

*Liebe Leserin, lieber Leser,*

*Rückschau halten, das tun wir meist zum Jahreswechsel, je älter wir werden desto eher auch an unseren Geburtstagen. Wenn wir dann auch noch einen runden Ehrentag feiern dürfen, dann kommt unweigerlich der Moment, in dem man Bilanz zieht.*

*Mit welchen Gefühlen schaust du zurück auf den schon gelebten Teil deines Lebens? Ich wünsche dir, dass du auch mit Zufriedenheit, Dankbarkeit und einem Schmunzeln auf dein Leben blicken kannst.*

*Seit 1958 feiern wir im Gosautal unsere runden Geburtstage auf ganz besondere Weise. Die 50er organisieren das Fest für ihren Jahrgang und auch für alle 60er, 70er, 80er und 90er. Die Trachtenmusikkapelle darf beim Umzug nicht fehlen. Und ein Festgottesdienst, vorm gemeinsamen Jahrgangsfoto, dem Umzug und schließlich dem gemeinsamen Festessen.*

*Mutig ist es, hierher zu kommen. Nicht alle die bei den Ausflügen dabei sind, kommen auch hierher zum Gottesdienst. Oder dann zum Foto. Manche von den Jüngeren schämen sich: Es muas jo nit a jeder wissen, dass i scho 50 bi, oder gar 60. Unangenehm ist manchen das Zusammentreffen. Es wird auch an Schuigspan gedacht, die nicht mehr dabei sein können....*

*Ich wünsche uns allen, ob Jubilar oder nicht: Dass wir Dinge in unserem Leben sehen und benennen können, für die wir dankbar sein dürfen. Dass wir zufrieden zurückschauen und voller Freude das heute genießen und das morgen erwarten dürfen. Denn gestern, heute oder morgen eines bleibt: Gott begleitet uns.*

*Bleib behütet, Pfarrerin Esther Eder*

### **Predigttext (1. Petr 5, 5b-11)**

Ratschläge für die Ältesten der Gemeinde und für die Jungen

*(...) Alle aber miteinander bekleidet euch mit Demut; denn Gott widersteht den Hochmütigen, aber den Demütigen gibt er Gnade.*

*So demütigt euch nun unter die gewaltige Hand Gottes, damit er euch erhöhe zu seiner Zeit.*

*Alle eure Sorge werft auf ihn; denn er sorgt für euch.*

*Seid nüchtern und wacht; denn euer Widersacher, der Teufel, geht umher wie ein brüllender Löwe und sucht, wen er verschlinge.*

*Dem widersteht, fest im Glauben, und wisst, dass ebendieselben Leiden über eure Brüder und Schwestern in der Welt kommen.*

*Der Gott aller Gnade aber, der euch berufen hat zu seiner ewigen Herrlichkeit in Christus, der wird euch, die ihr eine kleine Zeit leidet, aufrichten, stärken, kräftigen, gründen.*

*Ihm sei die Macht in alle Ewigkeit! Amen.*

## **Predigt**

Bist du gut im Werfen?

Ich kann mich noch an meinen Turnunterricht im Gymnasium erinnern, da haben wir einmal Kugelstoßen gemacht. Das sah eindeutig leichter aus, als es war. Aber vielleicht spielst du ja im Urlaub immer Boccia und du bist ein Profi im Werfen.

Wenn ich so auf mein Leben schaue, dann bin ich besser im Laufen, als im Werfen. Ganz schön oft laufe ich vor Unangenehmen davon, ich muss zugeben besonders als Jugendliche bin ich leider auch oft Mit-gelaufen.

*Alle eure Sorge werft auf ihn...* haben wir gerade gehört, rät uns der Apostel Petrus. Also frage ich uns jetzt noch einmal: Sind wir gut im Werfen? Im Sorgen abwerfen?! ...*denn er sorgt für euch.* Heißt es da heute im Predigttext.

Das Sorgen hat im Deutschen drei Aspekte:

- Ich Sorge mich (z.B. um Dinge in meinem Leben).
- Ich Sorge mich um jemanden (z.B. um die Gesundheit eines Freundes).
- Ich Sorge dafür (z.B. ,dass eine Sache auch so läuft wie geplant).

Und schon wieder eine persönliche Frage: Wieviel sorgst du dich in deinem Leben – um Kinder und Enkelkinder. Um die Zukunft, die Gesundheit, die finanzielle Absicherung. Was macht dir aktuell Sorgen?

Jetzt heißt es in unserem Predigttext: *Alle eure Sorgen werft auf ihn...*

Sind wir gut im Werfen? Im Ablegen, wie man auch einfach sagen kann. Ablegen, weil unsere Sorgen bei IHM besser aufgehoben sind. Werfen, ablegen, jedenfalls weg von mir und wissen wohin es gelegt oder geworfen wird.

Es ist ja nie zu spät um Neues zu lernen oder etwas einzuüben, zu trainieren. Unser Leben ist eine Schule, ob wir nun 6 oder 60 Jahre alt sind. Sogar mit 90 darf man noch Neues beginnen.

*Alle eure Sorgen werft auf Ihn, denn er sorgt für euch.*

Wo also muss ich selbst werfen lernen?! Jeder verarbeitet Sorgen ja anders.

Bei mir ist es häufig so:

Man ist eigentlich gut eingeschlafen. Dann wacht man mitten in der Nacht auf, und dann rattert es. Dann gibt ein Gedanke den nächsten, eine Frage die nächste, eine Sorge die andere. Mir fällt siedend heiß ein, dass ich einen Geburtstag vergessen habe – wie bügeln ich das wieder aus?! Dann ist der Puls zu spüren und das Innere wach: Dann denk ich an die kommende Woche und meine Termine. Ich frage mich, ob ich überhaupt auch nur annähernd weiß, was da auch mich und Xand zukommt, wenn das Baby auf der Welt ist. Dann denke ich an die Gemeinde, und deren Zukunft. Dann denke ich an die Kranken und an die Schule und daran, was ich morgen kochen

könnte. Dann denke ich an das, was ich neulich in den Nachrichten gehört habe. Ich denke an die vielen jungen Männer, die in den Krieg ziehen oder ganz schnell fliehen müssen. Die Frauen, Kinder und Familien, die zurückgelassen werden. Das viele sinnlose Leid, das gerade passiert. Dann frage ich nach dem Alltag: Habe ich die Dinge richtig gemacht? Habe ich Dinge übersehen, habe ich im Chaos manches einfach vergessen, ohne dass es mir bewusst war? Habe ich falsch gehandelt an der einen oder anderen Stelle? Habe ich Menschen übersehen?!

Und dann schlägt das Herz, und die Gedanken rasen, die Sorgen sind da. Und die Nacht scheint manches Mal gelaufen.

Genau dann ist der perfekte Moment die Sorgen zu werfen und ich stelle fest: Das ist gar nicht so leicht. Die können ganz schön hartnäckig sein, so schnell wird man die nicht los.

Und was kann man dann machen, in solchen Situationen?

Beten oder Bibellesen.

Man schlägt seine Bibel auf und liest: nachts vorzugsweise in den Psalmen. Da merke ich zuerst, dass ich nicht der Erste auf der Welt bin, der sich darüber Gedanken macht.

Psalm 55 zum Beispiel: *„Gott höre mein Gebet und verbirg dich nicht vor meinem Flehen. Merke auf mich und erhöre mich. Mein Herz ängstigt sich in meinem Leibe. Furcht und Zittern ist über mich gekommen und Grauen hat mich überfallen. (...) Es folgt eine lange Aufzählung in diesem Psalm. Und am Ende: Wirf dein Anliegen auf den Herrn, der wird dich versorgen. (V.23)“*

Beten hilft auch. Einfach Sorge um Sorge vor Gott hinlegen – ihm sagen, wie ich mich fühle. Ihn bitten für mich zu sorgen. Ihm meine Sorgenkinder anbefehlen. Stück für Stück finde ich so die Geborgenheit in Gottes Hand. Ich schlüpfe hinein in die schützende Hand Gottes, das ist dann die Kunst und das Ziel, bei allen Sorgen des Lebens. Sie dort abgeben zu können, loslassen zu können und auf Gott vertrauen.

Und die Lebenshaltung, die dann daraus erwächst, ergibt sich dann eigentlich von selbst: Demut

Puh, schwieriges Wort. Führt und führt zu vielen Missverständnissen im christlichen Bereich.

Demut als Lebenshaltung orientiert sich an der Lebensweise Jesu, der *„sanftmütig und von Herzen demütig war“*, wie wir im Matthäusevangelium nachlesen können.

Das ist das Kennzeichen von Christen, dass sie nicht sich selbst in den Vordergrund stellen, sondern sich ganz unter Christus und sein Leben stellen.

Demut ist nicht Unterwürfigkeit. Demut ist ein Schurz, den man sich umbindet, um anderen zu dienen und zu helfen.

Die Demut hat ihren Ort im Gegenüber zu Gott: Gott gibt dem Demütigen seine Gnade.

Sich unter Gottes Hand demütigen heißt bei ihm Zuflucht und Schutz suchen, gerade dann wenn Fragen und Sorgen quälen. Das heißt: in seine Hand hineinkriechen. Und dort darf ich auch meine Sorgen ent-sorgen und abgeben.

Wir liegen Gott am Herzen und deshalb sorgt er für uns.

Wenn ich dort geborgen bin, hat keiner eine Chance, nicht einmal der, der brüllt wie ein Löwe. Auf vieles im Leben haben wir keinen Einfluss. Ich kenne niemanden, der sich freiwillig für eine Krankheit melden würde, oder für eine Beziehungskrise oder für finanzielle Unsicherheit oder für schwierige Familienverhältnisse....

Wir können uns bergen, wir müssen uns nicht verschlingen lassen. Deshalb gilt die große Einladung auch heute Morgen: in die schützende Hand Gottes zu kommen. *Alle eure Sorgen werft auf ihn, denn er sorgt für euch.* Amen.

### **Liedtext von Sefora Nelson**

*1. Lege deine Sorgen nieder, leg sie ab in meiner Hand.*

*Du brauchst mir nichts zu erklären, denn ich hab dich längst erkannt.*

*Refrain:*

*Lege sie nieder in meine Hand.*

*Komm, leg sie nieder, lass sie los in meine Hand*

*Lege sie nieder, lass einfach los.*

*Lass alles fall'n, nichts ist für deinen Gott zu groß.*

*2. Lege deine Ängste nieder, die Gedanken in der Nacht.*

*Frieden gebe ich dir wieder, Frieden hab ich dir gebracht.*

*3. Lege deine Sünden nieder, gib sie mir mit deiner Scham.*

*Du brauchst sie nicht länger tragen, denn ich hab für sie bezahlt.*

*4. Lege deine Zweifel nieder, dafür bin ich viel zu groß.*

*Hoffnung gebe ich dir wieder, lass die Zweifel einfach los*