



Fülle des Lebens

Reise in das gelobte Land

August-Thyssen-Str. 7
56170 Bendorf
Tel.: 0 26 22/12 02 22
Fax: 0 26 22/12 02 20
info@logo-buch.de
www.logo-buch.de

Fülle des Lebens

Eigene Notizen:

Für Viele bedeutet Fülle: Geld zu haben, ein teures Auto zu fahren, ein großes Haus zu haben, erfolgreich zu sein und ganz allgemein gesprochen: all die Dinge zu haben, die man hat, um von anderen als glücklich angesehen zu werden.

Aber was ist mit der Fülle an Liebe, Fülle an Gesundheit, Fülle an wunderschönen herzlichen Beziehungen, die Fülle an Natur, an Freude und Spaß?

Echte Fülle kommt immer von innen, sie beginnt damit, sich der eigenen inneren Fülle zu öffnen. Und sie ist nicht abhängig von äußeren Umständen. Sie bedeutet, sich der Liebe zu öffnen, die man eigentlich ist und die auch um uns herum ist.

Es bedeutet den Hinweisen des Herzens zu folgen, denn es ist die Verbindung zwischen dir und Gott.

Gebet

König der Heiligen, unbesiegbares Wort des Vaters im Himmel, Herr der Weisheit, Labung in der Mühsal, ewige Freude, Jesus, Erlöser der ganzen Menschheit, Hirte, Sämann, Steuermann und Lenker, wie auf einem Flügel trägst du die heilige Herde zum Himmel.

Jesus, als Menschenfischer bist du gekommen, um die Menschen aus dem Meer der Sünde zu erretten; die reinen Fische ziehst du an dich aus dem Wasser der Gefahr mit dem Köder des erfüllten Lebens. Du bist der heilige Hirte: Leite du die Herde der menschlichen Geschöpfe, regiere als König über die Söhne ohne Makel.

Auf deinen Spuren, Christus, führt der Weg zum Himmel. Du bist das von Ewigkeit her lebendige Wort, Zeit ohne Ende, unsterbliches Licht, Quelle der Barmherzigkeit, Lehrmeister der Tugend.

Du bist das wahre Leben aller, die Gott loben.

Eigene Notizen:

In der Einfachheit des Herzens zählen wir uns zur Schar des Sohnes, des Allmächtigen. In Christus neugeboren, bilden wir den Chor des Friedens, ein weises Volk.

Vereint singen wir dem Gott des Friedens.

(Klemens von Alexandrien, 150-215)

Gott ist die Quelle der Fülle

Gott ist die Quelle der Fülle,
die mich segnet und mein Leben bereichert.
Tief in meiner Seele kenne ich Gott
als meine großzügige Quelle der Fülle.
Dieses Wissen übersteigt alle äußeren Umstände oder Erscheinungen.
Die Basis dieses Wissens ist einfach:
Ich bin von Gott geschaffen, und ich werde zu allen Zeiten von Gott
getragen und getröstet.

Von dieser Fülle abzugeben, öffnet mein Herz,
sodass ich darauf vorbereitet bin zu empfangen.
Daher denke ich großzügig über meine Welt,
über andere und über mich selbst.
Wenn ich gebe, empfangen ich alles, was ich brauche,
um glücklich und erfüllt zu sein.

Wann immer ich die Gelegenheit habe, an einen anderen zu denken,
habe ich auch die Gelegenheit, in Gedanken großzügig zu sein,
das Beste zu denken,
das Beste anzunehmen und das Beste zu wünschen.
Solche Großzügigkeit des Denkens, ein so gebendes Wesen stellt
sicher, dass auch ich großzügig empfangen werde.

Die Reise in das Gelobte Land

Familiengottesdienst

Zielvorstellung

Das negative Gerede über die zerstörte Umwelt darf nicht mehr den Gottesdienst beherrschen. Es muss eine positive und aufbauende Aussage über diesem Gottesdienst stehen.

Durch die großen Trauben angeregt, kamen wir auf die Kundschafter Geschichte aus 4. Mose 13. Das Vorbereitungsteam fand diese Geschichte als „Reise in das Gelobte Land“ sehr anregend.

Dabei soll die Sehnsucht des heutigen Menschen nach Frieden, Geborgenheit, Fülle und Glück aufgenommen und von Gottes Tat und Jesu Heil gefüllt werden als Ruf, den Kundschaftern des Evangeliums zu vertrauen, Jesu Angebot seiner Ernte anzunehmen und sich auf die Reise in das Gelobte Land des Glaubens aufzumachen.

Der Erntedank-Altar

Der geschmückte Erntedank-Altar soll dabei Symbol für das Gelobte Land sein mit der Bibel als dem verheißenen Wort Gottes, mit dem Kreuz als dem alles überragenden Zeichen der Versöhnung (des Friedens) und mit Brot und Wein als den „An“-Zeichen seiner Gegenwart: „Das Gelobte Land ist mitten unter euch!“

Das Kundschafter-Spiel

Zuerst kommen die Kinder zu ihrem Teil: Die Geschichte wird ihnen durch Mitglieder des Teams nach einer schriftlichen Vorlage spielend dargeboten:

Zuerst zieht Mose mit Stab usw. und dem Volk Israel vom Eingang her zum Altar-Raum, die Kinder schließen sich dem Zug an und kommen mit vor. Dann werden die Kundschafter losgeschickt.

Nach einem Lied kommen sie mit großen Tablett (Holzplatten mit Trägern), beladen mit Körben voll von (geschnittenem) Brot und Trauben vor zum Altar. Nach dem Spiel wird ein Loblied gesungen, Brot und Trauben werden auf den Altar gestellt.

Bilder und Zeichen zur Predigt

Die Hinführung dazu geschieht durch Verdecken des Altars mit schwarzen Tüchern. Wir haben dazu zwei Stelltafeln in die Kirche geschafft und sie (Styropor) mit schwarzen Fotodekorationstüchern überhängt, hinter denen der ganze Altar verschwindet, höchstens das Kreuz ragt noch heraus!

Eine Jugendgruppe hat vier Plakate hergestellt: Angst, Sorgen, Einsamkeit und Neid: Das und anderes mehr hindert heutzutage viele Christen, Erwachsene und Kinder am Glauben. Diese „Schwarzseher“-Symbolik kam gut an, besonders auch, dass wir dann allmählich wieder den Blick öffneten, zuerst nur einen Spalt, dann mehr und mehr. Die Wände werden schließlich schräg gestellt, seitlich zum Altar hin offen. Sie verschwinden nicht, sind noch da, aber sie verdecken nicht mehr den Blick auf das „Gelobte Land“!

Das Segensgebet nimmt das Gabengebet der Lima-Liturgie auf und endet mit dem bekannten Tischgebet: „Komm, Herr Jesus, sei unser Gast ...“! Danach werden Brot und Trauben in Körben von größeren Kindern in die Gemeinde gebracht. Jeder nimmt ein Stück Brot und ein Stück Trauben-Rebe.

Eigene Notizen:

Wir haben auf das Abendmahl verzichtet, damit alle Kinder auch am Mahl teilnehmen können. Aus denselben Körben, nun leer, wird dann die Kollekte gesammelt für die Weltmission und die Armen in der Dritten Welt.

Ein kurzes Schlussgebet, Vaterunser und Segen schließen den Gottesdienst ab.

Orgelvorspiel

Begrüßung und Eingangsgebet

Gemeindelied (EG 334): „Danke für diesen guten Morgen“

Einleitung in das Thema

Gemeindelied (EG 320 1,2,7): „Nun lasst uns Gott, dem Herren“

Das Kundschafter-Spiel

Erzähler: Wir wollen euch heute am Erntedankfest eine Geschichte aus der Bibel vorspielen.

Viele Jahre hat das Volk Israel, so haben sich die Nachkommen Abrahams genannt, in Ägypten geschuftet und schwer gearbeitet. Sie werden von Mose aus Ägypten geführt durch die Wüste, immer auf der Suche nach dem verheißenen Land. Viele Israeliten haben die Hoffnung schon aufgegeben: „Wir kommen nie an“, sagen sie, „dieses Land gibt es sicher gar nicht. Gott hat uns belogen!“

Sie werden immer unzufriedener mit Gott und Mose. Doch eines Abends, nach wieder einem langen heißen Wandertag, ruft Mose plötzlich laut:

Mose: „Ihr Israeliten, hört auf zu jammern und zu klagen. Gott hat uns nicht belogen, er gibt uns das verheißene Land. Er hat mir gesagt: Dort hinter diesen Bergen liegt es. Wir wollen uns jetzt lagern und uns ausruhen, bevor wir endlich das verheißene Land betreten.“

Erzähler: Die Israeliten bauen ihr Lager auf. Sie freuen sich sehr, natürlich. Aber viele haben jetzt plötzlich Angst. Überall sitzen sie zusammen und reden. Dann schicken sie Miriam, Moses Schwester, zu Mose. Sie soll ihm die Ängste des Volkes sagen.

Eigene Notizen:

Miriam: „Mose, viele aus dem Volk haben große Angst. Und ich kann sie gut verstehen.“

Mose: „Wovor haben Sie denn Angst?“

Miriam: „Sie fürchten sich vor diesem unbekanntem Land da hinter den Bergen. Wie wird es sein? Wird es Wasser und Futter haben für unsere Herden? Werden wir für uns und unsere Kinder genug zu essen haben, genug zum Leben? Vielleicht ist Gottes verheißenes Land ja eine öde Steinwüste.“

Mose: „Sprich weiter!“

Miriam: „Wieder andere sagen: Wenn nun in diesem Land schon andere Menschen leben, wer und wie mögen sie sein? Sind sie uns freundlich gesinnt? Werden sie uns überhaupt hereinlassen und uns aufnehmen? Wir sind für sie doch Fremde. Vielleicht werden sie gegen uns kämpfen, weil sie uns nicht bei sich haben wollen.“

Mose: „Miriam, Miriam, wie wenig Vertrauen du und das Volk doch auf Gott, seine Liebe und Fürsorge habt. Gott selber hat mir letzte Nacht in einem Traum befohlen, zuerst Kundschafter ins Land zu schicken. Nach ihrer Rückkehr werden sie euch sagen können, wie Gottes verheißenes Land aussieht. Simon, Levi, kommt her! Ihr seid starke, kluge Männer. Geht jetzt über die Berge heimlich in das Land und schaut euch gut um. Kommt dann wieder und erzählt uns alles. Wir warten hier auf euch.
Gott sei mit euch!“

Kundschafter: „Gut, Mose, wir werden gehen.“

Erzähler: 40 Tage waren die Kundschafter unterwegs, viele glaubten: „Die Kundschafter sind sicher tot oder gefangen worden. Wir haben uns ja gleich schon so was gedacht.“
Jeden Tag stand Mose vor seinem Zelt und schaute nach den Kundschaftern aus. Aber sie kamen nicht. Doch da, am 40. Tag! Ist da hinten nicht etwas zu sehen? Wirbelt da nicht Staub auf, wie wenn Menschen langsam und schwer herankommen?

Eigene Notizen:

Mose: „Die Kundschafter kommen zurück! Kommt alle hierher zu mir.“

Miriam: „Seltsam, sie gehen so langsam, fast als wären sie niedergedrückt oder verwundet. Was das wohl bedeuten mag?“

Erzähler: Alle warten gespannt. Die Kundschafter kommen näher und näher. Und dann sehen sie alle, warum sie so langsam und schwerfällig gehen.

Miriam: „O seht doch, was sie tragen. Trauben, süße Trauben, und Brot, so viel und schwer, dass sie es kaum tragen können. Wie wunderbar!“

1. Kundschafter: „Da sind wir wieder. Es war eine schwere Aufgabe, das ganze Land zu erkunden. Es gibt Menschen dort, es gibt Städte und Dörfer.“

2. Kundschafter: „Und seht, was wir mitgebracht haben. Das verheißene Land hat Wasser und Nahrung in Fülle. Seht die vielen Trauben, seht das viele Brot. Das und noch viel mehr gibt es im Land. Glaubt mir, Gott will uns ein Land geben, schön und fruchtbar, ein Land, ich kann es nicht anders sagen, ein Land, in dem Milch und Honig fließen. Aber wir sahen dort auch Riesen und wir waren in ihren Augen klein wie Heuschrecken. Dieses Land können wir unmöglich einnehmen.“

Mose: „Gott ist für uns! Wir halten an seiner Zusage fest. Er will uns dieses Land schenken. Es ist Platz da für alle, wenn wir in Frieden miteinander leben wollen. So sorgt Gott für uns.“

Erzähler: Es folgte noch eine herausfordernde Zeit für die Israeliten, aber Gott führte sie ins gelobte Land.

Lasst uns alle Gott loben und ihm danken mit einem Lied.

Gemeindelied (EG 463): „Alle guten Gaben“

Predigt

Das ist eine spannende Geschichte, liebe Kinder und liebe Erwachsene: Der Traum vom Gelobten Land!

Eigene Notizen:

Es ist auch unser Traum! Das Gelobte Land, in dem es Trauben und Brot in Fülle gibt, in dem „Milch und Honig“ fließt – wer hat davon noch nicht geträumt?

Viele Ausländer meinen, unser Deutschland heute mit seiner Wirtschaftskraft und seiner Nahrung im Überfluss sei nun dieses Gelobte Land für sie. Deswegen kommen sie zu unseren Grenzen und begehren Einlass.

Ja, äußerlich ist bei uns alles da. Wir sind ein reiches und gesegnetes Land und dürften uns über unsere Wiedervereinigung freuen. Sie wird uns auf Dauer noch reicher und vermögender machen und uns im Osten und Westen ganz neue Möglichkeiten eröffnen.

Aber, Hand aufs Herz: sind wir das Gelobte Land?

Wenn man auf unsere vollen Scheunen und Schaufenster schaut oder auf unsere Bäume und Silos, dann sind wir es. Doch, wenn wir das Gelobte Land sein sollen, wieso gibt es dann so viele Menschen unter uns, die man nie lachen sieht, die traurig sind, Angst haben, denen Sorgen und Enttäuschung ins Gesicht geschrieben sind und die ihre Mundwinkel ganz pessimistisch herunterhängen lassen? Wir wissen doch ganz genau: zum wirklich Gelobten Land gehört noch etwas anderes: Zu ihm gehören Freude und Glück, ein fröhliches Herz, eine Seele, die sich geborgen und getragen weiß und ein Mensch, der keine Angst mehr haben muss.

Solches und noch mehr muss da geschehen: Keine Sorgen und kein Unglück mehr, keine schlimmen Krankheiten und kein frühes Sterben, sondern ein frohes Leben, das sich in Gott gehalten und getragen weiß. JESUS hat uns etwas von diesem Land gezeigt. Er wollte es uns immer wieder vor Augen stellen! Dass wir ihm vertrauen und dass dann dies Land mitten unter uns erscheint und wirklich wird.

Aber was wissen wir davon noch? Was glauben wir davon? Sind wir für dieses Gelobte Land nicht weithin blind geworden? Wir tun dann so, als sei es gar nicht da und sehen nur schwarz! Das zeigen wir euch jetzt einmal, wie das ist: *(Der Altar wird mit zwei schwarzen Tafeln oder Decken zugestellt!)*

So, jetzt ist unser Altar zugedeckt. Er ist ein Zeichen für das Gelobte Land! Aber wir sehen es nicht. Wir sehen lieber schwarz.

Da sind unsere **Ängste**, wie auch die Israeliten damals haben wir Ängste. Angst vor der Schule, vor dem Beruf, vor dem Zusammenleben, vor Krankheiten, Unfällen, Misserfolg und die Jüngeren vor dem Erwachsen werden, die Älteren vor dem Altwerden, und viele vor der Zukunft überhaupt, und was da alles noch werden wird!

Unsere Jugendlichen haben das gemalt. So hängen wir das als Erstes auf die schwarze Wand *(das 1. Plakat „Angst“ wird an die schwarze Wand gehängt)*: Die Angst nimmt uns den Blick in das Gelobte Land!

Eigene Notizen:

Oder da sind die **Sorgen!** (*nun kommt das 2. Plakat „Sorgen“ an die schwarze Wand*) Es gibt bei uns Menschen, die machen sich ständig über irgendetwas Sorgen. Dabei geht es uns doch so gut! Aber sie sorgen sich und nehmen sich dadurch die Lebensfreude und verdunkeln sich den Blick. Vor lauter Sorgen sehen sie nichts mehr von dem Gelobten Land.

Andere, die meinen ständig: Ich bin zu kurz gekommen. Wieso hat mein Nachbar so viel Glück und Erfolg, so ein schönes Haus und so viel Geld, und ich, was habe ich? Ich bin ganz arm dran!

Vor lauter **Neid** (*das 3. Plakat zu „Neid“ wird an die schwarze Wand gehängt*) auf die anderen sieht er gar nicht mehr, was er selber hat. Er sieht auch nicht mehr, was Gott ihm jeden Tag in den Schoß legt, er mault nur noch herum wie ein schlecht gelauntes Kind. Kein Wunder, dass er nichts mehr vom verheißenen Land weiß!

Und da haben wir noch ein Plakat: Die **Einsamkeit** (*nun kommt das 4. Plakat „Einsamkeit“ an die schwarze Wand*). Die Einsamen haben oft alles, nur keinen Menschen, mit dem sie leben können. Sie haben manchmal wunderschöne Häuser, könnten sich alles leisten, aber sie haben keine Lust mehr, ganz allein durch die Welt zu reisen. Das ewige Alleinsein verdirbt ihnen alles. Sie sehen nur noch sich selbst und ihre Einsamkeit.

Es gibt noch vieles andere, was uns den Blick verstellt in das verheißene Land.

Viele meinen auch, sie brauchen JESUS nicht mehr. Sie brauchen kein Land von Gott. Sie schaffen es selbst. Sie denken wie manche damals im Volk Israel: Sie wollen lieber in der Wüste bleiben und meinen, diese Wüste sei das ganze Leben. Sie wollen leben und dann sterben und erwarten nichts mehr als eine schwarze Wand!

Sie haben ihren Blick so niedrig gemacht, dass sie nur noch das sehen, das, was ihnen unmittelbar vor Augen steht!

Aber JESUS will uns den Blick für das Gelobte Land öffnen! Denn er weiß, dass es dieses Land Gottes gibt. Er war ja wie die Kundschafter dort. Ja, er kommt von da und hat uns ihre Früchte mitgebracht: Das Brot des Lebens. Die Früchte des Glaubens, die Trauben für den Wein des Heils, den Honig der Liebe und die Milch der Vergebung. Eben die ganze Fülle.

JESUS will, dass wir die Schönheit und Herrlichkeit seines Gelobten Landes sehen und schmecken. Dass wir am Erntedankfest nicht nur fröhlich sind über unsere Ernten hier auf Erden, sondern, dass wir auch das erkennen und fröhlich feiern, was Gott uns schon jetzt im Gelobten Land ernten lässt. Und wie damals die Kundschafter Trauben und Früchte zum Probieren mitbrachten, so bringt uns auch Jesus „Versucherle“ mit, dass wir jetzt schon etwas davon schmecken und sehen.

Das ist der JESUS, der uns gegen die Angst hilft. Er will uns sein unerschütterliches Vertrauen schenken, Vertrauen zu Gott, weil er

weiß, Gott enttäuscht uns nicht. Er gibt uns zwar nicht alles, was wir wünschen, aber er gibt uns das, was wir brauchen und nötig haben, um ins Gelobte Land zu kommen.

Wer vertraut, hat keine Angst mehr. Er weiß, dass er nicht allein ist, sondern, dass er Jesus bei sich hat. Einer hat das genannt: JESUS ernten.

Das finde ich ganz richtig ausgedrückt: Ja, wir können JESUS ernten, seine guten Worte, seine Gebete, seine Taten, mit denen er anderen so wunderbar half. Dazu ist er gekommen. Wir ernten JESUS: Seine Menschwerdung, dass es Gott nicht bei guten Worten gelassen hat, sondern, dass JESUS zu uns gekommen ist, um uns zu zeigen: Ihr braucht vor Gott keine Angst zu haben!

Gott ist ganz menschlich. Er fühlt und denkt mit euch und für euch. Er weiß, was ihr braucht, was ihr nötig habt. Und er lässt es euch zukommen. Er hat uns sein Kreuz gegeben als das Zeichen des Sieges über alles Tote, über alles Böse. Er will uns vergeben und mit Gott und Mensch versöhnen, damit wir nicht unversöhnt sterben und vergehen, sondern fröhlich mit ihm auferstehen in sein ewiges Gelobtes Land und dort mit ihm leben.

Darum habt keine Angst mehr! Vertraut ihm und seiner Ernte. Wo ihr ihm glaubt – und sei es zuerst nur ein bisschen – da öffnet sich die schwarze Wand! Da könnt ihr schon durch diesen Spalt auf das Gelobte Land einen ersten Blick werfen! *(Ein Spalt öffnet sich zwischen den beiden schwarzen Wänden, ein kleiner Blick wird auf den Altar frei – schräg stellen!)*

Die Angst ist zwar nicht immer weg, manchmal haben wir schon Angst wie der sinkende Petrus, wie die Israeliten damals. Aber sie kann uns nicht mehr alles total zumachen. Der Blick ins Gelobte Land ist da!

Und genauso die Sorgen. Sicher überfallen sie uns auch manchmal – aber Jesus und sein Sorgen ist in unserer Ernte. „Alle eure Sorgen werfet auf ihn, denn er sorgt für euch!“ Das ist die neue Sicht in das Gelobte Land!

Und der Neid. Manchmal beschleicht er uns noch für einen kurzen Moment. Doch dann zeigt uns unser Glaube, was wir jeden Tag neu von Gott geschenkt bekommen an Gesundheit, an Kraft, an Schö-nem! Er zeigt uns das Gelobte Land, wo wir nicht zu kurz kommen, sondern wo die Liebe Gottes waltet und uns alles überschwänglich zukommen lässt, dass wir ganz satt werden an Leben und Freude und Zufriedenheit. Ja, dass wir torkeln vor Glück!

Wer will da noch von Einsamkeit reden? Natürlich sind wir manchmal allein, allein mit uns selbst. Aber mit dem Blick auf das Gelobte Land sind wir doch nie einsam. Wir denken nur in der Stille nach über unser Leben, unseren Lebensweg und was Gott uns alles ermöglicht hat. Wir sind ja in seiner Gemeinschaft, wie es der Psalm 139 sagt: „Von allen Seiten umgibst du mich und hältst deine Hand über mir!“

Eigene Notizen:

JESUS schenkt uns auch Gemeinschaft mit Menschen. Wie gut, dass ich einen Nachbarn habe, der auch mit mir ins Gelobte Land zieht. Der auch etwas weiß von der Güte Gottes, von seiner Vergebung, von seiner Liebe. So können wir in der Gemeinschaft der Kirche und Gemeinde JESUS und seine Gaben ernten.

Und wir wissen dabei, das sind nur die allerersten Erntegaben. In Gottes Gelobtem Land warten noch viel mehr auf uns: Ein Leben in Freude und Frieden, in Hülle und Fülle, ohne Angst und ohne Trauer, ohne Misserfolg und Vergeblichkeit! Vielmehr werden wir ganz satt werden am Brot des Lebens und an der Fülle der Trauben. Darum wagen wir ins Gelobte Land zu ziehen und ziehen wir wie der „Kämmerer aus dem Mohrenland“ unsere Straße fröhlich! Amen.

Gemeindelied: Ö: EG 322 / GL 403 1-2,5-6: „Nun danket all und bringet Ehr“

Segensgebet über Brot und Trauben

*Gepriesen seist du, Herr, unser Gott, Schöpfer der Welt.
Du schenkst uns das Brot,
die Frucht der Erde und der menschlichen Arbeit.
Lass es zum Brot des Lebens werden.*

*Gepriesen seist du, Herr, unser Gott, Schöpfer der Welt.
Du schenkst uns die Trauben,
die Frucht des Weinstocks und der menschlichen Arbeit.
Lass die Trauben zum Zeichen deines ewigen Reiches
(oder deiner ewigen Freude) werden.*

*Gepriesen seist du, Gott in Ewigkeit!
Und wie die Körner einst zerstreut waren in den Feldern,
und die Beeren zerstreut auf den Bergen, jetzt aber auf diesem Tisch vereint sind in Brot und Trauben,
so lass deine Kirche bald versammelt werden
von den Enden der Erde in deinem Reich
durch Jesus Christus, unseren Heiland und Herrn.*

(nach der Lima-Liturgie und Didachä, 2.Jh. n. Chr.)

Tischgebet für alle: „Komm, Herr Jesu, sei unser Gast ...“

Austeilung von Brot und Trauben

(Kinder bringen Brot und Trauben in die Bankreihen)

Erklärung der Kollekte

Die Erntedank-Kollekte wird eingesammelt

(Kinder sammeln ein!)

Eigene Notizen:

Lied: „Hallelu, hallelu ... preiset, lobet, danket, dienet, ehret den Herrn!“

Schluss Gebet

Vaterunser und Segen

Orgelnachspiel

Geschichte für Gruppenarbeit

Ein Professor stand vor seinen Studenten und blickte andächtig in die Runde. „Wir werden heute ein kleines Experiment machen!“, verkündete er verheißungsvoll.

Der Professor stellte vorsichtig einen großen Glaskrug auf den Tisch und füllte ihn bedächtig nach und nach mit großen Steinen, bis der Krug randvoll gefüllt war. Der Professor hob den Kopf. „Ist der Krug voll?“, fragte er. Die Studenten zögerten nicht lange und antworteten mit einem lauten „Ja!“

Da blitzten die Augen des Professors auf und er fragte noch einmal nach: „Tatsächlich?“ Darauf bückte er sich, holte ein Gefäß mit Kieselsteinen hervor und füllte bedächtig den Glaskrug – rührte um – füllte nach – bis die Kieselsteine alle Lücken füllten.

Der Professor hob erneut den Kopf und fragte: „Ist der Krug voll?“. Die Studenten waren verunsichert, doch einer traute sich und antwortete mit fragender Stimme: „Wahrscheinlich nicht.“ Dem Professor huschte ein leises Lächeln über die Lippen. „Gut“, schmunzelte der Professor. Er neigte sich nach unten und hob einen Eimer mit Sand auf den Tisch.

Bedächtig goss er den Sand in den Glaskrug. Der Sand rutsche zwischen den Steinen hindurch und füllte die Räume zwischen den großen Steinen und dem Kies. Noch einmal fragte der Professor: „Ist der Krug voll?“

Nun kam die Antwort aller Studenten ohne zu zögern: „Nein!“, riefen sie dem Professor förmlich entgegen. Das Schmunzeln des Professors wurde breiter „Gut!“, erwiderte er zufrieden. Nun blickte der Professor verheißungsvoll in die Gesichter seiner Studenten. Diese konnten kaum erwarten, wie das Experiment nun weitergehen sollte.

Der Professor griff gemächlich unter seinen Tisch und beförderte eine Flasche Bier ans Tageslicht. Nachdem er die Flasche mit einem lauten Plopp geöffnet hatte, schüttete er den Inhalt in das Gefäß. Das Bier verteilte sich schäumend in den verbliebenden Zwischenräumen zwischen dem Sand. Nun erhob sich der Professor und fragte die Gruppe: „Was will uns dieses Experiment sagen?“

Eigene Notizen:

Der vorwitzigste unter den Studenten erhob sich und sagte mit selbstsicherer Stimme: „Es zeigt uns, dass wir sogar dann, wenn wir meinen, dass wir keine Zeit mehr haben, noch weitere Termine vereinbaren und Dinge erledigen können, wenn wir es nur wollen!“ „Nein“, sagte der alte Professor mit ernstem Blick.

„Was uns dieses Experiment zeigen soll, ist, dass wenn man nicht zuallererst die großen Steine in das Glas legt, sie später keinen Platz mehr finden!“ Die Studenten verstummten und dachten andächtig über das Gesagte nach. „Was sind die großen Steine in Ihrem Leben?“, unterbrach der Professor die Stille. „Gesundheit? Familie? Freunde? Die Verwirklichung Ihrer Träume? Die Freiheit tun zu können, was Ihnen gefällt? Oder vielleicht etwas ganz anderes?“

„Nehmen Sie aus unserem kleinen Experiment mit, dass es wichtig ist, zuerst die großen Steine im Leben zu platzieren, sonst laufen wir in Gefahr, erfolglos und unglücklich zu sein. Wenn wir den Nebensächlichkeiten den Vorrang geben, also etwa dem Kies und dem Sand, dann füllen wir unser Leben damit auf, und am Ende fehlt uns die kostbare Zeit, um uns den Dingen zu widmen, die uns am wichtigsten sind. Vergessen Sie daher nicht die Frage: Was sind die großen Steine in Ihrem Leben?“ Der vorlauteste unter den Studenten erhob sich und fragte mit neugieriger Stimme: „Aber was hat es mit dem Bier auf sich?“

Der Professor freute sich, dass nun endlich diese Frage an ihn gerichtet wurde und antwortete mit einem breiten Grinsen im Gesicht: „Es soll uns zeigen, dass für ein Bier mit guten Freunden immer Zeit ist.“ Das leuchtete nun auch dem letzten Studenten ein.

Zum Nachdenken

Frage dich doch einmal, was deine großen Steine sind?

Was sind die Themen in deinem Leben, die dir am wichtigsten sind? Und gibst du diesen Dingen wirklich den Vorrang oder passiert es dir immer wieder, dass du dein Leben mit den Nichtigkeiten füllst und die wichtigen Dinge keinen Platz mehr finden?

Vermutlich kann der Abwasch beim nächsten Mal doch noch ein paar Minuten warten, wenn du etwas Ruhe zur Entspannung brauchst oder die liebsten Menschen in deinem Leben ein wenig Zeit mit dir genießen möchten.

Andachten

„Ich bin gekommen, damit sie das Leben haben und es in Fülle haben.“ Mit „sie“ sind wir Menschen gemeint, also du und ich und alle anderen. Da stellt sich natürlich die Frage: Wie sieht das Leben in Fülle aus?

Eigene Notizen:

In der Zeitung lese ich einen Artikel über Jeff Bezos, den Gründer von Amazon. Sein Vermögen wird auf 138 Milliarden Dollar geschätzt. Er ist der bei weitem reichste Mann der Welt. Ist das die Fülle des Lebens? Ich hoffe nicht, denn dann komme ich nie in den Genuss dieser Fülle. Eigentlich möchte ich auch gar nicht tauschen mit ihm.

Während ich das schreibe, kommt irgendwo im Südsudan ein Kind auf die Welt. Südsudan ist das ärmste Land der Welt. Wird das Kind, das gerade dort geboren wird, jemals die Fülle des Lebens auskosten können? Mit den Menschen aus Südsudan möchte ich auch nicht tauschen, dann schon lieber mit Jeff Bezos.

Dieser Vergleich ist nicht zynisch gemeint, er soll nur den gewaltigen Unterschied zum Ausdruck bringen, wie ein Menschenleben auf dieser Erde aussehen kann. Die Fülle des Lebens, von der Jesus spricht, und die es für jeden Menschen geben soll, muss folglich auf etwas hinweisen, was wir im irdischen Leben nicht voll erreichen können – Jeff Bezos nicht und das Kind in der größtmöglichen Armut schon gar nicht. Diese Fülle des Lebens wird es im Himmel geben, aber dann wirklich für alle.

An dieser Stelle wäre es durchaus angebracht über soziale Gerechtigkeit zu diskutieren. Außerdem ist das Leben in Fülle sicher nicht in Dollar zu messen. Deshalb möchte ich lieber hier ein Zitat von Josef Kentenich, dem Gründer der Schönstattbewegung bringen: „Jeder Mensch ist ein Lieblingskind Gottes!“

Sich mit den Reichsten und den Ärmsten dieser Welt zu vergleichen, macht eher traurig bis depressiv. Sich selbst als Lieblingskind Gottes zu sehen, das baut auf, das ist eine Kraftquelle, das lässt einen dankbar sein. Gott hat mich so reich beschenkt. Ich brauche nicht neidisch sein auf diejenigen, die mehr haben und ich habe die Möglichkeit, denen zu helfen, die weniger haben.

Damit habe ich bereits ein großes Stück von der Fülle des Lebens – und wenn ich damit verantwortungsvoll und dankbar umgehe, dann wartet noch mehr.

Aus „Schönstatt – Kraftquellen“

Bernhard von Clairvaux „Die Schale“

Der Hl. Bernhard von Clairvaux (1090-1153), Abt der Zisterzienser, wies schon vor 900 Jahren in einem Brief an Papst Eugen III. mit der Metapher von der gefüllten, überfließenden Schale der Liebe auf den Wert der Selbstempathie hin:

„Wenn du vernünftig bist, erweise dich als Schale und nicht als Kanal, der fast gleichzeitig empfängt und weitergibt, während jene wartet, bis sie gefüllt ist ... Auf diese Weise gibt sie das, was bei ihr überfließt, ohne eigenen Schaden weiter ...“

Lerne auch du, nur aus der Fülle auszugießen und habe nicht den Wunsch freigiebiger zu sein als Gott. Die Schale ahmt die Quelle nach. Erst wenn sie mit Wasser gesättigt ist, strömt sie zum Fluss, wird zur See. Die Schale schämt sich nicht, nicht überströmender zu sein als die Quelle ...

Ich möchte nicht reich werden, wenn du dabei leer wirst. Wenn du nämlich mit dir selbst schlecht umgehst, wem bist du dann gut? Wenn du kannst, hilf mir aus deiner Fülle, wenn nicht, schone dich.“

Bernhard von Clairvaux macht uns damit auch heute noch dafür achtsam, liebevoll mit uns selbst umzugehen. Gerade in dienenden und unterstützenden Berufen ist die Selbstempathie wichtig. Bin ich nicht in meiner Kraft, dann gilt es erst einmal sich seine Schale der Liebe wieder zu füllen. Um wieder zu spüren, wie man gerade mit guten Gefühlen und Gedanken gefüllt ist, um dann aus seiner Fülle geben zu können, statt schleichend auszubrennen.

Fülle – das Geschenk Gottes

Ein Glas – bis zur Mitte gefüllt. Halb voll oder halb leer? Das entscheidet der Betrachter. Das Glas steht stellvertretend für den Blick auf die Welt: Er kann positiv oder negativ sein. Welche Rolle kann Religion hier spielen? Mit halben Sachen gibt sie sich nicht zufrieden. Religion geht aufs Ganze. Ganz voll oder ganz leer – lautet demnach die Alternative. Jesus hat das so ausgedrückt: „Ich bin gekommen, damit sie das Leben haben und volle Genüge.“ So sagt es etwas sperrig die Lutherbibel; ich bevorzuge die ökumenische Einheitsübersetzung: „Ich bin gekommen, damit sie das Leben haben und es in Fülle haben.“

Ein Leben in Fülle! Was für eine Aussicht! Doch als Menge allein garantiert Fülle kein Glück. Fülle braucht Qualität. Was das heißt, lese ich in der Bibel im 23. Psalm – „Der Herr ist mein Hirte!“ Anschaulich wird da Fülle geschildert. Vom guten Hirten spricht er, von einer grünen Aue, vom frischen Wasser. Sommerglück! Aber auch die dunklen Seiten des Lebens spart der Psalm nicht aus: das finstere Tal, das durchwandert werden muss – wer hätte das noch nicht erlebt!? Mit einem Bild der Fülle, sinnlich und tröstlich, endet der Psalm. Ein Tisch wird gedeckt – eine Wohltat neben anderen: „Du salbst mein Haupt mit Öl und schenkst mir voll ein.“ Wellness und Freude am Wein. „Du schenkst mir voll ein.“ Hier wird nicht gespart. Das lässt auf einen großzügigen Gastgeber schließen: Für den 23. Psalm ist es Gott, der ein Leben in Fülle beschert.

„Sie sollen das Leben in Fülle haben.“ Das verspricht Jesus. Doch löst Religion dieses Versprechen auch ein? Ja, sie kann es, so erlebe ich es zumindest. Ich räume aber auch ein, dass Kirche und Religion der Fülle des Lebens oft entgegenstehen oder zumindest entgegenstanden sind. Die Sehnsucht nach einem erfüllten Leben galt als fragwürdig, ja als unmoralisch.

Wodurch wird ein Leben erfüllt? Sind es materielle Dinge? In der Geschichte des Christentum gibt es beeindruckende Personen, die für Verzicht stehen und auf diese Weise ein erfülltes Leben finden: von Johannes dem Täufer, dem Asketen in der Wüste, bis hin zu Mönchen und Nonnen. Die ersten Christen rechneten damit, dass Jesus noch zu ihren Lebzeiten wiederkommt. Besitz, die Fülle der Dinge war da erst recht relativ. Man konnte haben – als hätte man nicht.

Auch andere Religionen wie Judentum, Islam, Buddhismus und Hinduismus kennen den Weg des Verzichts – etwa in bestimmten Lebensrhythmen. Ja, zeitweilig verzichten zu können, gehört zu einem erfüllten Leben. Doch generell Verzicht zu verlangen, das hat mit dem Evangelium wenig zu tun.

Die Fülle des Lebens. Ein Ziel, das jeder erreichen will. Gibt es eine Phase des Lebens, wo die Fülle besonders spürbar ist? Hängt erfülltes Leben an seiner Dauer? Tatsächlich haben alte Menschen eine Fülle an Lebenserfahrung. Bei Ingmar Bergman und in der Bibel kommt allerdings eine ganz andere Lebensphase in den Blick: Es sind Kinder, die am besten erfassen, was die Fülle des Lebens bedeutet und wo sie zu finden ist. Jesus hat mit Blick auf das Reich Gottes gesagt: Wer das Reich Gottes nicht empfängt wie ein Kind, der wird nicht hineinkommen. Das Reich Gottes unterläuft und übersteigt alle menschliche Vorstellungen; auch die von der Fülle des Lebens. Darüber kann man nur staunen. Staunen, so die alte philosophische Einsicht, steht am Anfang aller Erkenntnis. Kinder machen es uns durch ihr Staunen vor.

Die Fülle des Lebens, die Gott für Menschen jeden Alters bereithält. Man muss sie nur suchen, finden und annehmen können! Fülle des Lebens kann erleben, wer sich der Schönheit der Welt öffnet, und auf die Begegnung mit einem Du, mit anderen Menschen einlässt – und für den, der glaubt mit Gott. Denn die Fülle des Lebens – sie ist das Geschenk Gottes.

Auszüge aus dem Beitrag von Karl Waldeck

Ich bin dankbar

*für die Steuern, die ich zahle,
weil das bedeutet, ich habe Arbeit und Einkommen;*

*für die Hose, die ein bisschen eng sitzt,
weil das bedeutet, ich habe genug zu essen;*

*für das Durcheinander nach der Feier, das ich aufräumen muss,
weil das bedeutet, ich war von lieben Menschen umgeben;*

für den Rasen, der gemäht und die Fenster, die geputzt werden müssen, weil das bedeutet, ich habe ein Zuhause;

Eigene Notizen:

*für die laut geäußerten Beschwerden über die Regierung,
weil das bedeutet, wir leben in einem freien Land und
haben das Recht auf freie Meinungsäußerung;*

*für die Parklücke ganz hinten in der äußersten Ecke des Park-
platzes, weil das bedeutet, ich kann mir ein Auto leisten;*

*für die Frau in der Gemeinde, die hinter mir sitzt und falsch
singt, weil das bedeutet, dass ich gut hören kann;*

*für die Wäsche und den Bügelberg,
weil das bedeutet, dass ich genug Kleidung habe;*

*für die Müdigkeit und die schmerzenden Muskeln des Tages,
weil das bedeutet, ich bin fähig, hart zu arbeiten;*

*für den Wecker, der morgens klingelt,
weil das bedeutet, mir wird ein neuer Tag geschenkt.*

Detlev Kranzmann, aus: „Leben ist mehr“,
Christliche Verlagsgesellschaft mbh, Dillenburg

Segen

*Mögen deine Füße erfüllt sein mit Tanz
und deine Arme mit Kraft.
Möge dein Herz erfüllt sein mit Zärtlichkeit
und deine Augen mit Lachen.
Mögen deine Ohren erfüllt sein mit Musik
und deine Nase mit Wohlgerüchen.
Möge dein Mund erfüllt sein mit Jubel
und dein Herz mit Freude.*

*Gott schenke dir immer neu
die Gewissheit, geborgen zu sein.
Er schenke dir Zuversicht
und Hoffnung in Unsicherheiten.
Er gebe dir Kraft und Freude am Sein
und in deinen vielfältigen Beziehungen.
Sei gesegnet in allem.*

GERNOT CANDOLINI