

Gottesdienst am 3. Sonntag nach Epiphania (22.01.2017)
Prädikantin Veronika Cornils
Lutherkirche Westerröfeld

Predigt mit der Jahreslosung 2017: Hesekiel 36,26 (Einheitsübersetzung)

Gott spricht:

Ich schenke euch ein neues Herz und lege einen neuen Geist in euch.

Gnade sei mit Euch und Friede von Gott unserm Vater
und unserm Herrn und Heiland Jesus Christus.
AMEN

Liebe Gemeinde,

Gott spricht:

Ich schenke euch ein neues Herz
und lege einen neuen Geist in euch.

Als ich die Jahreslosung 2017 im Oktober vergangenen Jahres das erste Mal gelesen habe, da habe ich mich richtig doll gefreut.

Neues Herz und neuer Geist.

Das klingt nach der Möglichkeit einer Veränderung, einer Erneuerung.
Und manchmal wünschen wir uns das ja auch.

Ich schenke euch ein neues Herz.

Herz – das Herzstück des Menschen
– Sinnbild für Leben, Lebendigkeit
Im Herzen wohnt die Liebe. Gott ist die Liebe.
Unser Herz – die Wohnstätte Gottes.

Diese Wohnstätte muss aber wohl mal wieder neu hergerichtet werden, damit Gott, die Liebe, dort neu einziehen kann.

In der Lesung aus dem Buch des Propheten Hesekiel haben wir gehört, dass Gott das steinerne Herz entfernen will. Das Volk Israel damals und die Menschen durch alle Zeiten hindurch bis hin zu uns haben sich immer wieder von Gott abgewandt, ihn vergessen. Das lässt unsere Herzen im Laufe der Zeit verhärten. Denn ohne die Liebe bleiben Verletzungen, Überforderungen und Schicksalsschläge wie Steine in unserem Herzen liegen.

Wir dürfen uns an die Zusagen Gottes erinnern:

Jesus Christus spricht: **Kommt her zu mir alle, die ihr mühselig und beladen sein, ich will euch erquicken.** Manchmal vergessen wir das. Mit all unserem Kummer, unseren Sorgen, Nöten und Ängsten und auch mit unseren Überforderungen können wir zu Jesus kommen. Er will uns erquicken. Er will uns Ruhe und neue Kraft schenken. Dann purzeln die schweren Steine von unseren Herzen. Das Herz bleibt lebendig, warm und offen – offen für die Liebe.

Damit das aber wieder so sein kann, braucht es eine Erneuerung unseres beschwerten Herzens. Wie groß die Herz-OP dann ausfallen wird, das hängt von der Intensität ab, wie groß unsere Verletzungen sind. Wie schwer unsere Steine auf unserem Herzen lasten.

Gott spricht:

Ich schenke euch ein neues Herz und lege einen neuen Geist in euch.

Das ist ein Geschenk.

Bin ich bereit, Gottes Geschenk anzunehmen?

Gott hat uns den freien Willen gegeben. Wir haben die Wahl:
Wir können uns das neue Herz schenken lassen – gegebenenfalls mit der erforderlichen OP
Aber wir können auch alles beim Alten lassen.
Wir haben die Wahl.

Im Vertrauen auf Gottes Liebe können wir es wagen, das große Geschenk anzunehmen, dass Gott für uns als seine Kinder bereit hält. Er wird das schon ordentlich machen mit der Herz-OP.
Damit wir wieder offen werden für die Liebe – zu Gott, zu uns selbst, zu unseren Mitmenschen.

Ich glaube fest, dass Gott uns mit seinem Geschenk befähigen will, ein glückseliges und zufriedenes Leben zu führen, indem wir sein Gebot halten können:

Du sollst den Herrn, deinen Gott, lieben von ganzem Herzen, mit ganzer Hingabe, mit aller deiner Kraft und mit deinem ganzen Verstand! Und: Du sollst deine Mitmenschen lieben, wie dich selbst (Lk. 10, 27).

Das neue Herz und der neue Geist befähigen uns zu der Liebe.
Wie zeigt sich diese Liebe?

Ich denke, dass sie schon im Kleinen beginnt.
Im Umgang mit uns selbst und unseren Mitmenschen.
Und WIE wir miteinander umgehen, das wiederum hängt unter anderem davon ab, wie wir miteinander reden.

Hand aufs Herz:

Wie oft beklagen oder beschweren wir uns?

Wie oft jammern wir, meckern, nörgeln, kritisieren und – auch beliebt – tratschen über andere?

Ich muss zugeben: Ich bin nicht frei davon.

Aber ist es hilfreich?

Ist es hilfreich, einen liebevollen, respektvollen und wertschätzenden Umgang miteinander zu pflegen?

„Meckern, jammern, tratschen“ auf der einen Seite und „einander lieben“ auf der anderen Seite.

Wie soll das zusammenpassen?

Na ja, dann ist das halt so! Das liegt in unserer Natur, das müssen wir so hinnehmen.

Ich sage: Damit will ich mich nicht zufrieden geben.

Es muss doch möglich sein, wertschätzend und achtsam miteinander umzugehen!

Was können wir tun?

Der Pastor Will Bowen hat im Jahr 2006 in seiner Kirchengemeinde in Amerika eine Aktion gestartet, die sich mittlerweile über die ganze Welt ausbreitet. Auch in Deutschland – interessanterweise nicht nur in Kirchengemeinden, sondern auch in Firmen, Schulen, Kindergärten.

Seine Vision: „a complaint free world - eine klage-freie Welt“.

Ich finde das eine großartige Vision

Will Bowen hat ein Buch dazu geschrieben. Es heißt *einwandfrei* – da geht es nicht darum, perfekt zu werden oder fehlerfrei zu werden – nein. Das wäre eine Überforderung.

Einwand-frei meint hier frei von Einwänden zu werden, frei von Klagen, Jammern.

Wäre das nicht wunder-voll?

Ich stelle mir vor, dass das ein großer Schritt für die Menschheit sein könnte, dem Frieden in der Welt näher zu kommen? Denn die Grundlage für Frieden sind zuFRIEDENE Menschen. Wenn ich mich nicht mehr beklagen muss, innerlich mit mir und meiner Umgebung im Einklang, in Harmonie bin, dann brauche ich auch keinen Streit anfangen. Zufriedenheit macht sich breit – Frieden breitet sich aus.

Ich lade Sie ein, es auszuprobieren. Selbst festzustellen, ob es einen Zusammenhang gibt zwischen „einwandfrei-Sein“ und „zuFRIEDEN-Sein“.

Nun kommt das rote Band ins Spiel, das Sie zum Beginn des Gottesdienstes geschenkt bekommen haben. Darauf steht: *neues Herz & neuer Geist* – als Erinnerung an die Jahreslosung und *einwandfrei*, um mich zu

erinnern, frei von Einwänden zu werden.

Es ist ganz einfach zu handhaben:

Wir legen das Band ums Handgelenk, links oder rechts, das ist ganz egal.

Wenn wir uns nun ertappen, wie wir jammern, meckern, nörgeln, tratschen, kritisieren, dann wechseln wir das Band auf die andere Seite.

Und das kann so schnell passieren, dass wir uns beschweren.

spontanes Beispiel für Meckerei („leid“tragender ist unser Küster)

Thomas! Also das Licht hier in der Kirche ist ja unmöglich!
Ich kann gar nicht richtig lesen!
Warum muss das immer so funzelig sein!

Oh – Bandwechsel ist wohl angesagt. Sogar dreifach ...

Was hätte ich anders machen können?
Ich versuche es mal so:

Thomas, ich stelle gerade fest, dass ich mehr Licht brauche, um richtig lesen zu können. Könntest Du das Licht bitte etwas heller machen? ... Danke.

Das klingt doch schon ganz anders, oder?

Es geht darum, unser Bewusstsein zu wecken, darauf zu achten, WAS wir sagen und WIE wir es sagen.

An diesem kleinen Beispiel wird deutlich, dass wir eine Meckerei oft ganz leicht anders formulieren können. Wichtig ist es, sich unserer Worte bewusst zu werden, die wir aussprechen; denn was vor den Worten kommt, das sind unsere Gedanken. Und wir können uns über unsere Gedanken am besten bewusst werden, wenn wir merken, was wir überhaupt aussprechen. Welche Worte wir von uns geben.

Und dieses Band ist dazu da, uns immer wieder daran zu erinnern, uns bewusst zu machen, was wir sagen und wie wir etwas sagen. Wir können uns fragen: Muss ich das Band wechseln? Wie könnte ich das nächstes Mal anders sagen?

Aber das Band ist nicht nur eine Gedächtnisstütze.

Es verbindet uns auch miteinander.

Jede, jeder einzelne von uns kann schon etwas ausrichten. Aber es ist doch schön zu wissen, dass es auch Gleichgesinnte gibt. Menschen, die sich auch auf den Weg machen, einwandfrei zu werden.

Wenn wir also beim Einkaufen, beim Arzt oder hier im Gottesdienst – wo auch immer – andere sehen, die auch so ein rotes Band tragen, dann haben Sie doch schon ein verbindendes Gesprächsthema – möglichst jammer- und meckerfrei :o)

Und wie lange tragen wir nun so ein Band?

Es spricht nichts dagegen, es bis zum Lebensende zu tun.

Vielleicht nehmen Sie aber auch schon nach kurzer Zeit wahr:

Oh ja, das klappt ja schon ganz gut – ich muss nicht mehr so oft das Band wechseln.

Ziel ist es, das einwandfrei sprechen zu einer neuen Gewohnheit werden zu lassen.

Und das – so hat die Gehirnforschung festgestellt – ist ein längerer Prozess. Alte Gewohnheiten, die sich in unserem Gehirn eingebrannt haben, abzulegen, das braucht seine Zeit. Sie verschwinden nur, indem wir neue Gewohnheiten einüben. Mindestens 21 Tage sollte man eine neue Gewohnheit praktizieren.

Für uns bedeutet das: 21 Tage einwandfrei sein – am Stück, jeden Tag.

Und das ist eine große Herausforderung. Haben Sie Geduld mit sich.

Ich selbst mache das jetzt seit Anfang Dezember und gebe zu: Bis heute habe ich noch keinen einzigen einwandfreien Tag geschafft.

Aber es lohnt sich dennoch, weiterzumachen.

Wichtig ist der Weg.

Und jede nicht ausgesprochene Klage, Meckerei und Jammerei ist schon ein Fortschritt und ein Gewinn für uns selbst und unsere Mitmenschen, die davon verschont geblieben sind.

Mit der Zeit werden sich die Wahl unserer Worte und auch unsere Gedanken verändern. Wenn Mecker-Gedanken nicht mehr ausgesprochen werden, quasi im Keim erstickt werden, dann verlieren sie ihren Sinn. Und dann wachsen sie irgendwann auch nicht mehr nach.

So verändert sich unser Denken, Fühlen und Handeln.

Ob wir dadurch zufriedener werden?

Ich denke ja – und viele Menschen, die diese Aktion erfolgreich mitgemacht haben, berichten davon. Sie haben mehr Lebensfreude, bessere Beziehungen zu ihren Mitmenschen, finden Lösungen für ihre Herausforderungen, verfügen über eine bessere Gesundheit, ...

Warum?

Wir werden vom Opfer-Sein unserer jammerigen Gedanken befreit und werden zum Mitschöpfer und Gestalter unseres Lebens. Und das ist doch großartig.

Denken wir nochmal an den Hauptmann, von dem wir im Evangelium gehört haben.

Er kam zu Jesus weil sein Knecht sehr krank war.

Allein durch seinen unerschütterlichen Glauben, durch seinen Gedanken daran, dass sein Knecht wieder gesund wird, ist es so geschehen.

Jesus sprach zu dem Hauptmann: Geh hin, dir geschehe, wie du geglaubt hast. Und sein Knecht wurde gesund zu derselben Stunde. (Mt. 8, 13)

Das ist doch irgendwie unglaublich. Und auch großartig.

Haben wir so einen festen Glauben?

Die Macht, die unsere Gedanken haben – zum Guten wie zum Bösen – die sollten wir nicht unterschätzen.

Es wäre doch schön, wenn wir diesen festen Glauben wieder in uns wecken könnten.

Wir haben die Chance.

Wir müssen aktiv werden – nur jammern bringt da nichts.

Wir haben die Freiheit uns zu entscheiden, was wir denken, was wir glauben.

Und damit wir befähigt werden, uns für die Liebe zu entscheiden, spricht Gott uns zu:

Ich schenke Euch ein neues HERZ und lege einen neuen GEIST in euch.

Da bleibt mir nur zu sagen:

DANKE, Gott, für dein großes Geschenk.

AMEN