

## Freitag, 25.9.2020 – Vergib dir und anderen!

Menschliches Miteinander kann nur aus der Vergebung heraus bestehen. Vergabung reinigt immer wieder die Atmosphäre und auch die Seele. So kann ich den andern wieder bedingungslos lieben, ohne inneren Vorwurf.

Wenn Vergabung nicht geschieht, dann wächst die gegenseitige Aversion. Und irgendwann hat man den Eindruck, dass die Liebe in Hass umgeschlagen ist.

Die Vergabung heißt zunächst, dass ich mich von der negativen Energie befreie, die durch die Verletzung in meiner eigenen Seele herumschwimmt und sie verunreinigt.

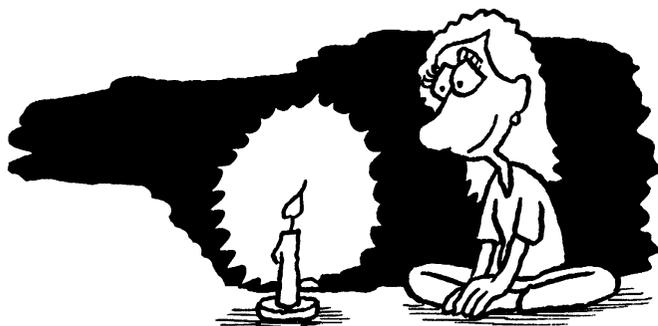
Dann bedeutet Vergabung, dass ich die Verletzung beim andern lasse. Ich gebe sie weg. Ich kreise nicht mehr um sie. Ich benutze die Verletzung nicht als Vorwurf gegen den andern, sondern vergebe sie. Die Vergabung geschieht aber nicht aus einer Position des Stärkeren heraus. Immer vergebe ich zugleich mir selbst und dem andern. Nur dann geschieht die Vergabung so, dass der andere sie annehmen kann.

## Samstag, 26.9.2020 – Beten tut gut!

Wir dürfen Gott um alles bitten, für uns oder für andere Menschen. Und manchmal dürfen wir auch erfahren, dass das Gebet etwas bewirkt, sodass es uns oder dem andern besser geht, dass eine Krankheit geheilt wird.

Aber das ist nicht selbstverständlich. In jedem Gebet fügen wir hinzu: „Dein Wille geschehe!“ Wir können im Gebet Gott nicht zu etwas zwingen. Wir können ihn bitten. Im Bitten verwandelt sich schon unsere Situation. Und manchmal dürfen wir auch das Wunder erfahren, dass sich wirklich etwas wendet.

Zumindest verwandelt das Gebet uns. Wenn ich für einen anderen bete, bekomme ich mehr Hoffnung ihm gegenüber und kann ihm so vertrauensvoller begegnen. Oft erkenne ich im Gebet, was ich dem andern sagen könnte. Das Gebet verändert mich und meine Beziehungen. Und ich darf vertrauen, dass Gott im andern neue Gedanken bewirkt, ihn mit Frieden und Zuversicht erfüllt.



Die Andachten dieser Woche stammen von Pater Anselm Grün: „Was der Seele gut tut - Impulse für ein gelingendes Leben“

Am kommenden Sonntag (27.9.) feiern wir **Konfirmationen**. Aufgrund der Beschränkungen in der Corona-Zeit feiern wir die Gottesdienste nur mit den Konfirmand\*innen und ihren Gästen.

„Jedefrau“ und „jedermann“ sind am kommenden Sonntag, 27.9., abends um 18 Uhr zu einem **Abendmahlgottesdienst** mit Felix Gehring eingeladen. Das wird kein „Punkt“ sein und kein „Klassiker“, sondern einfach ein Abendmahlgottesdienst.

Der nächste Punkt 11 (mit schatzinsel) ist in zwei Wochen am 4.10.

Gottesdienst am 20. September 2020

## Andachten für jeden Tag der Woche

Thema des Gottesdienstes: „Ich habe eine Freundin,  
die sagt: Mein Glaube hat sich verändert“  
(von Claus Scheffler)



**In der Predigt geht es um diese Frage:** Was kann ich gerade in dieser Zeit tun, um mein Glaubensleben zu stärken und lebendiger zu machen?

Ich gebe darauf zwei Antworten: Wir können auf Gott hören (auf das, was er uns in der Bibel oder im Gebet sagt), und wir können Möglichkeiten entdecken, indem wir z.B. sehen, was andere Christen in dieser Situation machen, und was vielleicht auch gut für uns sein könnte.

### Auf Gott hören:

**Im 1. Johannes-Brief** (4, 19) steht: „Lasst uns lieben, denn Gott hat uns zuerst geliebt“. Das haben wir vermutlich schon oft gehört, es steht aber immer noch am Anfang des Glaubens: Bevor irgendetwas ist, hat Gott uns schon geliebt.

Das könnten Sie sich immer mal wieder selbst sagen: Gott liebt mich!

**Und im 5. Buch Mose** („Deuteronomium“ 6, 4-9) steht das wichtigste jüdische Bekenntnis: „Höre Israel“. Die Juden sind bis heute unter anderem aufgefordert, dieses Bekenntnis an die Pfosten der Haustüren zu schreiben. Damit sie es nie vergessen.

### Möglichkeiten entdecken:

Ein paar dieser Ideen stammen aus Apostel, andere sind von meinen Freunden: **Wir läuten nach wie vor** (und bis zum Ende der Pandemie) um 18.30 Uhr die Glocken - Sie könnten dann einen Moment innehalten, egal was Sie gerade machen, und das Vater Unser beten.

**Es gibt viele** besondere Bibelverse. Welcher Vers trifft Sie ins Herz, welcher berührt Sie besonders? Sie könnten ihn aufschreiben und an die Wand hängen. Sie könnten einen Zettel mit dem Vers irgendwo deponieren, wo er Ihnen immer wieder in die Hände fällt. Sie könnten den Startbildschirm Ihres Rechners so einstellen, dass er erscheint. Oder Sie basteln sich eine „Mesusa“...

**Einen kurzen Bibelvers** können Sie sich (und Gott) mehrmals täglich sagen - die ersten Mönche machten damit erstaunliche Erfahrungen. Sie nannten das „Einreden“.

**Oder Sie können** zusammen mit einem anderen Menschen feste gemeinsame Gebetszeiten halten.



Die Andachten für jeden Tag dieser Woche enthalten eine ganz andere Stärkung für Ihr Glaubensleben. Sie sind von **Anselm Grün**. Was brauchen wir wirklich, um gut zu leben und glücklich zu werden? Unsere Seele sagt es uns: Wir brauchen Wurzeln und Flügel, Weite und Klarheit, gute Räume der Entfaltung und Orte der Stille, der Konzentration und Geborgenheit.

### Montag, 21.9.2020 – Bleib bei dir!

Deine Seele wird zur Ruhe kommen, wenn du mit dir selbst gut umgehst, wenn du aufhörst, dich selbst zu verurteilen, wenn du mit einem gütigen und milden Auge auf dich und deine aufgewühlte Seele schaust. Und du brauchst den Mut, hinabzusteigen in die dunklen Abgründe deiner Seele.

Wenn du auch dort das Licht von Gottes Liebe findest, dann hast du es nicht mehr nötig, vor dir selbst davonzulaufen. Dann kannst du bei dir bleiben und die Ruhe genießen.

Der Engel der Ruhe wird dir dann bestätigen: „Lasse dich los. Du darfst so sein, wie du bist. Ruhe dich erst einmal aus. Dann kannst du wieder ein Stück des Weges gehen, den du dir vorgenommen hast. Aber jetzt genieße die Ruhe. In ihr kommst du mit dir in Einklang. Wenn du mit dir im Einklang bist, dann bringt dich nichts mehr aus der Ruhe und deine Seele findet Frieden.“



### Dienstag, 22.9.2020 – Schön langsam!

Langsam gehen, bewusst jeden Schritt spüren, sich nicht antreiben lassen – durch nichts –, das lässt uns ganz im Augenblick sein, das führt zu intensivem Erleben und zu innerem Frieden. Langsamkeit hat eine eigene Schönheit. Versuche, beim Spazierengehen bewusst jeden Schritt zu spüren, wahrzunehmen, wie

du die Erde berührst und sie wieder verlässt. Versuche, langsam und bewusst deine Tasse in die Hand zu nehmen.

Zieh dich am Abend langsam aus. Du wirst sehen, wie dann alles zum Symbol wird, wie das Ablegen der Kleider zum Ablegen des Tages mit seiner Mühe werden kann.

Versuche, dich morgens langsam zu waschen, das kalte Wasser zu genießen, das dich erfrischt. Und ziehe dich langsam an.

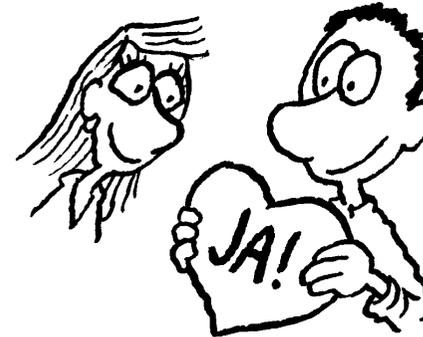
Der Engel der Langsamkeit will dich zu einem bewussten und achtsamen Leben anleiten und dich in die Kunst einweisen, dein Leben als beständiges Fest zu feiern, denn auch deine Seele braucht Zeit.



### Mittwoch, 23.9.2020 – Trau der Liebe!

Lass dich in deinem Herzen von der Liebe berühren, die dir entgegenkommt oder die in dir aufflammt. Gott selbst berührt dich dabei und öffnet dich für das Geheimnis einer klaren und lauterer Liebe, die allen und allem gilt.

In dieser Liebe bist du in Gott und in dieser Liebe wirst du erst ganz zum Menschen, so wie Gott ihn gedacht hat. In deiner Liebe, auch wenn sie noch so vermischt ist mit Besitzansprüchen und Habenwollen, leuchtet immer auch etwas auf von der spirituellen Liebe, die deine tiefste Sehnsucht nach Liebe erfüllt.



Traue deiner Liebe, aber gehe deiner Liebe auch auf den Grund, damit du dort Gott findest als die eigentliche Quelle deiner Liebe. Und folge deiner Liebe bis zum Ende. Dann wird sie dich zu Gott führen, der die Liebe selber ist.

### Donnerstag, 24.9.2020 – Leben jetzt!

Einfach leben heißt, jetzt im Augenblick leben und alles Überlegen über das, was kommen mag, loszulassen.

Wenn wir zu sehr nach dem Kommenden Ausschau halten, übersehen wir das, was jetzt für uns dran ist. Wenn wir uns über die Zukunft den Kopf zerbrechen, weichen wir den Herausforderungen des Augenblicks aus.

Daher ist der beste Rat, das einfache Leben zu verwirklichen: „Lebe jetzt!“ Sorge nicht für morgen.

Lebe jetzt in diesem Augenblick. Jetzt hast du genügend Kraft. Was morgen ist, das überlasse dem kommenden Tag.

Oder aber überlasse es Gott, der dich auch morgen trägt.

