

Innehalten am Sonntag 17. Mai 2020

Suchen Sie sich einen Ort, an dem Sie nun einen Augenblick ungestört sind. Wenn Sie mögen, zünden Sie eine Kerze an, stellen Sie Blumen dazu, ein Kreuz ...

Machen Sie sich bewusst: Andere tun jetzt das gleiche, mit ihnen bin ich in Gedanken verbunden und durch Gottes Geist.



Einführung

Der heutige Sonntag heißt Rogate. Das bedeutet: Beten.

Im Mittelpunkt steht heute die Ermutigung zum Gebet. Unsere Gebete stehen unter der Verheißung des Wochenspruchs: *Gelobt sei Gott, der mein Gebet nicht verwirft.*

Und trotzdem fällt es manchen schwer, das Beten. Man traut sich vielleicht nicht mit allem zu Gott zu kommen. Anderen tut es gut, ihr Herz auszuschütten. Manche suchen in der Stille Gott. Es gibt so viele Arten und Formen des Betens, die finden sich schon in der Bibel.

Auch Jesus hat immer wieder zum Gebet aufgerufen und uns versprochen, wer in seinem Namen bittet, der stößt nicht auf taube Ohren bei Gott. Und Jesus hat uns etwas Besonderes geschenkt. Das Gebet, das alle anderen Gebete umfasst. Das Gebet, das wir benutzen können, wenn uns die Worte fehlen. Dieses Gebet, diese Worte sind genug: das Vaterunser.

Dann hören wir auf Gott. Gottes Wille soll geschehen.

Wir feiern in Gottes Namen.

Im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes.

Amen.

Gebet

Gott,

Ich kann es dir sagen.

Alles und manchmal auch nichts.

Manchmal fällt es mir schwer.

Manchmal befreit es mich.
Jetzt bin ich hier.
Bete zu dir.
Mit anderen, die auch zu dir beten.
Ich sage dir alles, was ist.

Stille

Höre uns.
Sei da.
Amen.

Psalm

Der 95. Psalm, die Verse 1-7a aus der Lutherbibel

Kommt herzu, lasst uns dem HERRN frohlocken
und jauchzen dem Hort unsres Heils!
Lasst uns mit Danken vor sein Angesicht kommen
und mit Psalmen ihm jauchzen!
Denn der HERR ist ein großer Gott
und ein großer König über alle Götter.
Denn in seiner Hand sind die Tiefen der Erde,
und die Höhen der Berge sind auch sein.
Denn sein ist das Meer, und er hat's gemacht,
und seine Hände haben das Trockene bereitet.
Kommt, lasst uns anbeten und knien
und niederfallen vor dem HERRN, der uns gemacht hat.
Denn er ist unser Gott.
Amen.

Bibeltext (Basisbibel, Matthäus Kapitel 6 V.5-15)

Jesus sagte: »Wenn ihr betet, macht es nicht wie die Scheinheiligen: Sie stellen sich zum Beten gerne in den Synagogen und an den Straßenecken auf –damit die Leute sie sehen können. Amen, das sage ich euch: Sie haben damit ihren Lohn schon bekommen. Wenn du betest, geh in dein Zimmer und verriegle die Tür. Bete zu deinem Vater, der im Verborgenen ist. Und dein Vater, der auch das Verborgene

sieht, wird dich dafür belohnen. Sprecht eure Gebete nicht gedankenlos vor euch hin – so machen es die Heiden! Denn sie meinen, ihr Gebet wird erhört, weil sie viele Worte machen. Macht es nicht so wie sie! Denn euer Vater weiß, was ihr braucht, noch bevor ihr ihn darum bittet. So sollt ihr beten: ›Unser Vater im Himmel, dein Name soll geheiligt werden. Dein Reich soll kommen. Dein Wille soll geschehen. Wie er im Himmel geschieht, so soll er auch auf der Erde Wirklichkeit werden. Gib uns das Brot, das wir für heute brauchen! Und vergib uns unsere Schuld –so wie wir denen vergeben haben, die uns gegenüber schuldig geworden sind. Und stelle uns nicht auf die Probe, sondern rette uns vor dem Bösen.‹ Wenn ihr den Menschen ihre Verfehlungen vergibt, dann wird euer himmlischer Vater euch auch vergeben. Wenn ihr den Menschen aber nicht vergibt, dann wird euer Vater euch eure Verfehlungen auch nicht vergeben.«

Impuls

Ich soll in mein Zimmer gehen und die Tür verriegeln. Wenn ich in meinem Zimmer bin, bin ich immer irgendwie abgelenkt. Ich sehe die Staubwühlmäuse hinter dem Schrank. Die muss ich noch wegputzen. Dann kann ich auch gleich die Kaffeetasse von heute Morgen mitnehmen und in die Spüle stellen. Wenn ich dann wieder in meinem Zimmer auf dem alten Sessel sitze, wieder abgelenkt bin von den Dingen in meinem Zimmer und nicht dazu komme, was ich eigentlich vorhatte. Mit Gott reden. Beten. Dann bewundere ich immer die Menschen, die jetzt wohl in ihrem Zimmer sitzen und es hinbekommen. Die sich nicht ablenken lassen, die sich Zeit nehmen. Die vielleicht feste Gebetszeiten haben. Oder Rituale, die dazugehören. Eine Kerze anzünden, die Losungen lesen oder über einen Bibeltext meditieren. Ich bewundere die Menschen, die in die Stille gehen und dort Gott finden. Bei mir ist es immer laut. Ja, ich bewundere diese Menschen. Und ich habe es auch versucht. Mir feste Zeiten zum Beten zu nehmen. Und doch kommt dann immer was dazwischen. Manchmal fehlte das Streichholz für die Kerze. Manchmal fehlten mir dann die Worte.

Beten, das ist heute das Thema des Sonntags.

Beten. Wie geht das überhaupt richtig? Gibt es da überhaupt ein richtig?

Viele fragen sich, wie sie überhaupt mit Gott in Kontakt kommen sollen. Wie spricht man mit Gott? Kann ich ihm wirklich alles sagen? Wie soll ich es ihm sagen? Muss ich andächtig auf dem Boden knien? Vielleicht mach ich mir auch viel zu oft viel zu viele Gedanken deswegen...

Denn euer Vater weiß, was ihr braucht, noch bevor ihr ihn darum bittet.

Ob du nun in dein Zimmer dafür gehst. Oder du dich freust, weil du es endlich wieder hier in der Kirche tun kannst. Oder auf der Bank vor der Kirche, während die Sonnenstrahlen deine Nase kitzeln.

Beten kann man an jeden Orten. An heiligen Orten. In den ganz dunklen Ecken. Auf Parkplätzen. In Klassenräumen. Im Wartezimmer, wenn du deinen Bauch streichelst und Gott dankst, für das neue Leben das da wächst. In der Natur, wenn du Gott um Regen bittest.

Ob du nun feste Gebetszeiten hast oder dir deine Oasen schaffst. Vielleicht vor dem Schlafengehen oder dem Mittagessen. Vor Prüfungen beten wir für starke Nerven. Vor wichtigen Entscheidungen. Beim Abschiednehmen. Es gibt keine Momente in unserem Leben, wo Gott nicht da ist. Wo Gottes Ohren nicht geöffnet sind für unsere Ansprache.

Denn euer Vater weiß, was ihr braucht, noch bevor ihr ihn darum bittet.

Beten, das ist genauso bunt wie wir es sind. Wie unser Leben es ist. Unsere Empfindungen, Gefühle, Sorgen, Freuden, Nöte.

Wir kommen mit so vielen verschiedenen Anliegen zu dir, Gott.

Und wir können uns trauen. Wirklich trauen mit allem zu dir zukommen. Und uns daran erinnern, dass es egal ist, wo genau wir es tun. Oder wann. Dass es egal ist, ob wir dabei knien. Oder unsere Hände falten. Ob wir dabei auf dem Bett liegen oder Kaffee trinken.

Und überleg nicht, ob deine Worte für Gott genügen. Ob du so richtig mit ihm sprichst. Das zählt bei Gott alles nicht und ich bin Jesus so dankbar, dass er uns in dem Bibeltext sagt, dass wir auch gar nicht viele Worte brauchen. Denn:

Denn euer Vater weiß, was ihr braucht, noch bevor ihr ihn darum bittet.

Gott sieht dich, während du Kaffee trinkst und dich von der Erschöpfung der letzten Woche erholst. Während du im Wartezimmer sitzt und dir Sorgen machst.

Überall dort, wo wir sind, ist er schon längst. Und er sieht all das, was uns vielleicht noch verborgen ist.

Denn euer Vater weiß, was ihr braucht, noch bevor ihr ihn darum bittet.

Gott weiß, was wir brauchen. Deshalb gibt er uns jeden Tag die Möglichkeiten dazu. Schafft uns unsere Oasen. Momente, Orte, Zeiten, in denen wir beten können. Egal wie. Mit allen Worten und wenigen. Und weil Jesus wusste, wie schwierig das alles manchmal sein kann und dass manchmal gar keine Worte mehr da sind. Deswegen hat er uns ein Gebet, nein das Gebet überhaupt geschenkt. Mit Worten, so klar. So einfach und doch genügend.

Wir werden die Worte gleich gemeinsam beten.

Denn euer Vater weiß, was ihr braucht, noch bevor ihr ihn darum bittet.

Amen.

Etwas tun (nach einer Idee von Birgit Mattausch vom Michaelis Kloster)

Beten kann auch sein: etwas tun. Aber im Angesicht Gottes.

Tu jetzt etwas.

Tu jetzt etwas, was ganz praktisch ist.

Koch dir eine Tasse Kaffee für nach diesem Gottesdienst.

Iss ein Stück Schokolade.

Oder riech an deinen Balkonblumen.

Creme deine Hände ein.

Tue das in der Haltung des Gebets.

Nimm alles wie aus Gottes Hand.

Den Geruch. Den Geschmack.

Sag am Ende: Amen.

Gebet

Gott,

dir kann ich alles sagen.

Danke!

Ich bete für die, die sich nicht trauen dir alles zu sagen.

Ich bete für die, denen es schwer fällt mir dir zu reden.

Ich bete für die, die zweifeln und viele Fragen an dich haben.

Ich bete für die, die am Straucheln sind und dich suchen.

Gott,

du suchst und findest uns.

Sei bei denen, die wir lieb haben und vermissen.

Sei bei denen, die krank und voller Sorgen sind.

In der Stille bringe ich alles, was mir auf dem Herzen und am Herzen liegt zu dir,
Gott.

Stille

Und mit den Worten, die Jesus Christus uns geschenkt hat, beten wir:

Vater unser im Himmel,
geheiligt werde dein Name.

Dein Reich komme,
dein Wille geschehe,
wie im Himmel, so auf Erden.

Unser tägliches Brot gib uns heute.

Und vergib uns unsere Schuld,
wie auch wir vergeben unseren Schuldigern.

Und führe und nicht in Versuchung,
sondern erlöse uns von dem Bösen.

Denn dein ist das Reich und die Kraft
und die Herrlichkeit in Ewigkeit.

Amen.

Segen

Gott weiß, was du brauchst, bevor du ihn bittest

Gott segne uns und behüte uns,

Gott lasse leuchten sein Angesicht über uns und sei uns gnädig.

Gott erhebe sein Angesicht auf uns und gebe uns Frieden.

Amen.

Passen Sie auf sich auf! Vikarin Svenja Lange