

# Wegzehrung

Kleine Andachten  
zur Stärkung

Pastorin Maike Selmayr  
Ev. Urlauberseelsorge Cuxhaven-Hadeln

# Mach mal Pause bei Gott!

Liebe Urlauber! Liebe Einheimische!

Diese kleinen Andachten wollen Ihnen gut tun auf Ihren Wegen. Im Laufe des Sommers 2014 habe ich sie bei Abendmahlandachten in der Urlauberkapelle in Duhnen und der Martinskirche Cuxhaven-Ritzebüttel gehalten. Zu den Strandandachten haben wir uns sonntags zu verschiedenen Tages- und Abendstunden rund um die Kugelbake versammelt. Lassen auch Sie sich stärken durch Worte aus der Bibel, Gebet und Segen, wo immer Sie sind. Gönnen Sie sich diese Zeit zum Durchatmen bei Gott!

Ihre Urlauberpastorin  
im Ev.-luth. Kirchenkreis  
Cuxhaven-Hadeln

*Manke Selma*



# Weg

## **Gebet**

Auf unserem Weg durch die Zeit  
halten wir inne bei dir, du Gott der Ewigkeit.  
Bei dir dürfen wir rasten und ruhn,  
zu uns finden in all unserem Tun.  
Wo kommen wir her? - Wo gehen wir hin?  
In deiner Gegenwart erhält alles einen Sinn.  
Wer wir auch sind an dieser Station,  
du nimmst uns an durch deinen Sohn.  
So stärke uns auf unserem Weg!  
Sei uns gnädig und höre unser Gebet:

*Stilles Gebet*

In Jesu Namen. Amen.

## **Segen**

Es segne und behüte dich auf deinen Wegen  
der allmächtige und barmherzige Gott,  
Vater, Sohn und Heiliger Geist.  
Er schenke dir  
den Geist der Kraft, Liebe und Besonnenheit.  
Geh hin in Gottes Frieden.  
Amen

## Befiehl dem Herrn deine Wege und hoffe auf ihn, er wird's wohl machen

Psalm 37,5

Sie haben sich auf den Weg gemacht. Sie sind aufgebrochen von Zuhause, weil Sie etwas vorhaben. Die einen haben Koffer und Taschen gepackt für den Urlaub hier an der Küste. Andere haben nur Handtasche, Portemonnaie und Schlüssel dabei für einen alltäglichen Weg zum Einkaufen, zur Arbeit oder wie jetzt in diese Kirche. Hier kreuzen sich unsere Wege, woher wir auch kommen, wohin wir gleich gehen.

Hier kreuzen sich unsere Wege mit einem, der uns zugesagt hat: "Ich verliere dich nicht aus dem Blick, wohin du auch gehst." - mit Gott. Er hat uns geschaffen und diese Welt. Er kennt alle Wege und weiß wohin sie führen. Er hat den Überblick. Er kann weiter sehen als wir. Er weiß, wo ein Weg in die Sackgasse führt und wo das Leben für uns zu finden ist.

Das Urlaubsziel suchen sich die meisten so aus, dass es ihnen Abschalten, Erholung und Lebensfreude ermöglicht. Doch nicht immer gelingt das. Manch einer wird enttäuscht. Der Urlaub verläuft anders, als vorgestellt: Das Wetter stimmt nicht; die Ferienwohnung ist zu klein; das Zusammensein mit den Reisegefährten anders als erhofft; jemand fehlt. Auf jeden Fall ist der Urlaub immer viel zu schnell zu Ende. Man weiß unweigerlich: Irgendwann werden die Koffer wieder gepackt. Der Weg nach Hause steht bevor. Der eine freut sich: "Endlich wieder im eigenen Bett schlafen! Zuhause ist es doch am Schönsten!" Andere fürchten sich vor dem Alltag: Der Weg zur Arbeit. Der Weg zum Arzt. Der Weg zur Bank. Der Weg zu Familie, Freunden und Bekannten, den Freizeitaktivitäten - wohin führt das alles? Welchen Weg soll ich zuerst einschlagen? Wie soll ich mich entscheiden, wenn der Weg sich gabelt?

*"Befiehl dem Herrn deine Wege"* ruft uns die Bibel zu. Setz dich ein paar Minuten in eine Kirche und lege Gott deine Wege vor. Sag ihm, was du vor hast und warum. Sag ihm, welche Ziele, Menschen und Aktivitäten dich anziehen und was du dafür brauchst. Sag nicht: "Ach, das bringt ja doch nichts..." Doch, Gott bringt es! *"Hoffe auf ihn, er wird's wohl machen."* Die Menschen der Bibel haben die Erfahrung gemacht und festgeschrieben: Das stimmt!

Vielleicht wählt Gott nicht immer die Wege, die wir im Kopf haben - die leichten und schönen. Schon manches Mal hat Gott unsere Pläne durchkreuzt, uns steinige Wege geführt, die wir nicht wollten. Und doch am Ende, da wurde alles gut. Es hat sich gelohnt, Gottes Wegweisung zu folgen.

Lassen Sie sich in diesem Vertrauen bestärken! Genießen Sie die Zeit der Stille und Stärkung in einer Kirche. Und wenn Sie dann Ihren Weg fortsetzen, seien Sie getrost: Gott wird's wohl machen! Amen

## Brannte nicht unser Herz in uns, als er mit uns redete auf dem Wege und uns die Schrift öffnete?

Lukas 24,32

Kennen Sie das? Eine zufällige Begegnung unterwegs, die Ihr Herz berührt? Wenn man auf der Strandpromenade unterwegs ist, dann kommt man schon mal ins Gespräch miteinander. Ehe man sich versieht, tauscht man die vertraulichsten Themen aus. Man weiß: Den werde ich ja doch nicht wiedersehen! Man erzählt von der Trauer um den Partner, den man gerade verloren hat, oder von den Sorgen um die Kinder. Es tut gut, darüber zu reden. Es tut gut, wenn einem jemand zuhört. Das macht das Herz leichter. Manchmal, ja, da fängt das Herz sogar an zu brennen. Da wird etwas in einem lebendig, was vorher nicht da war.

So erging es zwei Jüngern, die tieftraurig waren, weil Jesus am Kreuz gestorben war. Sie konnten das nicht fassen, dass er, auf den sie so große Hoffnungen gesetzt hatten, tatsächlich zum Tode verurteilt und hingerichtet worden war. Gut, wenn man mit einer solchen Enttäuschung nicht alleine ist! Zu zweit gehen sie von Jerusalem nach Emmaus. Ein Weg von 2 Stunden. Da kann man sich viel erzählen. Plötzlich ist da noch ein Dritter, ein Fremder, der ihnen zufällig begegnet auf dem Weg. Er geht mit ihnen und merkt, dass sie etwas sehr beschäftigt. Er fragt nach: *„Was sind das für Dinge, die Ihr miteinander verhandelt unterwegs?“* Es tut gut, wenn einer nachfragt, wenn sich einer interessiert für das, was uns beschäftigt. Und es kann gerade gut sein, wenn es ein Fremder ist. Unsere vertrauten Weggefährten kennen uns oft zu gut, um uns noch etwas Neues sagen zu können. Hier bewegen sich Gespräche oft in eingefahrenen Denkstrukturen. Bei Fremden weiß ich vorher nicht, wie sie reagieren werden auf das, was ich ihnen erzähle. Dieser Fremde überrascht seine unbekanntenen Weggefährten damit, dass er plötzlich die Bibel mit ins Spiel bringt. *„Musste nicht Christus dies erleiden und in seine Herrlichkeit eingehen?“* fragt er. Er gibt ihnen aus der Bibel eine Deutung für das Leiden und Sterben Jesu. Die Jünger spüren: Das haben wir so noch nie gehört. Da müssen wir dranbleiben. Diesen Fremden müssen wir festhalten. Sie laden ihn ein, mit ihnen zu Abend zu essen. Da, als er, der Fremde, das Brot bricht vor ihren Augen, erkennen sie ihn. *„Es ist Jesus! Er lebt! Er ist tatsächlich auferstanden von den Toten. Halleluja!“* Nur wenige Augenblicke sehen sie ihn, dann ist er wieder verschwunden. Doch es reicht sie zu überzeugen. Und sie erinnern sich, wie alles angefangen hatte auf dem Weg: *„Brannte nicht unser Herz in uns, als er mit uns redete auf dem Weg und uns die Schrift öffnete?“*

Achten wir also darauf, wo uns ein Wort berührt, froh macht, eine neue Perspektive eröffnet. Und wenn es ein Fremder ist oder einen Fremde, die uns dieses Wort sagt, dann schauen wir uns diesen Menschen genauer an. Vielleicht sehen wir ja für einen Augenblick in die Augen des Auferstandenen. Amen

# Herr, dein Wort ist meines Fußes Leuchte und ein Licht auf meinem Weg.

Psalm 119,105

Auf unserem Lebensweg gibt es Wegabschnitte, die hell und freundlich sind. Der Weg in den Urlaub zum Beispiel ist für die meisten voller Vorfreude und Dankbarkeit für eine Zeit der Entspannung, Erholung und Abenteuer. Kann dieser Weg noch heller werden durch Gottes Wort? Jedenfalls wird er deutlicher. Das Wort Gottes gibt allem, was ich erlebe, eine Deutung, auf die ich von alleine oft nicht komme. Durch einen Schöpfungpsalm werden mir die Augen geöffnet für die Wunder der Natur und Gottes Schöpferkraft. Ohne diesen Psalm wäre ich vielleicht blind an alledem vorbeigegangen. Vielleicht hätte ich sogar wahrgenommen, wie schön die blühende Küstenheide, die üppig tragenden Apfelbäume oder das Wattenmeer ist, aber durch den Psalm bekommt meine Freude einen Adressaten: Gott. Ich komme auf die Idee, ihn zu loben und ihm zu danken. Auch die Beschäftigung mit einer biblischen Geschichte und ihren handelnden Figuren kann weiterführend sein. Sie hilft mir, andere und mich selbst besser zu verstehen. Wenn ich mich in die biblischen Personen hineinversetze, merke ich: Welche liegt mir? Welche bleibt mir in Worten und Verhalten unverständlich? Oft werden wir feststellen, dass die Menschen in der Bibel in den Grundfragen des Lebens gar nicht so weit von uns heute entfernt liegen. Manch eine Umgangsweise oder sogar Lösung unserer zwischenmenschlichen Probleme bietet sich da an.

„Herr, dein Wort ist meines Fußes Leuchte und ein Licht auf meinem Weg.“ – Das gilt umso mehr für Wegabschnitte unseres Lebens, die tatsächlich dunkel sind und bedrohlich. Der Weg zum Arzt oder ins Krankenhaus zum Beispiel ist oft von vielen Ängsten begleitet. Wie gehe ich damit um? Vielen von uns sind an bestimmten Wendepunkten unseres Lebens Bibelverse mit auf den Weg gegeben worden, die uns in solch dunklen Etappen Halt, Orientierung und Licht geben wollen. Der Taufspruch zum Beispiel, der Konfirmationsspruch oder der Trauspruch. Es ist hilfreich, sie als geistliche Wegbegleiter zur Hand zu haben. Man kann mit ihnen beten während einer unangenehmen Untersuchung oder in einer schlaflosen Nacht. Ich brauche nicht viele Worte. Es reicht, einen Bibelvers immer zu wiederholen. Man kann ihn dabei auf das Ein- und Ausatmen verteilen und wird merken: Irgendwann werde ich ruhig, beginnt das Wort Gottes in mir zu wirken wie eine heilsame Medizin.

Und wenn ich nicht weiß, wo ich solche ein Wort finden kann, das zu mir und meiner Situation passt? Dann machen Sie sich auf die Suche. In jeder evangelischen Kirche liegt eine Bibel auf dem Altar. Fast in jedem Hotel liegt eine in der Nachttischschublade. Oder sie halten die Augen und Ohren auf: Auf Häuserbalken oder in Kirchräumen fallen Ihnen Bibelworte ins Auge, die sich bewährt haben für eine Familie oder eine Gottesdienstgemeinde. Sie werden merken, solche eine Suche ist spannend und lässt Sie neue Perspektiven entdecken, von denen Sie bisher nichts geahnt haben. Amen

**Jesus spricht:  
Ich bin der Weg und die Wahrheit und das Leben;  
niemand kommt zum Vater, denn durch mich.**

Johannes 14,6

Seit jeher versuchen uns die verschiedenen Religionen Wege aufzuzeigen, wie wir Menschen mit Gott in Kontakt kommen können, mit jener höheren Macht, von der Juden, Christen und Muslime glauben, dass es sie gibt als einen einzigen Gott. Wir glauben, dass Gott als Schöpfer Einfluss hat auf das Werden und Vergehen der Erde und allen Lebens auf ihr. Wir glauben, dass er uns persönlich im Blick hat, als ein Gegenüber mit dem wir reden können und das zu uns spricht. Er tut das vor allem durch sein Wort, das in Tora, Bibel und Koran von Menschen als Heilige Schrift festgehalten ist. Wir glauben, dass der eine Gott unser Leben hier auf Erden lenkt, uns Gebote, eine Aufgabe, einen Sinn gibt. Wir glauben, dass Gott unseren Blick weitet für eine Dimension des Lebens, die unser irdisches Dasein übersteigt. Das und noch mehr verbindet die monotheistischen Religionen. Ja selbst die Existenz der historischen Gestalt Jesu anerkennen alle drei. Doch sie ordnen seine Bedeutung unterschiedlich ein. Für die Juden ist er ein Schriftgelehrter mit einer eigenen Art, das Gesetz des Moses zu interpretieren. Sie anerkennen ihn aber nicht als den Heiland der Welt. Sie warten bis heute auf den Messias. Für die Muslime ist Jesus ein wichtiger Prophet. Doch durch Mohammed hat Gott für sie noch verbindlicher gesprochen.

Als Christen vertrauen wir unser Leben und Sterben Jesus an, binden uns durch die Taufe an ihn und seinen Namen. Wir folgen ihm nach, weil wir glauben, dass er *mehr* ist als ein begabter Schriftgelehrter oder Prophet. Für uns ist er der Weg, die Wahrheit und das Leben. Menschen, die mit Jesus zu tun hatten und bis heute haben, merken, dass er es ist, der ihnen den Zugang zu Gott ermöglicht.

Die Jünger haben das zuerst erfahren: Durch diesen Jesus wirkt Gott Wunder. Durch Jesus werden Menschen heil an Leib und Seele. Durch Jesu Worte und Taten leuchtet das Reich Gottes schon auf, zuletzt durch sein Sterben am Kreuz. Das konnten die Jünger erst nicht verstehen. Sie dachten: "Jetzt ist alles aus! Wir haben uns getäuscht! Er ist doch nicht Gottes Sohn!" Doch drei Tage später beginnen sie eine andere, eine frohe Botschaft zu verkünden: "Jesus lebt! Er ist auferstanden und uns erschienen! Jetzt bekommt alles einen Sinn, sogar sein grausamer Tod: Er ist *für uns* gestorben, damit wir keine Angst mehr zu haben brauchen vor dem Tod. Er ist uns vorangegangen, damit wir auch auf diesem letzten Weg ein Vorbild haben, dem wir vertrauen können. Er kennt den Weg zum neuen, ewigen Leben bei Gott."

Dass das wahr ist, haben Christen von Generation zu Generation weitergegeben. Ich mache Ihnen Mut, sich gerade als getaufte Christen immer wieder neu von dieser Wahrheit ergreifen zu lassen und sich von Jesus den Weg zu Gott, zum Nächsten und zum gelingenden Leben zeigen zu lassen. Amen



UNSER GLAUBE IST DER SIEG DER OB- WELT UEBERWUNDEN HAT

# Stille

## Gebet

Wir kommen zu dir, guter Gott,  
mit unserem Dank und unserer Not.

Wir treten ein in deine Gegenwart  
bringen vor dich unsere Worte, unsere Tat:

### *Stilles Gebet*

Gott, bei dir ist Ruhe, bei dir ist Licht,

Du sagst uns: Fürchte dich nicht!

Lass uns hören, was du uns sagst,

antworten, wenn du uns fragst,

nach unserem Woher und Wohin.

In Jesu Namen zeige uns den tieferen Sinn.

Amen

## Segen

Es segne und behüte dich auf deinen Wegen  
der allmächtige und barmherzige Gott,

Vater, Sohn und Heiliger Geist.

Bitte, so wird dir gegeben,

Suche, so wirst du finden,

Klopfe an, so wird dir aufgetan.

Geh hin in Gottes Frieden.

Amen

# Sei stille dem Herrn, und warte auf ihn.

Psalm 37,7

Wenn Menschen in eine Kirche treten, ist ihr Herz meist voll von dem, was sie draußen erlebt haben, was sie fühlen an Freude, Dankbarkeit oder auch Leiden und Zukunftsängsten. Manche drücken das aus in Gebeten, die sie im Kirchoraum sprechen oder in die Gästebücher schreiben. Es tut gut, sich das alles einmal von der Seele zu reden oder es schriftlich zu Papier zu bringen. Es tut besonders gut, weil der Ansprechpartner dieser Gebete Gott ist, der alles kennt und alles versteht. Er ist ein geduldiger Zuhörer und nicht nur das. Er ist auch ein aktiver Zuhörer. Viele werden merken, dass sich etwas in ihnen verändert, wenn sie Gott erzählen, was sie bewegt. Manch einem kommen die Tränen beim Beten. Andere spüren, dass eine Last von ihnen abfällt. Oder es fällt einem plötzlich etwas ein, was dem Tag eine neue Perspektive gibt. Ein Stückchen glücklicher gehen solche Menschen aus der Kirche.

*"Sei stille dem Herrn und warte auf ihn"* - diese Aufforderung aus Psalm 37,7 klingt merkwürdig in solchen Ohren. Wieso soll ich still sein, wenn mein Herz so voll ist von dem, was ich Gott sagen möchte? Wieso soll ich auf Gott warten, wenn sich doch allein durch das Erzählen schon so viel in mir zum Positiven verändert hat?

Darauf gibt es zwei Antworten:

1. Beten ist nach Martin Luther ein "herzliches Gespräch zwischen Gott und mir". Bei einem solchen Gespräch rede nicht nur ich und Gott hört mir zu. Bei einem Gespräch interessiere ich mich auch dafür, was Gott *mir* zu sagen hat. Also werde ich still und versuche mal nur zuzuhören. Ich warte aufmerksam ab, was ich in mir und um mich herum wahrnehmen kann. Gott kann auf viele verschiedene Arten zu mir sprechen: Durch ein Wort, das ich im Kirchoraum lese; durch ein Bild, Kreuz oder Gegenstand, der mir plötzlich ins Auge fällt; durch einen Lichtstrahl, der durch ein Fenster fällt oder ein Geräusch, das ich bewusst wahrnehme; durch einen Menschen, dem ich begegne, usw. Durch all das kann Gott mir etwas sagen, was ich mir selbst nicht sagen kann.

2. Manchmal geschieht aber auch gar nichts, wenn Menschen beten. Sie sitzen in der Kirche und schütten Gott ihr Herz aus, doch es bleibt genauso verzweifelt in ihrem Herzen wie zuvor. Andere haben gar keine Worte für das, was in ihnen ist. Manchmal fühlt es sich einfach nur leer an. Man ist kraftlos, ratlos, hoffnungslos, sprachlos. *"Sei stille dem Herrn und warte auf ihn"* - Diese Worte klingen dann wie eine Verheißung. Du brauchst nichts sagen! Gott weiß um Dich und das, was Dich bewegt. Halte Dich ihm hin und warte ab. Schenke ihm Zeit. Sei einfach da vor ihm und setze Dich seiner Gegenwart aus. Du wirst spüren, wie heilsam das ist. Vielleicht merkst Du es heute noch nicht und auch nicht morgen. Aber wenn Du nach einiger Zeit wieder in diese Kirche kommst, wirst Du erstaunt sein, was Gott in Deinem Leben getan hat. Amen

# Rede, Herr, denn dein Knecht hört.

1. Samuel 3,9

Wenn wir in einer Kirche sitzen und still werden, beginnen wir verschiedene Stimmen zu hören. In einem Gottesdienst höre ich die Stimme der Pastorin, eines Gemeindegliedes oder der Musik. Wenn ich einfach so in der Kirche sitze, höre ich Geräusche von draußen, Autos, Kinderlachen, vielleicht auch Gesprächsfetzen von Passanten. Selbst wenn es ganz still um mich herum ist, kann ich *in* mir Stimmen wahrnehmen von Menschen, die mir nahestehen: z.B. „Bleib nicht so lange weg. Ich brauche Dich!“ oder: „Gönn Dir mal eine Auszeit, das tut Dir gut!“. Oft arbeiten wir uns in der Stille auch an verletzenden Stimmen ab: „Das schaffst du nie, was Du dir da vorgenommen hast!“, oder: „Glaube, das ist doch nur was für die Schwachen!“. Manchmal dringt durch all diese Stimmen in der Stille dann noch eine Stimme, ganz leise, kaum hörbar, eine ganz neue Stimme, die wir nicht zuordnen können. Jemand klopft da an unsere Herzenstür, aber wir können niemanden erkennen oder verstehen, was er sagt.

Dem jungen Samuel ist es so ergangen, so hören wir es im Alten Testament. Samuel war ein Schüler des betagten Priesters Eli. Er diente mit ihm zusammen im Tempel und schlief auch dort. Eines Nachts hört er, wie ihn jemand ruft. Er antwortet sofort: „*Siehe, hier bin ich!*“ Doch er sieht niemanden. So rennt er zum Priester Eli. Wer sollte ihn sonst gerufen haben mitten in der Nacht? Doch Eli ist es nicht gewesen. Merkwürdig. Da musste sich Samuel wohl verhöhrt haben. Er legt sich wieder schlafen. Doch wieder hört er jemanden seinen Namen rufen. Abermals läuft er zu Eli. Doch wieder sagt dieser: „Ich war es nicht.“ Beide kommen gar nicht auf den Gedanken, dass es Gott sein könnte, der hier ruft. Erstaunlich: Der eine Priester, der andere sein Schüler, beide im Tempel und kommen nicht darauf! Nun, es heißt in dem Text: „*Zu dieser Zeit war des Herren Wort selten und es gab kaum noch Offenbarungen.*“ Keiner rechnete also wirklich damit, dass Gott ihnen etwas zu sagen hatte, noch nicht einmal diejenigen, die im Tempel ein- und ausgingen. Doch als Samuel zum dritten Mal von der eindringlich rufenden Stimme wach wird und zu Eli läuft, da ahnt dieser, dass es Gott sein könnte. Und nun weiß er auch, was zu tun ist. Er sagt zu seinem Schüler: „Wenn du wieder gerufen wirst, dann sprich: *Rede, Herr, denn dein Knecht hört!*“. So geschieht es. Als Gott wieder nach Samuel ruft, da ist dieser bereit zu hören, was Gott ihm zu sagen hat.

Die Frage ist also auch an uns: Sind wir bereit zu hören, was Gott uns zu sagen hat, sei es für uns selbst oder für andere Menschen? Sind wir bereit, ihm zu dienen? Knecht oder Magd dieses besonderen Herrn zu sein? Gott überfällt uns nicht mit seinem Wort, seinem Auftrag. Er zwingt uns den Dienst nicht auf. Er ruft uns bei unserem Namen. Er klopft an unsere Herzenstür. Er wartet bis wir bereit sind und erwartungsvoll antworten: „Rede, Herr, dein Knecht hört!“, „Rede, Herr, deine Magd hört!“ Amen

## Meine Hilfe kommt vom Herrn, der Himmel und Erde gemacht hat.

Psalm 121,2

Ein Spaziergang am Meer kann Wunder wirken. Himmel und Erde sind sich da näher. Man kann sehen, wie sie sich am Horizont berühren. Da ist kein Haus, das einem den Blick verstellt, kein Berg, den man erst erklimmen muss, kein Wald, in dem man sich verirren kann. Da, wo Himmel und Erde sich berühren, ist Gott, so scheint es, näher. Vielleicht zieht es darum auch so viele Menschen ins Watt hinaus. Dort können sie die Schöpferkraft Gottes und seine Hilfe hautnah erleben. Wenn die Ebbe den Meeresboden freigelegt hat, kann man in die unendliche Weite hinauslaufen (wohlgemerkt bei Niedrigwasserzeiten!). Man geht immer auf den Horizont zu, manchmal auch auf eine Insel oder das Festland. Um einen herum ist nichts - außer Weite, Wind und der weiche Meeresboden unter den Füßen. Das bringt Klarheit in die Gedanken, die einen manchmal zu ersticken drohen. Da draußen zwischen Himmel und Erde wird plötzlich klein, was eben noch so groß erschien. Es verliert an Bedeutung, was eben noch so wichtig war. Es kommt zur Ruhe, was eben noch Stress und Hektik verursacht hat. Was ist das schon im Vergleich zum ewigen Rhythmus aus Ebbe und Flut? Was ist das gegen das tausend fache Leben, das sich auf jedem Quadratmeter Meeresboden findet. Und all das hat Gott geschaffen? Muss ja, wer sonst könnte sich so etwas ausdenken! Menschen können zwar viel. Einige wenden ihre Fähigkeiten auch zum Wohle anderer und zum Wohle der Schöpfung an. Manche pfuschen Gott aber auch gehörig ins Handwerk. Doch selbst diese Fragen dürfen bei einem solchen Spaziergang einmal ruhen.

Die Weite des Meeres möchte uns das Staunen lehren über Gottes wundervolle Schöpfung. Wir sehen, wie sich Wolken und Sonne in den Prielen spiegeln. Die Erde wird zum Abglanz des Himmels. Und der Mensch steht da und kann sich nicht sattsehen: Das Glitzern der Sonne im bewegten Wasser – wie Edelsteine. Die immer neuen Formationen, die das zurückgehende Wasser in den Sand eingegraben hat. Muscheln, Quallen, Algen, Tang. Millionen und Abermillionen Sandhaufen, die die Wattwürmer aufgeworfen haben. Was für ein Anblick! Wolken kommen und gehen, manchmal auch mit Regen beladen, der mit Wucht herunterprasselt. Dazwischen Sonnenstrahlen und mit Glück auch ein Regenbogen. All das und noch viel mehr kann man sehen. Vögel nicht zu vergessen! Die sind oft sogar besser zu hören. Mit ihren vielfältigen Stimmen erzeugen sie eine ganz besondere Atmosphäre, fast überirdisch. Manchmal übertönt sie allerdings der Wind, der in der Regenjacke flattert.

Irgendwann muss man zurück - in die Häuser, an den Arbeitsplatz, in das bunte und manchmal komplizierte Leben, zu Menschen, die einen durchs Leben begleiten. Doch wer von einem solchen Spaziergang am Meer zurückkehrt, hat erfahren, was es heißen kann: „*Meine Hilfe kommt vom Herrn, der Himmel und Erde gemacht hat.*“ Amen

## Jesus ging an eine einsame Stätte und betete dort

Markus 1,35b

Viele Menschen mitten im Leben, Berufstätige oder Familienmütter, wissen oft nicht ein und aus. Alle zerren und ziehen an ihnen. Wollen etwas. Brauchen etwas. Erwarten, dass man für sie da ist. Unausgeschlafen geht es morgens ans Tagewerk mit all seinen 100 000 Anforderungen, kleinen und großen. „Wie soll ich das alles schaffen?“, fragt sich da manch einer. „Woher bekomme ich neue Kraft? Woher soll ich wissen, wo ich am meisten gebraucht werde? Ich kann nicht für alle gleichzeitig da sein!“

Jesus hatte auch sehr viel zu tun. Er konnte sich vor Menschen kaum retten, die etwas von ihm wollten. Es hatte sich schnell herumgesprochen, dass er in Kapernaum einen Besessenen geheilt und die Schwiegermutter des Petrus vom Fieber befreit hatte (Markus 1,21ff.). Am Abend desselben Tages hatte sich die ganze Stadt vor seiner Tür versammelt. Alle Kranken und Besessenen hofften auf Heilung. Jesus half vielen. Aber er war ein Mensch. Irgendwann musste auch er schlafen. „*Am anderen Morgen*“, heißt es, „*noch vor Tage, stand er auf und ging hinaus. Er ging an eine einsame Stätte und betete dort*“. Da, im Gebet zu Gott, seinem himmlischen Vater, holt er sich neue Kraft und Orientierung für sein weiteres Vorgehen. Als die Jünger ihn an dieser einsamen Stätte finden, bedrängen sie ihn: „*Jedermann sucht dich!*“ Doch Jesus lässt sich davon nicht beirren. Im Gebet hat er seine Antwort gefunden und sagt: „*Lasst uns anderswohin gehen, in die nächsten Städte, dass ich auch dort predige, denn dazu bin ich gekommen.*“ Im Gebet hat sich Jesus seines Auftrags vergewissert. Es ist nicht sein Auftrag, alle Kranken in Kapernaum zu heilen. Diese Heilungen sind nur ein Zeichen, dass Gott ihm Vollmacht schenkt. Jesu Auftrag ist es, das Reich Gottes zu verkündigen, Sünden zu vergeben und die Menschen auf den Weg der Liebe zu rufen.

Wo haben wir unsere einsame Stätte, an der wir beten können? Wo gibt es für uns eine solche geschützte Zone, in der wir uns bei Gott unseres Auftrages vergewissern können? Wo können wir um Kraft, Orientierung und Liebe bitten?

Gott möchte für uns eine solche Kraftquelle sein, gerade dann wenn es stressig wird, wenn wir nicht wissen, wie wir alles schaffen können. *Wir* müssen nicht alles schaffen! *Gott* ist es der alles schafft, manchmal auch durch uns! Wer das verstanden hat, nimmt sich selbst nicht so wichtig und nimmt sich die Zeit zum Beten. Der weiß, dass nichts wichtiger sein kann als die Rückkoppelung mit seinem Schöpfer. Dann gelingt der Tag und man weiß, wo man seine Prioritäten setzen darf. Ich muss ja gar nicht für alle und jeden gleichzeitig da sein! Im Gebet gewinne ich Klarheit, wer oder was dran ist, was warten kann und was andere machen können. Und ich finde Ruhe, eines nach dem anderen zu erledigen. Amen



# Fülle

## Gebet

Bei dir, Gott, kehren wir ein,  
mit unserem Hunger und Durstigsein.  
Trotz allem, was du uns gegeben,  
suchen wir jeden Tag neu nach Leben.  
Wir strecken uns aus nach Liebe und Glück,  
wir schauen nach vorne und auch zurück,  
und sehen, wo es daran noch fehlt,  
was uns Sorgen macht und was uns quält:

*Stilles Gebet*

Gott, stärke uns durch Brot und Wein,  
Lass uns in dir, an dir und bei dir sein.  
Amen

## Segen

Es segne und behüte dich auf deinen Wegen  
der allmächtige und barmherzige Gott,  
Vater, Sohn und Heiliger Geist.  
Als dein guter Hirte  
weide er dich auf grünen Auen,  
führe dich zum frischen Wasser  
und erquicke deine Seele.  
Geh hin in Gottes Frieden.  
Amen

## Jesus spricht: Ich bin das Brot des Lebens, wer zu mir kommt, den wird nicht hungern und wer an mich glaubt, den wird nimmermehr dürsten.

Johannes 6,35

Nach dem Brot des Lebens sehnen wir uns alle. Ein Brot, das uns satt macht an Leib und Seele, jeden Tag neu. Denn es ist ja nicht damit getan, *einmal* satt zu werden. Der Hunger stellt sich jeden Tag von neuem ein und der Durst umso mehr. Ohne Essen können wir viel länger überleben als ohne Trinken. Aber Jesus geht es in seiner Zusage nicht nur um unser Überleben. Er möchte, dass wir das Leben in Fülle haben, dass es uns einfach gut geht, wir unbeschwert sind und zufrieden.

Dazu muss man nicht jeden Tag im 5 Sterne-Hotel essen und trinken, auch wenn das im Urlaub mal eine Zeit lang schön sein kann oder zu besonderen Anlässen. Die Fülle des Lebens ist nicht das Schlaraffenland, wo einem die gebratenen Tauben in den Mund fliegen. Meistens sind das Resultat von übermäßigem Genuss Übelkeitsgefühle, Müdigkeit und Dickwerden. Und das bedeutet dann Katzenjammer und gerade nicht Lebensfreude.

Wenn Jesus von sich selbst als dem "Brot des Lebens" spricht, geht es um mehr als einen reich gedeckten Tisch auf Erden. Den hat Jesus auch gerne gehabt und fröhlich mitgegessen und getrunken. Die Speise aber, auf die er uns eigentlich hinweisen möchte, ist die unvergängliche Speise, die uns zum ewigen Leben dient. Eine Speise, die uns auch dann noch schmeckt, wenn wir krank sind und keinen Appetit mehr habe auf unser Lieblingsgericht. Eine Speise, die den Hunger unserer Seele stillt nach Liebe, nach Freude, nach Versöhnung - nach allem, was wir nicht haben und wonach wir uns sehnen. Eine Speise, die im Angesicht des Todes Frieden schenken kann.

Gott hat Jesus in die Welt geschickt, weil wir einen spürbaren Heiland brauchen, der uns stärkt an Leib und Seele. Das ist mal mehr und mal weniger nötig - im Alltag vielleicht mehr als im Urlaub. Und doch kann auch im Urlaub eine Sehnsucht in uns aufbrechen, die sonst zugeschüttet ist von all den Verpflichtungen und Aufgaben, die der Alltag in Familie und Beruf mit sich bringt. Jesus möchte uns Nähe schenken, satt machen, ewiges Leben eröffnen. Dazu gibt er sich selbst für uns hin mit Leib und Blut. Dazu stirbt er am Kreuz, weil er uns nur so von unserer größten Angst befreien kann: Der Angst vor dem Tod. "*Ich lebe und ihr sollt auch leben!*" (Joh. 14,19b) sagt er seinen Jüngern beim letzten Abendmahl. Darum geht es.

Durch dieses letzte, heilige Abendmahl hat er uns bis heute die Möglichkeit gegeben, das Brot des ewigen Lebens zu kosten. Es gibt vieles, was Menschen davon abhält, es zu tun - meistens Äußerlichkeiten. Lassen Sie sich nicht abhalten! Durch Brot und Wein möchte Jesus uns berühren, erfüllen mit seinen guten Gaben. Sie sind eingeladen an diesen besonderen Tisch, an dem Jesus Christus der Gastgeber ist. Amen

# Der Herr ist mein Hirte, mir wird nichts mangeln. Er weidet mich auf einer grünen Aue und führet mich zum frischen Wasser.

Psalm 23,1

Kaum ein Mensch, der diesen Vers nicht kennt und liebt. Weil er einfach gut tut. Sofort hat man das idyllische Bild vor Augen von einer Schafherde auf einer saftigen Wiese, vielleicht auf dem Deich oder in der Lüneburger Heide. Daneben glänzt das Wasser, sei es der Elbestrand, die Oste oder ein beschaulicher Teich. Auf jeden Fall genug Wasser, um seinen Durst zu stillen. Zu diesem Bild gehört der Hirte. Mal steht er einfach nur da, umhüllt von seinem wetterfesten Mantel. Er hat einen Hut auf dem Kopf, der ihm Schatten spendet. Er stützt sich auf seinen Hirtenstab und sieht zu, wie seine Schafe friedlich beieinander sind. Manchmal wird er auch aktiv. Er treibt die Schafe zusammen, führt sie von einer Weide zur anderen oder ins Nachtquartier in einen Stall. Die Schafe folgen ihm, hören auf seine Stimme, vertrauen ihm, dass er sie auf rechter Straße führt. Auch wenn es mal dunkel wird unterwegs oder sie die Nacht draußen verbringen, spüren sie: Dieser gute Hirte passt auf uns auf, beschützt uns vor Dieben und wilden Tieren! Sie können beruhigt schlafen und träumen von den grünen Auen und frischen Wassern, an die er sie auch am nächsten Tag wieder führen wird.

„Der Herr ist mein Hirte“ heißt es in Psalm 23,1. Das ist ein Gebet, ja noch mehr ein Bekenntnis, dass ich mich bei Gott so wohl und behütet fühle wie ein Schaf bei seinem Hirten. Manche Menschen protestieren dagegen: „Ich bin doch kein Schaf!“ Sie wollen gerade im Zusammenhang mit Glauben und Kirche nicht als „dummes Schaf“ angesprochen werden, das seinen „Verstand an der Kirchentür abgeben muss“. Darum geht es nicht – weder bei Glaube und Kirche noch bei Psalm 23. Tatsächlich wird in der Kirche, gerade in der sog. Protestantischen Kirche, viel diskutiert, nachgedacht und immer wieder neu überlegt, wie sich Gott und Mensch zueinander verhalten. Doch wer betet: „Der Herr ist mein Hirte, mir wird nichts mangeln“, der will in diesem Moment gerade nicht diskutieren, rebellieren oder Gott anklagen, warum er die Welt und seine Geschöpfe so und nicht anders geschaffen hat. Wer so betet, möchte Gott sein Vertrauen aussprechen. Oft geschieht das bei einem Familienfest, einer Taufe, Konfirmation, Trauung, Goldener Hochzeit oder auch bei einer Trauerfeier. Wer so betet, der möchte Gott sagen: Danke Gott, dass du auf mich aufpasst in guten und in schlechten Zeiten. Danke Gott, dass du da bist, besonders dann, wenn ich durch ein finsternes Tal gehen muss, wenn mir Krankheit, Tod und Scheitern begegnen und ich nicht weiterweiß. Danke, Gott, dass du mich dann führst und den rechten Weg kennst. Danke, dass ich bei dir ein Zuhause habe, wo immer ich mich aufhalte, sogar in der Ewigkeit. Danke, dass es an deinem Tisch einen Platz für mich gibt, an dem ich willkommen bin und mitessen darf. Danke Gott, dass Du mich liebst und beschützt. Amen

## Bei dir ist die Quelle des Lebens

Psalm 36,10a

„Ich kann nicht mehr!“ - Manchmal ist man einfach nur erschöpft. Nichts geht mehr: kein Schritt mehr, kein Handgriff mehr, kein Wort mehr. Alles ist plötzlich zu viel. Man will sich einfach nur Hinsetzen und Ausruhen. Körper, Geist und Seele sind leer. Der Akku muss neu aufgeladen werden. Wenn das so einfach wäre! Beim Handy, Fotoapparat oder Laptop braucht man nur das Aufladekabel in die Steckdose zu stecken, dann gehen sie wieder. Voraussetzung: 1. Man findet das Aufladekabel, 2. Es gibt eine Steckdose, 3. Auf der Steckdose ist auch Strom.

„Bei dir ist die Quelle des Lebens!“ heißt es in Psalm 36,10. Ein Psalm ist wie ein Aufladekabel. Es sind Worte eines altbewährten Gebetes, das die Verbindung herstellen kann zu Gott, der Stromquelle des Lebens. Fragt sich nur, wo die Steckdose ist? Beten kann ich überall und zu jederzeit. Gott ist überall ansprechbar. Und doch ist es gut für uns Menschen, uns Zeiten und Orte zu suchen oder zu schaffen, an denen wir uns bewusst an die Quelle des Lebens anschließen, um wieder aufzutanken.

Bewährt hat sich das Abendgebet. Auch das Handy lässt man oft über Nacht aufladen, denn das braucht einige Zeit. Genauso ist es beim Menschen. Die Erholung kommt durch den Schlaf. Da regenerieren sich Körper, Geist und Seele. Das geschieht auch ohne mein Gebet. Unser Schöpfer hat es so eingerichtet. Doch ich kann diese Regeneration verstärken, indem ich mich durch mein Gebet bewusst mit Gott verbinde. Ich sage ihm zum Beispiel, was ich an diesem Tag erlebt habe. Was hat so viel Kraft gekostet, dass ich nun müde und kaputt bin? Auch freudige Ereignisse kosten Kraft. Dafür kann ich Gott danken. Ich darf ihm aber auch sagen und klagen, was nicht gelungen ist, woran es gefehlt hat. Darum darf ich ihn nun bitten. Mit meiner Bitte schöpfe ich aus seiner Quelle: Trost, Hoffnung, neuen Lebensmut, die Erfahrung, dass da einer für mich da ist. Mir ist zugesagt von Jesus, dass Gott ein guter Vater ist, der mich annimmt auch mit meinem Versagen. Mit dieser Vergewisserung - „Es gibt einen, der mich liebt trotz allem!“ - kann ich einschlafen, Ruhe und Frieden finden. Diese Gewissheit fließt durch das Beten in mich hinein. Gott schenkt sie mir aus seiner Quelle.

Manchmal ist man auch tagsüber schon erschöpft und weiß nicht, wie man den Tag überstehen soll. Von Jesus heißt es, dass er dann auf einen Berg gegangen ist, um zu beten oder an einen einsamen Ort. Ja, auch er kannte die Erschöpfung, das Zuviel, besonders wenn immer mehr Kranke kamen, die seine Hilfe erbat. Er macht uns vor, wie es geht. Suchen wir uns einen ruhigen Ort, wo uns keiner stört. Die Natur hilft einem, den Blick nach oben zu richten und tief durchzuatmen. Innerhalb der Ortschaften wollen die Kirchen solche „Steckdosen“ sein, Orte der Ruhe, Erholung und des Gebetes. Doch wenn alle Stricke reißen, ist auch die Toilette ein bewährtes „stilles Örtchen“. Tief durchatmen sollte man da sicher nicht. Aber warum nicht auch diesen alltäglichen Ort nutzen, um zu beten: „Bei dir, Gott, ist die Quelle des Lebens“. Amen

## Du tust mir kund den Weg zum Leben: Vor dir ist Freude die Fülle und Wonne zu deiner Rechten ewiglich

Psalm 16,11

Das sagt einer, der gute Erfahrungen gemacht hat mit Gott. Einer der weiß: Es lohnt sich, auf Gottes Wort zu hören. Denn wer das tut, darf sich freuen, dem geht es rundherum gut, der hat einen Platz zum Wohlfühlen an Gottes Seite.

Das sagt kein geringerer als David, König von Israel etwa 1000 v. Chr. Er hat das Volk Israel zu einer Blüte geführt, wie es sie nur noch unter seinem Sohn Salomo gegeben hat. Was ihn von den späteren Königen Israels unterscheidet, ist sein festes Vertrauen auf Gottes Hilfe und das von klein auf. Er war der Jüngste von 8 Söhnen und ein einfacher Hirtenjunge, als der Prophet Samuel von Gott ausgesandt wurde, gerade ihn zum künftigen König von Israel zu salben. Warum gerade David? Gott hatte ihm ins Herz gesehen. Das zählte mehr als Alter, Aussehen und Reichtum. Das zeigt auch der Sieg von David über den Riesen Goliath. Nur mit einer Steinschleuder und seinem Gottvertrauen ausgerüstet trat er dem gepanzerten Krieger gegenüber, der den Gott Israels verhöhnte. Die Liebe zu Gott trieb David an und ließ ihn nach und nach alle Feinde besiegen - eben nicht weil er stärker war als sie, sondern weil er darauf vertraute, dass Gott stärker ist. So konnte David aus vollem Herzen sagen: *„Du tust mir kund den Weg zum Leben: Vor dir ist Freude die Fülle und Wonne zu deiner Rechten ewiglich.“*

Vielleicht haben ja auch wir diese Erfahrung gemacht mit Gott und können fröhlich in den Lobpreis Davids einstimmen. Doch wie ist das, wenn uns momentan gar nicht so froh ums Herz ist, wir den Weg zum Leben nicht finden. Eine ältere Dame sagte neulich zu mir: „Ja, früher, hätte ich das auch gesagt. Aber seit mein Mann gestorben ist, kann ich mich nicht mehr richtig am Leben freuen.“ Wo vorher Fülle war, ist nun ein großer Mangel. Wo vorher Gottvertrauen war, ist nun Trauer, Einsamkeit und Zweifel.

Auch David hat eine Krise erlebt in seinem Verhältnis zu Gott. Sein Herz wandte sich der verheirateten Batseba zu. Als sie von ihm schwanger wird, schickt David ihren Mann mutwillig in den Tod. Gottes Gebote hat er völlig vergessen. Der Weg zum Leben schien bei der schönen Batseba zu liegen. Doch Gott verliert uns nicht aus den Augen. Er weiß, was uns von ihm trennt, ob Trauer, wie bei der älteren Dame, oder Schuld wie bei David. Als unser guter Hirte wird er versuchen, uns den Weg zurück ins Leben zu zeigen. Zu David schickt er den Propheten Nathan, der dem König die Augen öffnet für seine Schuld. So kann David umkehren und Gott um Vergebung bitten. Batsebas erstes Kind von David stirbt. Doch als David den kleinen Salomo, Batsebas zweites Kind, in den Armen hält, kann auch er wieder sagen: *„Du tust mir kund den Weg zum Leben: Vor dir ist Freude die Fülle und Wonne zu deiner Rechten ewiglich.“* Beten wir für die ältere Dame, dass auch sie aus ihrer Trauer herausfindet, dass sie auf die Wegweiser Gottes achtet, die sie zu neuer Lebensfreude führen. Amen



# Licht

## Gebet

Herr Jesus Christus, wir danken dir,  
so viel Helles, Schönes gabst du mir:

*Stilles Gebet*

Und: was nicht gut war,  
wo wir dunkel waren und nicht klar,  
das siehst du barmherzig an,  
hast am Kreuz alles für uns getan,  
dass wir werden frei von aller Last.

Nun sind wir dein Gast.

An deinen Tisch lädst du uns ein.

Stärke uns durch Brot und Wein!

Amen

## Segen

Es segne und behüte dich auf deinen Wegen  
der allmächtige und barmherzige Gott,

Vater, Sohn und Heiliger Geist.

Er sei dir die Quelle des Lebens.

In seinem Lichte siehst du das Licht.

Geh hin in Gottes Frieden.

Amen

## Jesus spricht: Ich bin das Licht der Welt. Wer mir nachfolgt, der wird nicht wandeln in der Finsternis, sondern wird das Licht des Lebens haben.

Johannes 8,12

Diesen Satz hören wir jedes Mal, wenn ein Kind getauft wird. Eine Kerze wird dazu an der Osterkerze entzündet. Denn das Osterlicht erzählt davon, wie Jesus die größte Finsternis überwunden hat: den Tod.

Alle dachten am Karfreitag: „Jetzt ist es aus mit Jesus. Er hat zwar vielen Menschen geholfen und große Wunder getan. Aber sich selbst konnte er nicht retten. Auch er ist nur ein Mensch und musste sterben. Noch dazu am Kreuz – ein grausamer Tod!“ In der Tat – davor hat ihn Gott nicht bewahrt. Jesus musste diese Finsternis durchleiden und sterben. So bleiben auch uns Leiden und Tod nicht erspart! In diesem Sinne müssen wir auch als getaufte Christen nach wie vor „wandeln in der Finsternis“.

Doch in diese Finsternis leuchtet für uns ein Hoffnungsfunkel: Jesus ist nicht im Tod geblieben. Er ist auferstanden von den Toten. Gott hat ihn auferweckt zu neuem Leben! Das ist die frohe Botschaft, die uns das Osterlicht erzählt. Und sie wirkt bis heute!

Mit diesem Licht kann man so manches finstere Tal im Leben durchschreiten. Mit diesem Licht kann man auch sterben. Sein eigenes Licht verlöscht, aber nicht das Licht des Lebens. Das kommt von Jesus her auf uns zu, vom Auferstandenen. Es brennt ewig. Sein Licht leuchtet uns auf dem Weg durch die Finsternis, bis Gott es auch für uns wieder hell werden lässt, uns zu neuem Leben erweckt. „*Ich lebe*“ sagt Jesus, „*und ihr sollt auch leben!*“ (Joh. 14,19b)

Bei der Taufe wird dem Täufling zugesagt: „Jesus ist bei dir alle Tage bis an der Welt Ende. Darauf kannst du dich verlassen! An ihm kannst du dich orientieren. Er geht dir voran, wenn du den Weg nicht mehr siehst. Er kennt den Weg durch die Dunkelheit, weil er ihn selber gegangen ist. Er ist bei dir, wenn die Angst dich überfällt. Auch er hat Angst gehabt, hat geweint, gezittert und gezagt – das ist menschlich. Aber Jesus hat auch in der größten Todesnot nicht aufgehört, Gott zu vertrauen. Selbst am Kreuz hat er nach Gott gerufen, obwohl er ihn nicht mehr gespürt hat. Darum ist er deine Hoffnung, wenn du keine Hoffnung mehr hast; ist er deine Freude, wenn du traurig bist; ist er deine Stärke, wenn du keine Kraft mehr hast; ist er dein Licht!“

Doch nicht nur *dein* Licht ist Jesus. Er ist das Licht der ganzen Welt. Je mehr Menschen an dieses Licht glauben, desto heller wird es auf der Welt. Den Tod gibt es zwar noch, aber seine Macht ist gebrochen. Das ewige Leben leuchtet schon zu uns herüber. Manchmal können wir einen Augenblick davon erhaschen: Da, wo Hoffnung aufblitzt, wo Trost spürbar wird, wo Liebe geschenkt wird, wo Leben neu beginnt. Amen

## Der Herr ist mein Licht und mein Heil, vor wem sollte ich mich fürchten?

Psalm 27,1

Es gibt Menschen, die machen einem Angst. Manche sehen allein von ihrer äußeren Gestalt bedrohlich aus, ohne dass ich etwas von ihnen weiß. Wenn ich ihnen in der Abenddämmerung begegne, an einer U-Bahn-Haltestelle oder auf einem einsamen Waldweg, dann werden in mir - auch als Erwachsene - furchteinflößende Phantasien wach. Ein Kinderlied klingt mir dann im Ohr:

*"Manchmal hab ich Angst im Dunkeln, bin hier ganz allein,  
laufe schnell zu meiner Mutter, will bei ihr geborgen sein.*

*Wo ich gehe, wo ich stehe, bist du Gott bei mir,  
wenn ich dich auch niemals sehe, weiß ich sicher, du bist hier."*

Dieses Lied tröstet mich bis heute. Meine Mutter ist oft nicht mehr in meiner Nähe, aber Gott, unser himmlischer Vater. Der Gedanke an seine Gegenwart nimmt der Dunkelheit das Angsteinflößende und hilft mir, auch Menschen zu begegnen, die mich auf Anhieb erschrecken. Wenn ich an ihnen vorüber bin, atme ich erleichtert auf. Manchmal kommt es aber auch zu einem Gespräch. Nicht selten bin ich dann überrascht, wie freundlich dieser Mensch ist. Der zweite Blick hat sich gelohnt. Man soll eben nicht vom Äußeren auf den Charakter eines Menschen zu schließen!

Es gibt aber auch Menschen, die ganz und gar nicht angsteinflößend aussehen. Trotzdem fürchtet man die Begegnung mit ihnen. Das können Familienmitglieder sein, die einen verletzt haben; der Partner, von dem man sich getrennt hat; die Arbeitskollegin oder Vorgesetzte, mit der man nicht klar kommt; der Freund, der einem die Freundin ausgespannt hat usw. Am liebsten würde man einen weiten Bogen um diese Menschen machen, doch der Alltag lässt das nicht immer zu. Ich muss ihnen begegnen. Aber wie?

Ich kann mich innerlich wappnen gegen die Dunkelheit, die mir von diesen Menschen her entgegenkommt mit dem Licht und dem Heil Gottes. Ich kann im Gebet um seine spürbare Gegenwart bitten, dass ich mich nicht alleine fühle, wenn ich diesen Menschen gegenübertrete. Ich darf Gott um Schutz bitten, dass mich verletzende Worte nicht treffen, dass ich ruhig bleibe, wachsam zuhöre und meine Zunge im Zaum halte, dass ich mir Zeit nehme nachzudenken, bevor ich etwas sage. Manch einer wird sich in solchen Situationen selbst der größte Feind: Die eigenen Emotionen überfallen einen und man sagt Sätze, die einem hinterher leidtun. Auch mit Blick auf die eigene Dunkelheit darf ich mich nach dem Licht und Heil Gottes ausstrecken. Wenn ich daran denke, wird mein Herz ruhiger, meine Augen heller und meine Worte freundlicher. Das merken die Menschen, die mir begegnen. Nicht immer, aber zuweilen werden auch sie vom Licht Gottes verwandelt. Die gefürchtete Begegnung wird zu einer angenehmen Überraschung, die neue Möglichkeiten eröffnet. Dazu helfe uns Gott! Amen

## Sende dein Licht und deine Wahrheit, dass sie mich leiten und bringen zu deinem heiligen Berg und deiner Wohnung.

Psalm 43,3

Es gibt Tage, da tappt man im Dunkeln. Man hat die Orientierung verloren und weiß nicht, in welche Richtung man gehen soll. Ohne Licht kann jeder Schritt den Sturz in den Abgrund bedeuten. Die Situation ist im wahrsten Sinne des Wortes Aussichtslos. Also steht man still, ist wie gelähmt, wartet ... worauf? Darauf dass es hell wird, dass die Sonne aufgeht oder von irgendwoher ein Licht kommt. Die Lösung, merkt man, muss von außen kommen. Das Licht kann ich nicht machen.

Diese Ohnmacht lässt manch einen verzweifeln. Und dann laufen die Tränen. Gut, wenn sie laufen. Das ist ein Zeichen, dass sich etwas in uns löst, das Herz nicht erstarrt, sondern lebendig bleibt. In unseren Tränen ist die Sehnsucht nach Leben enthalten; die Sehnsucht nach einem, der die Tränen sieht, unser Weinen hört; die kindliche Sehnsucht, dass die Eltern kommen, das Licht anmachen und es trösten.

Wenn auch die Eltern nicht erreichbar sind, so haben wir in Gott einen himmlischen Vater, an den wir uns wenden können. Gerade dann, wenn wir nicht wissen wie es weitergehen soll, kann von ihm her die Lösung kommen. Darum dürfen wir ihn bitten mit den Worten des Psalmisten: „Sende dein Licht und deine Wahrheit, dass sie mich leiten und bringen zu deinem heiligen Berg und deiner Wohnung“. Dieses Gebet führt aus Ohnmacht heraus. Wenn ich auch das Licht nicht machen kann, so kann ich mich an den wenden, von dem her alles Licht kommt. Wenn ich auch den Weg nicht kenne, so kann ich Gott bitten, mir Halt und Orientierung zu geben, dass ich ans Ziel komme. Mit diesem Gebet wende ich mich ab von Zweifel und Verzweiflung hin zu Glaube, Liebe und Hoffnung. Das Licht ist zwar noch nicht da, aber ich kann es mir schon vorstellen. Ich vertraue wieder, dass es kommen wird.

Vielleicht habe ich schon Erfahrungen gemacht mit dem Licht Jesu Christi als Wegweiser. Es helfen aber auch die Geschichten vom Volk Israel: Mose hat das Volk Israel aus der Sklaverei aus Ägypten heraus geführt. Doch wo ging es nun in das gelobte Land? Keiner wusste es. Da geschah etwas Wunderbares. Es heißt: „Der HERR zog vor ihnen her, am Tage in einer Wolkensäule, um sie den rechten Weg zu führen, und bei Nacht in einer Feuersäule, um ihnen leuchten (Exodus 13,21). An diese Erfahrung des Volkes Israel kann ich mich halten. Gott hat das Volk Israel zum heiligen Berg geführt und ihm dort zehn Wegweiser zum gelingenden Leben gegeben. Vielleicht ist schon die Erinnerung an die 10 Gebote die Feuersäule, die mir Orientierung gibt. Jedenfalls lohnt es, sich damit zu beschäftigen. Denn während ich das tue, vergeht die Nacht. Plötzlich dämmt der Morgen und ich merke: Nun kann ich weitergehen! Und mit Gottes Hilfe werde ich ans Ziel gelangen, in sein Haus in Zeit und Ewigkeit. Amen

## Der HERR lasse leuchten sein Angesicht über dir und sei dir gnädig.

4. Mose 6,24

Wenn uns dieser Segen am Ende eines Gottesdienstes zugesprochen wird, können wir getrost und fröhlich unserer Wege gehen. Was für eine Vorstellung! Gott lässt sein Angesicht über uns leuchten. Wir dürfen uns darin sonnen - Tag und Nacht -, Licht und Wärme tanken. Die Strahlen seiner Gnade berühren uns, hüllen uns ein in Geborgenheit. Nun kann uns nichts und niemand etwas anhaben. Gott ist spürbar da und vertreibt alle Schatten, Sorgen und Ängste.

Wo aber kann ich diese wohltuende Zuwendung Gottes, sein leuchtendes Angesicht, suchen und finden?

Das ist gar nicht so einfach und hat eine lange Geschichte: Im zweiten Buch Mose lesen wir, wie Gott dem Volk Israel seine Gebote gibt am Berg Sinai. Bei diesem Bundesschluss darf nicht nur Mose das Angesicht Gottes sehen, sondern auch Aaron, Nadab, Abihu und siebzig von den Ältesten. (vgl. 2. Mose 24,9-11). Zwischen Gott und den Menschen ist in diesem Augenblick alles in Ordnung. Sie können einander in die Augen schauen. Doch nicht lange. Als Mose auf dem Berg weitere Gebote von Gott empfängt, dauert es dem Volk Israel zu lange. Ihnen fehlt der Glanz der Gegenwart Gottes. Sie gießen sich ein goldenes Stierbild als Ersatz und beten es an (2. Mose 32). Gott ist darüber sehr zornig. Ja, zornig kann Gott auch sein, gerade weil er die Menschen liebt. Kann es denn sein, dass sie ihn, den lebendigen Gott, so schnell abschreiben und durch ein lebloses Kunstwerk zu ersetzen können glauben?! Mose bittet für das untreue Volk und Gott erneuert den Bund. Gott sei Dank! Doch eines hat sich geändert. Gottes Angesicht darf seitdem kein Mensch mehr sehen. (2. Mose 33,20).

Erst im Reich Gottes werden wir Gott wieder schauen von Angesicht zu Angesicht, heißt es im Hohen Lied der Liebe (1. Kor. 13,12). Doch hier und jetzt erkennen wir Gottes Angesicht zumindest stückweise. Wir erkennen es im Angesicht Jesu. Von ihm her leuchtet uns Gottes Liebe entgegen. Das ist es, was die Menschen zur Krippe des Jesuskindes zieht und verwandelt. Darum kommen alle Mühseligen und Beladenen zu Jesus und werden getröstet. Besonders vom Kreuz Jesu her leuchtet uns Gottes Angesicht entgegen. Die Arme des Gekreuzigten sind wie segnend über uns erhoben. Aus seinen durchbohrten Händen strömt uns Gottes Gnade entgegen. Einigen Jüngern oder Jüngerinnen Jesu ist es auch vergönnt, den verklärten Jesus zu sehen, den Auferstandenen in Glanz und Herrlichkeit. Doch damit diese Zuwendung wirklich allen zu Teil wird, die sich danach sehen, hat Gott schon zu Moses Zeiten den Priestern den Auftrag gegeben, dem Volk immer wieder dieses Segenswort zuzusprechen. „*Der Herr lasse sein Angesicht leuchten über dir und sei Dir gnädig.*“ So hören wir von dem, was wir noch nicht sehen. So empfangen wir schon hier und jetzt stückweise, was wir einmal im Reich Gottes schauen werden von Angesicht zu Angesicht. Amen



# Strand

## Gebet

Gott des Himmels und der Erde,  
wir loben dich für deine wunderbare Schöpfung:  
für Sonne, Wolken, Wind und Regen,  
für die Weite des Meeres, Ebbe und Flut,  
für das Watt mit seinen unzähligen Tieren  
für den Strand mit Muscheln und Sand.

Das alles schenkst du uns,  
dass wir uns daran erfreuen,  
auftanken in der Natur,  
unser Horizont sich weitet  
und wir hören auf dich.  
Du bist unsere Schöpfer,  
der uns kennt und liebt  
in Zeit und Ewigkeit.  
Herr, wir danken dir.  
Amen

## Segen

Es segne und behüte dich auf deinen Wegen  
der allmächtige und barmherzige Gott,  
Vater, Sohn und Heiliger Geist.  
Seine Liebe ist wie Gras und Ufer,  
wie Wind und Weite und wie ein zu Haus.  
Geh hin in Gottes Frieden.

Amen

# Feuer

Feuer, Wasser, Erde und Luft sind die vier Elemente aus denen nach alter Lehre alles Sein besteht. Es sind die Elemente, aus denen Gott, so glauben wir, die Welt geschaffen hat. Dafür loben und preisen wir ihn.

Die Bibel beginnt damit, dass Gott sagt: *"Es werde Licht!"* - Da steckt das Element Feuer drin. Erst später wird dieses Licht geformt zu Sonne, Mond und Sternen am Himmel. Ohne die Sonne, ihre Wärme, ihr Licht, könnten wir nicht leben. Doch wer sich am Strand in die Sonne legt, merkt auch schnell, welches Feuer hinter dem Sonnenlicht steckt, wenn er sich nicht eingecremt hat. Ein Sonnenbrand kann ganz schön wehtun. So ist es, wenn wir dem Feuer zu nahe kommen. Seine Leben schaffende Kraft kann dann auch verbrennen und vernichten. Es kommt also darauf an, mit dem Element Feuer richtig umzugehen. Das muss jeder Mensch erst lernen. Wir kennen alle den Spruch: "Messer, Schere, Feuer, Licht, sind für kleine Kinder nicht!"

Auch Gott wird in der Bibel als Feuer beschrieben. Und tatsächlich machen Menschen in der Bibel beide Erfahrungen mit Gottes Feuer: Die einen bewahrt es, die anderen verzehrt es. Für die einen ist seine Gegenwart der Himmel, das strahlende Paradies, ein Ort der Wärme und Geborgenheit. Für die anderen bedeutet Gottes Feuer die Hölle, furchtbare Schmerzen, ein Ort des Schreckens und der Vernichtung.

"Gibt es die Hölle?!" hat mich eine Frau in diesen Tagen gefragt. Meine erste Antwort darauf war: "Jesus hat uns immer wieder vom Himmelreich erzählt und von Gott als liebendem Vater." Die Frau sagte: "Das beantwortet meine Frage nicht!" Darauf sage ich: "Wo wir uns Gott zuwenden und nach seiner Liebe fragen, gibt es keine Hölle. Hölle erleben Menschen nur dort, wo sie sich bewusst von Gott und seiner Liebe abwenden. Golgatha war so ein Ort, wo Gottes Liebe selbst für Jesus nicht mehr spürbar war. An diesem Ort waren alle Schrecken der Welt versammelt, die Menschen einander antun können. Deshalb hat sich dort auch die Sonne verfinstert und die Erde gebebt. Doch genau in diese menschliche Hölle ist Gott selbst hineingegangen in Jesus Christus. Er hat sie am Kreuz durchlitten bis zum Tod, damit wir davon frei werden."

Diese Freiheit eines Christenmenschen beginnt mit Ostern, wo uns das Osterlicht von der Auferstehung Jesu erzählt. Da ist es wieder, das Feuer Gottes, aber hier in seiner Leben schaffenden Kraft. Es vertreibt alle Finsternis, alles Versagen, alle Schuld. Es erlöst aus der menschengemachten Hölle und schenkt neues Leben. Davon zu erzählen in aller Welt, dazu werden die Jünger Jesu an Pfingsten beauftragt. Auch da ist es wieder: Das Feuer Gottes in der Gestalt des Heiligen Geistes. Es fällt vom Himmel auf die Jünger herab und begeistert sie, diese frohe Botschaft weiterzusagen.

Wir merken: Anhand des Elementes Feuer können wir die ganze Bibel durchbuchstabieren von der Schöpfung der Welt bis zum Jüngsten Tage. Das kann und darf zu hitzigen Diskussionen führen. Solange die Beteiligten dabei Gott die Ehre geben und die Liebe nicht vergessen, werden wir uns nicht den Mund verbrennen. Amen

# Wasser

Viele Menschen zieht es ans Wasser. Besonders zum Urlaub gehört das Meer, ein Fluss oder ein See, in dem man baden kann. Viele genießen es, am Ufer entlang zu gehen, hinüber zu schauen auf die andere Seite oder zum Horizont, wo sich Himmel und Erde berühren. Viele freuen sich, wenn die Sonne in den Wellen glitzert am Tag, über die besondere Stimmung, wenn die Sonne abends ins Meer zu sinken scheint und sich der Himmel in allen Farben auf der Wasseroberfläche spiegelt. Nach einem langen Strandspaziergang tut ein Glas Wasser gut, um den Durst zu löschen und eine Dusche, um wieder frisch zu werden. Ja, wir wissen, dass wir auch den Regen brauchen, damit die Pflanzen wachsen können. Ohne Wasser können wir nicht leben. Das merken wir, wenn die Wasserwerke das Wasser abstellen, weil an den Wasserleitungen etwas repariert werden muss. Fast zu allem brauchen wir Wasser: zum Kochen, zum Waschen, zum Trinken, für die Toilettenspülung, das Blumengießen u.v.m.

Mit dem Wasser hat laut Schöpfungsbericht alles angefangen. *"Der Geist Gottes schwebte auf dem Wasser"* heißt es im 2. Vers der Bibel. Am 2. Tag schied Gott Wasser von Wasser und zog die Feste des Himmels ein, bevor er am 3. Tag das Wasser sich sammeln ließ zum Meer. Das Wasser ermöglicht das Leben, das Wasser kann es aber auch vernichten, wie bei der Sintflut. Gott hat sie wegen der Bosheit der Menschen über die Erde geschickt (Gen. 7-9). Alle sind ertrunken außer dem gottesfürchtigen Noah und denen, die sich auf seine Arche retten durften. Danach hat Gott gelobt, dass es keine Sintflut mehr geben wird. Das Zeichen für diesen Bund der Treue Gottes ist der Regenbogen. Gott weiß aber genau, dass die Menschen nach der Sintflut nicht besser sind als vorher. Immer wieder machen sich die Menschen schmutzig an Leib und Seele und trennen sich so von Gott. Diese Trennung zwischen Gott und Mensch nennt die Bibel "Sünde". Es braucht also einen Bund, der diese Trennung aufhebt.

Das geschieht durch die Taufe und das Taufwasser. Durch dieses Wasser wirkt der Heilige Geist die ewige Verbindung zwischen Gott und Mensch durch Jesus Christus - so unser Glaube. Denn mit der Taufe hat Jesus unsere Sünde abgewaschen. Sie wird ertränkt. Aber nicht der Mensch! Er taucht rein und unversehrt wieder auf zu neuem Leben. Jesus sagt uns: *"Ich bin bei euch alle Tage bis an der Welt Ende"* (Mt. 28,20). Durch ihn sind wir auf ewig verbunden mit Gott, sind wir Christen. Durch ihn können wir rein vor Gott stehen am Ende eines Tages, am Ende eines Lebens, am Ende der Welt. Daher ist Jesus für uns "lebendiges Wasser". So sagt er es der Samariterin am Brunnen (Joh. 4). Das Wasser, das er uns gibt, löscht unseren Durst für alle Zeit. Es wird in uns eine Quelle des Wassers werden, das in das ewige Leben quillt.

Daran dürfen wir uns erinnern: "Ich bin getauft!". Jedes Taufbecken, jeder Spaziergang am Wasser, jedes Bad, das wir nehmen, jeder Wassertropfen möchte uns daran erinnern: Jesus hat zwischen Gott und uns alles in Ordnung gebracht! Amen

## Erde

Wenn wir an der Nordsee sind, zieht es alle Menschen zum Strand. Was für ein herrliches Gefühl ist das, wenn man die Straßenschuhe ausziehen und barfuß in den weichen, warmen Sand eintauchen kann. Doch wer länger laufen möchte, sucht sich den festen Streifen an der Wasserkante, wo man nicht so tief einsinkt. Ebenso beim Wattlaufen. Da ist jeder froh, wenn er die erste schlammige Schicht hinter sich lassen und auf dem festen Ribbelmark laufen kann, das die zurückgehenden Wellen in den Meeresboden eingegraben haben. Am Strand, im Watt, vielleicht einmal im Garten auf der Wiese oder morgens im Badezimmer – das sind die wenigen Orte, an denen wir noch barfuß laufen, wo nackte Haut die Erde berührt, den Grund auf dem wir alle stehen und gehen, das Element aus dem Gott den Menschen geformt hat – so die Bibel.

Der Name des ersten Menschen „Adam“ kommt vom hebräischen Wort Adamah und bedeutet nichts anderes als Erde. Im Schöpfungsbericht heißt es: *„Da machte Gott der HERR den Menschen aus Erde vom Acker und blies ihm den Odem des Lebens in die Nase. Und so ward der Mensch ein lebendiges Wesen.“* (Genesis 2,7) So haben es sich die Menschen vor etwa 2500 Jahren vorgestellt – kindlich naiv: Gott als Töpfer. Heute haben wir andere Erkenntnisse über die Entstehung des Menschen – manche lassen Gott weiterhin als Schöpfer gelten, andere nicht. Doch die meisten haben immer noch Respekt vor dem Satz, der oft an Gräbern erklingt: Erde zu Erde, Asche zu Asche, Staub zum Staube. *„Du bist Erde und sollst zu Erde werden.“* sagt Gott zu Adam und Eva, als sie das Paradies verlassen müssen (Gen. 3,19). Wie schnell ein Mensch vergehen kann, wird uns immer wieder schmerzhaft vor Augen geführt, wenn wir unsere liebsten Angehörigen zu Grabe tragen. Viele verlieren dann den Boden unter den Füßen, drohen zu versacken, weil es nichts mehr gibt, was ihnen Halt gibt.

„Doch es gibt etwas!“ ruft uns das Neue Testament zu. Da ist der „neue Adam“, der den „alten Adam“ erlöst. Da ist Jesus Christus, Gottes Sohn, der von den Toten auferstanden ist. Er ist der Grund, auf dem Du stehen kannst, wenn alles unter Dir zusammenbricht. Paulus drückt das so aus: *„Einen andern Grund kann niemand legen als den, der gelegt ist, welcher ist Jesus Christus.“* (1. Korinther 3,11) Was es auf sich hat mit der erlösenden Kraft Jesu, dem gilt es nachzuspüren. Viele können davon erzählen, wie sie die Unterstützung Jesu erfahren haben, gerade in Zeiten großer Erschütterung.

Die Geschichte „Spuren im Sand“ von Margaret Fishbeck Powers mag es an dieser Stelle deutlich machen: Eine Frau träumt, sie geht mit Jesus am Strand spazieren und sieht ihr Leben an sich vorüberziehen. Meistens sieht sie dabei zwei Spuren nebeneinander im Sand – ihre eigenen und die Spuren Jesu. Doch merkwürdig – genau in den schwersten Zeiten ihres Lebens, ist nur eine Spur zu sehen. Warum hatte sie Jesus gerade da alleine gelassen? „Ich habe dich nicht alleine gelassen“, sagt Jesus ihr, als sie ihn danach fragt. „Wo du nur eine Spur siehst, habe ich dich getragen!“ Amen

## Luft

Viele Menschen kommen an die Nordsee wegen der Luft. Die Salzlucht tut gut. Manche kommen richtig zur Kur hierher wegen dieser Luft und ihrer heilsamen Kraft, besonders Menschen mit Asthma, Luftweg- und Hauterkrankungen. Aber auch gesunde Menschen atmen hier oben tief durch und merken: Hier bekomme ich Luft! Hier lässt es sich gut leben. Ohne Luft, genauer ohne Sauerstoff, können wir Menschen nicht leben. Der erste Atemzug eines Babys lässt alle Menschen im Kreissaal befreit aufatmen: Ein neues Leben hat begonnen!

In der Bibel ist es Gott, der dem ersten Menschen den Lebensodem in die Nase bläst und ihn dadurch zum Leben erweckt (vgl. Genesis 2,7). Aber Psalm 104 weiß auch davon zu berichten, dass es Gott ist, der allen Geschöpfen den Lebensodem dann auch wieder nimmt, so dass sie vergehen und wieder zu Staub werden. Es ist also der Lebensodem Gottes, durch den wir leben. Der Atem, der jeden Tag tausendfach durch uns hindurchfließt, ist für uns normalerweise so selbstverständlich, dass wir ihn kaum wahrnehmen, höchstens wenn wir schnell laufen und außer Atem geraten. Die Brust hebt und senkt sich dann heftig, man merkt, wie die Lungen in uns arbeiten. Manchmal entflieht uns auch ein Seufzer. Wir stoßen die Luft laut hörbar aus und erleichtern so unsere Seele. Beim Singen und Musizieren muss man sich die Luft genau einteilen, damit man lange Töne aushalten und bestimmte Melodieabschnitte zusammenhängend singen kann. *„Alles, was Odem hat, lobe den Herrn, Halleluja!“* (Ps. 150,6) Mit diesem Vers endet das biblische Buch der Psalmen. Mit unserem Leben, ja mit jedem Atemzug sollen und dürfen wir Gott loben. Der Atem ist das spürbare Geländer, durch das wir mit Gott verbunden sind, jede Minute unseres Lebens. Manche Menschen, die meditieren, nehmen das ganz bewusst so wahr. Mit jedem Atemzug fließt Gottes Lebenskraft in uns hinein und belebt die einzelnen Körperteile von Kopf bis Fuß, um dann beim Ausatmen langsam wieder aus uns herauszuströmen.

Luft wird aber nicht nur in uns und durch uns bewegt, sondern auch um uns herum. Viele schätzen an der Küste den frischen Wind, der die Luft in Bewegung hält und die Wolken über den Himmel treibt. Das macht die sommerliche Hitze erträglich, lässt einen beim Fahrradfahren aber auch ganz schön strampeln. Besonders die Windsurfer und Segler freuen sich über den richtigen Wind und lassen sich durch ihn so richtig in Fahrt bringen. Im Herbst lässt man sich dann durchpusten von der steifen Brise. Im Winter staunt man über die gewaltige Kraft der Sturmböen. Sie peitschen das Meer auf zu einer kräftigen Brandung und treiben die Wellen bis an die Deichkante hoch.

Auch Gottes Geist wird in der Bibel oft als Wind beschrieben. Eine Wind, der weht wo er will. Gott ist nicht im Wind, schon gar nicht im Sturm. Aber es gibt Momente, in denen uns die Gegenwart Gottes sanft berührt wie ein lauer Frühlingwind, wie einst den Propheten Elia. Manchmal rüttelt einen Gottes Wort auch kräftig wach, wie das gewaltige Brausen die Jünger Jesu an Pfingsten. Dann dürfen wir wissen: Gott ist uns nahe mit seiner Lebenskraft und beauftragt uns, sein Lob in die Welt hinauszurufen! Amen

# Horizont

Der Horizont ist die Linie, an der sich Himmel und Erde berühren. Früher dachten die Menschen: „Da ist die Welt zu Ende. Die Welt reicht nur, soweit mein Auge reicht.“ Columbus machte die große Entdeckung, dass es hinterm Horizont noch weiter geht. Ja, da gab es sogar noch ganz neue Erdteile zu entdecken, Menschen, Völker, von denen man zuvor nichts geahnt hatte, die ganz anders lebten und glaubten als die Menschen hier, die anders aussahen, eine andere Sprache sprachen, eine andere Gesichtsfarbe hatten. Hinterm Horizont geht's weiter! Aber bin ich denn überhaupt bereit, über meinen eigenen Gesichtskreis hinaus zu schauen? Bin ich bereit, mich auf neue Welten, andere Völker, Sprachen, Religionen einzulassen?

Im Urlaub ist man vielleicht dazu bereit, sich auf Neues einzulassen. Da zieht so manchen das Fernweh ins Ausland. Woanders gibt es schönere Strände als in Cuxhaven, besseres Wetter als hier an der Nordsee. Da gibt es Palmen und schöne Mädchen. Ja tatsächlich, hinterm Horizont geht's weiter! Wohl dem, der sich einen Flug oder eine Kreuzfahrt leisten kann. Manch einer geht sogar für ein ganzes Jahr ins Ausland. Für die anderen bleibt immerhin der Fernseher, um ihren Horizont zu erweitern. Da kann man das Traumschiff sehen oder Filme über deutsche Auswanderer. Das wär's doch: Ganz neu beginnen, ganz neu! Das Alte hinter sich lassen, sich selbst und seine Vergangenheit vergessen und einen neuen Anfang machen. Davon träumen viele. Sie sind nicht zufrieden mit dem, was sie sind und haben. Aber muss man dazu ins Ausland gehen? Oder gibt es auch andere Wege, seinen Horizont zu erweitern?

Jesus beginnt seine Wirksamkeit mit den Worten: *„Die Zeit ist erfüllt und das Reich Gottes ist nahe herbeigekommen. Tut Buße und glaubt an das Evangelium.“* Mit seinen Worten und Taten hat Jesus den Menschen einen neuen Horizont eröffnet. Wo er war, da berührten sich Himmel und Erde, da konnte man schon einen Blick in das Reich Gottes erhaschen. Ein Reich, in dem die Liebe regiert. Ein Reich, in dem es kein Leid mehr gibt, keine Ausgrenzung, keinen Hass und Streit, keinen Krieg und keine Grausamkeit. Ein Reich, in dem Kranke geheilt und Traurige getröstet werden. Alles, was man tun muss, um in dieses Reich Gottes aufgenommen zu werden ist, seine bisherigen Wege zu verlassen, Jesus Christus nachzufolgen und seinem Vater, dem Schöpfer des Himmels und der Erde voll und ganz vertrauen. Bei Jesus gelten andere Maßstäbe. Da werden die Ersten die Letzten und die Letzten die Ersten sein. Da ist der Reiche plötzlich arm und der Arme reich. In Gottes Reich zählt nicht, was einer ist und hat, da zählt nur die Liebe: die Liebe zu Gott, zum Nächsten und sich selbst. Auch wenn wir das wissen, sind wir davon doch oft weit entfernt. Es übersteigt unseren Horizont. Und doch, mit der Hilfe Jesu Christi gibt es manchmal die Momente, wo es gelingt. Da wird die Liebe tatsächlich gelebt und Frieden breitet sich aus. Das ist der Moment, in dem sich Himmel und Erde berühren, Gottes Reich auf Erden aufleuchtet wie ein Blitz. Nach diesem Reich Ausschau zu halten, jeden Tag neu – das erweitert enorm unseren Horizont. Amen

## Zeit

Das schönste am Urlaub ist, dass man Zeit hat! Zeit genau das zu tun, wofür im Alltag keine Zeit bleibt: Ausschlafen ohne Wecker-Klingeln, In Ruhe Frühstücken ohne den Blick auf die Uhr, keine dienstlichen oder schulische Verpflichtungen haben, die Zeit frei einteilen, Entspannen. Dazu gehört das Rausgehen oder -fahren, Tapetenwechsel, mal etwas Anderes sehen, hören, schmecken, Meeresluft atmen, Zeit haben für Gott.

Gott möchte uns helfen, mit unserer Lebenszeit gut und sinnvoll umzugehen. Das tun wir nicht immer. Dem einen reicht die Zeit nie. Er wünscht sich, dass der Tag 48 Stunden hat, um noch mehr hineinstopfen zu können. Der andere hat zu viel Zeit und weiß nichts damit anzufangen. Ob im Urlaub oder Alltag – es kann gut sein, Gott selbst zu fragen, was wir mit unserer Lebenszeit anfangen sollen. Hat er einen Auftrag für uns? Eine Aufgabe, die wir mit unseren Gaben und Fähigkeiten bewältigen können? Da muss man genau hinhören – z.B. bei einem Spaziergang am Meer oder in einer offenen Kirche. „Was hast Du Gott mit mir vor? Was hast Du Dir dabei gedacht, mich so zu schaffen wie ich bin? Wozu kannst Du mich gebrauchen?“ Gott wird solch ein ernsthaftes Fragen und Suchen nicht unbeantwortet lassen. Irgendwann kristallisiert sich eine Aufgabe heraus, die jetzt für uns dran ist. Von einer solchen Aufgabe her sortieren sich die vielfältigen Anforderungen für den, der zu viel macht in „wichtig“, „kann warten“ und „das kannst du getrost lassen“. Für den, der nichts mit sich anzufangen weiß, kann so ein herausgehörter Auftrag plötzlich wieder neue Lebensgeister wecken. „Ja, wenn Gott mich noch zu etwas gebrauchen kann, dann will ich es versuchen!“

Der Gedanke an Gott ist aber nicht nur im Urlaub hilfreich oder dann, wenn es um das Große-Ganze unseres Lebens geht, sondern auch mitten in den Höhen und Untiefen unseres Alltags. „*Meine Zeit steht in deinen Händen*“ betet ein Mensch in Psalm 31,16. Er ist in tiefster Bedrängnis. Wogen von Hass und Streit schlagen über ihm zusammen. Er weiß: er hat seinen Anteil daran und gesteht sich seine Missetat ein. Ob er mit heiler Haut davon kommen wird? Er macht sich klar: „Es ist nicht an mir, über mein Leben und Sterben zu entscheiden. Auch nicht an denen, die mich umbringen wollen. Es ist Gott, der über unsere Lebenszeit bestimmt. Er ist der Schöpfer der Welt. Ohne sein Wissen fällt kein Spatz vom Dach!“ Das gibt dem Psalmbeter Hoffnung, das gibt ihm Luft zum Atmen, dadurch finden seine Füße weiten Raum. Er ist mit seinem Schöpfer im Gespräch und vertraut fest auf seine Hilfe.

Doch wie ist das, wenn wir spüren, unsere Zeit hier auf Erden ist tatsächlich begrenzt. Sie läuft aus, etwa weil wir alt geworden sind. Oder wir tragen eine Krankheit in uns, die uns nur noch wenig Zeit lässt? „*Meine Zeit steht in Gottes Händen*“ – wenn unsere Zeit verrinnt, so bleiben doch Gottes Hände. Aus ihnen sind wir geformt, bei ihnen sind wir geborgen - nicht nur in der Zeit sondern auch in der Ewigkeit. Wer sich Zeit nimmt für Gott, der ahnt schon hier und jetzt, dass am Abend unseres Lebens ein neues Licht für uns anfängt zu leuchten, das bis in die Ewigkeit scheint. Amen

# Ewigkeit

Wenn wir am Abend am Strand der untergehenden Sonne zusehen, berührt viele von uns ein Hauch von Ewigkeit. Wir ahnen, die Sonne ist nicht weg; sie ist nur nicht zu sehen. Sie leuchtet jetzt für Menschen auf der anderen Halbkugel der Welt. Bei uns bricht der Abend herein. Es wird dunkel. Wenn die Wolkendecke aufreißt, sehen wir den Mond aufgehen und die Sterne am Himmel aufblitzen. Ja, wenn der Abend unseres Lebens so schön ist, so leuchtend wie der Sonnenuntergang, so funkelnd wie der Sternenhimmel, so silbrig wie der Mondschein auf dem Meer, brauchen wir keine Angst haben vor dem, was danach kommt, was wir jetzt nur ahnen, aber nicht sehen können.

In Psalm 121,8 heißt es *„Der HERR behüte deinen Ausgang und Eingang von nun an bis in Ewigkeit!“* Da hören wir von dem, der nicht nur Sonne, Mond und Sterne auf- und untergehen lässt, sondern auch uns behütet auf unseren Wegen in Zeit und Ewigkeit. Da ist einer, da ist Gott, der um all das weiß, was wir nicht sehen können. Wir können hoffen, wünschen, planen, was morgen ist, aber wir wissen es nicht. Das bereitet manch einem schlaflose Nächte. Wenn wir das, was war, und das, was kommt, in Gottes Hände legen, uns ihm anvertrauen, kommen wir zur Ruhe. Wir können nicht alles wissen, machen, schaffen. Gott schafft für uns, auch über Nacht. Er behütet uns am Ausgang des Tages und sorgt dafür, dass wir gut wieder in den neuen Tag hineinkommen. Alles, was dazu nötig ist, schenkt er uns im Schlaf: Die körperliche Erholung durch die Ruhe, die seelische Verarbeitung in unseren Träumen. Und am nächsten Tag sieht manches, was uns am Abend noch bedrückt hat, anders aus. Anderes kommt neu hinzu, von dem wir am Tag zuvor noch nichts geahnt haben – Gott sei Dank!

In diesem immer gleichbleibenden Rhythmus von Einschlafen, Ruhen und dann verwandelt wieder Aufwachen zu neuem Leben, üben wir uns ein für das, was am Abend unseres Lebens auf uns zukommt. *„Der HERR behüte deinen Ausgang und Eingang von nun an bis in Ewigkeit!“* ist das Segenswort, das den Verstorbenen am Ende einer Trauerfeier häufig mit auf den Weg in die Ewigkeit gegeben wird. Dem Ausgang wird ein Eingang folgen! Das ist das Vertrauen, in das sich Christenmenschen ein Leben lang einüben. Der Tod hat nicht das letzte Wort, sondern Gott. Er kennt den neuen Himmel und die neue Erde, die uns jenseits der Zeit erwarten. Doch nicht nur jenseits der Zeit! Wir dürfen auch hier und jetzt immer schon mal einen Blick in das Reich Gottes werfen. Die Schönheit der Schöpfung ist ein Fingerzeig auf die Fülle in der Ewigkeit. Jesus hat in seinen Predigten darauf hingewiesen, um uns die Sorgen um das Morgen zu nehmen und uns Vertrauen zu lehren in seinen himmlischen Vater. Er hat viel vom Himmelreich gesprochen und in Gleichnissen ausgemalt, wie es dort sein wird. Vor allem aber ist Jesus uns den Weg vorangegangen durch den Tod hindurch in das ewige Leben bei Gott. Wir dürfen uns an ihm festhalten, wenn es soweit ist, denn er kennt den Weg. Er nimmt uns am Ausgang unseres Lebens an die Hand und führt uns hinein in das ewige Leben, dahin, wo die Sonne wieder für uns aufgeht. Amen

# Fürbitte

Gott des Himmels und der Erde, Vater, Sohn und Heiliger Geist,  
du hast die Welt geschaffen, aus 4 Elementen hast du alles wunderbar geformt.  
Doch du weißt, Herr, nicht alle sind glücklich mit dem, was sie sind und haben.  
Gott, wir rufen zu dir: *Schenke neues Leben!*

Gott, du schenkst uns das Feuer:  
Wir bitten dich für alle, denen Licht, Wärme und Liebe fehlen,  
für alle, die sich in hitzigen Diskussionen den Mund verbrannt haben,  
für alle, deren Leben zur Hölle geworden ist durch eigene oder fremde Schuld.  
Gott, wir rufen zu dir: *Schenke neues Leben!*

Gott, du schenkst uns das Wasser:  
Wir bitten dich für alle, die nicht genug Wasser haben,  
die unter Durst, Dürre und Schmutz leiden, deren Ernten vertrocknen.  
für alle, die sich in den Wüsten des Lebens verirrt haben.  
Gott, wir rufen zu dir: *Schenke neues Leben!*

Gott, du schenkst uns die Erde:  
Wir bitten dich, dass wir alle helfen unsere Lebensgrundlage zu erhalten,  
Wir bitten für die Bauern, für die Gesundheit von Menschen, Tieren und Pflanzen.  
für alle, die den Boden unter den Füßen verloren haben.  
Gott, wir rufen zu dir: *Schenke neues Leben!*

Gott, du schenkst uns die Luft:  
Wir bitten dich für alle, denen die Luft zum Atmen fehlt,  
die ersticken in den Sorgen und Problemen des Alltags.  
Wir bitten dich um frischen Wind und ein gesundes Klima.  
Gott, wir rufen zu dir: *Schenke neues Leben!*

Gott, bei dir berühren sich Himmel und Erde:  
Wir bitten dich für alle, die den Horizont nicht mehr sehen,  
die die Hoffnung verloren haben, dass es jenseits des Horizontes weitergeht,  
Wir bitten dich um Weitblick und neue Perspektiven.  
Gott, wir rufen zu dir: *Schenke neues Leben!*

Gott, bei dir berühren sich Zeit und Ewigkeit:  
Wir bitten dich für alle, die keine Zeit mehr haben zum Leben,  
die von Termindruck, Ansprüchen und Verpflichtungen getrieben werden,  
Wir bitten für alle, die krank sind und sich aufs Sterben vorbereiten.  
Gott, wir rufen zu dir: *Schenke neues Leben!*

*Vater unser im Himmel*



Herausgeber: Ev.-luth. Kirchenkreis Cuxhaven-Hadeln

© Texte und Bilder: Maike Selmayr

Redaktion: Maike Selmayr

Druck: [www.woebber.de](http://www.woebber.de)

Bestellung: Ev. Urlauberseelsorge Cuxhaven-Hadeln, Hinter der Kirche 18a, 27476 Cuxhaven,  
Tel. 04721-6642799, [Maike.Selmayr@evlka.de](mailto:Maike.Selmayr@evlka.de), [www.urlauberseelsorge-cuxhaven.net](http://www.urlauberseelsorge-cuxhaven.net)