in Kriegen, aber teilweise auch bei Sportwettkämpfen. Die „Waffenrüstung“ in Eph 6,11ff. setzt diese Situation voraus. Der „Helm des Heils“ ist ein Teil dieser „Waffenrüstung“. Damit wird das göttliche Heil angesprochen, das unserem Leben Schutz vor Satan und Sünde bietet. Wie wir dieses Heil und diesen Schutz erleben können, ist Thema der heutigen Predigt. Dabei wollen wir zuerst über das göttliche Heil nachdenken, dann über den Schutz des Helms und über den Kampf, den die Gläubigen zu kämpfen haben.

1. Das göttliche Heil

Paulus lehnt sich bei der Formulierung „Helm des Heils“ offensichtlich an Jes 59,17 an, wo wir lesen: „Er zog Gerechtigkeit an wie einen Panzer und [setzte] den Helm des Heils auf sein Haupt (וְכִבֵּעַ יְשׁוּעָה בְּרִאשׁוֹ), und er zog Rachegewänder an und hüllte sich in Eifer wie in einen Mantel.“ Wir

wollen nun zuerst darüber nachdenken, was der Begriff „Heil“ (יְשׁוּעָה) im Kontext von Jesaja und der Bibel zum Ausdruck bringt. Das Wort wird nicht nur in Bezug auf die Rettung des Lebens vor dem ewigen Tod und der ewigen Trennung von Gott gebraucht, sondern auch in Bezug auf die Hilfe und das Eingreifen Gottes im Leben der Menschen und des Volkes Israel allgemein. Die Grundlage dafür ist die heile Beziehung des Einzelnen und des Volkes Israel zu Gott. Diese Grundlage war zur Zeit von Jesaja (um 700 v. Chr.) in Israel allgemein aber nicht vorhanden (vgl. Jes 59,2f.). Deshalb verheißt Gott das Gericht, aber auch das Heil danach durch den kommenden Welterlöser, der u. a. als „Knecht Jahwes“ vorgestellt wird.

Über dieses Heil finden wir bei Jesaja u. a. folgende Verheißungen:

- Jes 12,2f.: „Siehe, Gott ist mein Heil/meine Rettung/meine Hilfe, ich bin voller Vertrauen und fürchte mich nicht. Denn Jah, der HERR, ist meine Stärke und mein Loblied, und er ist mir zum Heil/zur Rettung geworden. Und mit Freuden werdet ihr Wasser schöpfen aus den Quellen des Heils/der Rettung.“
- Jes 25,9: „An jenem Tag wird man sagen: Siehe da, unser Gott, auf den wir hofften, dass er uns rette! Da ist der HERR, auf den wir hofften! Wir wollen jauchzen und uns freuen in seiner Rettung/seines Heils!“
- Jes 49,6: „Er spricht: ‚Es ist zu wenig, dass du mein Knecht bist, um die Stämme Jakobs aufzurichten und die Bewahrten Israels zurückzubringen. So habe ich dich [auch] zum Licht der Nationen gemacht, [dass] mein Heil reiche bis an die Enden der Erde.“

- Jes 49,8: „So spricht der HERR: ‚Zur Zeit des Wohlgefallens habe ich dich erhört, und am Tag des Heils habe ich dir geholfen. Und ich werde dich behüten und dich zum Bund des Volkes machen, das Land aufzurichten, die verödeten Erbteile auszuteilen ...‘“
- Jes 52,7: „Wie lieblich sind auf den Bergen die Füße dessen, der [frohe] Botschaft bringt, der Frieden verkündet, der gute Botschaft bringt, der Heil/Rettung verkündet, der zu Zion spricht: ‚Dein Gott herrscht als König!‘“
- Jes 62,1: „Um Zions willen will ich nicht schweigen, und um Jerusalems willen will ich nicht ruhen, bis seine Gerechtigkeit hervorbricht wie Lichtglanz und sein Heil wie eine Fackel.“

Gott verheißt Israel und der Welt sein umfassendes Heil. Und dieses Heil verwirklicht er durch den kommenden Welterlöser. Wie das geschehen soll, wird u. a. in Jes 53 beschrieben. Der kommende Welterlöser wird die Sündenschuld der Menschheit tragen und somit Vergebung ermöglichen. Aber auch schon vorher lesen wir in Jes 50,6: „Ich bot meinen Rücken den Schlagenden und meine Wangen den Raufenden, mein Angesicht verbarg ich nicht vor Schmähungen und Speichel.“ Und Jes 51,23 ergänzt:

„Ich gebe ihn [den ‚Kelch des Zornes Gottes‘ = Gericht Gottes über Israel] in die Hand deiner Peiniger, die zu deiner Seele sagten: ‚Bück dich, dass wir hinüberschreiten!‘ Und du machtest deinen Rücken der Erde gleich, wie eine Straße für die Hinüberschreitenden.“

Jesus (יהוֹשֻׁעַ/ישׁוּעַ = „Jahwe ist Heil/Rettung“; vgl. Mt 1,21; Apg 4,12) hat dieses umfassende Heil durch sein Leiden und Sterben sowie durch seine Auferstehung und Himmelfahrt

ermöglicht, und er wird es zu seinem Ziel führen. Ob wir daran Anteil haben, hängt davon ab, ob wir uns Jesus Christus durch den Glauben an ihn zuwenden oder nicht. Wer durch Jesus Christus Vergebung aller Sünden und ewiges Leben empfängt, hat grundsätzlich Anteil an diesem Heil. Und er darf immer mehr in dieses Heil hineinwachsen. Er erlebt die Hilfe Gottes im konkreten täglichen Leben. Er weiß: Jesus hat mich nicht nur für das Jenseits, den Himmel errettet, sondern er rettet mich hier schon in Anfechtungen und Nöten, und er ist mein täglicher Helfer im Leben. Wir leben trotzdem noch in einer gefallenen Welt, aber der Himmel ist durch Jesus Christus gegenwärtig.

2. Der Helm des Heils

Wie bereits erwähnt wurde, spricht Paulus in Anlehnung an Jes 59,17 vom „Helm des Heils“. Was hat der Helm an dieser Stelle zu suchen? Bei dem Helm denken wir vor allem an einen Krieger, dessen Bild in Jesaja auch im Vordergrund steht (die Rede vom „Schuppenpanzer der Gerechtigkeit“ aus Jes 59,17 wird in Eph 6,14 aufgegriffen; vgl. 1. Thess 5,8: „Brustpanzer des Glaubens und der Liebe“). Welche Rolle der Helm im Kampf spielte, sieht man z. B. an der Geschichte zwischen Goliath und David (vgl. 1. Sam 17,5.38; vgl. auch Hes 23,24; 27,10; 38,5).

In 1. Thess 5,8 spricht Paulus vom „Helm der Hoffnung des Heils/der Rettung“ (περικεφαλαία ἐλπίδα σωτηρίας). Während an dieser Stelle das Heil im Jenseits nach dem Tod bzw. nach der Wiederkunft Jesu im Vordergrund zu sein scheint, scheint sich Eph 6,17 auch besonders auf das Heil schon im Heute und Jetzt zu beziehen. Jesus hat das Heil gebracht und

verwirklicht, aber dieses Heil ist in dieser Welt immer auch an angefochtenes Heil. Darum brauchen die Gläubigen den Schutz des „Helm“/des Heils Gottes.

Der Helm bedeckte im Kampf u. a. Kopf und Nacken. Im übertragenen Sinn bedeutet das wohl vor allem, dass wir als Gläubige unsere Gedanken schützen sollen. Die Gedanken spielen im Kontext

- Jes 55,7-9: „Der Gottlose verlasse seinen Weg und der Mann der Bosheit seine Gedanken! Und er kehre um zu dem HERRN, so wird er sich über ihn erbarmen, und zu unserem Gott, denn er ist reich an Vergebung! Denn meine Gedanken sind nicht eure Gedanken, und eure Wege sind nicht meine Wege, spricht der HERR. Denn [so viel] der Himmel höher ist als die Erde, so sind meine Wege höher als eure Wege und meine Gedanken als eure Gedanken.“
- Jes 59,7: „Ihre Füße laufen zum Bösen und eilen, unschuldiges Blut zu vergießen. Ihre Gedanken sind Gedanken des Unrechts, Verwüstung und Zerbruch ist auf ihren Straßen.“
- Jes 65,2: „Ich habe den ganzen Tag meine Hände ausgebreitet zu einem widerspenstigen Volk, [zu solchen], die auf dem Weg, der nicht gut ist, ihren eigenen Gedanken nachlaufen.“
- Jes 66,18: „Ich aber, ich kenne ihre Taten und ihre Gedanken, und ich bin gekommen, alle Nationen und Sprachen zu versammeln. Und sie werden kommen und meine Herrlichkeit sehen.“
- Vgl. auch Jer 29,11: „Denn ich kenne ja die Gedanken, die ich über euch denke, spricht der HERR, Gedanken des

Friedens und nicht zum Unheil, um euch Zukunft und Hoffnung zu gewähren.“

Unsere Gedanken, die uns beschäftigen, prägen stark unser Leben. Deshalb ist es keineswegs gleichgültig, womit wir uns in unseren Gedanken beschäftigen. Wenn Paulus nun sagt, dass die Gläubigen den „Helm des Heils“ tragen sollen, so bezeichnet er damit offensichtlich das von Gott geschenkte Heil als „Helm“, das die Gläubigen beschützt. Doch die Gläubigen haben dieses Heil ja mit der Zuwendung zu Jesus Christus bereits empfangen, warum sollen sie es nun noch ergreifen?

Wie weit uns dieses von Gott geschenkte Heil vor Sünde und vor falschen Wegen schützt, hängt eng damit zusammen, wie wir dieses Heil leben. Dieses Heil soll nun immer mehr unsere neue Lebensweise als Christen werden. Mit anderen Worten heißt das, dass wir uns in unserem Denken und Handeln immer mehr vom Wort Gottes prägen lassen. In Hebr 4,12f. lesen wir:

„Denn das Wort Gottes ist lebendig und wirksam und schärfer als jedes zweischneidige Schwert und durchdringend bis zur Scheidung von Seele und Geist, sowohl der Gelenke als auch des Markes, und ein Richter der Gedanken und Gesinnungen des Herzens; und kein Geschöpf ist vor ihm unsichtbar, sondern alles bloß und aufgedeckt vor den Augen dessen, mit dem wir es zu tun haben.“

Die Beschäftigung mit dem Wort Gottes (nicht nur mit Auszügen daraus!) wird heilsam für unser Leben sein. Paulus spricht in dieser Hinsicht von der „gesunden Lehre“ (vgl. 1. Tim 1,10; 6,3; 2. Tim 1,13; 4,3; Tit 1,9; 2,1.8) und vom „gesunden Glauben“ (Tit 1,13; 2,2). Die „gesunde Lehre“ führt demnach zu einem „gesunden Glauben“, und beides

zusammen wird das Leben gesund werden lassen. Die Grundlage dafür ist das Wort Gottes, wie auch z. B. Ps 119,9-11 darlegt:

„Wodurch hält ein Jüngling seinen Pfad rein? Indem er sich bewahrt nach deinem Wort. Mit meinem ganzen Herzen habe ich dich gesucht. Lass mich nicht abirren von deinen Geboten! In meinem Herzen habe ich dein Wort verwahrt, damit ich nicht gegen dich sündige.“

Ob wir jung sind oder schon älter, ob wir neu im Glauben sind oder schon länger, wir alle brauchen diese Grundlage des Wortes Gottes. Die Zeit, die wir mit dem Wort Gottes verbringen, ist deshalb immer Segenszeit, die heilsam für unser Leben sein wird.

3. Der gesicherte Kampf

An dieser Stelle möchte ich kurz grundsätzlich auf die „Kampfrüstung“ in Eph 6,11ff. eingehen. Auch wenn man in Bezug auf die „Waffenrüstung“ von Eph 6,11ff. zuerst an den Soldaten denkt, so ist doch in Eph 6,12 genau genommen vom „Ringkampf“ (πάλη) die Rede, wobei das griechische Wort *palē* („Ringkampf“) auch auf den Kampf allgemein ausgeweitet wurde.¹ Eph 6,12 zufolge ist „unser (Ring-)Kampf nicht gegen Fleisch und Blut“ gerichtet, sondern u. a. gegen die „Weltbeherrscher“. Interessant sind in diesem Kontext die begrifflichen Parallelen zwischen Eph 6,11ff. und Paton, Nomoi 795ff. Gewisse Ringkämpfe sind für Plato

¹ Dazu und zum Folgenden sowie zum Sport bei Paulus allgemein vgl. Harald Seubert/Jacob Thiessen, Auf den Spuren des Apostels Paulus in Griechenland. Historischer, philosophischer und theologischer Reisebegleiter, Ansbach: Logos Editions, 3. erweiterte Aufl. 2020, S. 69–71.

sinnlos, da sie in Bezug auf die „Gemeinschaft am Krieg keinen Nutzen“ haben, während Plato den „aufrechten Ringkampf“ (ὀρθὴ πάλη) zum Zweck der Kraftentwicklung und der Gesundheit rühmt (Nomoi 796a). Plato erwähnt in diesem Zusammenhang wie Paulus die „ganze Waffenrüstung“ (πανοπλία; vgl. Nomoi 796c; Eph 6,11ff.), und auch das Nomen *belos* (βέλος = „Wurf, Geschoss“), das in Eph 6,16 verwendet wird, erscheint bei Plato zweimal in dem Zusammenhang. Sowohl die „Kämpfe“ (ἀγῶνας) als auch die „Vorkämpfe“ (προαγῶνας) haben nach Plato keinem anderen Zweck zu dienen als dem Staat (im Krieg) und dem eigenen Haus (im Frieden). Wie Plato beschreiben auch Aeschylus (ca. 525–456 v. Chr.) und Euripides (5. Jh. v. Chr.) den vollbewaffneten Kampf mit der Metapher des Ringkampfes (Aeschylus, Cho 866-868; Euripides, Heracl 158-161).

Dass die Gymnastik-Ausbildung schlussendlich vor allem dem Krieg dienen soll, zeigt bereits der Text bei Plato, welcher der ausführlichen Beschreibung, wie diese Gymnastik-Ausbildung sein soll, vorangeht (Plato, Nomoi 795). Darin bemerkt Plato u. a., dass derjenige, der den Allkampf (παγκράτιον) sowie den Faustkampf (πυγμή) und den Ringkampf (πάλη) vollständig eingeübt habe, nicht unvermögend sei, mit der linken Seite zu kämpfen“, und wer „doppelte Glieder besitzt“, könne sich (gleichzeitig) gegen andere verteidigen und sie angreifen. Es geht im Kontext darum, dass ein guter Krieger imstande sein muss, mit beiden Händen zu kämpfen, was er in der Gymnastik-Ausbildung lernt. Deshalb folgt anschließend eine detaillierte Beschreibung dafür, wie die Gymnastik-Ausbildung vollzogen werden soll.

Zu beachten ist auch, dass Paulus besonders in den Timotheusbriefen die Wettkampfsprache (vgl. 1. Tim 4,10; 6,12; 2. Tim 4,7) eng mit dem Vergleich zum Soldatenkampf verbindet (vgl. 1. Tim 1,18; 2. Tim 2,3f.). Andererseits spielen in Platos Schrift „Laches“ (179ff.) die „Tapferkeit“ (ἀνδρεία) – als Gegensatz zur „Feigheit“ (δειλία) – und die „Besonnenheit“ (σωφρονισμός) im Zusammenhang mit der Gymnastik eine wichtige Rolle. Gemäß 2. Tim 1,7 hat Gott „uns nicht den Geist der Feigheit“ gegeben, „sondern der Kraft, der Liebe und der Besonnenheit“. Die Liebe in diesem Sinn ist dabei eine typisch biblische „Tugend“, die so bei den antiken Philosophen und Autoren Griechenlands kaum eine Rolle spielt.

Was Jesaja betrifft, so greift er in seiner „Kriegssprache“ offensichtlich vor allem auf Ps 24,7-10 zurück. Dort lesen wir:

„Erhebt, ihr Tore, eure Häupter, und erhebt euch, ihr ewigen Pforten, dass der König der Herrlichkeit einziehe! Wer ist dieser König der Herrlichkeit? Der HERR, stark und mächtig! Der HERR, mächtig im Kampf! Erhebt, ihr Tore, eure Häupter, und erhebt euch, ihr ewigen Pforten, dass der König der Herrlichkeit einziehe! Wer ist er, dieser König der Herrlichkeit? Der HERR der Heerscharen, er ist der König der Herrlichkeit!“

Jesaja bezieht diese Verheißung Gottes offensichtlich auf den kommenden Welterlöser. Dieser wird als „Gott-Held“ beschrieben (Jes 9,5; 10,21). Alle menschlichen „Helden“ werden durch ihn überwunden werden (vgl. z. B. Jes 3,2.25; 13,4; 41,12), und sie werden den Krieg nicht mehr lernen (Jes 2,4). In Jes 42,13 lesen wir: „Der HERR zieht aus wie ein Held, wie ein Kriegsmann weckt er den Eifer. Er erhebt

einen Schlachtruf, ja, ein gellendes Feldgeschrei, er beweist sich als Held gegen seine Feinde.“ Und Jes 43,16-19 ergänzt:

„So spricht der HERR, der einen Weg gibt im Meer und einen Pfad in mächtigen Wassern, der ausziehen lässt Wagen und Pferd, Heer und Held – zusammen liegen sie da, stehen nicht wieder auf; sie sind erloschen, verglommen wie ein Docht –: Denkt nicht an das Frühere, und auf das Vergangene achtet nicht! Siehe, ich wirke Neues! Jetzt sprosst es auf. Erkennt ihr es nicht? Ja, ich lege durch die Wüste einen Weg, Ströme durch die Einöde.“

Auf diese Zeit bezieht sich auch Jes 59,17 mit dem Ausdruck „Helm des Heils“, den Gott selbst bzw. der kommende Welterlöser anziehen wird, um für die Wahrheit und die Gerechtigkeit zu kämpfen. So lesen wir in Jes 59,14-21:

„So ist das Recht zurückgedrängt, und die Gerechtigkeit steht ferne. Denn die Wahrheit ist gestürzt auf dem öffentlichen Platz, und die Geradheit findet keinen Eingang. So geschieht es, dass die Wahrheit fehlt, und wer sich vom Bösen fernhält, wird beraubt. Und der HERR sah es, und es war böse in seinen Augen, dass es kein Recht gab. Er sah, dass kein Mann da war, und er wunderte sich, dass es keinen gab, der Fürbitte tat. Da half ihm sein Arm, und seine Gerechtigkeit, sie unterstützte ihn. Er zog Gerechtigkeit an wie einen Panzer und [setzte] den Helm des Heils auf sein Haupt, und er zog Rachegewänder an und hüllte sich in Eifer wie in einen Mantel. Gemäß den Taten, wie es angemessen ist, wird er vergelten: Zorn seinen Gegnern, Vergeltung seinen Feinden; den Inseln wird er [ihr] Tun vergelten. Dann werden sie den Namen des HERRN fürchten vom Untergang [der Sonne] und vom Aufgang der Sonne seine Herrlichkeit. Denn er wird kommen wie ein drängender Strom, den der Hauch des HERRN vorwärtstreibt. Und ein Erlöser wird kommen für Zion und für die, die in Jakob von der Bosheit umkehren, spricht der HERR. Ich aber – dies ist mein Bund mit ihnen, spricht der HERR: Mein Geist, der auf dir ruht, und meine Worte, die ich in

deinen Mund gelegt habe, werden nicht aus deinem Mund weichen noch aus dem Mund deiner Nachkommen, noch aus dem Mund der Nachkommen deiner Nachkommen, spricht der HERR, von nun an bis in Ewigkeit.“

Den „Helm des Heils“ anziehen und damit „kämpfen“ bedeutet für uns demnach vor allem, Jesu Sieg über Satan und Sünde immer wieder in Anspruch zu nehmen. Jesus sagt: „In der Welt werdet ihr bedrängt, aber seid guten Mutes, ich habe die Welt besiegt“ (Joh 16,33). Und nach 1. Joh 5,4 stellt der Glaube die Vermittlung des Sieges im Leben des Christen dar. Die Regel dabei ist eigentlich ganz einfach: Wenn wir dem Satan widerstehen, so flieht er von uns, und wenn wir uns Gott nahen, naht er sich zu uns (Jak 4,7f.). Das bedeutet, dass der für die Sünde nur ein klares Nein haben.

Für die (jungen) Männer ist das z. B. in sexueller Hinsicht heute nicht leicht, wenn ihnen so viel freie Haut von Frauenkörpern entgegenleuchtet. Hier sind Männer und Frauen gefragt, sich dem Wort Gottes zu unterordnen, und das im ganz praktischen Leben. Andererseits ist gerade in Bezug auf die Sexualität von grundlegender Bedeutung, dass unsere Gedanken vom Wort Gottes her genährt werden. Dann können wir die Fülle der Gabe Gottes innerhalb von Gottes Rahmen im Segen erleben. Wenn wir angefochten sind, so dürfen wir zu Jesus Christus fliehen. Er will unser Schutz und unsere Sicherheit. So lesen wir schon in Neh 8,10b: „Und seid nicht bekümmert, denn die Freude am HERRN, sie ist eure Festung/Schutzfeste [מְעוֹן = eine Festung, zu der man fliehen und bei der man Schutz finden kann]!“ (vgl. Jes 30,2: לְעוֹן בְּמַעֲוֹן פְּרָעָה = „um zu fliehen/Schutz zu suchen in der Festung/Schutzfeste des Pharaos“). Das gleiche Wort für

„Festung“ erscheint übrigens z. B. in Jes 25,4, wo verheißen wird:

„Denn du bist dem Geringen eine Festung (מְעוֹן) gewesen, eine Festung dem Armen in seiner Bedrängnis, eine Zuflucht vor dem Wolkenbruch, ein Schatten vor der Hitze. Denn das Schnauben der Gewalttätigen ist wie ein Unwetter im Winter.“

Und in Sprüche 18,10 erscheint ein verwandtes Wort: „Ein Schutz-Turm (מְעוֹן-לְיָמִים) ist der Name Jahwes; zu ihm läuft der Gerechte und wird beschützt.“

Paulus fordert die Gläubigen wiederholt zum Kampf gegen die Sünde auf, wobei er die Sport- und Kriegssprache verwendet – besonders in den zwei Timotheusbriefen (vgl. z. B. 1. Tim 1,18: „... damit du durch sie [die Prophetie] den guten Soldatenkampf kämpfst“; 1. Tim 6,12: „Kämpfe den guten Wettkampf des Glaubens ...“). Paulus selbst hatte, als er den 2. Timotheusbrief schrieb, „den guten Kampf gekämpft“, „den Lauf vollendet“ und „den Glauben bewahrt“ (2. Tim 4,7). Nur im festen Glauben an Jesus Christus können wir „gesetzmäßig“ kämpfen und so den Siegeskranz erhalten (vgl. 2. Tim 2,5). Denn Jesus hat den Sieg längst errungen. Mit ihm sind wir auf der sicheren Siegerseite.