

Eine Andacht zum 2. Sonntag nach Trinitatis

zu Hause allein oder in kleiner Runde aber mit vielen verbunden durch den Geist Gottes

(Glockengeläut von ferne)

Kerze anzünden

- Stille -

Wochenspruch:

Christus spricht: Kommt her zu mir alle, die ihr mühselig und beladen seid; ich will euch erquicken. (Matthäus 11,28).

Gebet:

Barmherziger Gott, dein Sohn lädt uns ein, uns mit unseren Sorgen und Ängsten, unserer Erschöpfung und Reue vertrauensvoll an dich zu wenden. Du willst uns wieder aufrichten und neue Kraft schenken. Dafür danken wir dir und bitten dich: Dass wir um unsere Bedürftigkeit wissen und dich nicht verfehlen. Darum bitten wir durch Jesus Christus, unseren Bruder und Herrn. Amen.

Lesung Evangelium: Lukas im 14. Kapitel.

¹⁶Jesus sagte: »Ein Mann veranstaltete ein großes Festessen und lud viele Gäste ein.¹⁷Als das Fest beginnen sollte, schickte er seinen Diener los und ließ den Gästen sagen: ›Kommt, jetzt ist alles bereit!‹¹⁸Aber einer nach dem anderen entschuldigte sich. Der erste sagte zu ihm: ›Ich habe einen Acker gekauft. Jetzt muss ich unbedingt gehen und ihn begutachten. Bitte, entschuldige mich!‹¹⁹Ein anderer sagte: ›Ich habe fünf Ochsespanne gekauft und bin gerade unterwegs, um sie genauer zu prüfen. Bitte, entschuldige mich!‹²⁰Und wieder ein anderer sagte: ›Ich habe gerade erst geheiratet und kann deshalb nicht kommen.‹²¹Der Diener kam zurück und berichtete alles seinem Herrn. Da wurde der Hausherr zornig und sagte zu seinem Diener: ›Lauf schnell hinaus auf die Straßen und Gassen der Stadt. Bring die Armen, Verkrüppelten, Blinden und Gelähmten hierher.‹²²Bald darauf meldete der Diener: ›Herr, dein Befehl ist ausgeführt, aber es ist immer noch Platz.‹²³Da sagte der Herr zu ihm: ›Geh hinaus aus der Stadt auf die Landstraßen und an die Zäune. Dränge die Leute dort herzukommen, damit mein Haus voll wird!‹²⁴Denn das sage ich euch: Keiner der Gäste, die zuerst eingeladen waren, wird an meinem Festessen teilnehmen!«

Glaubensbekenntnis

Wochenlied: EG 225, 1-2 Komm, sag es allen weiter

*Komm, sag es allen weiter, ruf es in jedes Haus hinein,
komm, sag es allen weiter, Gott selber lädt uns ein.*

Sein Haus hat offene Türen, er ruft uns in Geduld,
will alle zu sich führen, auch die mit Not und Schuld.

*Komm, sag es allen weiter, ruf es in jedes Haus hinein,
komm, sag es allen weiter, Gott selber lädt uns ein.*

Wir haben sein Versprechen: Er nimmt sich für uns Zeit,
wird selbst das Brot uns brechen, kommt, alles ist bereit.

*Komm, sag es allen weiter, ruf es in jedes Haus hinein,
komm, sag es allen weiter, Gott selber lädt uns ein.*

Lesepredigt zu Matthäus 11,28-30 (Wochenspruch)

Liebe Leserin, lieber Leser,

was tun Sie, wenn die Lasten des Lebens zu schwer werden?

Wenn Sie merken – das wird mir alles zu viel?

Ich denke, in den vergangenen 15 Monaten der Corona-Pandemie mit Lockdown und Hygiene-Regeln, mit Rücksicht und Verzicht, mit Einschränkungen und Perspektivlosigkeit sind noch mehr Menschen als sonst an diesen Punkt gekommen. Die Alltags-Sorgen haben sich vervielfältigt. Neue sind dazu gekommen – Herausforderungen, die oft mit viel Kreativität gemeistert wurden.

Doch ab einem bestimmten Punkt kann es sein, dass auch das nicht mehr hilft.

Wenn die Angst zu groß wird, wenn Hoffnungen wegbrechen, wenn ein lieber Mensch stirbt – es gibt viele weitere Beispiele.

Was tun Sie, wenn Sie merken: Uff, das wird mir alles zu viel?

Haben Sie jemanden, an den Sie sich wenden können?

Einen Menschen, dem Sie sich anvertrauen können –

Ohne Scham, zu versagen, weil sie alleine nicht mehr klarkommen?

Die Dichterin Mascha Kaléko sagt:

»Man braucht nur eine Insel

Allein im weiten Meer

Man braucht nur einen Menschen,

den aber braucht man sehr.«

So eine Insel zum Rückzug, so ein Mensch ist unendlich wertvoll.

Das kann der Partner, die Partnerin sein. Das können die Eltern sein – oder der beste Freund, die beste Freundin. Jemand Vertrautes.

Jemand, der uns kennt und liebt, so wie wir sind – mit allen unseren Begabungen und Talenten – aber auch mit unseren Grenzen und Schattenseiten.

Ja, so ein Mensch, so ein Vertrauter ist unendlich wertvoll.

Manchmal ist es auch nötig und sinnvoll, sich professionelle Hilfe zu suchen, um aus dem Seelental wieder herauszufinden. Einen Seelsorger, eine Therapeutin.

Darüber hinaus gibt es jemanden, der unser engster Freund auf unserer Lebensreise ist.

Jemand, der alles Leid versteht und mitträgt.

Oft vergessen wir, dass wir uns an diesen Freund wenden können – weil es so naheliegt, dass wir es nicht mehr sehen können. Oder weil er irgendwie zu weit weg scheint. Zu heilig, zu groß.

Ich spreche von Jesus.

Zu ihm können wir immer kommen, uns vertrauensvoll an ihn wenden, bei ihm Zuflucht nehmen – und uns aufrichten lassen. Jesus hebt uns auf und sagt:

²⁸Kommt her zu mir, alle, die ihr mühselig und beladen seid; ich will euch erquicken.²⁹Nehmt auf euch mein Joch und lernt von mir; denn ich bin sanftmütig und von Herzen demütig; so werdet ihr Ruhe finden für eure Seelen. ³⁰Denn mein Joch ist sanft, und meine Last ist leicht.

Ich spüre Erleichterung, wenn ich diese Worte höre. Sie wirken wie eine Umarmung.

Ich sehe sie geradezu vor mir: die weit geöffneten Arme, die einen liebevoll auffangen und das tosende Meer der inneren Unruhe zum Schweigen bringen. –

Es gibt diesen Ort, wo unsere Seele Zuflucht hat. Vergessen wir das nie.

Praktisch kann das so aussehen:

Sich im Alltagsgetriebe mal eine Auszeit gönnen –Sich frei machen von – ich müsste noch.

Einen ruhigen Ort suchen – eine ungestörte Ecke in der Wohnung, an der ich mich hinsetzen und eine Kerze anzünden kann – oder raus in die Natur – oder in eine Kirche.

Es gibt viele Möglichkeiten.

Und dann zur Ruhe kommen – das Gedankenkarussell bremsen, tief durchatmen – und mit Jesus reden wie mit einem Freund, der neben mir sitzt. Ich kann ihm sagen, wie es mir geht.

Ihm erstmal alles vor die Füße legen – er wird mich nicht auslachen oder zu mir sagen: Kopf hoch, das wird schon wieder! Oder: Du musst Dich nur ein bisschen anstrengen – lass Dich nicht so hängen. Nein, Jesus weiß, was es heißt schwere Lasten zu tragen. Er ist unser Verbündeter.

Er sagt:

²⁹Nehmt auf euch mein Joch und lernt von mir; denn ich bin sanftmütig und von Herzen demütig; so werdet ihr Ruhe finden für eure Seelen. ³⁰Denn mein Joch ist sanft, und meine Last ist leicht.

Jesus sagt: schaut auf mich und lernt von mir.

Ja, es gibt im Leben viel Schweres zu tragen. Das kenne ich.

Doch ich bin bei Euch. Ich helfe Euch beim Tragen.

Sein Joch beinhaltet „Sanftmut“ und „Demut“.

Sanftmut und Demut – das heißt im Glauben leben und vom Glauben alles erwarten.

Sanftmut und Demut, das heißt im Leben mit Gott bereit sein auch Anstrengendes anzunehmen – und mit seiner Hilfe beim Tragen zu rechnen.

Sanftmut und Demut heißt: so wie ein Kind auf die Eltern vertraut, so soll der Mensch auf Gott vertrauen. Es gibt einen Lohn für solches Vertrauen: „Man findet Ruhe für seine Seele“.

Ruhe für seine Seele finden – das heißt für mich, ausgeglichen zu sein.

Mit Gott, mit mir, mit den Menschen um mich herum im Einklang zu sein und zu wissen er will mir seine Ruhe geben. Ruhe nach der ich mich sehne bei dem Stress und der Hektik die ganze Woche über. Ruhe, nach der ich mich sehne, wenn ich merke, ich komme an meine Grenze – alleine komme ich nicht weiter. Eine Art „Lebensruhe“ könnte es sein. Eine Gelassenheit.

Ich weiß, dass mein Leben einen Sinn und ein Ziel hat – und ich versuche mich darin einzuüben,

im Vertrauen zu leben, dass Gott mir die Kraft gibt für jede Last und Herausforderung in meinem Leben. Kommt zu mir!

Jesu Einladung gilt dir und mir und jedem Menschen.

„Meine Last ist leicht“, sagte Jesus, obwohl ihm das Kreuz schwer wurde und der bittere Kelch nicht an ihm vorbei ging. Doch alle Erdschwere und alles Leid fielen ab,

als Gottes neue Wirklichkeit im Licht des Ostermorgen aufleuchtete.

Wenn wir darauf vertrauen, können wir erleben,

dass wir neue Kraft geschenkt bekommen, dass wir erquickt werden – so wie ein Schluck frisches Wasser nach einer langen und mühevollen Wanderung uns erfrischt und neuen Schwung gibt.

Und wie geht es danach weiter?

Ist dann alles wieder gut – soll ich dann alles wieder alleine meistern?

Martin Luther, der oft Gewissensnot, Anfeindung, Verfolgung am eigenen Leib erfahren hat, hat dazu einen guten Rat: "Wer mit Traurigkeit, Verzweiflung oder anderem Herzeleid geplagt wird oder einen Wurm im Gewissen hat, derselbige halte sich ernstlich an den Trost des göttlichen Worts, darnach so esse und trinke er und trachte nach Gesellschaft und Gespräch gottseliger und christlicher Leute, so wird's besser mit ihm werden."

Also: Zuerst Zeit mit Gott, mit Jesus verbringen, die Last mit ihm teilen.

Und danach: Es sich gut gehen lassen!

Nicht nur die Seele braucht Stärkung, sondern auch der Körper.

Also sich etwas Gönnen – leckeres Essen – am besten zusammen mit Menschen, die einen verstehen und gute Wegbegleiter sind.

Gemeinsam mit ihnen und mit Jesus an einem Tisch sitzen –

Wir sind zu seinem Gastmahl eingeladen, von dem vorhin im Evangelium die Rede war.

Lassen wir uns einladen von ihm, der zu uns sagt:

Kommt alle her zu mir! Ich will euch erquicken. Ich will euch Ruhe geben für Eure Seelen.

Und der Friede Gottes, der höher ist als alle Vernunft,

bewahre unsere Herzen und Sinne in Christus Jesus, unserem Herrn. Amen.

- Stille -

Fürbitten

Herr, unser Gott,

du lädst uns ein, bei Dir zu Gast zu sein und Deine Liebe zu den Menschen zu tragen.

Doch du weißt auch um unsere Zweifel, die uns lähmen;

um die Angst, die uns blind macht für die Nöte anderer Menschen.

Deshalb brauchen wir deine Hilfe und bitten dich:

Für deine Kirche: Dass sie allen, die sich eingeladen fühlen, eine Heimat ist –

und dass sie auch den noch Fernstehenden ein Zuhause wird.

Dass wir die richtigen Worte finden, glaubwürdig und begeisternd von dir zu erzählen.

Wir rufen zu Dir: Herr, erbarme dich.

Wir bitten für deine Welt: Sende den Kranken und Notleidenden Menschen an ihre Seite, die mit ihnen weinen, mit denen sie aber auch lachen können.

Begleite alle Flüchtenden und halte deine schützende Hand über sie.

Hilf uns, eine Welt zu schaffen, in der niemand mehr seine Heimat verlassen muss.

Wir rufen zu dir: Herr, erbarme dich.

Für die Trauernden und Verzweifelten bitten wir:

Gib dich denen zu erkennen, die an ihrem Leben verzweifeln,

denen die Last, die sie tragen, zu groß wird:

in Einsamkeit und Arbeitslosigkeit, in Krankheit und Sucht.

Tröste die Menschen, die um einen Angehörigen trauern.

Wir rufen zu dir: Herr, erbarme dich.

