

## Abendgottesdienst Zuhause

11. Oktober 2020

Autor: Pfarrer Roland Sievers



Im Ort läuten die Glocken. Sie rufen zum Gebet.

Ich entzünde eine Kerze.

Jedes Jahr am 10. Oktober wird der Internationale Tag der seelischen Gesundheit begangen. An diesem Morgen höre ich deshalb auf das diesjährige Motto „Mit Kraft durch die Krise“. Jetzt, in dieser Stunde muss ich nicht stark sein. Ich kann mich öffnen und meine Seele Gott entgegenhalten. Voller Erwartung auf ein gutes Wort, dass meine Seele speist. So beginne ich diese Woche im Namen und in der Gegenwart Gottes des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes. Amen

Ich singe/lese/höre ein Lied: EG 491, 1-4 Bevor die Sonne sinkt

Ich lese einen Wortwechsel zwischen Psalm 1 und Worten von Dorothee Sölle

Die Worte der Psalmen, wie sie im alten Israel gebetet wurden, sind uns vertraut. Sie bekommen einen neuen Klang, wenn wir sie in einen Wortwechsel mit modernen Dichtern treten lassen. Sie hören den ersten Psalm, in den sich Zeilen von Dorothee Sölle (eingerückt, *kursiv*) flechten.

Wohl dem, der nicht wandelt im Rat der Gottlosen

*Du hast mich geträumt gott*

Wohl dem, der nicht wandelt im Rat der Gottlosen  
noch tritt auf den Weg der Sünder

*Du hast mich geträumt gott  
wie ich den aufrechten gang übe*

noch sitzt, wo die Spötter sitzen,

*wie ich den aufrechten gang übe*

sondern hat Lust am Gesetz des HERRN

*Du hast mich geträumt gott  
wie ich den aufrechten gang übe*

und sinnt über seinem Gesetz Tag und Nacht!

*und niederknien lerne*

Der ist wie ein Baum,

*Du hast mich geträumt gott*

gepflanzt an den Wasserbächen,

*schöner als ich jetzt bin*

der seine Frucht bringt zu seiner Zeit,

*glücklicher als ich mich traue*

und seine Blätter verwelken nicht.

*freier als bei uns erlaubt*

Und was er macht, das gerät wohl.

*Du hast mich geträumt gott*

Aber so sind die Gottlosen nicht,

*Hör nicht auf mich zu träumen gott*

sondern wie Spreu, die der Wind verstreut.

*Hör nicht auf mich zu träumen gott*

Darum bestehen die Gottlosen nicht im Gericht  
noch die Sünder in der Gemeinde der Gerechten.

*Hör nicht auf mich zu träumen gott  
ich will nicht aufhören mich zu erinnern*

Denn der HERR kennt den Weg der Gerechten,  
aber der Gottlosen Weg vergeht.

*ich will nicht aufhören mich zu erinnern  
daß ich dein baum bin  
gepflanzt an den wasserbächen  
des lebens*

Amen.

### Ich bete.

Träume weiter, Gott. Höre nicht auf damit, uns zu träumen. Deine Traumfrauen und Traum-  
männer sind wir. Hör nicht auf, in uns den Traum wach zu halten, dass unser Leben glückt und  
Segen darauf liegt. Mit dir und für dich wollen wir um die Sonnenseite des Lebens ringen. Voller  
Zuversicht halten wir dir die Seele entgegen, dass du sie wärmst und heilst und birgst. Voller  
Vertrauen öffnen wir dir unsere Schattenseiten öffnen, dass du sie ausleuchtest. So sind wir  
hier: mit unseren großen Gaben, mit unserer kleinen Kraft. Träume weiter. Gott. In uns. Damit  
wir bestehen können in all unseren Nächten und an all unseren Tagen. Amen.

### Ich betrachte ein Bild



Wie ein Traum ist das Bild auf dem Liedblatt. Einer  
paddelt auf dem weiten Meer. Wo er ist, ist das  
Wasser dunkler. Der Grund liegt tief. Die Umriss-  
e des tiefen Meeres bedrohlich. Es ist ein stilisiertes  
Virus. Der Paddler paddelt mit aller Kraft. Es scheint,  
als stünde ihm das Wasser bis über den Kopf. Wie  
weit er paddeln muss, weiß er nicht. Aber der Hori-  
zont verleiht ihm Kraft. Immer der Sonne entgegen.

Egal, wie weit der Weg ist. Ja nicht das Ziel aus den Augen verlieren. Und die Hoffnung aus  
dem Herzen, das die Sonne nicht unter geht, bevor er sicher an Land ist.

Dieses Bild gibt dem Motto der Aktionswoche für seelische Gesundheit Farbe. Und eine Denk-  
richtung. „Mit Kraft durch die Krise“. Das gilt zu allen Zeiten. Aber besonders seit Anfang des  
Jahres. Es hat uns alle so viel Kraft an Körper und Seele gekostet. Und ein Ende ist nicht in  
Sicht. Die Weltgesundheitsorganisation WHO geht davon aus, dass in den kommenden Jahren  
immer mehr Menschen weltweit Unterstützung benötigen, um nicht nur körperlich, sondern  
auch seelisch gestärkt Krisen zu bewältigen. Die Folgen der Corona-Pandemie sind ein Grund  
dafür. Wie lange reicht die Kraft? Denn die Einschränkungen und Regelungen für unser Zu-  
sammensein benötigen ja noch mal ein Mehr an Kraft, die Menschen aufwenden, um das Leben  
auf die Reihe zu bekommen. Familien zwischen Schule, Kita und Beruf und unter schlechten  
Umständen auch alles zusammen in den eigenen vier Wänden. Menschen, die ihre Angehörigen  
zu Hause pflegen. Oder sie in Krankenhaus und Seniorenheim besuchen möchten. Selbständige,  
die nicht wissen, wie lange sie wirtschaftlich überleben, wenn nicht bald Land in Sicht ist. Ho-  
telbesitzer und Restaurantbetreiber, deren Gäste stornieren. Künstler wie Perry Schack, die  
kaum Auftritte haben und damit auch kein Einkommen. Wie lange reicht die Kraft? Wie lange  
bleibt die Seele hell? Wo kann ich Unterstützung erfahren? Wo und wie kann ich Land gewin-  
nen?

Die Aktionswoche für seelische Gesundheit rückt die Hilfe ins Blickfeld. Es gibt ambulante und  
stationäre Angebote psychosozialer und psychiatrischer Einrichtungen online und vor Ort. Auch

im Allgäu. Es gibt Hilfe für Menschen, die sich sorgen um die seelische Gesundheit ihrer Angehörigen. Ich bin froh, dass wir in unserem Dekanat mit Pfarrerin Jutta Schröppel einen Menschen haben, der sich Menschen widmet, die kein Licht am Horizont sehen. Die mangels Perspektive auch keine Kraft aufbringen, durch die Krise zu paddeln.

Mit Juden und Muslimen glauben wir Christen, was Hiob bekennt: „In Gottes Hand ist die Seele von allem, was lebt, in seiner Hand auch der Geist im Leib eines jeden Menschen.“ (Ijob 12,10) Von diesem Gott erbitte ich heute ein gutes Wort für meine Seele.

„Sprich nur ein Wort, so wird meine Seele gesund“, beten unsere katholischen Glaubensgeschwister, wenn sie die Eucharistie feiern. Nur ein Wort? Klingt so einfach. Ein gutes Wort kann Wunder wirken oder wenigstens die Seele stärken neben der richtigen Therapie und einem wirksamen Medikament. Nur ein Wort! Klingt so einfach. Und ist so schwer zu finden und auch auszusprechen. Das eine, das richtige Wort! Das Leben stärkt und Zukunft schenkt. Von Jesus lese ich solch ein Wort.

### Ich lese Worte aus dem Markusevangelium: Markus 7, 31-37

Der Evangelist Markus berichtet, dass einige Leute einen Gehörlosen zu Jesus brachten. Sie baten Jesus: »Leg ihm deine Hand auf.« Und Jesus führte ihn ein Stück von der Volksmenge weg. Er legte seine Finger in die Ohren des Gehörlosen und berührte dessen Zunge mit Speichel. Dann blickte er zum Himmel auf, seufzte und sagte zu ihm: »Effata!« Das heißt: »Öffne dich!« Und sofort öffneten sich seine Ohren, seine Zunge löste sich und er konnte normal sprechen. Die Leute gerieten außer sich vor Staunen und sagten: »Wie gut ist alles, was er getan hat. Er macht, dass die Tauben hören und dass die Stummen reden können.«

### Ich lese Worte zum Bibeltext. \*mit einigen Gedanken der Hamburger Bischöfin Kirsten Fehrs

Eine wunderbare Trostgeschichte in dieser Coronazeit. Mitten drin das eine, das gute, das stärkende Wort: Hefata! Öffne dich! Schließ dich auf! Jesus kennt keine Berührungsängste. Er legt die Finger in dessen Ohren. Spuckt. Seufzt. Ringt die Hände. Gebärdensprache at it's best. Inklusion vor 2.000 Jahren. Aber eben nicht nur diese Gebärdensprache erreicht den Gehörlosen. Auch das Wort braucht's. He-fa-ta – für einen Gehörlosen anhand der Lippen mühelos zu verstehen. Hefata! Schließ dich auf! „Und sogleich löste die Fessel seiner Zunge sich und er konnte richtig reden.“

Eine wunderbare Trostgeschichte. Ich glaube Wundergeschichten erinnern daran, wie unser Leben ursprünglich einmal gedacht war. Oder mit Dorothee Sölle gesagt: wie Gott dich und mich träumt. Aufrecht und demütig. Schön. Frei. Glücklich. Wie ein Baum an einem Bach: er lebt auf gutem Grund. Von Wurzel bis Krone durchdrungen von Leben.

Eine wunderbare Trostgeschichte also, heute, im unsicheren Oktober 2020, wo nach wie vor ungewiss ist, was in den nächsten Wochen oder gar an Weihnachten sein wird. Wir spielen gerade verschiedene Möglichkeiten durch. Auch nach dem Motto „Hefata!“ Tut euch auf. Weihnachten auf die Plätze! Oder noch besser: Weihnachten auf die Plätzchen? Zusammenkommen, die gute, alte Weihnachtsgeschichte hören, Stille Nacht singen, Fürbitten mit Kerzen und Segen. Das Licht soll in die Welt, nach draußen, die Menschen sehnen sich so danach.

Es sind die Schlüsselworte unserer Tage, auch im Oktober: Licht, Leben, Sonne, Liebe. Nähe auch. Denn diese lange und unbedingt vernünftige Zeit der Disziplin ohne Berührung, auch ohne höflichen Handschlag und liebevolle Umarmung ist je länger desto mehr eine Entbehrung, die etwas mit dem Menschen macht. Wir alle doch wissen und spüren es hautnah: Der Mensch vergeht ohne Nähe, Gemeinschaft und Zärtlichkeit. Sei er alt oder jung.

Hefata! Tut euch auf. Aber schaut dabei genau hin. Denn derzeit hören wir auch äußerst schräge Töne, die nicht zu verstehen, ja, die gefährlich sind. Zunehmend ignorant, rechtsextrem, spalterisch. Jüngst sagte ein Politiker in einem Interview: „Angst essen nicht nur Seele, Angst essen Demokratie auf.“ Ich frage mich, ob diejenigen, die mit den abenteuerlichsten Verschwörungstheorien Ängste schüren, vergessen haben, dass Frieden und Wohlstand keine Selbstverständlichkeiten, sondern demokratische Errungenschaften der vergangenen 75 Jahre sind. Es

braucht jetzt unsere Entschiedenheit, dass wir uns ganz bewusst für unsere Kultur des gegenseitigen Respekts und Dialogs einsetzen.

Hefata, sagt Jesus. Öffne dich! Schließ dich auf! Das eine, das gute, das stärkende Wort löst ein Wunder aus. Dieses eine Wort gibt mir Kraft und verändert meinen Blick. Ich schaue nicht nur die Strecke! Ich schaue den Horizont! Das verändert viel. Wenn ich weiß, wofür ich lebe, wenn ich ein lohnendes Ziel habe und auch noch einen Sinn in allem erkenne, dann besteht die Chance, dass ich mich bewege. Nicht nur körperlich. Auch die Seele findet Wege, um sich auszudrücken. Worte, Farben, Tanz, Musik.

„In Gottes Hand ist die Seele von allem, was lebt, in seiner Hand auch der Geist im Leib eines jeden Menschen.“ Jesus gibt diesem Gott Herz und Hand. Er sagt und zeigt, dass jeder Mensch diesem Gott etwas bedeutet. Und der darum keine Berührungsängste kennt, der uns heilt und uns berührt, der uns mahnt, neu zu beginnen und der sich die Hände schmutzig macht. Er gibt alles, damit ein neuer, ein heller Horizont dich zieht. Aus dem Dunkel heraus. Aus den Fragen. Aus der Unsicherheit. Aus dem Schmerz.

Als Gotteskinder haben wir im wahrsten Sinne des Wortes wunder-volle Mittel um Herzen zu öffnen und den Blick auf einen Horizont auszurichten. Mit Musik hat schon der junge Hirte David dem depressiven König Salomo die Seele erhellt. Und wenn ich die Musik in dieser Zeit selber nicht praktizieren kann, dann kann ich sie mir zu Gemüte führen. Hefata – öffne dich und halte Ausschau nach dem, was dir gut tut und wofür es sich lohnt zu leben. Das kann das eine, gute, stärkende Wort sein. Oder auch ein Bild

In dem Film „Amistad“ von Steven Spielberg, in dem die Geschichte der Sklaverei in Amerika nachgezeichnet wird, gibt es eine Szene, die mir für unseren Zusammenhang sofort eingefallen ist. Da sieht man etliche Sklaven gefesselt und in Ketten im Kerker sitzen. Damit sie den Geist der Wahrheit und die Kultur der hochstehenden Weißen erkennen können, gibt ihnen jemand eine Bibel mit ins Verließ, natürlich in Englisch, was keiner sprechen, geschweige denn lesen kann. Glücklicherweise ist die Bibel mit Radierungen von Rembrandt versehen. Als sie die Bibel durchblättern, kommentieren sie sie: „Seht mal, was für ein süßer Kleiner!“, sagt einer und zeigt auf die Geburtsszene. „Und all die Könige, die vor ihm knien. Der muss wichtig sein.“ „Oh, jetzt ist er groß und wird in einem Fluss gewaschen“, sagt ein anderer. „Donnerwetter, er kann übers Wasser gehen.“ So blättern sie das ganze Evangelium durch, bis jemand sagt: „Schaut mal, da muss etwas schief gegangen sein, er wird gefangen genommen und in Ketten gelegt, wie wir.“ Und sie blättern weiter. Dornenkrone, Kreuzigung, sie werden immer schweigsamer, bis am Ende beim Bild der Kreuzabnahme einer auf den Heiligenschein von Jesus zeigt: „Aber seht nur: Überall, wo er ist, da ist auch die Sonne!“

Überall wo er ist, ist die Sonne! Das ist das Hefata in unserer Zeit. Voller Verheißung und Trost. Nicht nur während der Corona-Pandemie, sondern zu allen Zeiten will ich mich fragen: Was gibt mir Kraft, um durch Krisen zu kommen? Was stärkt meinen Mut, wenn das Glück in meinem Leben eine Pause macht? Was lässt mich aufstehen, wenn ich eine Niederlage erleide? Kann ich zugewandt bleiben, wenn ich kritisiert werde? Bleibe ich berührbar, wenn Corona uns auf Abstand hält? Bleibe ich zärtlich, wenn die Liebe in die Jahre kommt? Was macht mich stark? Was befindet sich in meinem Notfallkoffer für die Seele?

Die Sorge für mich ist das eine. Mit jeder Heilung geht es Jesus immer auch um die Gemeinschaft, dass sie gesund wird. Dass sie es lernt, auf die zu achten, die am Rande sind und die Gefahr laufen, nicht gesehen zu werden, weil sie im Dunkeln sind. Hefata! Es ist das Mindeste, was wir als Gotteskinder für jene tun können, die ihre Lebensperspektive verloren haben. Dem Herzen zugewandt bleiben. Den weiten Horizont zeigen. Stärken, damit das Paddeln durch die Krise leichter wird. Und Reden. Worte finden für die, die Unsagbares erleiden. Reden für die kleinen Ladenbesitzer, die in ihrer Suche nach Unterstützung durch alle Maschen fallen, weil ihr Umsatz noch nie besonders hoch war. Reden für den Schüler, dessen Vater Risikopatient ist und der überall die Maske trägt vor lauter Angst, den Vater zu gefährden. Reden für die alte Dame mit Demenz, die ständig den Flur auf und ab geht, und ihre Tochter nun gar nicht mehr erkennt, weil sie so lange nicht kommen konnte.

Reden. Tun. Nicht mehr und nicht weniger. Aber immer mit der Perspektive, dass überall, wo wir wie Jesus Herzen und Türen öffnen, die Sonne aufgeht. So sei es! Amen.

Ich singe/lese/höre ein Lied: EG 197, 1+2 **Herr, öffne mir die Herzenstür**

Ich bete allein oder laut für alle.

Du Gott voller Güte, ganz nah ist dein Wort. Wenn ich dich suche, bist du längst da. Und wo du bist, da ist die Sonne. Inmitten meiner Angst und Traurigkeit, halte meine Augen und mein Herz offen, damit du mich erreichen kannst mit deiner Liebe, mit deinem Trost. Ohne dich und deine Liebe kann ich nicht leben.

Sprich dein Wort zu den Mächtigen. Öffne ihre Münder, damit ihre Worte einen und verbinden, Öffne ihre Hände, damit ihre Taten helfen und schützen, Schließ auf ihre Gedanken, damit ihre Pläne dem Frieden und der Gerechtigkeit dienen.

Sprich dein Wort zu den Kranken, zu den Infizierten, zu denen, die pflegen und heilen, damit sie mit Kraft durch die Krise gehen.

Sprich dein Wort zu denen, deren Seele schwer trägt.

Ermuntere ihr Gemüt, damit sie des Lebens nicht müde werden.

Sprich dein Wort zu den Glücklichen, damit ihre Freude diese Erde verwandelt.

Sprich dein Wort zu uns und zu allen, mit denen wir in Sorge und Freude verbunden sind. Ich lege sie dir in der Stille vor. STILLE.

Du Gott voller Güte, zu aller Zeit ich will ich mich erinnern, dass ich dein Baum bin: gepflanzt an den Wasserbächen des Lebens, das du mir schenkst. Heute und in Ewigkeit.

**Vaterunser**

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 unsern Schuldigern. Und führe uns nicht in Versuchung, sondern erlöse uns von dem Bösen. Denn dein ist das Reich und die Kraft und die Herrlichkeit in Ewigkeit. Amen.

Ich singe/lese/höre ein Lied : EG 479, 1+2 **Der lieben Sonne Licht und Pracht**

Ich öffne die Hände und bitte Gott um Segen.

Gott, segne und behüte mich/uns.

Gott, lasse dein Angesicht leuchten über mir/uns und sei mir/uns gnädig.

Gott, erhebe dein Angesicht auf mich/uns und gebe mir/uns Frieden. Amen

oder:

Fenster öffnen / Einatmen. Ausatmen. / Spüren, dass ich da bin. / Spüren, dass andere da sind. Genau jetzt. Genau so. / Verbunden. Miteinander. Mit Gott. Im Glauben. / Einatmen. Ausatmen. / und leise sprechen:

„Ich fürchte mich nicht! Der Geist, den Gott uns geschenkt hat, er wecke auch in mir seine Kraft, Liebe und Besonnenheit.“ (oder ein anderes Wort, das gerade Kraft gibt). Stille. Einatmen. Ausatmen. Fenster schließen