

## Freitag, 13. September 2019 - Das große Seelenbuch

Psalm 43,5: „Was bist du so unruhig in mir, meine Seele?“

**Im Alten Testament, dem großen Seelenbuch der Weltliteratur, gibt es eine ungewöhnliche Methode, die eigene Seele zu betrachten.**

Die Menschen sprechen von ihrer Seele wie wir vielleicht von unserem Bauch. Wir sagen: *Ich habe Bauchweh*. Die Menschen im Alten Testament sagen: *Meine Seele schmerzt*.

Sie nehmen ihre Seele bewusst wahr und sagen, wie es ihr geht: *Meine Seele ist sehr erschrocken* (Psalm 6,4). *Meine Seele ist betrübt* (Ps. 42,7). *Meine Seele will sich nicht trösten lassen* (Ps. 77,3). *Meine Seele ist fröhlich* (Ps. 16,9).

Manchmal sprechen die Menschen mit ihrer Seele: *Was betrübst du dich, meine Seele, und bist so unruhig in mir?* (Ps., 42,6). Sie hören dann in sich hinein: Was antwortet ihnen ihre Seele?

Oder sie spornen ihre Seele an: *Lobe den Herrn, meine Seele!* (Ps. 103,1).

Auf diese Weise ist ihnen ihre Seele täglich präsent. Das ist eine gute Methode, denn die Seele ist unsere Mitte, sie ist das Wichtigste, was wir haben.

Wie geht es Ihrer Seele? Was fühlt sie, und was braucht sie vielleicht?

## Samstag, 14. September 2019 - Richtung Ewigkeit

Psalm 108,2: „Wach auf, meine Seele!“

**Unsere Seele ist das Wichtigste, was wir haben.**

Nach biblischem Verständnis ist unsere Seele ein Geschenk von Gott. Sie ist auf die Ewigkeit hin ausgerichtet. Mit unserer Seele werden wir am Ende zu ihm zurück kehren.

Sie hat den Zweck und vor allem die Möglichkeit, mit Gott in Kontakt zu treten und seine Nähe wahrzunehmen. Deshalb macht es so viel Sinn, dass wir selbst unsere Seele sehr viel mehr wahrnehmen. So steht es in Psalm 138: *Ja, ich ließ meine Seele still und ruhig werden. Wenn ich dich anrufe, so erhörst du mich und gibst meiner Seele große Kraft!*



Am nächsten Sonntag feiern wir morgens einen „Punkt-11-Gottesdienst“ und den „schatzinsel KINDER.GOTTES.DIENST“. Der Titel lautet dann: „SEELENWERKSTATT - was meine Seele (wieder) heil macht“. Es predigt Burkhard Senf. Abends feiern wir einen „Face2Faith“-Jugendgottesdienst. Der nächste Morgengottesdienst und der nächste „Punkt 18“ ist in zwei Wochen, am 22. September.



Gottesdienst am 8. September 2019

## Andachten für jeden Tag der Woche

**Predigtreihe: „Die Stärkung der Seele“**

Titel des Gottesdienstes: „SEELENTRÖSTER - Trauer mit Gott tragen“  
(von Claus Scheffler)



Die Seele ist das Lebenszentrum eines Menschen.  
Sie ist das, was alles zusammen hält.



Die Seele macht uns stark.  
Zugleich ist sie aber sehr zerbrechlich.  
Diese Andachten dienen der Pflege Ihrer Seele.

Ev. Luth. Apostelkirche Harburg  
Hainholzweg 52 21077 Hamburg  
www.Apostel-Harburg.de

☎ Büro: 040 - 761 14 650 ► Mail: Derya.Noack@Apostel-Harburg.de  
Die Punkt-Gottesdienste in Apostel ► Mail: Claus.Scheffler@Apostel-Harburg.de

## Montag, 9. September 2019 - Die großen Lebenskrisen

Psalm 88,4: „Meine Seele ist übervoll an Leiden“

### **Tiefe Trauer ist unsere Reaktion auf eine der großen Lebenskrisen.**

Lebenskrisen haben mit *Verlust* zu tun. Wir verlieren etwas, das nicht nur *wichtig* für uns ist, sondern uns *existenziell betrifft*.

Wir haben nicht einfach *etwas* oder *irgendjemanden* verloren, sondern es ist, als wenn wir ein Stück von uns selbst verloren haben.

Es gibt mindestens drei große Lebenskrisen, die uns derartig treffen können: Der Verlust der Arbeit; der Verlust der eigenen Kraft oder Gesundheit; der Verlust eines geliebten Menschen, mit dem wir sehr eng verbunden waren.

Ein solcher Verlust kann unsere Seele von Grund auf aufwühlen. Das Leben bricht zusammen, man weiß gar nicht mehr, wohin man gehen soll mit seiner Trauer. In einer solchen Situation kann man die Trauer nicht *abkürzen* - und sollte es auch nicht. Wenn man es versucht und die Trauer nicht durchlebt, kann man sie nicht überwinden.

Wenn die Seele von Grund auf aufgewühlt ist, helfen weder gute Worte, noch ein Gebet - man kann die Seele nicht beruhigen, man ist *in einem tiefen Tal*.

Haben Sie schon einmal eine solche Lebenskrise erlebt? Wie geht es Ihnen jetzt, was hat Ihnen geholfen, das tiefe Tal zu durchschreiten und wieder neuen Mut zu fassen? Das kann eine Erfahrung sein, die Ihnen auch in Zukunft helfen könnte. Wenn Sie jedoch Hilfe brauchen, zögern Sie nicht, einen von uns anzusprechen.

## Dienstag, 10. September 2019 - Die Sache mit der Leichtigkeit

Matthäus 11, 30: „Meine Last ist leicht“

### **Wie kann man seine Seele darauf vorbereiten, schwere Lasten tragen zu können?**

Jesus sagt: *Meine Last ist leicht*. „Leicht“ ist ein Seelenwort. Es bedeutet nicht, dass das Leben leicht ist. Wenn es Ihr Ziel ist, ein angenehmes Leben zu haben, werden Sie vermutlich feststellen, dass Sie sich das hart erarbeiten müssen. Das *ist* nicht leicht.

Aber Ihre Seele kann sich leicht anfühlen, und zwar dann, wenn sie sich an Gott festmacht. Wenn Sie darauf hinarbeiten, dass Ihre Seele sich an Gott *festmacht*, werden Sie feststellen, dass die Fähigkeit Ihrer Seele wächst, auch schwere Lasten zu tragen. Dass ist eine Aufgabe für die *guten Zeiten*: Wenn es Ihnen gut geht, ist die beste Zeit, den Glauben bewusst zu stärken, damit die Seele dann in schweren Zeiten stark ist.



## Mittwoch, 11. September 2019 - Kraftquellen

1. Johannes 4,19 - Gott spricht: „Ich habe dich zuerst geliebt!“

### **Unsere Seele sehnt sich nach Gott, bei dem sie Kraft findet.**

Emil Brunner, ein bedeutender Schweizer Theologe (+1966), war der Meinung, dass Jesus so große Lasten tragen konnte, *weil ihn die Gnade durchströmte*, die er dann an andere weitergegeben hatte.

Jesus hatte in den Zeiten, in denen es ihm gut ging, erlebt, dass Gott ihn angenommen hat. Diese Erfahrung und die Gewissheit trug ihn, als es ihm schlecht ging. Wie es in Psalm 23 heißt: *und ob ich schon wanderte im finsternen Tal, fürchte ich kein Unglück, denn du bist bei mir...*

So könnte es uns auch gehen, denn Gott hat ja deutlich gesagt, dass er uns liebt.

Es geht also darum, dass wir die Gnade Gottes wirklich in unser Herz aufnehmen. Dazu dient das Gebet.

Wenn wir also beten, ist das so eine Art *Nagelprobe*: Werden wir im Gebet mit Gnade und Kraft erfüllt?

Oder ist unser Gebet doch eher so etwas wie eine *geistliche Verpflichtung*, die wir in uns spüren? „Herr, fülle mich mit deiner Gnade und stärke meine Seele“, so könnte unser einfaches Gebet lauten.

Noch einmal aus Psalm 23: *Der Herr ist mein Hirte... Er erquickt meine Seele.*



## Donnerstag, 12. September 2019 - Die Stille der Seele

Psalm 62,2: „Meine Seele ist stille zu Gott, der mir hilft“

### **In der Ruhe mit Gott spürt unsere Seele, dass sie angenommen ist bei Gott.**

Unsere Seele sehnt sich nach Ruhe. Dadurch gewinnt sie Kraft und überwindet die *Seelenmüdigkeit*. In der Ruhe wird meine Seele geheilt.

Deshalb ist die Frage: Wie gut gelingt es Ihnen, nichts zu tun?

Der französische Mathematiker und Philosoph Blaise Pascal schrieb mal: *„Ich habe entdeckt, dass das ganze Unglück der Menschen aus einer einzigen Ursache kommt: nicht ruhig in einem Zimmer bleiben zu können.“*

Oder anders ausgedrückt: Die Fähigkeit zum Nichtstun deutet auf geistliches Wachstum hin.

Da können wir uns an Gott ein Beispiel nehmen: Sechs Tage lang arbeitete er und freute sich an dem, was er da schaffte. Und am siebten Tag dann ruhte er - und tat nichts.

Ich schlage vor: Machen Sie einen schönen Spaziergang und hören Sie einfach mal, was um sie herum so alles passiert. Denken Sie nicht nach, sondern konzentrieren Sie sich auf das Leben, das um sie herum zwitschert.