

Abendgebet am 8.3.2021

„Meine engen Grenzen“

Wir beginnen unseren Gottesdienst

Im Namen des Vaters, und des Sohne und des Heiligen Geistes – amen.



Gebet

Gütiger Gott,

in besonderen Zeiten sind wir zusammengekommen.

Wir müssen Abstand halten, obwohl wir uns nach menschlicher Nähe sehnen.

Deine Nähe kann uns aber keiner nehmen.

Wir freuen uns, dass wir uns in deiner Nähe im Geiste versammeln können.

Wir sind da und bitten dich,

nimm uns an, wie wir gekommen sind.

Schenke unserem Leben Zuversicht und Freude und hilf uns,

auch das Leben anderer Menschen hell zu machen,

der du lebst und herrschst in alle Ewigkeit. – Amen

Einführung:

Manchmal geht's mir so – mal gleich nach dem Aufstehen, mal mitten am Tag in einem lichten Moment – da steht mir alles klar vor Augen. Da begreife ich, was wirklich wichtig ist. Da erkenne ich, wofür sich mein Leben lohnt. Und oft werde ich danach wieder eingeholt, von Terminen, von Aufgaben, von dem, was ich noch erledigen muss. Mein weiter Blick wird zu einer kurzen Sicht. Ich lasse mich einengen – von den Erwartungen, die andere an mich haben

Manchmal fühle ich mich stark – so als könnte ich die Welt verändern. Da will ich kämpfen für Gerechtigkeit und Frieden. Und dann fühle ich mich oft ohnmächtig. Ich habe so viel zu tun! Ich muss mich lieber um mich kümmern! Was kann ich schon ändern?

Manchmal bin ich hoffnungsvoll, mache Pläne für mein Leben, freue mich auf das, was kommt. Doch immer wieder überkommt mich Angst vor der Zukunft. Ich bin unsicher, weiß nicht, wie es weitergehen soll.

All das, was mich einengt, was mich bedrängt, was mir Angst macht: ich lege es vor Gott.

(kurze Stille)

Betrachtung:

Meine engen Grenzen und meine kurze Sicht –

meine Vorurteile, meine Begrenztheit, mein vorschnelles Urteil,
mein "Nicht-aus-meiner Haut-Können",
mein Blick nur auf das Nahliegende.

Wer setzt sich schon gern mit dem auseinander,
was in seinem Leben schwierig ist?

Und doch gibt es das - auch in meinem Leben.

Und ich darf es Gott hinhalten, ihm übergeben.

1. Meine engen Grenzen,
meine kurze Sicht,
bringe ich vor dich.
Wandle sie in Weite,
Herr erbarme dich.

Meine ganze Ohnmacht, was mich beugt und lähmt –

die Punkte und Situationen, an denen ich nicht weiterkomme,
mein Vermögen nicht ausreicht, wo mir Grenzen gesetzt werden.

2. Meine ganze Ohnmacht,
was mich beugt und lähmt,
bringe ich vor dich.
Wandle sie in Stärke,
Herr erbarme dich.

Mein verlorenes Zutrauen, meine Ängstlichkeit –

die Momente, in denen ich meine Schwäche spüre,
mich selbst klein fühle, meine Mut
und mein Selbstbewusstsein dahin sind.

3. Mein verlornes Zutrauen,
meine Ängstlichkeit,
bringe ich vor dich.
Wandle sie in Wärme,
Herr erbarme dich.

Meine tiefe Sehnsucht nach Geborgenheit –

wenn ich meine Bedürftigkeit wahrnehme, wenn ich wie- das kleine Kind,
der verletzliche Mensch bin und nicht der starke Mann, die starke Frau.

4. Meine tiefe Sehnsucht,
nach Geborgenheit
bringe ich vor dich.
Wandle sie in Heimat,
Herr erbarme dich.

Wenn ich meine Bedürftigkeit wahrnehme,
dann will Gott mir begegnen.

Dann kann und will er mir Weite schenken, den neuen Blick.

Dann kann und will er mir Stärke schenken, die mich aufrichtet.

Dann kann und will er mir Wärme schenken, die mir Mut macht.

Dann kann und will er mir Heimat schenken und meine Sehnsucht stillen.

Lied: „Ich schreibe meine Sorgen in den Wind“ (T.: Raimund Weber, M.: Chr. Seeger)

1. Ich schreibe meine Sorgen in den Wind, ich bin von Gott geliebt und bin sein Kind. Er hat zu seiner Freude mich gemacht und gibt gewiss mit Sorgfalt auf mich Acht.

Refrain:

Ich weiß mich von Gott beim Namen genannt, gehalten von seiner schützenden Hand. Ich weiß mich von ihm beim Namen genannt, gehalten von Gottes schützender Hand.

2. Ich werfe meine Ängste auf den Herrn, sein Beistand in schwerer Zeit nicht fern. Und wenn ein dunkles Bild am Tag mich schreckt, ein Traum des Nachts mich aus dem Schläfe weckt.
3. Ich lege meine Zweifel vor ihn hin, denn er gibt allem, was ich denke, Sinn. Wann immer eine Frage mich bedrängt, ob Gott das Böse noch zum Guten lenkt.
4. Ich hebe meine Seele auf zum Herrn, zu meinem Gott, mir nah und auch so fern. Ich danke ihm, dass er mich liebt, der lebt und mich am Ende ganz zu sich erhebt.

Lesung – Brief des Apostels Paulus an die Epheser 1.15-20

Gebet um Erkenntnis Gottes

15-16 Darum höre ich nicht auf, für euch zu danken, wenn ich in meinen Gebeten an euch denke; denn ich habe von eurem Glauben an Jesus, den Herrn, und von eurer Liebe zu allen Heiligen gehört. 17 Der Gott Jesu Christi, unseres Herrn, der Vater der Herrlichkeit, gebe euch den Geist der Weisheit und Offenbarung, damit ihr ihn erkennt. 18 Er erleuchte die Augen eures Herzens, damit ihr versteht, zu welcher Hoffnung ihr durch ihn berufen seid, welchen Reichtum die Herrlichkeit seines Erbes den Heiligen schenkt 19 und wie überragend groß seine Macht sich an uns, den Gläubigen, erweist durch das Wirken seiner Kraft und Stärke. 20 Er ließ sie wirksam werden in Christus, den er von den Toten auferweckt und im Himmel auf den Platz zu seiner Rechten erhoben hat.

Wort Gottes

Impuls:

Wie oft hören wir oder sagen es auch selbst:

„Ich kann nicht, das schaffe ich nicht!“...und zerstören damit Vertrauen, gerade auch in uns selbst! Mir fiel dazu eine Geschichte ein, die ein Psychotherapeut gern seinen um Rat fragenden Klienten erzählt:

„Der angekettete Elefant“ von Jorge Bucay / Gekürzt von Angela Schiller-Meyer

Als ich ein kleiner Junge war, war ich vollkommen vom Zirkus fasziniert, und am meisten gefielen mir die Tiere. Vor allem der Elefant hatte es mir angetan. Während der Zirkusvorstellung stellte das riesige Tier sein ungeheures Gewicht, seine eindrucksvolle Größe und seine Kraft zur Schau. Nach der Vorstellung aber und auch in der Zeit bis kurz vor seinem Auftritt blieb der Elefant immer am Fuß an einem kleinen Pflock angekettet.

Der Pflock war allerdings nichts weiter als ein winziges Stück Holz, das kaum ein paar Zentimeter tief in der Erde steckte. Und obwohl die Kette mächtig und schwer war, stand für mich ganz außer Zweifel, dass ein Tier, das die Kraft hatte, einen Baum mitsamt der Wurzel auszureißen, sich mit Leichtigkeit von einem solchen Pflock befreien und fliehen konnte. Warum macht er sich nicht auf und davon?

Der Zirkuselefant flieht nicht, weil er schon seit frühester Kindheit an einen solchen Pflock gekettet ist. Ich schloss die Augen und stellte mir einen wehrlosen neugeborenen Elefanten am Pflock vor. Ich war mir sicher, dass er in diesem Moment schubst, zieht, schwitzt und sich zu befreien versucht. Und trotz aller Anstrengung gelingt es ihm nicht, weil dieser Pflock zu fest in der Erde steckt. Ich stellte mir vor, dass er erschöpft einschläft und es am nächsten Tag gleich wiederprobiert, und am nächsten Tag wieder, und am nächsten....

Bis eines Tages, eines für seine Zukunft verhängnisvollen Tages, das Tier seine Ohnmacht akzeptiert und sich in sein Schicksal fügt. Dieser riesige, mächtige Elefant, den wir aus dem Zirkus kennen, flieht nicht, weil der Ärmste glaubt, dass er es nicht kann. Allzu tief hat sich die Erinnerung daran, wie ohnmächtig er sich kurz nach seiner Geburt gefühlt hat, in sein Gedächtnis eingebrennt. Das Schlimme dabei ist, dass er diese Erinnerung nie wieder ernsthaft hinterfragt hat. Nie wieder hat er versucht, seine Kraft auf die Probe zu stellen.....

Der einzige Weg herauszufinden, ob du etwas kannst oder nicht, ist, es auszuprobieren.

Lied: Sei wie du selbst – (Text und Musik: Chris Herbring)

Du, Mensch,	Wenn es fragt in dir,	Wenn es scheint in dir,	Wenn es singt in dir,
sei wie Du selbst,	wenn es nagt in dir,	wenn es weint in dir,	wenn es klingt in dir,
Du Mensch,	dann sag „Ja“ zu dir,	dann ist Gott bei dir,	danke Gott dafür,
sei wie Du bist.	dann sag „Ja“ zu dir.	dann ist Gott bei dir.	danke Gott dafür.

Lasset uns beten:

Lebendiger Gott, so wie wir sind, mit unserem Leben,
mit unseren Geschichten von Mut und Verzweiflung,
mit unseren Grenzen, mit unserer Sehnsucht,
mit unserer Hoffnung stehen wir vor dir und bitten dich:
Sei DU jetzt bei uns in deinem befreienden Wort.

Hilf uns zu vertrauen und Leben zu wagen.

Das bitten wir durch Jesus Christus,
deinen Sohn, unseren Bruder,

der mit dir und der Geistkraft lebt und Leben schafft von Ewigkeit zu Ewigkeit.

Amen.

Claudia Müller-Bück

Fürbitten

Jesus Christus ist der Herr. Wer seinen Namen anruft, wird gerettet werden. So bitten wir ihn:

- 1 Für die Menschen, die an die Grenzen ihrer Möglichkeiten und ihrer Leistungsfähigkeit stoßen. Lass sie nicht mutlos werden.
- 2 Für die Menschen, die angesichts der Situation der Welt und ihres Lebens nur noch Ohnmacht empfinden. Wandle ihre Ohnmacht in Stärke
- 3 Für die Menschen, die aus Angst und Mutlosigkeit heraus andere für ihr Unglück verantwortlich machen. Gib ihnen Zutrauen in das eigene Ich.
- 4 Für die Menschen, die sich getrieben und entwurzelt, die sich heimatlos und verlassen fühlen. Lass sie ein Zuhause finden.
- 5 Für uns selbst, die wir über unsere engen Grenzen nachgedacht, sie uns etwas bewusster gemacht haben. Gib uns den Mut, wir selbst zu sein.

Gott, wer im Herzen deinem Sohn glaubt und ihn mit dem Mund bekennt, dem schenkst du aus deinem Reichtum die Fülle des Lebens.
Darauf vertrauen wir in ihm, Christus, unserem Bruder und Herrn

Alle unsere Bitten fasst zusammen das Gebet, das uns Christus zu beten gelehrt hat.
Vater unser im Himmel, ..

Segensbitten

Herr, segne meine Hände, dass sie behutsam seien,
dass sie halten können, ohne zur Fessel zu werden,
dass sie geben können ohne Berechnung,
dass ihnen innewohne die Kraft, zu trösten und zu segnen.

Herr, segne meine Augen, dass sie Bedürftigkeit wahrnehmen,
dass sie das Unscheinbare nicht übersehen,
dass sie hindurchschauen durch das Vordergründige,
dass andere sich wohl fühlen können unter meinem Blick.

Herr, segne meine Ohren, dass sie deine Stimme zu erhorchen vermögen,
dass sie hellhörig seien für die Stimme in der Not,
dass sie verschlossen seien für den Lärm und das Geschwätz,
dass sie das Unbequeme nicht überhören.

Herr, segne meinen Mund, dass ich dich bezeuge,
dass nichts von ihm ausgehe, was verletzt und zerstört,
dass er heilende Worte spreche, dass er Anvertrautes bewahre.

Herr, segne mein Herz, dass es Wohnstatt sei deinem Geist,
dass es Wärme schenken und bergen kann,
dass es reich sei an Verzeihung,
dass es Leid und Freude teilen kann.

ANTJE SABINE NAEGELI (*1948)

So segne und der dreieinige Gott der Vater, der Sohn und der Heilige Geist – Amen