

Gottesdienst am 18. Sonntag nach Trinitatis
16. Oktober 2022 - Struxdorf – 9.30 Uhr / Nübel – 11.00 Uhr
Pastor Christoph Tischmeyer

Predigt zu Epheser 5,15-20

Der Friede Gottes sei mit uns allen. (Amen.)

Liebe Gemeinde,

ich lese gerade ein sehr schönes Buch über den Islam, geschrieben von Navid Kermani. Abend für Abend erzählt er darin seiner Tochter von der Religion. Er erzählt von *seiner* Religion, dem Islam. Aber – für mich nicht sehr überraschend - manche Teile könnten auch für das Christentum gelten. Ein Stück daraus möchte ich zu Anfang lesen. Kermani schreibt:

*„Das Problem mit der Religion ist nicht, dass sie so kompliziert ist. Das Problem ist, dass sie so einfach ist. Wir denken nach und nach und nach und begreifen überhaupt nicht oder vergessen währenddessen, dass es um das ganz Offensichtliche geht. ... **Erinnere dich an das Wort „Geist“.** Das klang so hoch, so abstrakt, dabei ist ursprünglich damit nichts anderes als „Atem“ oder „Hauch“ gemeint, wie wir gesehen haben, der natürlichste Vorgang der Welt. ... So einfach ist das, so simpel, **so fühlbar**: Im Atmen, allein schon im Atmen, liegt das ganze Leben mit all seinen Widersprüchen: Zwang und Freiheit, Schmerz und Freude, Zufall und Verhersehung, Beklemmung und Erlösung. ...*

(aus: Navid Kermani, Jeder soll von da, wo er ist, einen Schritt näher kommen, 2022)

Als ich den Predigttext für diesen Sonntag las, dachte ich spontan: Das schickt uns der Himmel! Ein paar Sätze aus dem Epheserbrief, sie klingen ähnlich klar und einfach, wie Navid Kermani es beschreibt. Hört mal:

(LEBEN IN DER KRAFT DES HEILIGEN GEISTES)

¹⁵*Gebt sorgfältig darauf Acht, wie ihr lebt!*

Lebt nicht wie Unwissende, sondern wie Menschen, die wissen, worauf es ankommt.

¹⁶*Macht den bestmöglichen Gebrauch von eurer Zeit, gerade weil wir in einer schlimmen Zeit leben.*

¹⁷*Lasst es daher nicht an der nötigen Einsicht fehlen, sondern lernt zu verstehen, was der Herr von euch möchte. ¹⁸Betrinkt euch nicht; denn zu viel Wein verführt zu einem unordentlichen Wesen.*

Lasst euch lieber vom Geist Gottes erfüllen!

¹⁹*Ermutigt einander mit Psalmen, Lobgesängen und Liedern, wie der Geist sie euch eingibt.*

Singt und spielt Christus, dem Herrn, von ganzem Herzen. Dankt Gott, dem Vater, immer und für alles im Namen von Jesus Christus, unserem Herrn.

Das ist ein ermahrender Text. Aber im besten Sinne!
Er kritzelt nicht an uns herum, moralisiert nicht. Er sagt, was wichtig ist.
Alles kommt darauf an, ob wir uns ein paar Dinge sagen lassen, zum Leben!
Damit es besser und leichter geht. Damit mehr Freude sich breit machen kann.
Und nicht Trübsinn und Nebel.

Gebt sorgfältig darauf Acht, wie ihr lebt!

***Lebt nicht wie Unwissende, sondern wie Menschen,
die wissen, worauf es ankommt.***

Das zielt in meinen Augen vor allem auf ein bewusstes Leben ab.

Oftmals spüren wir uns selbst nicht gut. Das bewährteste Mittel, uns selbst nicht zu spüren, ist, sich in das Hamsterrad permanenter Aktivität zu stürzen. „Ich habe ja so viel zu tun“ höre ich mich auch selbst manchmal stöhnen. Aber wenn wir ganz ehrlich sind, dann sind wir eigentlich ganz froh, gut beschäftigt zu sein. Denn wir ahnen vage, dass es vielleicht die größere Herausforderung wäre, wirklich zur Ruhe zu kommen. Viele Menschen haben regelrecht Angst vor der Stille und dem Alleinsein. Sobald aber die äußeren Reize wegfallen, beginnen wir, uns sensibler zu spüren.

Wir sind eingeladen, unseren Tag, unser Umfeld mit allen Sinnen wahrzunehmen, vom Aufwachen an:

- Danke für die Ruhe der Nacht! Für den Anfang des neuen Tages.
Die Erholung möge mir helfen, heute alles aus einer inneren Kraft zu tun.
- Der Blick aus dem Fenster: Wie ist heute Morgen das Licht? Welche Farben herrschen vor?
- Was erhoffe oder erbitte ich mir für meinen Tag, für das, was heute ansteht?
- Wem schicke ich ein paar gute Gedanken und Wünsche?
- Ich stelle mich zur Verfügung. Ich versuche, heute nicht so sehr Macher zu sein, sondern Schritt für Schritt zu gehen. Der eine ergibt sich aus dem anderen.

Weiter heißt es im Epheserbrief:

„Macht den bestmöglichen Gebrauch von eurer Zeit, gerade weil wir in einer schlimmen Zeit leben.“

Das können, glaub ich, gerade viele unterschreiben: Diese Zeit ist spürbar „eine schlimme Zeit“. Veränderungen gibt es immer. Aber im Augenblick vollziehen sie sich so rasant und so drängend, dass man von gesellschaftlichen **Umbrüchen** sprechen muss. Wir wissen nicht, wohin das führt. Wir merken nur, dass sich alles polarisiert. Das ist in Zeiten des Umbruchs so. Das Problem ist nur, dass auch unser innerer Mensch droht auseinanderzufallen. Wenn wir den steigenden Außendruck zu sehr aufnehmen und spüren; wenn wir nicht

aufpassen, fangen wir auch an, zu moralisieren und die Welt in die Guten und die Schlechten einzuteilen. Ständig sind wir damit beschäftigt, alles zu bewerten. Was dabei auf der Strecke bleibt, ist ein genaues Hinhören, ist Empathie und Verstehenwollen, was der andere eigentlich sagen will. Wir können gegensteuern, indem wir auch wieder in die Bewusstheit gehen. Indem wir unseren Atem spüren. Unsere Verbundenheit nach innen und nach außen.

Und indem wir versuchen, ganz im gegenwärtigen Augenblick zu sein, nicht so sehr in der Vergangenheit oder in der Zukunft.

Weiter steht im Brief:

lernt zu verstehen, was euch wirklich gut tut!

Lasst euch vom Geist Gottes erfüllen!

Ermutigt einander mit Psalmen und Liedern, wie der Geist sie euch eingibt.

Singt und spielt Christus, unserm Herrn, von ganzem Herzen. Dankt Gott immer und für alles...

Der Geist Gottes schenkt Leichtigkeit und Humor.

Er lässt uns tiefe Freude empfinden, lässt uns staunen über so vieles, was scheinbar selbstverständlich ist.

Gottes Geist lässt uns unvermittelt ein Lied anstimmen.

Es ist ein Geist der Dankbarkeit.

Er hilft uns, einen Schritt zurückzutreten und die Welt für einen Augenblick von oben zu betrachten.

Ihr Toben, ihren Irrsinn, das ewige Drehen ums Ego.

Wir steigen für Momente aus und lassen uns lieben.

*Auch so spricht das göttliche Geheimnis zum Menschen,
zu mir und zu Dir:*

„Was gewesen ist, gehört nicht mehr dir.

Lass es los. Es liegt in meiner Hand und gehört mir.

Was kommen wird, gehört noch nicht dir.

Überlasse es mir. Es liegt noch in meiner Hand.

Dir schenke ich diesen Augenblick.

*In diesem Augenblick schenke ich dir
meine Liebe wie einen schützenden Mantel.*

Berge dich darin,

*so findest du die Kraft der Vergangenheit
und den Mut für das Kommende.*

Du, mein Ebenbild.“

Amen.

EG 130 1-2+5-6 O Heil'ger Geist, kehr bei uns ein