

**Gottesdienst von Pfarrerin Elke Soellner am 2. Mai 21  
(Sonntag Kantate) in Icking Thema Christliche Tugenden: Geduld**

**Zum Thema:**

Ich sitze am Straßenhang.  
Der Fahrer wechselt das Rad.  
Ich bin nicht gern, wo ich herkomme.  
Ich bin nicht gern, wo ich hinfahre.  
Warum sehe ich den Radwechsel  
mit Ungeduld?

*Bertolt Brecht*

**Gebet:**

Ich lasse mich dir, Herr, und bitte dich: mach ein Ende mit aller Unrast.  
Meinen Willen lasse ich dir.  
Meine Gedanken lasse ich dir.  
Meine Pläne lasse ich dir.  
Meine Sorgen um andere Menschen lasse ich dir.  
Die Angst vor der Übermacht der anderen lasse ich dir.  
Meine Furcht vor meinem eigenen Versagen lasse ich dir.  
Alle ungelösten Fragen, alle Mühe mit mir selbst,  
alle verkrampften Hoffnungen lasse ich dir.  
Ich gebe es auf, gegen verschlossene Türen zu rennen,  
und warte auf dich. Du wirst sie öffnen. Amen.

*Jörg Zink*

**Psalm 31**

HERR, auf dich traue ich,  
lass mich nimmermehr zuschanden werden,  
errette mich durch deine Gerechtigkeit!  
    Neige deine Ohren zu mir, hilf mir eilends!  
    Sei mir ein starker Fels und eine Burg, dass du mir helfest!  
Denn du bist mein Fels und meine Burg,  
und um deines Namens willen wolltest du mich leiten und führen.  
    Du wolltest mich aus dem Netze ziehen,  
    das sie mir heimlich stellten; denn du bist meine Stärke.  
In deine Hände befehle ich meinen Geist;  
du hast mich erlöst, HERR, du treuer Gott.  
    Du stellst meine Füße auf weiten Raum.  
HERR, sei mir gnädig, denn mir ist angst!  
Mein Auge ist trübe geworden vor Gram,  
matt meine Seele und mein Leib.  
    Denn mein Leben ist hingeschwunden in Kummer  
    und meine Jahre in Seufzen.  
Meine Kraft ist verfallen durch meine Missetat,  
und meine Gebeine sind verschmachtet.  
    Ich aber, HERR, hoffe auf dich und spreche: Du bist mein Gott!  
Meine Zeit steht in deinen Händen.

## **Lesung: Matthäus 6, 19-27:**

Christus spricht:

»Sammelt keine Schätze hier auf der Erde! Denn ihr müsst damit rechnen, dass Motten und Rost sie zerfressen oder Einbrecher sie stehlen. Sammelt lieber Schätze bei Gott. Dort werden sie nicht von Motten und Rost zerfressen und können auch nicht von Einbrechern gestohlen werden.

Denn euer Herz wird immer dort sein, wo ihr eure Schätze habt.

Aus dem Auge leuchtet das Innere des Menschen: Wenn dein Auge klar blickt, ist deine ganze Erscheinung hell; wenn dein Auge durch Neid oder Habgier getrübt ist, ist deine ganze Erscheinung finster. – Wie groß muss diese Finsternis sein, wenn statt des Lichtes in dir nur Dunkelheit ist! «

»Niemand kann zwei Herren zugleich dienen. Er wird den einen vernachlässigen und den andern bevorzugen. Er wird dem einen treu sein und den andern hintergehen. Ihr könnt nicht beiden zugleich dienen: Gott und dem Geld.

Darum sage ich euch: Macht euch keine Sorgen um euer Leben, ob ihr etwas zu essen oder zu trinken habt, und um euren Leib, ob ihr etwas anzuziehen habt! Das Leben ist mehr als Essen und Trinken, und der Leib ist mehr als die Kleidung!

Seht euch die Vögel an! Sie säen nicht, sie ernten nicht, sie sammeln keine Vorräte – aber euer Vater im Himmel sorgt für sie. Und ihr seid ihm doch viel mehr wert als Vögel!

Wer von euch kann durch Sorgen sein Leben auch nur um einen Tag verlängern?

Und warum macht ihr euch Sorgen um das, was ihr anziehen sollt? Seht, wie die Blumen auf den Feldern wachsen! Sie arbeiten nicht und machen sich keine Kleider, doch ich sage euch: Nicht einmal Salomo bei all seinem Reichtum war so prächtig gekleidet wie irgendeine von ihnen. Wenn Gott sogar die Feldblumen so ausstattet, die heute blühen und morgen verbrannt werden, wird er sich dann nicht erst recht um euch kümmern? Habt ihr so wenig Vertrauen?

## **Glaubensbekenntnis:**

Ich glaube an Gott, den Vater, den Allmächtigen, den Schöpfer des Himmels und der Erde. Und an Jesus Christus, seinen eingeborenen Sohn, unseren Herrn, empfangen durch den Heiligen Geist, geboren von der Jungfrau Maria, gelitten unter Pontius Pilatus, gekreuzigt, gestorben und begraben, hinabgestiegen in das Reich des Todes, am dritten Tage auferstanden von den Toten, aufgefahren in den Himmel; er sitzt zur Rechten Gottes, des allmächtigen Vaters; von dort wird er kommen, zu richten die Lebenden und die Toten. Ich glaube an den Heiligen Geist, die Heilige Christliche Kirche, Gemeinschaft der Heiligen, Vergebung der Sünden, Auferstehung der Toten und das ewige Leben. Amen.

## **Predigt:**

Gnade sei mit euch und Friede von dem, der da ist und der da war, und der da kommt.  
Amen.

Liebe Gemeinde,

sind Sie ein geduldiger oder eher ein ungeduldiger Mensch?  
Können Sie gelassen warten? Oder geht es Ihnen eher wie Bertolt Brecht,  
dem aber doch dabei die Sinnlosigkeit seiner Ungeduld bewusst wird:

*„Ich sitze am Straßenhang.*

*Der Fahrer wechselt das Rad.*

*Ich bin nicht gern, wo ich herkomme.*

*Ich bin nicht gern, wo ich hinfahre.*

*Warum sehe ich den Radwechsel  
mit Ungeduld?“*

Vielleicht müsste er einfach nur seinen Blick heben und würde am  
Straßenrand Blumen, Bäume, Menschen oder Tiere entdecken. Oder den  
weiten Himmel über sich. Oder er könnte sich freuen an der Kompetenz  
des Fahrers, der die Verantwortung für die Fahrt und den Zustand des  
Fahrzeugs übernimmt, während er selbst in aller Ruhe zuschauen darf?  
Oder er könnte in sich gehen und die Ruhe zulassen, das Nichtstun  
annehmen.

Liebe Gemeinde,

ich saß auch einmal an der Straße und habe gewartet.

Lange. Auf einen Bus, der irgendwann kommen sollte.

Diese Situation kennen Sie bestimmt auch – und wundern sich vielleicht,  
warum ich sie offensichtlich nur einmal erlebt habe. Wenn man auf die S7  
angewiesen ist, erlebt man das doch ständig.

Doch ich will Ihnen davon erzählen, weil es für mich tatsächlich eine  
einmalige Situation war und ich die Zeit des Wartens damals zum ersten  
Mal als erfüllte Zeit erlebt habe.

Allerdings stand ich da auch nicht in der Kälte an der S-Bahn-Haltestelle,  
sondern in der warmen Abendsonne in einem Bergdorf auf einer  
griechischen Insel.

Und obwohl ich – ganz anders als Brecht – einen wunderschönen Tag am  
Strand hinter mir und ein gutes Abendessen vor mir hatte, war ich gar  
nicht ungeduldig als der Bus nicht kam.

Ich hatte mich im Urlaub an den Lebensrhythmus der Griechen angepasst.  
Da kommts nie auf die Minute an, alle haben Zeit, keiner weiß, wann der  
Bus kommt, aber jeder vertraut darauf, dass er irgendwann schon  
kommen wird. Solche Geduld durch solches Vertrauen wünsche ich mir!  
Während des Wartens erlebte ich einen wundervollen Sonnenuntergang  
über dem Meer. Ich war voller Geduld und Ruhe und konnte den

Augenblick genießen. Ich war voller Gelassenheit und Vertrauen. Was sollte schon passieren?!

Das war eine prägende Erfahrung, liebe Gemeinde.

Nach dem Urlaub habe ich versucht, diese Geduld auch in meinem Alltag, beim Warten an der S-Bahn oder an der Supermarktkasse aufzubringen. Oder wenn ich mal wieder ganz dringend im Auto auf die andere Isarseite hinübermuss und irgendein langsamer Ausflügler im Auto oder auf dem Rad mich ausbremst.

Denn Ungeduld ändert ja nie etwas an der Situation, sie ändert nur meine Haltung – mir geht's dann schlechter. Ich werde wütend oder sorgenvoll, weil ich einen Termin verpassen könnte und immer hektischer ...

(→ *Geschichte von der Fahrt zu Gottesdienst in Straßlach*)

Geduld bedeutet, Loslassen dessen, was mich in solchen Situationen gefangen nimmt.

Geduld bedeutet, den Augenblick anzunehmen, auch wenn er zuerst als leere, vergeudete Zeit wahrgenommen wird.

Geduld bedeutet Loslassen und annehmen, dass Nichts ist.

*„Warten ist nicht einfach Leere, sondern eine Leere, die sich füllt mit allem, wonach wir uns sehnen.“*

Diesen Satz des Mönchs und Lebensberaters Anselm Grün versuche ich mir an der S-Bahn oder an der Kasse immer wieder mal ins Bewusstsein zu rufen. Und ich versuche die Zeit des Wartens inzwischen geduldig als erfüllte Zeit anzunehmen. Um meine Haltung zu verändern.

Liebe Gemeinde,

Womit könnten wir die Leere beim Warten an der S-Bahn füllen? Wie könnten wir ruhiger werden beim Warten statt immer hektischer?

Vielen fällt das schwer, meint Anselm Grün. Viele Menschen gehen mit Hektik als innerer Haltung durchs Leben.

Wer sein Leben jedoch in Hektik verbringt, läuft den eigenen – womöglich unbequemen - Wahrheiten davon.

Stattdessen braucht es Ruhe – um inneren Frieden zu finden, um mit sich selbst ins Reine zu kommen und sich den eigenen Wahrheiten zu stellen.

Wir brauchen Pausen als notwendige Ruhezeiten - Zeiten, in denen wir einfach nur da sind: Da-Sein – Mehr nicht.

Liebe Gemeinde,

ich will Ihnen von zwei sehr unterschiedlichen alten Frauen erzählen:

Die eine ist dem Augenblick immer schon zwei Schritte voraus.

Ihr Kopf ist voller Sorgen, ihr Leben schwer. Und je älter und schwächer sie wird, umso weniger kann sie das alles schaffen, was ihr Sorgen macht.

Einfach Da-Sein, kann sie nicht, konnte sie noch nie. Deshalb fragt sie sich jetzt immer wieder: Was soll das alles noch? Was soll ich noch? Ihr Leben erscheint ihr mit zunehmender Schwäche sinnlos.

Die andere Frau: Ist auch alt. Seit Monaten kann sie schlecht gehen und deshalb nicht dort leben, wo sie am liebsten wäre, weil sie die Treppen dort nicht bewältigt.

Sie hat erzählt, dass sie in den letzten Tagen, als es warm und sonnig war, einfach nur stundenlang am Teich saß und gar nichts getan hat. Nicht mal lesen. Und dass das eine gute Erfahrung war.

Das kannte sie nicht, das konnte bisher noch nie:

Einfach nur Da-Sein. Geduldig die Fülle wahrnehmen, die im Nichts ist: Schauen – was in diesem Moment vor Augen ist, Spüren, was mich im Augenblick berührt und dankbar annehmen, dass ich bin.

In dieser „erfüllten Leere“, liebe Gemeinde, können wir vielleicht Gott erfahren. Davon erzählen die frühen Mystiker.

Der Kirchenvater und Mystiker Dionysius Areopagita schrieb im

6. Jahrhundert: *"Alles ist nur in Gott, was es ist".*

Ein Satz, dem man lange nachsinnen kann. Vielleicht in solchen – leeren – Momenten.

*"Alles ist nur in Gott, was es ist" - das heißt, schreibt er:*

*"Nur weil Gott ist, ist der Stein ein Stein.*

*Nur weil Gott ist, ist der Baum ein Baum,  
der Löwe ein Löwe, der Mensch ein Mensch.*

*Nur weil Gott ist, ist das Gute gut  
und das Leben lebendig  
und das Nichts nichts  
und ist das Sein.*

*Nur weil Gott ist, ist alles, was es ist.  
Denn ohne ihn, ohne die Einheit in den Dingen,  
könnte nichts sein.*

*Ohne dass er von seinem Strahlen  
bis zu uns hin einen Abglanz leuchten lässt,  
könnte nichts sein.*

*Oder anders gesagt:  
In allem was ist, leuchten seine Strahlen.*

(Zitiert nach Jörg Zink, Dornen können Rosen tragen, Stgt 1997 S. 85)

Jörg Zink schreibt in seinem Buch „Dornen können Rosen tragen, Mystik – die Zukunft des Christentums“ (Stgt 1997 S. 72ff):

*„Die Meister der spirituellen Wege meinen: Wenn du irgendwann am Tag fünf Minuten oder auch eine halbe Stunde Zeit hast, dann lass hinter dir, was dich zerstreut. Lass hinter dir die Bilder, die dich verfolgen. Lass los, was dich bindet. Lass, was dich nach allen Seiten hin beschäftigt.*

*Oder:*

*Wenn du genug geredet hast, dann halte eine Weile deinen Mund. Lass das Geschwätz hinter dir, von dem du herkommst. Auch das Geschwätz, das in dir selbst hin und her lärmt. Versuche zu schweigen. Sodass für einige Augenblicke der Lärm endet, auch in dir selbst.*

*Oder:*

*Du bist voll mit tausend Dingen, die dich beschäftigen, die nötig sind oder unnötig, die dich jedenfalls anfüllen wie ein überfülltes Möbellager. Lege deine Gedanken auf die Seite. Lass alles hinter dir. Lass in dir einen Raum entstehen, in dem sich so wenig wie möglich abspielt. Sei leer. „Vacare deo“ nannte man das früher. Sei so leer, wie ein Mensch eben nur sein kann, der täglich und stündlich voll ist von sich selbst.*

*Oder:*

*Nimm einen Augenblick lang Freiheit in Anspruch. Lass los, was dich bindet. Lass, was du tun solltest, für ein paar Minuten. Lass, was in dir im Kreis jagt, und wende dich für einen Augenblick dem Einen zu, das du suchst oder das für dich wichtig ist. Steh zum Beispiel fünf Minuten an einem Teich und sieh zu, wie der Regen ins Wasser fällt. Nichts sonst.*

*Sei anwesend. „Adesse“ nannte man das früher. Sei bewusst dort, wo du jetzt bist, innerlich oder äußerlich, und nicht anderswo.*

*Lebe bewusst in der Stunde, die jetzt ist, und nicht irgendwo in deinen Erinnerungen oder in deinen Plänen. Sei dir nicht voraus und nicht hinter dir her. Lebe jetzt, im jetzigen Augenblick, und bringe deinen ganzen Menschen mit – so wie er jetzt ist.*

*Oder:*

*Wenn du dazu Lust hast, dann übe dich in der Fähigkeit, deine Gedanken zu konzentrieren. Nimm einen schlichten Gegenstand, eine Kaffeekanne oder eine Topfpflanze, einen Baum vor dem Fenster oder ein Bild an der Wand, und bleibe fünf Minuten ausschließlich im Gegenüber zu diesem Gegenstand. Versuche, nicht abzuschweifen. Erforsche die Formen, die Farben, die Linien, das Helldunkel, auch seinen Nutzen oder seine Schönheit und bleibe ganz bei ihm. Du wirst merken, dass du spätestens nach zwanzig Sekunden anderswo bist mit deinen Gedanken. Aber man kann lernen, sich zu sammeln, und das hilft anschließend nicht nur beim Wahrnehmen täglicher Aufgaben oder beim Nachdenken über Dinge des Glaubens, sondern vor allem auch beim Gebet, das ja im besonderen Sinn ungeteilte „Anwesenheit“ fordert.*

*Oder: Tu, was du tust.*

*Die große Teresa von Avila, die für die Strenge ihrer Askese berühmt war, wurde einmal bei einem festlichen Rebhuhnessen von einem irritierten Mönch gefragt, wie sich diese Schwelgerei mit ihrer sonstigen Strenge vertrage. Da antwortete sie: „Wenn Buße, dann Buße. Wenn Rebhuhn, dann Rebhuhn.“ Das sollte heißen: Was immer du tust, tu es ganz. (...) Wann es Zeit ist, sagt (...) nicht die Uhr, sondern die Wachheit, mit der du jetzt lebst und handelst. Und es bringt nicht etwa eine neue Hektik, sondern eine große Gelassenheit gegenüber dem, was uns im Augenblick wichtig erscheint.*

*Das alles gehörte zu den Wegen, die der Mensch in vergangenen Zeiten suchte und ging. Vielleicht ist der unsere anders – vielleicht auch können wir von den Früheren lernen.*

*Aber ich frage mich manchmal“, schreibt Jörg Zink, „warum wir modernen Menschen, wir aufgesplitterten, verstreuten, unkonzentrierten, den uns gemäßen, uns hilfreichen, wohl auch uns aufgetragenen inneren Weg nicht finden. Warum uns unsere Kirchen nie dazu angeregt haben. Warum haben sie uns nichts gezeigt, das uns näher an das heranführen könnte, das wir „hören“ nennen oder „vor Gott sein“.“*

Liebe Gemeinde,

die Frage, die Jörg Zink stellt, nehme ich ernst. Ich frage mich das auch. Und deshalb habe ich diese Predigtreihe über alte christliche Tugenden gemacht. Ums sie in die moderne Zeit zu übersetzen und gemeinsam zu überlegen, wie wir heute leben und glauben können und mit unserem Glauben leben können.

Die Sehnsucht nach innerem Frieden, nach Ruhe und Geduld, die vermutlich viele von uns in dieser hektischen, zerstreuen Zeit empfinden, können wir in der Spiritualität, im Da-Sein vor Gott stillen und aus diesen Erfahrungen neu leben lernen.

„Habt ihr so wenig Vertrauen?“ – fragt Jesus Christus (→ Lesung aus Mt 6) – angesichts dessen, dass wir Menschen uns in alltäglichen Sorgen, dem Ringen um Erfolg oder Anerkennung verlieren.

Jesus Christus ermutigt uns dazu: Vertraut auf Gott – auf Gott allein, lebt euer Da-Sein vor Gott. Habt Vertrauen!

Liebe Gemeinde,

bitten wir Gott darum mit einem Gebet von Antoine de St. Exupéry:

*Ich bitte nicht um Wunder und Visionen, Herr,  
sondern um Kraft für den Alltag.*

*Lehre mich die Kunst der kleinen Schritte.*

*Mach mich findig und erfinderisch,  
um im täglichen Vielerlei und Allerlei*

*rechtzeitig meine Erkenntnisse und Erfahrungen zu notieren,  
von denen ich betroffen bin.*

*Mach mich griffsicher in der richtigen Zeiteinteilung.  
Schenke mir das Fingerspitzengefühl,  
um herauszufinden, was erstrangig und zweitrangig ist.*

*Ich bitte um Kraft für Zucht und Maß,  
dass ich nicht durch das Leben rutsche,  
sondern den Tagesablauf vernünftig einteile,  
auf Lichtblicke und Höhepunkte achte.*

*Bewahre mich vor dem naiven Glauben,  
es müsste im Leben alles glatt gehen.  
Schenke mir die nüchterne Erkenntnis,  
dass Schwierigkeiten, Niederlagen, Misserfolge, Rückschläge  
eine selbstverständliche Zugabe zum Leben sind,  
durch die wir wachsen und reifen.*

*Schicke mir im rechten Augenblick jemanden,  
der den Mut hat, mir die Wahrheit in Liebe zu sagen.*

*Ich möchte dich und die anderen immer aussprechen lassen.  
Die Wahrheit sagt man nicht sich selbst, sie wird einem gesagt.*

*Ich weiß, dass sich viele Probleme dadurch lösen, dass man nichts tut.  
Gib, dass ich warten kann.*

*Du weißt, wie sehr wir der Freundschaft bedürfen.  
Gib, dass ich diesem schönsten, schwierigsten, riskantesten und zartesten  
Geschenk des Lebens gewachsen bin.*

*Verleihe mir die nötige Phantasie, im rechten Augenblick  
ein Päckchen Güte, mit oder ohne Worte,  
an der richtigen Stelle abzugeben.*

*Bewahre mich vor der Angst,  
ich könnte das Leben versäumen.  
Gib mir nicht, was ich mir wünsche, sondern was ich brauche.*

*Lehre mich die Kunst der kleinen Schritte! Amen.*

Und der Friede Gottes, der höher ist als alle Vernunft, er bewahre eure Herzen  
und Sinne in Christus Jesus. Amen.

### **Fürbitten-Gebet:**

Gebet der VELKD (vereinigten lutherischen Kirche Deutschlands)  
zum Sonntag Kantate:

Mit schöner Stimme deine Wunder besingen,  
danach sehnen wir uns, Gott.  
Mit Freude das neue Leben feiern,

das wünschen wir uns, Gott  
Aber in diesen Tagen sind unsere Stimmen heiser  
und unsere Lieder sind voller Klage.  
Höre uns, ewiger Gott, und erbarme dich.

Höre die Klage der Trauernden. Höre unser Klagen  
über die Toten in Indien und Brasilien,  
über die Toten in unserer Nachbarschaft.  
Höre unser Klagen  
über den Schmerz der Kranken,  
über die Verzweiflung der Erschöpften.  
Du bist der Gott des Lebens, besiege du den Tod  
und verwandele unsere Klage in ein Lied. Erbarme dich.

Höre die heiseren Stimmen der Bedrängten.  
Höre die Stimmen aller,  
die ihrer Würde beraubt werden und aller, die auf Hilfe angewiesen sind.  
Höre die Stimmen derer,  
die sich nach Frieden sehnen und sich dem Hass verweigern.  
Du bist ein Gott der Gerechtigkeit, besiege du das Unrecht  
und sing mit den Erniedrigten von der Freiheit.  
Erbarme dich.

Mit schöner Stimme deine Wunder besingen,  
danach sehnen wir uns, Gott.  
Höre die Lieder von Vertrauen und Hoffnung,  
die wir leise und hinter Masken singen.  
Höre die Lieder vom Glauben,  
die in den Herzen der Gläubigen wohnen.  
Höre die Lieder, die deine Schöpfung singt:  
die Vögel, die Steine, die Engel.  
Du bist wunderbar, ewiger Gott,  
du verwandelst uns und deine Schöpfung  
durch Jesus Christus,  
unseren Bruder und Herrn – heute und alle Tage.  
Amen.

### **Vater unser:**

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

### **Segen:**

Der Herr segne euch und behüte euch.  
Der Herr lasse leuchten sein Angesicht über euch und sei euch gnädig.

Der Herr erhebe sein Angesicht auf euch und gebe euch + Frieden.