

«Meine Geduld und Ungeduld» - Impuls für Mittwoch, 29. April, 20.00 Uhr

Kerze: *Ich zünde eine Kerze an und mache mir dabei bewusst, dass Gott mir nahe ist mit seiner Wärme und seinem Licht.*

Lied: *Mit dem folgenden Lied (gesungen oder gelesen) richte ich meine Gedanken und Gefühle auf Gott aus.*

Seid still und erkennt, dass ich bin Gott. Seid still und erkennt, dass ich bin Gott.

Seid still und erkennt, dass ich bin Gott.

Ich bin der Herr, dein Gott, der dich heilt. Ich bin der Herr, dein Gott, der dich heilt.

Ich bin der Herr, dein Gott, der dich heilt.

Ja, Dir, o Herr, vertraue ich. Ja, Dir, o Herr, vertraue ich. Ja, Dir, o Herr, vertraue ich.

Text: nach Psalm 46,11 / 2.Mose 15,26 / Psalm 31,2

Abendgebet:

Vater, ich danke dir für diesen Tag.

Ich danke dir für das tägliche Brot und für alles,

womit du mein Leben erhalten hast.

Ich danke dir für deine Sorge um mich.

Wieder ist ein Tag vorüber.

Ich bitte dich nun für alle Menschen, mit denen ich im Alltag verbunden bin, aber auch für alle anderen, die mein Gebet brauchen.

Lass uns lernen, einander beizustehen und miteinander auszukommen.

Schenke mir heute eine ruhige Nacht und einen guten Schlaf.

Gib mir morgen neue Kraft für alles,

was du auf mich zukommen lässt.

Amen.

Impuls: «Meine Geduld und Ungeduld»

Der Bundesrat hat uns in den vergangenen Tagen Lockerungen bei den Einschränkungen in Aussicht gestellt. Nun lässt sich folgendes beobachten: Den einen geht das alles viel zu langsam und den anderen viel zu schnell. Selbstverständlich hängt das alles auch damit zusammen, in welcher Form und wie stark jemand von der aktuellen Situation betroffen ist.

Die Einschränkungen betreffen uns alle sehr unterschiedlich.

Ich selbst nehme bei vielen eine wachsende Ungeduld wahr. Bei mir spüre ich diese Ungeduld hie und da auch. Es scheint mir eine wichtige geistliche Herausforderung, mit dieser Ungeduld umzugehen. In der Bibel werden wir immer wieder aufgefordert, Geduld zu haben. Das griechische Wort für Geduld ist «hypomone». Das meint eigentlich: «Drunter bleiben», «Stand halten». Geduld ist nicht einfach nur warten können, sondern meint im Griechischen etwas Aktives. Ich bleibe stehen, ich halte Stand und werde dadurch zum Halt für andere.

Jeder hat ein anderes Temperament. Manchem fällt es leicht, geduldig zu bleiben und Stand zu halten. Andere haben es da schwieriger. Wir sollen uns da gegenseitig nicht bewerten.

Wir sind verschieden und dürfen es sein. Beide Typen können sich ja auch ergänzen. Wenn es nur geduldige Menschen gäbe, würde vielleicht zu wenig vorangehen. Wenn es nur ungeduldige gäbe, entstünde vielleicht so manches Chaos. So gilt es erst einmal, sich selbst anzunehmen mit seinem Temperament, mit seinen Stärken und Schwächen.

Und dann kann man sich beispielsweise die folgenden Fragen stellen:

Wie gehe ich um mit meiner Ungeduld?

Wo schadet sie mir und wo ist sie hilfreich?

Wo könnte mir Geduld helfen, mich auf das Wesentliche zu konzentrieren?

Wo möchte ich Gott um Geduld bitten?

Ich wünsche euch eine gute Balance zwischen Geduld und Ungeduld und dass ihr euch immer wieder – jenseits von beiden Polen – mit Freude und Dankbarkeit einlassen könnt auf das, was gut ist, auf die Gesundheit, das Miteinander, die Natur. Manchmal hilft der dankbare Blick auf das, was «funktioniert» zu einer guten Balance zwischen Geduld und Ungeduld.

Hebed Sorg!

Vertrauenslied: *Ich singe oder lese die ausgewählten Strophen aus dem folgenden Lied:*

Befiehl du deine Wege und was dein Herze kränkt der allertreusten Pflege des, der den Himmel lenkt. Der Wolken, Luft und Winden gibt Wege, Lauf und Bahn, der wird auch Wege finden, da dein Fuss gehen kann.

Dem Herren musst du trauen, wenn dir's soll wohlergehn; auf sein Werk musst du schauen, wenn dein Werk soll bestehn. Mit Sorgen und mit Grämen und mit selbsteigner Pein lässt Gott ihm gar nichts nehmen: Es muss erbeten sein.

Auf, auf, gib deinem Schmerze und Sorgen gute Nacht, lass fahren, was das Herze betrübt und traurig macht; bist du doch nicht Regente, der alles führen soll: Gott sitzt im Regimente und führet alles wohl.

Ihn, ihn lass tun und walten, er ist ein weiser Fürst und wird sich so verhalten, dass du dich wundern wirst, wenn er, wie ihm gebühret, mit wunderbarem Rat das Werk hinausgeföhret, das dich bekümmert hat.

Vertrauensgebet zum Abschluss (mit einfachen Bewegungen dazu):

Ich sitze, meine Hände sind zunächst zu Fäusten geschlossen und liegen in meinem Schoss.

Vertrauen heisst:

Loslassen (ich öffne meine Hände, Handflächen nach oben)

Mich Gott überlassen (ich strecke meine geöffneten Hände nach vorne)

Das macht gelassen (ich lege die geöffneten Hände wieder in den Schoss, lehne mich zurück)

Und ich bin nicht verlassen (ich kreuze die geöffneten Hände über der Brust)